

99-1 大葉大學 完整版課綱

基本資訊

| | | | |
|-----------|--------------|------------|----------------|
| 課程名稱 | 體育一(上)C34 | 科目序號 / 代號 | 2340 / CDC0934 |
| 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 | 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 | (五)78 / 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 | 介紹本學期授課內容與注意事項 | 100 | | | | |
| 2 | 中國武術運動簡介 | 20 | 20 | 40 | | 20 |
| 3 | 國術基本功 | 20 | 20 | 40 | | 20 |
| 4 | 國術腿擊法 | 20 | 20 | 40 | | 20 |
| 5 | 雙人靠臂功 | 20 | 20 | 40 | | 20 |
| 6 | 雙人靠撞功 | 20 | 20 | 40 | | 20 |
| 7 | 五步拳 | 20 | 20 | 40 | | 20 |
| 8 | 期中測驗 | 20 | | 80 | | |
| 9 | 手法應用(一):指.爪 | 20 | 20 | 40 | | 20 |
| 10 | 手法應用(二):拳.掌 | 20 | 20 | 40 | | 20 |
| 11 | 手法應用(三):肘擊法 | 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 | 防禦格檔 | 20 | 20 | 40 | | 20 |
| 15 | 手法組合應用 | 20 | 20 | 40 | | 20 |
| 16 | 功力補強訓練 | 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 |