

97-1 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	課程介紹					
2	低手傳接球二人傳接球、步伐練習					
3	高手傳接球二人傳接球、步伐練習					
4	扣球、發球手腕練習二人互扣、發球(三種)					
5	殺球基本動作三步跳殺(球靜止、拋球、作球)					
6	攔網、防守攔網基本動作、二人攔網、三人攔網、防守位置練習					
7	綜合練習					
8	期中測驗個人基本動作					
9	期中測驗個人基本動作					
10	快攻三步跳殺(球靜止、舉球)					
11	後攻擊長、快攻					
12	單腳背飛起跳練習、拋球練習、作球練習					
13	攻擊戰術快攻、掩護動作、長攻、後攻、背飛、時間差、距離差					
14	攻擊戰術快攻、掩護動作、長攻、後攻、背飛、時間差、距離差					
15	分組比賽實際演練、比賽規則介紹					
16	分組比賽實際演練、比賽規則介紹					
17	期末測驗					
18	期末測驗					

