

99-1 大葉大學 完整版課綱

基本資訊

| | | | |
|-----------|--------------|------------|----------------|
| 課程名稱 | 體育一(上)C40 | 科目序號 / 代號 | 2346 / CDC0940 |
| 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 | 黃娟娟 | 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

- 一學習防身術
- 二培養正義情操
- 三學習團隊精神
- 四培養休閒運動的習慣

課程大綱

- 1前後滾翻
- 2關節控制
- 3壘球傳街
- 4打擊練習

基本能力或先修課程

無

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

| 週次 | 教學內容 | 分配時數(%) | | | | |
|----|-----------------------------|---------|----|----|----|----|
| | | 講授 | 示範 | 習作 | 實驗 | 其他 |
| 1 | 課程簡介與注意事項、運動場管及環境介紹與器材借用方式。 | 30 | 20 | 50 | | |
| 2 | 排球個人高低手球動作講解與練習、場地規格介紹。 | 30 | 20 | 50 | | |
| 3 | 排球個人高低手球動作講解與練習、場地規格介紹。 | 30 | 20 | 50 | | |
| 4 | 發球動作介紹與講解及實地操作與練習。 | 30 | 20 | 50 | | |
| 5 | 規則講解與常見裁判手勢。 | 30 | 20 | 50 | | |
| 6 | 影片觀賞。 | 30 | 20 | 50 | | |
| 7 | 綜合練習 | 30 | 20 | 50 | | |
| 8 | 綜合練習 | 30 | 20 | 50 | | |
| 9 | 期中測驗 | 30 | 20 | 50 | | |
| 10 | 拳擊有氧基本動作講解與分解動作介紹與練習 | 30 | 20 | 50 | | |
| 11 | 暖身操入門與練習 | 30 | 20 | 50 | | |
| 12 | 直拳、勾拳與踢腿動作之組合練習 | 30 | 20 | 50 | | |
| 13 | 直拳、勾拳與踢腿動作之組合練習 | 30 | 20 | 50 | | |
| 14 | 完整課程綜合練習 | 30 | 20 | 50 | | |
| 15 | 完整課程綜合練習 | 30 | 20 | 50 | | |
| 16 | 完整課程綜合練習 | 30 | 20 | 50 | | |
| 17 | 完整課程綜合練習 | 30 | 20 | 50 | | |
| 18 | 期末測驗 | 30 | 20 | 50 | | |