

## 97-2 大葉大學 完整版課綱

### 基本資訊

課程名稱	體育一(下)D44	科目序號 / 代號	2373 / CDC0994
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	陳南琦	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	(三)56 / K309	授課語言別	中文

### 課程簡介

1. 瞭解排球運動起源、發展與場地規則。
2. 學習排球基本動作技術。
3. 培養排球運動興趣及習慣。

### 課程大綱

排球運動的介紹，技能學習及其樂趣。

1. 傳球：動態綜合傳球
2. 裁判法執行
3. 比賽練習

### 基本能力或先修課程

學生應具備健康、好動、向學之基本條件。

### 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	課程大綱講解	15	15	30		40
2	pilates	15	15	30		40
3	yoga pilates	15	15	30		40
4	高低衝擊有氧	15	15	30		40
5	高低衝擊有氧II	15	15	30		40
6	強力適能瑜珈	15	15	30		40
7	PILATES	15	15	30		40
8	期中考	15	15	30		40
9	背部操八式及功能瑜珈	15	15	30		40
10	肚皮舞有氧	15	15	30		40
11	拉丁有氧	15	15	30		40
12	多功能有氧I	15	15	30		40
13	多功能有氧II	15	15	30		40
14	彼拉提斯I	15	15	30		40
15	彼拉提斯II	15	15	30		40
16	強力瑜珈	15	15	30		40
17	期末考	15	15	30		40