成績稽核

基本資訊

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				

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	許弘毅	專兼任別	專任

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				

課程簡介

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

教學計畫表

系所核心能力	權重(%)【A】	檢核能力指標(績效指標)	教學策略	評量方法及配分	權重	核心能力學習成績【B】	期末學習成績【C=B*A】
無此教學計畫表資訊!							

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	預備週	20	20	20	20	20
2	體適能概念介紹	20	20	20	20	20
3	體試能器材使用方法介紹	20	20	20	20	20
4	器材操作	20	20	20	20	20
5	器材操作	20	20	20	20	20
6	身體自我肌力鍛鍊方法介紹	20	20	20	20	20
7	拳擊有氧適能操作	20	20	20	20	20
8	拳擊有氧適能操作及健行	20	20	20	20	20
9	期中考週	20	20	20	20	20
10	桌球起源、握拍法、設備及器材介紹	20	20	20	20	20
11	推擋介紹及練習	20	20	20	20	20
12	推擋練習	20	20	20	20	20
13	正拍抽球介紹及練習	20	20	20	20	20
14	正拍抽球練習	20	20	20	20	20
15	反拍抽球介紹及練習	20	20	20	20	20
16	拍播球練習及健行	20	20	20	20	20
17	期末考週	20	20	20	20	20

page1

page2