

淡江大學 97 學年度第 1 學期課程教學計劃表

壹、科目名稱：女生大一體育(日文一 A)

貳、授課老師：洪光燦

參、開課系所班級：

肆、必選修：必

伍、學分數：0

陸、先修科目：

柒、教學內容及進度：

第一單元(時間：09/08~10/03。地點：體育館 4 樓排球場)

- 上課方式規定給分內容介紹。
- 排球基本動作：發球、接發球動作講述。
- 小組比賽。

第二單元(時間：10/06~10/31。地點：游泳館)

- 游泳池安全講述。
- 水中適應：水中走路、水中悶、吐氣、正面飄浮、抱膝水母飄及換氣、水中站立、蹬牆飄浮、原地蹬飄、仰飄。
- 游泳基本動作介紹：手腳整合練習
- 測試：

第三單元(時間：11/03~12/05 地點：體育館 3 樓桌球教室)

- 桌球基本動作介紹、(發球、接發球)。
- 測試

第四單元(時間：12/08~12/31。體育館 3 樓重量訓練室)

- 重量訓練器材講述
- 測試

捌、授課方式：講述、練習

玖、教學設備：排球、浮板、桌球拍。

拾、成績考核方式：

	出席勤惰及運動道德精神：40%。
	術科考試：60%。 評量標準：依動作正確、流暢性、完成與否給分。
備註	● 無故缺席，每次扣學期成績 5 分，遲到早退扣 1 分(3 次曠課，恕無法給予學期成績)。任何需請假，請依據學校規定請假否則視為曠課。(公假者需提出證明，不扣分)。假單請於下次上課交給教師，逾期視則為曠課。