

## 開南大學 96 年度第一學期體育課學系、所、中心科目教學計劃表

課程編號	002010010	<input type="checkbox"/> 必修 <input type="checkbox"/> 選修	授課教師：許惠明 開課系所：休管 年級班別：一 年 A 班	老師 學系
班次	09			
課程名稱(中文)		學分數	課程名稱(英文)	
體育循環教學				
教學目標 與內容	一、 讓學生學習運動知識及技巧 二、 學習運動養成教育及未來專項選課之需要。			
實施方法	<input checked="" type="checkbox"/> 講解法 <input checked="" type="checkbox"/> 實作法 <input type="checkbox"/> 討論法 <input type="checkbox"/> 演習法 <input type="checkbox"/> 問答法 <input type="checkbox"/> 其他 _____			
評量方式	期中測驗 10% 期末測驗 60% 平時成績 30% 其他 _____ 成績 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> %			
授課使用及 參考書籍	(請按作者、書名、版別、出版商、發行地、出版年份、起訖頁數順序填寫)。 教師體適能指導手冊 1997 教育部印行			

## 科目簡介(可含大綱及教學進度)：

- 一、 課程簡介及體育課相關規定事項
- 二、 學生體適能測驗
- 三、 健跑運動
- 四、 羽毛球基本技能介紹
- 五、 羽毛球的示範演練及比賽
- 六、 排球基本技術介紹
- 七、 排球演練及測驗
- 八、 籃球基本動作介紹
- 九、 籃球分組比賽
- 十、 桌球基本動作介紹
- 十一、 桌球規則介紹
- 十二、 分組比賽級測驗
- 十三、 期末術科考試
- 十四、 期末筆試測驗

## 說明：

1. 授課教師於學期前填寫本表，經課程委員會審核後，影印分送給教師所屬課程委員會召集人，授課班級所屬系、所及教務處課務組；並於開始上課時，將本內容向學生說明。
2. 本表於 91.4.23 第四次校課程委員會討論通過。

課程委員會召集人：

體育室 戴偉謙 主任

授課教師：許惠明

課務組  
96.9.28  
校文書

開南大學 96 年度第 1 學期 體育室 體育 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	9/11	課程介紹	上課規定事項、考試項目、評分方法	2	永裕體育館
二	9/18	體適能檢測	立定跳遠、仰臥起坐、柔軟度	2	永裕體育館
三	9/26	體適能檢測	肌力及肌耐力測驗	2	永裕體育館
四	10/3	健走運動	30 分鐘跑走測驗	2	田徑場
五	10/10	國慶日	放假一天	2	
六	10/17	羽毛球	發球、高遠球	2	綜合大樓
七	10/24	羽毛球	基本步伐、分組比賽	2	綜合大樓
八	10/31	排球	低手托球	2	排球場
九	11/07	排球	低手及上手托球	2	排球場
十	11/14	排球	低手發球及上手發球	2	排球場
十一	11/21	籃球	運球、傳球	2	室外籃球場
十二	11/28	籃球	一分鐘罰球線運球上籃	2	室外籃球場
十三	12/05	籃球	分組比賽	2	室外籃球場
十四	12/12	桌球	反拍對牆擊球	2	至誠樓
十五	12/19	桌球	正反拍發球、接發球	2	至誠樓
十六	12/26	桌球	兩人反拍對推及分組比賽	2	至誠樓
十七	1/02	術科測驗	考兩項術科	2	流動
十八	1/09	學科測驗	筆試測驗（運動傷害及體育常識）	2	永裕體育館

