

開南管理學院 94 學年度第一學期 (應日-A) 體育教學計畫表

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
002010010	中文：體育一	林國棟	<input checked="" type="checkbox"/> 必修 <input type="checkbox"/> 選修	應日-A	0	2(四/8、9)
--12	英文：	先修課程				
教學目標 與 內容	<p>一、教學目標：</p> <p>(一) 指導學生學習各種運動之知識與技能</p> <p>(二) 指導學生借運動鍛鍊健全身心</p> <p>(三) 培養學生運動興趣，選擇終身運動種類並養成規律運動習慣</p> <p>二、課程內容：</p> <p>(一) 運動認知 (探討各種運動之歷史沿起、運動原理、運動效能、國內外發展概況、其他基本常識與禮儀)</p> <p>(二) 運動技能 (學習各種運動之基本動作、應用動作、比賽及規則與裁判)</p> <p>(三) 各種運動競技欣賞、心得分享</p>					
實施方法	<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 ( )					
評量方式	<p>期中 (運動技能) 測驗 60%：</p> <p>① 桌球對牆擊推檔球 ② 壘球對牆擲準 ③ 排球二人托球</p> <p>期末 (運動認知) 測驗 20%</p> <p>平時 (學習精神) 成績 20%</p>					
授課使用及 參考書籍	<p>一、體育教材教法與評量—桌球、壘球、排球，教育部，民國 86 年。</p> <p>二、體育相關網站</p>					
科目簡介 (含大綱及 教學進度)	<p>一、教學大綱：</p> <p>(一) 體能檢測：健康體能檢測</p> <p>(二) 桌球運動：</p> <p>1、桌球入門：球感體驗—對空擊球、對空相互對擊、對牆擊球</p> <p>2、基本動作：正手發不旋長球—反手推檔球</p> <p>反手發不旋長球—正手平擊球</p> <p>3、桌球規則、比賽</p> <p>(三) 壘球運動：</p> <p>1、基本動作：傳接球、擲準</p> <p>2、慢速壘球規則、比賽</p> <p>(四) 排球運動：</p> <p>1、基本動作：低手傳球、上手傳球、發球、殺球</p> <p>2、排球規則、比賽</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

5

課務組  
94.10.20  
收文章

94.10.20



開南管理學院 94 學年度第一學期 (應日-A) 體育教學進度表

週次	日期	單元名稱	主要教學內容	教學時數	授課教室
一	09/22	課程說明	一、課程說明 二、桌球常識	2	健身房
二	09/29	桌球	一、桌球入門：對空擊球、對牆擊球、對牆擊推擋球 二、基本動作：正手發不旋長球、反手推擋球	2	桌球教室
三	10/06	桌球	一、基本動作：反手發不旋長球、正手平擊球 二、桌球規則、單打比賽	2	桌球教室
四	10/13	桌球	一、桌球規則 二、雙打比賽	2	桌球教室
五	10/20	桌球	測驗 (對牆擊推擋球)	2	桌球教室
六	10/27	壘球	一、基本動作：傳接球 二、排壘球比賽	2	壘球場
七	11/03	壘球	一、基本動作：擲準 二、足壘球比賽	2	壘球場
八	11/10	壘球	一、壘球規則 二、慢速壘球比賽	2	壘球場
九	11/17	壘球 (期中考週)	壘球測驗 (對牆擲準)	2	壘球場
十	11/24	壘球	體能檢測 (體脂肪、肌力、柔軟度、心肺耐力)	2	壘球場
十一	12/01	排球 (室外)	高爾夫介紹與體驗	2	室外排球場
十二	12/08	排球 (室內)	一、基本動作：低手傳球、上手傳球、發球 二、應用動作：殺球	2	體育館
十三	12/15	排球 (室外)	飛盤介紹與體驗	2	室外排球場
十四	12/22	排球 (室內)	一、排球規則 二、九人制比賽	2	體育館
十五	12/29	排球 (室內)	測驗 (對牆托球) (教學評鑑)	2	體育館
十六	01/05	學科測驗	筆試	2	體育館
十七	01/12	術科測驗	術科補考、心得分享	2	體育館
十八	01/19	(期末考週)	補考、總複習	2	體育館