

## 98-1 大葉大學 完整版課綱

### 基本資訊

|           |              |            |                |
|-----------|--------------|------------|----------------|
| 課程名稱      | 體育三上:防身術G1   | 科目序號 / 代號  | 2116 / CDC1552 |
| 開課系所      | 共同教學中心       | 學制 / 班級    | 大學日間部8年3班      |
| 任課教師      | 王子寧          | 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 | (一)56 / K309 | 授課語言別      | 中文             |

### 課程簡介

開發身體的防衛能力

### 課程大綱

擒拿術

### 基本能力或先修課程

對武術運動有興趣者

### 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

### 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    | 介紹本學期授課內容與注意事項 | 100     |    |    |    |    |
| 2    | 手法應用(一):指.爪    | 20      | 20 | 40 |    | 20 |
| 3    | 手法應用(二):拳.掌    | 20      | 20 | 40 |    | 20 |
| 4    | 手法應用(三):肘擊法    | 20      | 20 | 40 |    | 20 |
| 5    | 武術基本功練習        | 20      | 20 | 40 |    | 20 |
| 6    | 防禦格檔           | 20      | 20 | 40 |    | 20 |
| 7    | 手法組合應用         | 20      | 20 | 40 |    | 20 |
| 8    | 期中測驗           | 20      |    | 80 |    |    |
| 9    | 功力補強練習         | 20      | 20 | 40 |    | 20 |
| 10   | 腿擊法:踢          | 20      | 20 | 40 |    | 20 |
| 11   | 腿擊法:蹬.踩        | 20      | 20 | 40 |    | 20 |
| 12   | 腿擊法:勾.踹        | 20      | 20 | 40 |    | 20 |
| 13   | 人體結構與要害        | 40      | 30 | 20 |    | 10 |
| 14   | 擒擊手~關節法        | 20      | 20 | 40 |    | 20 |
| 15   | 擒擊手~拿穴法        | 20      | 20 | 40 |    | 20 |
| 16   | 擒擊手~拿筋法        | 20      | 20 | 40 |    | 20 |
| 17   | 期末狀況處理         | 20      | 20 | 40 |    | 20 |
| 18   | 期末檢討與座談        | 50      | 30 |    |    | 20 |