

103-2 大葉大學 完整版課綱

基本資料			
課程名稱	體育一(下)F40	科目序號/代號	2647 / CDC7790
必選修/學分數	必修 /1	上課時段/地點	(五)12 / K309
授課語言別	中文	成績型態	數字
任課教師 / 專兼任別	陳培季 / 兼任	畢業班/非畢業班	非畢業班
學制/系所/年班	大學日間部 / 共同教學中心 / 8年1班		

課程簡介與目標

本課程的主要目標著重於學生基礎體能的訓練與認識各項體育活動的特性，並從中使學生培養從事各項球類或其他運動的基礎能力。

課程大綱

- 1.基礎體能訓練。
- 2.各項運動基礎學習。
- 3.運動與健康基本觀念。

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	學生具備之語文、資訊、社會關懷等之知識、情意、技巧的能力。	講述法 實務操作(實驗、上機或實習等) 小組合作	期中考: 20% 期末考: 20% 課程參與度: 20% 同儕互評: 20% 書面報告: 20%	加總: 100	30
實踐能力	20	學生具備投入各種學習活動的技巧，付諸行動實作所需之能力。	講述法 實務操作(實驗、上機或實習等) 小組合作	期中考: 20% 期末考: 20% 課程參與度: 20% 同儕互評: 20% 書面報告: 20%	加總: 100	20
團隊合作	20	能持正向態度進行人際溝通，融合己意見與需求，與他人共同完成任務之素養。	講述法 實務操作(實驗、上機或實習等) 小組合作	期中考: 20% 期末考: 20% 課程參與度: 20% 同儕互評: 20% 書面報告: 20%	加總: 100	20
主動學習	30	積極自主地投入各種學習歷程，孕育自我能力提升與自我實踐之素養。	講述法 實務操作(實驗、上機或實習等) 小組合作	期中考: 20% 期末考: 20% 課程參與度: 20% 同儕互評: 20% 書面報告: 20%	加總: 100	30

成績稽核

課程參與度: 20%

期中考: 20%

同儕互評: 20%

期末考: 20%

書面報告: 20%

書籍類別 (尊重智慧財產權，請用正版教科書，勿非法影印他人著作)

書籍類別	書名	作者
參考教材及專業期刊導讀	柔道的形	小谷澄之.大瀧忠夫.高田勝善
參考教材及專業期刊導讀	柔道的形	小谷澄之.大瀧忠夫.高田勝善

上課進度

週次	教學內容	教學策略
1	課程說明 & 智財權宣導(含告知學生應使用正版教科書)	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
2	水中憋氣漂浮	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
3	憋氣打水	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
4	自由式滑手打水	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
5	自由式換氣練習	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
6	自由式練習	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
7	術科測驗	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
8	術科測驗	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
9	期中考	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
10	防身術說明及基礎練習	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
11	基礎練習	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
12	手腕關節控制練習	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
13	手肘關節控制練習	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
14	擒拿術練習	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
15	擒拿術練習	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
16	綜和複習	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作
17	綜和複習	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作

