

開南大學 96 年度第 2 學期 體育室 體育二高爾夫 教學計畫表

課程編號	0	0	2	0	1	0	3	2	0	<input checked="" type="checkbox"/> 必修 <input type="checkbox"/> 選修	授課教師：林國棟 老師 開課系所：體育室 年級班別：一年級各系班
班次	01										
課程名稱(中文)										學分數	課程名稱(英文)
體育二-高爾夫										0	
教學目標與內容	<p>一、教學目標：</p> <p>(一) 指導高爾夫之認知與技能。</p> <p>(二) 指導高爾夫技術練習、高爾夫競技欣賞。</p> <p>(三) 指導學生認識高爾夫、喜愛高爾夫，進而將高爾夫規劃為終身休閒運動。</p> <p>二、課程內容：</p> <p>(一) 高爾夫概論（沿起、歷史、國內外發展概況、配備及其他基本常識與禮儀）。</p> <p>(二) 高爾夫技術（基本動作、應用動作）。</p> <p>(三) 實際體驗。</p> <p>(四) 高爾夫競技欣賞、個人心得分享。</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_____										
評量方式	<p>期中測驗：實踐測驗20%</p> <p>期末測驗：實踐測驗0%、認知測驗20%</p> <p>平時成績：情意表現20%</p>										
授課使用及參考書籍	<p>一、體育教材教法與評量—高爾夫球，教育部，民國 86 年。</p> <p>二、國際最新高爾夫規則，中華民國高爾夫協會最新審定發佈。</p> <p>三、課堂講義。</p>										
科目簡介(含大綱及教學進度)	<p>一、教學大綱：</p> <p>(一) 高爾夫概論（課程說明、認識高爾夫、個人高爾夫技能監定）。</p> <p>(二) 高爾夫裝備（球具、球衣、球鞋、其他）。</p> <p>(三) 高爾夫禮儀。</p> <p>(四) 高爾夫基本動作練習（短鐵桿、中鐵桿、長鐵桿、木桿、挖起桿、推桿）。</p> <p>(五) 應用技術（短鐵桿、中鐵桿、長鐵桿、木桿、挖起桿、推桿）。</p> <p>(六) 實際體驗（影片欣賞、現場體驗、臨場觀摩）。</p> <p>二、教學進度：如附表。</p>										
備註	<p>一、以在校內上課為主，校內上課使用空心球。</p> <p>二、依學習進度，視情形安排至校外練習場擊實心高爾夫球（租用練習場之球，每盒 30 元，每次上課擊 2 盒球，同學自行購買）。</p> <p>三、技術進度快時，另行安排至迷你球場（短距離洞）或至正式球場體驗。</p> <p>四、上課球具學校備有 P 桿、7 號桿、5 號木桿及推桿供同學使用。（能自備球具者更佳）</p> <p>五、赴校外上課之交通，由同學自行處理。</p>										

課程委員會召集人：

授課教師：林國棟

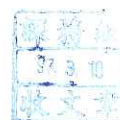


課務組員 郭惠嫻



開南大學 96 年度第 2 學期 體育室 體育二高爾夫 教學進度表

週次	單元名稱	主要教學內容	時數	教室
一	高爾夫概論	課程說明、分組 認識高爾夫、高爾夫影片欣賞	2	體育館
二	基本動作練習(一)	認識高爾夫器備、禮儀	2	體育館
三	基本動作練習(二)	揮桿擊球基本動作練習(站姿、取距離、取擊球點、握桿、置桿、上桿、揮桿、收桿)	2	體育館
四	基本動作練習(三)	短鐵桿練習 1/2 揮桿擊球練習(女生用 P 桿或男生用 7 號桿)	2	體育館
五	基本動作練習(四)	揮桿原理(上桿、揮桿、收桿、轉肩、轉腰) 短鐵桿 3/4 揮桿擊球練習(P 桿或 7 號桿)	2	體育館
六	基本動作練習(五)	揮桿原理(起桿、揮桿、收桿、旋轉原理) 短鐵桿(P 桿或 7 號桿)全揮桿擊球練習	2	體育館
七	基本動作練習(六)	推桿練習	2	體育館
八	術科測驗(一)	推桿測驗	2	體育館
九	期中考週	第一次術科測驗補考 高爾夫影片欣賞	2	體育館
十	應用技術練習(一)	中、長鐵桿練習(6、5、4、3 號鐵桿練習)	2	體育館
十一	應用技術練習(二)	木桿練習(5、4、3 號木桿練習)	2	體育館
十二	應用技術練習(三)	100 碼以內之擊球技巧與準確度練習	2	體育館
十三	綜合練習(一)	準度與速度綜合練習	2	體育館
十四	綜合練習(二)	準度與速度綜合練習	2	體育館
十五	術科測驗(二)	P 桿 50 碼擊準測驗	2	體育館
十六	術科測驗(三)	7 號桿擊遠測驗	2	體育館
十七	認知測驗	筆試	2	體育館
十八	期末考週	補考	2	體育館



課務組郭惠珊
辦事