

開南管理學院 94 年度第 2 學期進修部體育四(高爾夫)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
052021240 -01	中文：體育四高爾夫	林國棟	<input checked="" type="checkbox"/> 必修 <input type="checkbox"/> 選修	二年級	0	2 (四/11、12) (六/14:00起)
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) 指導學習高爾夫技術、欣賞高爾夫競技</p> <p>(三) 培養學生認識高爾夫、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、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 (迷你球場實際體驗 18 洞)</p> <p>(四) 高爾夫競技欣賞、個人心得分享</p>					
實施方法	<p><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 ()</p> <p>一、第一週至第四週在校內上課</p> <p>二、第五週～第八週預定赴南崁中華高爾夫練習場上課</p> <p>三、第十週起改為每星期六赴林口台北高爾夫球場上課</p> <p>四、校外上課需同學自行前往</p> <p>四、校外上課擊球費用需由同學另行付費，費用預計如下：</p> <p>(一) 中華高爾夫練習場擊球費用每次約需 50 元</p> <p>(二) 台北高爾夫球場迷你球場打 18 洞擊球費用每次約需 400 元</p>					
評量方式	<p>一、術科測驗 60%：推桿、短桿、迷你球場 18 洞成績</p> <p>二、認知測驗 20%：高爾夫常識、高爾夫規則、高爾夫禮儀、其他體育時事</p> <p>三、學習態度 20%：出席狀況、學習態度、運動精神</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體育運動總會。</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、個人高爾夫技能鑑定)</p> <p>(二) 高爾夫裝備 (球具、球衣、球鞋)</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、球場觀摩)</p> <p>二、教學進度：如附表</p>					

課程委員會召集人：

授課教師：林國棟



課務組
95.3.23
收文章

開南管理學院 94 年度第 2 學期進修部體育四(高爾夫)教學進度表

週次	日期	單元名稱	主要教學內容	時數	教室
一	2/23	高爾夫概論	課程說明、分組 認識高爾夫、高爾夫影片欣賞	2	永裕體育館
二	3/02	基本動作練習(一)	擊球準備(站姿、握桿、置桿、 起桿、下乾、揮桿、收桿) 短鐵桿(P桿或7號桿)1/2揮 桿擊球練習	2	永裕體育館
三	3/09	基本動作練習(二)	揮桿原理(起桿、揮桿、收桿) 短鐵桿(P桿或7號桿)3/4揮 桿擊球練習	2	永裕體育館
四	3/16	基本動作練習(三)	揮桿原理(重心轉移) 短鐵桿(P桿或7號桿)全揮桿 擊球練習	2	永裕體育館
五	3/23	基本動作練習(四)	揮桿原理(綜合練習) 短鐵桿全揮桿	2	校外 (預定中華高爾夫練習場)
六	3/30	基本動作練習(五)	中鐵桿全揮桿	2	(預定中華高爾夫練習場)
七	4/06	基本動作練習(六)	中鐵桿全揮桿	2	(預定中華高爾夫練習場)
八	4/13	基本動作練習(七)	推桿練習	2	(預定中華高爾夫練習場)
九	4/20	術科測驗(一)	推桿測驗	2	(預定中華高爾夫練習場)
十	4/27	期中考週	第一次術科測驗補考	2	(預定中華高爾夫練習場)
十一	5/04	應用技術練習(一)	挖起桿(迷你球場體驗)	半天	校外 (預定台北高爾夫球場)
十二	5/11	應用技術練習(二)	長鐵桿(迷你球場體驗)	半天	(預定台北高爾夫球場)
十三	5/18	應用技術練習(三)	木桿(迷你球場體驗)	半天	(預定台北高爾夫球場)
十四	5/25	綜合練習	綜合練習(迷你球場體驗)	半天	(預定台北高爾夫球場)
十五	6/01	術科測驗(二)	50碼擊準測驗(迷你球場體驗)	半天	(預定台北高爾夫球場)
十六	6/08	術科測驗(三)	7號桿擊遠測驗(迷你球場體驗)	半天	(預定台北高爾夫球場)
十七	6/15	認知測驗	筆試、心得分享	2	永裕體育館
十八	6/22	期末考週	補考	2	永裕體育館

