**國立中正大學課程大綱**

**National Chung Cheng University Syllabus**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **課號**  **course code** | | 112\_1\_9021001\_18 | **全英文授課**  **EMI** | | **□是 ■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 ■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** | | 體育（一） | | | |
| **學年/學期**  **academic year /semester** | | 112-01 | | |  | | --- | | **學分**  **credits** | | 0 |
| **學系（所）**  **department** | | 體育中心 | | **必選修**  **required/selected** | **■必修 □選修** |
| **上課時間**  **class hours** | | 三4.5 | | **上課地點**  **classroom** | 體育場館 |
| **教師**  **instructor** | |  | | **教師 email**  **Instructor’s email** |  |
| **助教**  **teaching assistant** | |  | | **助教email**  **TA’s email** |  |
| **先修科目或**  **先備能力**  **prerequisites** | | 無 | | | |
| **課程概述**  **course descriptions** | | 大一體育課程，設計為四個運動項目的方式，每學期由體育教學中心依場地與班次排定四個運動項目，並經由體適能檢測強化學生基本體能。本課程引導學生了解運動的基本技術，進行基本的體能訓練，並融合分組團體學習、動作示範等方式，增加上課樂趣，進而引導學生建立終生運動之習慣。 | | | |
| **學習目標**  **learning objectives** | | 1. 了解四項運動項目的基本技術 2. 基本體能訓練 3. 對運動產生興趣，進而建立終身運動習慣 | | | |
| **教科書及參考書**  **textbooks and**  **references** | | 無（請尊重智慧財產權，不得非法影印教師指定之教科書籍） | | | |
| **教學要點概述** | | | | | |
| **教材編選**  **teaching**  **materials** | **□自製簡報(ppt) □課程講義 □自編教科書**  **□教學程式 □自製教學影片 ■其他** | | | | |
| **教學方法**  **teaching**  **methods** | **■講述 □小組討論 □學生口頭報告 □問題導向學習**  **□個案研究 □其他** | | | | |
| **評量工具**  **Evaluation**  **tools** | **□期中考 ■期末考 □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** | **□課程網站 □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** | | | | | |
| Week 1課程、場地、授課方式、成績評量等介紹說明 | | | | | |
| Week 2羽球握拍法及基本步伐介紹、網前球擊球介紹與練習 | | | | | |
| Week 3 羽球平擊球介紹與練習 | | | | | |
| Week 4 羽球高遠球介紹與練習 | | | | | |
| Week 5 羽球高遠球介紹與練習 | | | | | |
| Week 6 游泳自由式/蛙式 打水練習 | | | | | |
| Week 7 游泳自由式/蛙式 手部滑水練習 | | | | | |
| Week 8 游泳自由式/蛙式 閉氣手腳聯合 | | | | | |
| Week 9 游泳自由式/蛙式 換氣練習 | | | | | |
| Week 10 排球運動基本常識簡介，包括場地、器材設備、術語介紹 | | | | | |
| Week 11 排球發球：基本動作 | | | | | |
| Week 12 排球接發球：基本動作 | | | | | |
| Week 13 排球舉球、扣球 | | | | | |
| Week 14 體適能測驗 | | | | | |
| Week 15 體適能測驗 | | | | | |
| Week 16 籃球運球、球感練習 | | | | | |
| Week 17 籃球基本投籃練習 | | | | | |
| Week 18 期末考週 | | | | | |
| **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 羽球接發球** |  |  |  |  | √ | | **專業能力2 游泳自浮** |  |  |  |  | √ | | **專業能力3 排球舉球** |  |  |  |  | √ | | **專業能力4 籃球運球** |  |  |  |  | √ | | **專業能力5** |  |  |  |  |  | | **共通能力**  **General**  **Competence** | **共通能力1 健康體能及身心整體發展，建立良好健康體適能。** |  |  |  |  | √ | | **共通能力2基本運動能力培養。** |  |  |  |  | √ | | **共通能力3熟練專項技術，培養專項運動能力。** |  |  |  |  | √ | | **共通能力4培養終身運動習慣，增進多元化的運動參與。** |  |  |  |  | √ | | **共通能力5 健康體能及身心整體發展，培養運動能力及建立良好健康體適能。** |  |  |  |  | √ |   **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。** | | | | | |