**國立中正大學課程大綱**

**National Chung Cheng University Syllabus**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **課號****course code** | 112\_1\_9021001\_13 | **全英文授課****EMI** | **□是 V否** |
| **課程類別****course type** | **□人文關懷課程 □競賽專題課程 □問題導向課程****□專題導向課程 □總整課程 V實作課程****□實習 □其他**  |
| **課程名稱（中文）****Chinese course name** | 體育（一） |
| **課程名稱（英文）****English course name** |  |
| **學年/學期****academic year /semester** |  112/1 |

|  |
| --- |
| **學分****credits** |

 | 0 |
| **學系（所）****department** |   | **必選修****required/selected** | **V必修 □選修** |
| **上課時間****class hours** | Mon, 16-18:00  | **上課地點****classroom** |  |
| **教師****instructor**  |  楊亮梅 | **教師 email****Instructor’s email** | lmyang105@yahoo.com |
| **助教****teaching assistant** |   | **助教email****TA’s email** |  |
| **先修科目或****先備能力****prerequisites** |  |
| **課程概述****course descriptions** | 本課程著重於讓學生體驗不同運動類型，並學習各運動類型之基本能力。 |
| **學習目標****learning objectives** | 促進學生成為間接及直接運動參與者 |
| **教科書及參考書****textbooks and** **references** |  |
| **教學要點概述** |
| **教材編選****teaching** **materials** | **V自製簡報(ppt) □課程講義 □自編教科書****□教學程式 V自製教學影片 V其他** |
| **教學方法****teaching** **methods**  | **V講述 □小組討論 □學生口頭報告 □問題導向學習****□個案研究 V其他** |
| **評量工具****Evaluation****tools** | **□期中考 V期末考 V隨堂測驗 □隨堂作業****□課後作業 □期中報告 □期末報告 □專題報告****□評量尺規 □其他** |
| **教學資源****teaching** **resources** | **V課程網站 V教材電子檔供下載 □實習網站** |
| **教師****相關訊息****instructor’s** **information** |  |
| **每週課程內容****weekly scheduled contents** |
| 第 一 週：課程介紹、運動場館參觀 |
| 第 二 週：桌球---發球與推擋、規則介紹 |
| 第 三 週：桌球---正/反拍擊球、規則介紹 |
| 第 四 週：桌球---下旋球、分組團體賽 |
| 第 五 週：桌球---綜合練習、個人排名賽預賽 |
| 第 六 週： 10/10調整放假 |
| 第 七 週：游泳---水中運動之特性---漂浮與打水 |
| 第 八 週：游泳---水中體能訓練 & 自救能力測驗 |
| 第 九 週：桌球---個人排名賽決賽 |
| 第 十 週：網球運動的特性與球感 |
| 第十一週：網球正手拍技術分析與練習 |
| 第十二週：網球反手拍技術分析與正反拍練習 |
| 第十三週：網球綜合練習與雙打遊戲 |
| 第十四週：網球測驗 |
| 第十五週：足壘球運動 |
| 第十六週： 體適能教育/健身運動介紹、肌肉適能檢測 |
| 第十七週： 立定跳、心肺適能測驗及體適能處方介紹 |
| 第十八週：期末考週 (筆試) 、各項測驗補考 |
| **核心能力****core competencies**  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| **核心能力****Core competency** | **本課程與核心能力關聯強度****Degrees of related to core competencies** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| **專業能力****Specific****competency**  | **專業能力1** |  |  |  |  |  |
| **專業能力2** |  |  |  |  |  |
| **專業能力3** |  |  |  |  |  |
| **專業能力4** |  |  |  |  |  |
| **專業能力5** |  |  |  |  |  |
| **共通能力****General****Competence** | **共通能力1** |  |  |  |  |  |
| **共通能力2** |  |  |  |  |  |
| **共通能力3** |  |  |  |  |  |
| **共通能力4** |  |  |  |  |  |
| **共通能力5** |  |  |  |  |  |

**註：關聯強度以五點量表標示，1表示沒有關聯，5表示非常有關聯。** |