

97-1 大葉大學 完整版課綱

基本資訊

課程名稱	進修-大二體育(上)B1	科目序號 / 代號	2418 / CDC3183
開課系所	共同教學中心	學制 / 班級	進修學士班2年1班
任課教師	潘亞倩	專兼任別	兼任
必選修 / 學分數	必修 / 1	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(一)AB / K309	授課語言別	中文

課程簡介

基礎體能的訓練與認識各項體育活動的特性，從中使學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.各項球類運動基礎學習
- 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

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	課程介紹與講解					
2	低衝擊有氧舞蹈基本步伐與術語					
3	簡易有氧舞蹈組合第一篇					
4	簡易有氧舞蹈組合第二篇					
5	簡易有氧舞蹈組合第三篇					
6	簡易有氧舞蹈組合第四篇					
7	組合串連複習					
8	組合串連複習					
9	期中考					
10	高衝擊有氧舞蹈基本步伐					
11	進階有氧舞蹈組合第一篇					
12	進階有氧舞蹈組合第二篇					
13	進階有氧舞蹈組合第三篇					
14	有氧組合編排方式					
15	有氧舞蹈的基本種類					
16	有氧舞蹈動作編排					
17	組合串連複習					
18	測驗					