

## 99-1 大葉大學 完整版課綱

### 基本資訊

課程名稱	體育一(上)C21	科目序號 / 代號	2327 / CDC0921
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	陳培季	專兼任別	兼任
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

大一上的體育課程主要為基礎體適能的培養及團隊精神的建立.故透過課程中相關體適能的活動及各項球類課程以達到上述課程目標.

### 課程大綱

基礎體適

### 基本能力或先修課程

基礎體適

### 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
----	----	----	-----	-----

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	課程說明及講解	80	20			
2	防身術之理論及要領說明	60	20		20	
3	柔軟操及前滾翻.側翻練習		30		70	
4	護身倒法練習		20		80	
5	護身倒法複習及單手解手防身練習		20		80	
6	單手解手防身及雙手解手防身練習		20		80	
7	衣服被拉扯防身練習及正面被抱防身練習		30		70	
8	測驗					
9	期中考		40		60	
10	足球介紹		30		70	
11	足球盤球練習		30		70	
12	足球傳接球練習		30		70	
13	足球運球練習		30		70	
14	足球行進傳接練習		30		70	
15	足球行進傳接練習		30		70	
16	足壘球分組比賽		30		70	
17	測驗					
18	期末考					