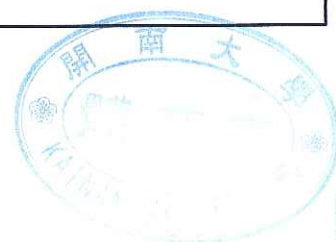


開南大學 95 年度第二學期 體育學系科目教學計畫表

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
00>0>0440 -02.01 04	中文： 體育四-排球	施文龍	<input checked="" type="checkbox"/> 必修 <input type="checkbox"/> 選修	二年級	0	二小時
	英文：	先修課程				
教學目標 與 內容	<p>目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 培養學生對排球運動的興趣。</li> <li>2. 養成正確的學習觀念。</li> <li>3. 認識比賽方式及規則。</li> </ol> <p>內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1、 排球運動基本認識（簡史、規則、場地、設備、準備活動）</li> <li>2、 傳球法（下手、上手）步伐練習（側併步、交叉步、跑步）</li> <li>3、 發球接發球</li> <li>4、 各種扣球法（手型）及助跑練習</li> <li>5、 傳舉球練習</li> <li>6、 攔網練習</li> <li>7、 綜合練習及比賽、隊型及攻防型態</li> <li>8、 規則解析、裁判法</li> <li>9、 術科測驗、補考</li> </ol>					
實施方法	<input type="checkbox"/> 講解法 <input type="checkbox"/> 實作法 <input type="checkbox"/> 討論法 <input type="checkbox"/> 演習法 <input type="checkbox"/> 問答法 <input type="checkbox"/> 其他（ ）					
評量方式	期中測驗 30% 期末測驗 30% 平時成績 40% 其他（ ） 成績 100%					
授課使用 及 參考書籍						
科目簡介 (含大綱及 教學進 度)	<p>(一) 排球運動概論及簡介</p> <p>(二) 個人基本動作及傳球法、步伐練習</p> <p>(三) 進階練習（發球、接發球、各種扣球法）</p> <p>(四) 進階練習（傳舉球練習、攔網練習、練習隊型）</p> <p>(五) 複合練習</p> <p>(六) 測驗</p>					

課程委員會召集人：

授課教師：施文龍



課務組
96.5.16
收文章

開南大學九十五學年度第二學期體育課程教學進度表

週次	日期	單元名稱	主要教學內容	教學時數	授課教室
一		教學課程說明	排球運動基本認識(簡史、規則、場地、設備、準備活動)	2	室內排球場
二		下手傳球	下手傳球(原地對空墊球、跑動對傳);步伐練習(側併步、交叉步、跑步)	2	室內排球場
三		上手傳球練習	上手傳球(原地對空托球、跑動對傳);步伐練習(側併步、交叉步、跑步)	2	室內排球場
四		發球練習 (低手發球)	發球練習:(1)各種發球法背景介紹(2)各種發球手型與身體型態介紹(3)低手、肩上漂浮球(砍式)發球練習(4)二人小組發球練習	2	室內排球場
五		發球練習 (肩上漂浮球)	發球接發球練習:(1)肩上漂浮球(砍式)發球練習(2)接發球動作型態及判斷能力要點介紹與練習	2	室內排球場
六		扣球練習 (助跑與擺臂)	原地扣球練習:(1)扣球手型介紹(2)扣球擺臂及身體型態(3)二人小組扣球	2	室內排球場
七		扣球練習 (快攻)	正面近身快攻助跑扣球練習:(1)快攻種類介紹(2)正面進身快攻助跑與起跳、扣球練習	2	室內排球場
八		扣球練習 (長攻)	正面長攻助跑扣球練習:(1)長攻種類介紹(2)正面長攻助跑與起跳、扣球練習	2	室內排球場

九	舉球練習	傳舉球練習：(1) 二傳手功能介紹(2) 正面快攻傳舉球練習(3) 正面長攻傳舉球練習	2	室內排球場
十	攔網練習	攔網練習：(1) 攔球手型動作介紹與練習(2) 攔球起跳與時間之應用	2	室內排球場
十一	綜合練習	綜合練習：(1) 單項技術複習(2) 發球、接發球、傳舉球、扣球與攔球、防守等綜合練習	2	室內排球場
十二	隊形編排	隊型編排、攻防型態介紹：(1) 球隊組成、隊型，技、戰術及防反型態介紹(2) 分組比賽	2	室內排球場
十三	規則講解	規則解析、裁判模擬演練與討論：(1) 規則解析(2) 分組比賽與裁判執法練習	2	室內排球場
十四	分組比賽	綜合練習、裁判模擬演練與討論：(1) 練習比賽(2) 裁判執法練習	2	室內排球場
十五	分組比賽	綜合練習、裁判模擬演練與討論：(1) 練習比賽(2) 裁判執法練習	2	室內排球場
十六	術科測驗	術科測驗	2	室內排球場
十七	筆試測驗	筆試測驗	2	室內排球場
十八	補考	總整理、補考	2	室內排球場

課程		教學時數		任課教師	採用教材	補充教材
排球		每週	全期	施文龍	排球運動（北京，人民體育出版社；2005）	2004國際排球規則；排球運動史話（胡文雄、蔡崇濱；1997）
		2小時	36小時			
週次	月/日	進度			備註	
		預備週				
1		排球運動基本認識（簡史、規則、場地、設備、準備活動）				
2		下手傳球（原地對空墊球、跑動對傳）；步伐練習（側併步、交叉步、跑步）				
3		上手傳球（原地對空托球、跑動對傳）；步伐練習（側併步、交叉步、跑步）				
4		發球練習：（1）各種發球法背景介紹（2）各種發球手型與身體型態介紹（3）低手、肩上傳球				
5		發球接發球練習：（1）肩上傳球（砍式）發球練習（2）接發球動作型態及判斷能力要點介紹				
6		原地扣球練習：（1）扣球手型介紹（2）扣球擺臂及身體型態（3）二人小組扣球				
7		正面近身快攻助跑扣球練習：（1）快攻種類介紹（2）正面近身快攻助跑與起跳、扣球練習				
8		正面長攻助跑扣球練習：（1）長攻種類介紹（2）正面長攻助跑與起跳、扣球練習				
9		期 中 考				
10		傳舉球練習：（1）二傳手功能介紹（2）正面快攻傳舉球練習（3）正面長攻傳舉球練習				
11		攔網練習：（1）攔球手型動作介紹與練習（2）攔球起跳與時間之應用				
12		綜合練習：（1）單項技術複習（2）發球、接發球、傳舉球、扣球與攔球、防守等綜合練習				
13		隊型編排、攻防型態介紹：（1）球隊組成、隊型、技、戰術及防反型態介紹（2）分組比賽				
14		規則解析、裁判模擬演練與討論：（1）規則解析（2）分組比賽與裁判執法練習				
15		綜合練習、裁判模擬演練與討論：（1）練習比賽（2）裁判執法練習				
16		學、術科測驗				
17		學、術科測驗				
18		術科補考				

