

19

開南大學 95 學年度第一學期大一體育課課程綱要

一、授課教師：許峯池

二、授課班級：公管一 B、航管一 A、資電一 B

三、教學目標

- A. 認識桌球、羽球、排球、籃球等運動及基本比賽規則。
- B. 學習各項運動的基本正確動作，提升運動技能。
- C. 能從事該運動並於日常生活中養成運動習慣，達到身心發展之健全。

四、課程規劃：

	日期	上課內容	地點
單元一	10/01－10/28	桌球	至誠樓 B1
單元二	10/29－11/25	羽球	行政大樓 6 樓
單元三	11/26－12/23	排球	排球場
單元四	12/24－1/20	籃球	籃球場

五、作業規定及學習評鑑

- A. 出缺席 30%：事假一律事先請假；病假請附醫師診斷證明或藥包。若無故曠課三次，成績以不及格論。全學期請假超過六次，依學校規定該科一律扣考。
- B. 術科測驗 40%：桌、羽、排、籃球各佔 10%，每單元最後一週進行測驗。
- C. 上課表現 15%：上課應穿著運動服裝及運動鞋（一律不准穿著牛仔褲、拖鞋、涼鞋等上課），並積極參與活動、學習。
- D. 作業 15%：觀賽心得報告一篇，1/12 前繳交。於本學期結束前參與或觀賞一項球類運動之比賽，於觀賞後書寫一份心得報告，內容包含該比賽之介紹（時間、地點、規則）比賽情形及觀賞心得，電腦打字，字型大小 12，1.5 倍行高，新細明體，至少兩頁。



六、注意事項

- A. 確實遵守上課規定並遵照運動場地使用規範，注意安全。
- B. 器材借用一律由體育股長上課前攜帶學生證登記借用與清點歸還，如有惡意毀壞或遺失需照價賠償。
- C. 本身有先天性疾病或不適合劇烈運動之同學應在第一週知會老師。於課堂中身體不適者，也應立即告知老師。

七、教學計畫表

週次	日期	單元名稱	主要教學內容	時數	地點
1	09/25-10/01	桌球	課程介紹－上課規定考試方式評量標準及評量方法。	2	桌球室
2	10/02-10/08	桌球	桌球導論－桌球運動之起源、比賽規則、設備及器材介紹、球拍握法。	2	桌球室
3	10/09-10/15	桌球	國慶放假	2	
4	10/16-10/22	桌球	桌球握拍基本動作－球拍握法介紹、對牆反拍推擋練習。	2	桌球室
5	10/23-10/29	桌球	發球－正拍正旋球發球練習、反拍倒旋球發球練習。	2	桌球室
6	10/30-11/05	羽球	羽球導論－羽球運動之起源、比賽規則、設備及器材介紹、球拍握法。	2	羽球館
7	11/06-11/12	羽球	發球動作之介紹－高遠發球、短發球分組練習。	2	羽球館
8	11/13-11/19	羽球	正、反手高遠球動作介紹，分組練習。	2	羽球館
9	11/20-11/26	期中考	桌球、羽球技術測驗。		羽球館
10	11/27-12/03	排球	排球概論、肩上發球。	2	排球場
11	12/04-12/10	排球	低手發球，分組指導及綜合練習。	2	排球場
12	12/11-12/17	排球	低手接球，分組指導及綜合練習。	2	排球場
13	12/18-12/24	排球	接發球，分組指導及綜合練習。	2	排球場
14	12/25-12/31	籃球	指導及籃球概論、傳球（雙手、單手、地板、背後、胯下），分組練習。	2	籃球場
15	01/01-01/07	籃球	運球，分組指導及練習。	2	籃球場
16	01/08-01/14	籃球	投籃－立定投籃，分組指導及綜合練習。	2	籃球場

17	01/15-01/21	籃球	上籃一分組指導、分組比賽及綜合練習。	2	籃球場
18	01/22-01/28	期末考	認知評量、技術測驗補考。	2	籃球場