

100-1 大葉大學 完整版課綱 - 上課進度

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	70	0	0	0	30
2	防身術之理論及要領說明	20	20	0	60	0
3	柔軟操及前滾翻.側翻練習	0	30	0	70	0
4	護身倒法練習	0	20	0	80	0
5	護身倒法複習及單手解手防身練習	0	20	0	80	0
6	單手解手防身及雙手解手防身練習	0	20	0	80	0
7	衣服被拉扯防身練習及正面被抱防身練習	0	30	0	70	0
8	測驗	10	0	0	90	0
9	期中考	0	0	0	0	0
10	壘球規則說明	0	30	0	70	0
11	手套的使用及注意事項	0	20	0	80	0
12	壘球傳接球練習	0	30	0	70	0
13	高飛及滾地球接球練習	0	30	0	70	0
14	傳接球練習	0	20	0	80	0
15	打擊練習	0	20	0	80	0
16	分組比賽	10	0	0	90	0
17	測驗	10	0	0	90	0
18	期末考	0	0	0	0	0

