

開南管理學院體育課程教學計劃

一、課程名稱：一般體育

二、授課老師：楊清瓏

三、授課年度：九十四學年度第一學期

四、必選修：

五、開課年級：一年級(法律學系 B)

六、學分數：

七、每週授課時數：二小時

八、教學目標：

1. 瞭解壘球、羽球、籃球運動的內涵。
2. 培養壘球、羽球、籃球技能。
3. 提供運動休閒活動。

九、課程摘要：

1. 壘球、羽球、籃球概論。
2. 基本動作技術。
3. 比賽規則。
4. 戰術戰略。

十、授課方法：

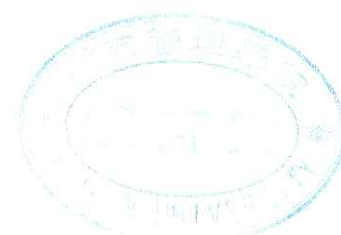
1. 講解法 2. 實作法 3. 討論法 4. 演練法 5. 問答法 6. 其他

十一、評量方式：

術科	常識	學習態度	總成績	備註欄
60%	10%	30%	100%	

十二、參考用書：

1. 壘球入門、籃球入門、羽球入門(體育委員會編輯)
2. 壘球、籃球、羽球規則(各單項協會協會編輯)



一般體育課教學內容與進度

任課老師：楊清瓏

週次		教學內容	時數	備註
1	壘球	壘球概論投球、接球之基本動作與演練	2	
2	壘球	投球、接球、守備之基本動作與演練	2	
3	壘球	打擊、跑壘之基本動作與演練	2	
4	壘球	打擊、跑壘之基本動作與演練	2	
5	壘球	壘球規則、分組比賽與個別指導	2	
6	羽球	羽球概論，握拍法、持球法、預備擊球動作、正手低手擊球、反手低手擊球、發長球分組練習	2	
7	羽球	正手低手擊球、反手低手擊球、發長球、分組訓練	2	
8	羽球	正手、反手、平抽、擋等動作技巧訓練	2	
9		期中考	2	
10	羽球	比賽規則、分組比賽	2	
11	籃球	籃球概論、持球、運球、傳球動作技術	2	
12	籃球	投籃、籃板球	2	
13	籃球	防守、一對一	2	
14	籃球	比賽規則、分組比賽	2	
15	籃球	比賽規則、分組比賽	2	
16		術科考試	2	
17		術科考試	2	
18		期末考	2	

課務組
94.10.20
收文章