

93 學年度第二學期木球課程綱要

週次	日期	單元名稱	主要教學內容	時數	備註
1	2.22	課程介紹	課程介紹	2	
2	3.01	木球介紹	握桿、長揮桿、短揮桿、碰撞動作，分組練習	2	
3	3.08	長揮桿模擬	長揮桿動作介紹、距離判定、地質地形研判，分組練習	2	
4	3.15	長揮桿實作	長揮桿動作介紹及碰撞、全身協調修正，分組練習	2	
5	3.22	技能測驗(1)	拉線 40 公尺長揮桿	2	
6	3.29	瞄準與碰撞	短桿動作介紹及練習	2	
7	4.05	碰撞	短桿動作介紹及碰撞練習	2	
8	4.12	修正桿	修正桿講解及練習	2	
9	4.19	技能測驗	18 公尺修正桿測驗	2	
10	4.26	攻門與判定	攻門介紹及練習	2	
11	5.03	平時測驗(2)	三公尺攻門測驗	2	
12	5.10	長桿修正桿	長桿加修正桿練習	2	
13	5.17	修正桿攻門	修正桿加攻門練習	2	
14	5.24	比賽模擬	長桿、修正桿、攻門聯合練習	2	
15	5.31	規則與風度	規則講解、綜合分組練習、3 道小型比賽測驗	2	
16	6.07	期末測驗(3)	3 道小型比賽測驗	2	
17	6.14	期末筆試	3 道小型比賽測驗	2	
18	6.21	期末考	綜合檢討	2	

課程委員會召集人：

體育室主任 廖貴鋒

授課教師：王宗吉