

# 102-1 大葉大學 完整版課綱

## 基本資訊

課程名稱	進修-大一體育(上)E8	科目序號 / 代號	2367 / CDC3058
開課系所	共同教學中心	學制 / 班級	進修學士班8年1班
任課教師	賴永僚	專兼任別	專任
必選修 / 學分數	必修 / 2	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(五)CD / K309	授課語言別	中文

## 課程簡介

透過基本體能訓練，培養學生健康體適能的基礎能力，並介紹各項球類活動，做為學生未來從事終身運動的興趣探索參考


## 課程大綱

- 1.基本體能訓練
- 2.各項球類運動興趣探索
- 3.健康體適能觀念介紹

## 基本能力或先修課程

無

## 課程與系所基本素養及核心能力之關連

-  基礎能力
  - 專業能力
-  實踐能力
-  團隊合作
-  主動學習
  - 創意創新
  - 國際視野
  - 專業倫理
  - 領導管理
  - 信心毅力
  - 人文素養

## 教學計畫表

系所核心能力	權重(%) 【A】	檢核能力指標(績效指 標)	教學策略	評量方法及配分 權重	核心能力 學習成績 【B】	期末學習 成績 【C=B*A 】
基礎能力	30%		講述法	期中考: 20% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10% 實驗操作: 10%	加總: 100	30
實踐能力	20%		講述法 實務操作(實 驗、上機或 實習等)	期中考: 20% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10% 實驗操作: 10%	加總: 100	20
團隊合作	20%		講述法 小組合作	期中考: 20% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10% 實驗操作: 10%	加總: 100	20
主動學習	30%		實務操作(實 驗、上機或 實習等)	期中考: 20% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10% 實驗操作: 10%	加總: 100	30

## 成績稽核

期末考: 30%

課程參與度: 30%

期中考: 20%

實驗操作: 10%

小組合作狀況: 10%

教科書(尊重智慧財產權，請用正版教科書，勿非法影印他人著作)

書名	作者	譯者	出版社	出版年
無參考教科書				

參考教材及專業期刊導讀(尊重智慧財產權，請用正版教科書，勿非法影印他人著作)

書名	作者	譯者	出版社	出版年
網球的第壹本書	巫長榮		藍群書店	2004
網球大全	Paul Douglas	張志純	徐氏基金會出版	1983
雙打取勝法！羽球鍛鍊技巧50招	NPO法人	游韻馨	漢欣文化	2008

上課進度

週次	教學內容	分配時數(%)				
		講授	示範	習作	實驗	其他
1	桌球起源、課程介紹 & 智財權宣導(含告知學生應使用正版教科書)	30	20	50	0	0
2	桌球基本技術介紹、反手推檔介紹與練習	30	20	50	0	0
3	複習反手推檔	30	20	50	0	0
4	複習反手推檔、反手抽球介紹	30	20	50	0	0
5	複習反手推檔、反手抽球	30	20	50	0	0
6	發球介紹、接發球	30	20	50	0	0
7	綜合練習	30	20	50	0	0
8	規則介紹、分組比賽	30	20	50	0	0
9	期中考	30	20	50	0	0
10	羽球起源、器材、握拍基本技術介紹、發高遠球練習	30	20	50	0	0
11	高遠球練習	30	20	50	0	0
12	步伐介紹與練習	30	20	50	0	0
13	發球介紹與練習	30	20	50	0	0
14	網前短球介紹與練習	30	20	50	0	0
15	綜合練習	30	20	50	0	0
16	規則介紹、分組比賽	30	20	50	0	0
17	分組比賽	30	20	50	0	0
18	期末測驗	30	20	50	0	0