

97-1 大葉大學 完整版課綱

基本資訊

課程名稱	體育一(上)C16	科目序號 / 代號	2003 / CDC0916
開課系所	共同教學中心	學制 / 班級	大學日間部8年1班
任課教師	許弘毅	專兼任別	專任
必選修 / 學分數	必修 / 0	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(四)34 / K309	授課語言別	中文

課程簡介

本學期的課程有三個主要的目標：

第一個目標是讓同學們學習籃球和羽球運動的基本原理；第二個目標是讓同學們學習到籃球和羽球運動正確的練習方法；第三個目標是增進同學的身體健康。

課程大綱

第一單元各種基本籃球運球技巧練習

第二單元羽球正手發高球與正手頭頂擊高遠球練習

基本能力或先修課程

學生選修本課程前須具備基本的體能。

課程與系所基本素養及核心能力之關連

專業能力
創意創新
國際視野
專業倫理
領導管理
信心毅力
人文素養

成績稽核

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
----	----	----	-----	-----

無參考教材及專業期刊導讀

上課進度		分配時數(%)				
週次	教學內容	講授	示範	習作	實驗	其他
1	課程簡介	100				
2	桌球起源、握拍法、設備及器材介紹	20	20	20	20	20
3	推擋介紹及練習	20	20	20	20	20
4	推擋練習	20	20	20	20	20
5	正拍抽球介紹及練習	20	20	20	20	20
6	正拍抽球練習	20	20	20	20	20
7	反拍抽球介紹及練習	20	20	20	20	20
8	反拍抽球練習	20	20	20	20	20
9	期中考週	20	20	20	20	20
10	體適能概念介紹	20	20	20	20	20
11	體試能器材使用方法介紹	20	20	20	20	20
12	器材操作	20	20	20	20	20
13	器材操作	20	20	20	20	20
14	身體自我肌力鍛鍊方法介紹	20	20	20	20	20
15	拳擊有氧適能操作	20	20	20	20	20
16	拳擊有氧適能操作	20	20	20	20	20
17	期末考週	20	20	20	20	20
18	期末筆試	20	20	20	20	20