

## 97-2 大葉大學 完整版課綱

### 基本資訊

課程名稱	體育二下:保齡球F1	科目序號 / 代號	2361 / CDC1418
開課系所	共同教學中心	學制 / 班級	大學日間部8年2班
任課教師	林淑芬	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	(二)34 / K309	授課語言別	中文

### 課程簡介

- (一) 學習保齡球的基本動作，激發學生學習保齡球的興趣提升，個人保齡球技能。
- (二) 提倡正當休閒娛樂，提昇運動水準，增進人際溝通。
- (三) 培養正確運動自我保健觀念。
- (四) 社會規範行為之培養

### 課程大綱

- 1.保齡球運動禮儀及防護。
- 2.保齡球基本動作、步法、移位原理操作。
- 3.直球、飛碟球動作分析。

### 基本能力或先修課程

凡對本課程有興趣之二年級以上學生均可

### 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	準備週	100				
2	保齡球運動暖身操操作、保齡球運動禮儀及注意事項	20	20	30		30
3	保齡球運動傷害及預防介紹、球道、球瓶介紹	20	20	30		30
4	站立、持球手部動作分解、操作	20	20	30		30
5	蹲姿推球動作操作練習	20	20	30		30
6	站姿手部擺動練習.節奏練習	20	20	30		30
7	推球擺動延伸身體動作練習	20	20	30		30
8	整體動作流暢測驗	20	20	30		30
9	期中測驗(二局)	20	20	30		30
10	直球手部動作詳解、操作	20	20	30		30
11	飛碟球手部動作分解、操作	20	20	30		30
12	規則、計分講解	20	20	30		30
13	講解四步、五步腳步動作差異、操作	20	20	30	0	30
14	3-6-9移位原理操作	30	10	50	0	10
15	Spare 觀念分享與解析	10	10	50	0	30
16	分組比賽	10	10	50	0	30
17	期末測驗	10	10	50	0	30