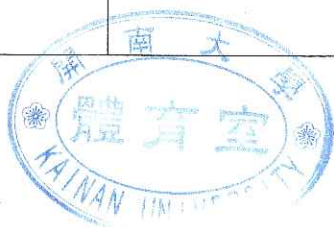


## 開南管理學院 95年度第二學期 體育學系科目教學計畫表

科目代碼	科目名稱	授課教師	修別	開課年級	學分數	每週時數
00701070 -01	中文：柔道、格鬥防身術 格鬥防身術(柔道)	吳正明	<input checked="" type="checkbox"/> 必修 <input type="checkbox"/> 選修	大一 大二 大三年級	0	二小時
	英文：Judo Self-defenses Mixer Martial Arts	先修課程		無		
教學目標 與 內容	<p>一、 養學生體育運動之知識與技能。</p> <p>二、 養成柔道、武術、格鬥自衛防身技能運動之興趣與習慣。</p> <p>三、 鍛鍊健康體能促進自信身心均衡發展。</p>					
實施方法	<input checked="" type="checkbox"/> 講解法 <input checked="" type="checkbox"/> 實作法 <input checked="" type="checkbox"/> 討論法 <input checked="" type="checkbox"/> 演習法 <input checked="" type="checkbox"/> 問答法 <input type="checkbox"/> 其他(競賽)					
評量方式	運動技能 60% 學習精神、運動道德、出席率 30% 體育常識與運動認知 10%					
授課使用 及 參考書籍	柔道家手冊(吳正明、紀俊安作 民國八十八年全國柔道協會教材) 格鬥制暴逮捕術(吳正明編作 一九九五年、七月 警察大學, 保全, 公安人員訓練教材)					

科目簡介 (含大綱及 教學進 度)	
----------------------------	--



課程委員會召集人：

授課教師：吳正明

## 開南管理學院九十五學年度第二學期體育課程教學進度表

週次	日期	單元名稱	主要教學內容	教學時數	授課教室
一		認識柔道運動	柔道簡史、道場知識	2	柔道教室
二		認識柔道運動	熱身與樂趣化柔道 活動之應用 握手(制暴)-上肩、下 挾、虎口	2	柔道教室
三		柔道與自衛術	護身倒法、演練	2	柔道教室
四		柔道與自衛術	護身倒法、演練	2	柔道教室
五		基本技術	柔道技術與護身法 應用練習	2	柔道教室
六		基本技術	柔道技術與護身法 應用練習	2	柔道教室
七		應用動作	柔道格鬥制暴術 示範演練	2	柔道教室
八		應用動作	正面衝抱及反制暴	2	柔道教室
九		正面防暴逮捕	抓手腕、衣領、頭髮 反制暴	2	柔道教室

十		正面防暴逮捕	抓手腕、衣領、頭髮 反制暴	2	柔道教室
十一		後攻反制暴擊	後面攻擊及 反擊制暴	2	柔道教室
十二		後攻反制暴擊	正、前、側踢反制凶 具攻擊之反制暴法	2	柔道教室
十三		復習演練應用	應用技術重復演練	2	柔道教室
十四		復習演練應用	應用技術重復演練	2	柔道教室
十五		實用測驗	分組表演實際操作	2	柔道教室
十六		實用測驗	個人技術心得分享	2	柔道教室
十七		體育常識測驗	繳交讀書心得報告	2	柔道教室
十八		補測、考試	補交、回報	2	柔道教室

## 體育課程成績考核與評分說明

壹、任課老師：吳正明  
E-mail：Jimmy5@mail.knu.edu.tw  
行動電話：0936-812-764

研究室：N304  
校內分機：6017

## 貳、評分概述

- 一、依據體育室室務會議決議事項參考辦理。
- 二、體育成績給分：
  - (一) 運動技能佔 60% (上課實際教學內容選三項目實施測驗)。
  - (二) 學習精神、運動道佔 30% (出席率、運動服裝、上課態度、秩序等)。
  - (三) 體育常識佔 10% (書面報告)。

每位同學須於本學期所上體育課中任選某壹運動項目，參考圖書就技術、規則及健康教育心得提出專題研究論文或心得報告 2000 字以上在期末考二週前以電腦打字列印於 A4 紙張繳交收齊作業給老師。

## (四) 體育運動專題論文及心得報告寫作注意要項：

## 1. 理想的專題研究論文格式如下：

- (1) 封面
  - a. 科目名稱
  - b. 指導教師
  - c. 題目
  - d. 系別、班別、學號
  - e. 聯絡電話、地址或 E-mail
  - f. 姓名
  - g. 日期

## (2) 目次

- a. 緒論 (前言)
  - (a) 研究動機與目的
  - (b) 研究方法
- b. 有關文獻之探討
- c. 本研究之設計與結果分析
- d. 結論與建議

把過去所研究的資料，歸納幾個要點重述一遍，不應再有新的資料或註解。若有建議必須根據結論，且必須具有可行性的。

## e. 參考書目

## 3. 註解及參考書目的寫法

- (1) 為求統一所有註解及參考書目一律寫在全文之後。
- (2) 註解寫法如下：

註一 作者 書名 (出版地、出版商、年代) 第幾頁

範例：吳正明 柔道教練科學 (台北、商務出版社、六十七年) 第 311 頁

## (3) 重要參考資料

中文書-根據作者姓名筆劃少的寫在前面  
英文書-凡註解用過的書一定要列入

2. 所謂心得報告即是選一中心主題，並蒐集相關文獻資料，從中作一綜合性報告；或研讀完某一本書、文章之後所作的心得報告。其格式雖較無嚴格限定，仍應力求架構完整。理想之格式如下：

- (1) 前言
- (2) 內容及相關文獻探討
- (3) 結論與建議
- (4) 參考書目

## 參、成績評訂等級

High Distinction	HD	85-100
Distinction	D	75-84
Credit	C	65-74
Pass Level 1	P1	55-64
Pass Level 2	P2	50-54
Fail Level 1	F1	40-49
Fail Level 2	F2	0-39
Incomplete	I	

## 肆、注意事項

- (一) 若同學有宿疾者，請出具證明以防止意外，上課時應將行動電話關機，以維護安全與秩序。
- (二) 同學如有相關體育運動問題，歡迎隨時聯絡。