

## 99-1 大葉大學 完整版課綱

### 基本資訊

課程名稱	進修-大一體育(上)A4	科目序號 / 代號	2802 / CDC3086
開課系所	共同教學中心	學制 / 班級	進修學士班1年3班
任課教師	周禹廷	專兼任別	專任
必選修 / 學分數	必修 / 1	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(一)CD / K305	授課語言別	中文

### 課程簡介

透過基本體能訓練，培養學生健康體適能的基礎能力，並介紹各項球類活動，做為學生未來從事終身運動的興趣探索參考

### 課程大綱

- 1.基本體能訓練
- 2.各項球類運動興趣探索
- 3.健康體適能觀念介紹

### 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		分配時數(%)				
週次	教學內容	講授	示範	習作	實驗	其他
1	課程簡介	100	0	0	0	0
2	網球發展史講授與體能訓練	60	0	40	0	0
3	網球持拍基本動作指導說明 與球感練習	30	20	50	0	0
4	正拍擊球基本動作技巧指導與練習	20	20	60	0	0
5	複習正拍擊球動作技巧	10	10	80	0	0
6	反手拍擊球基本動作技巧指導與練習	20	20	60	0	0
7	複習反手拍擊球動作技巧	10	10	80	0	0
8	發球基本動作技巧指導與練習	20	20	60	0	0
9	期中術科測驗	10	0	90	0	0
10	網球各種基本動作技巧綜合練習(一)	10	10	80	0	0
11	綜合練習(二)	10	10	80	0	0
12	綜合練習(三)	10	10	80	0	0
13	綜合練習(四)	10	10	80	0	0
14	綜合練習(五)	10	10	80	0	0
15	綜合練習(六)	10	10	80	0	0
16	綜合練習(七)	10	10	80	0	0
17	期末測驗	10	0	90	0	0
18	期末測驗	10	0	90	0	0