

淡江大學 98 學年度第 1 學期課程教學計畫表

科目：女生軟式排球興趣班

授課教師：楊總成

備 註	本門課全程採用軟式排球上課，上課時可降低擊球時疼痛感。適合所有初學者選修。	
課程目標	1. 增進軟式排球基本技能運用。2. 瞭解裁判手勢及比賽的賽制。3. 培養團隊運動精神。	
課程內容	1. 團隊攻擊與防守演練。2. 裁判手法認知及運用。3. 瞭解團隊比賽進行方式。	
教材進度	週次	教材進度
	一	比賽方式、場地器材介紹以及運動防護的處理與認知。
	二	發球及接發球(三人練習)、高手傳球練習。基本裁判法講述(一)。
	三	扣球及助跑練習、高手傳球與扣球配合練習。基本裁判法講述(二)。
	四	整合練習(小組比賽)。基本裁判法講述(三)。
	五	整合練習(小組比賽)。比賽暫停時機講述。(一)。
	六	整合練習(隊伍分組)及隊名、隊長、隊呼制訂。比賽暫停時機講述。(二)。
	七	整合練習(隊伍分組)裁判法手勢。比賽暫停時機講述。(三)。
	八	期中考-發球測試(短發球區--12球)。
	九	補考：發球測試(短發球區--12球)。整合練習(隊伍分組)
	十	學校期中考週停課一次(學期比賽賽程公佈及規定)
	十一	學期分組比賽以及事後檢討(一)。
	十二	學期分組比賽以及事後檢討(二)。
	十三	學期分組比賽以及事後檢討(三)。
	十四	學期分組比賽以及事後檢討(四)。
	十五	學期分組比賽以及事後檢討(五)。
	十六	分組比賽賽程--備案(六)。
	十七	整體賽後檢討(七)。
	十八	學校期末考週停課一次
給分標準	1. 期中考-發球測試：20%。 2. 期末考-比賽測驗：40%。 3. 出席勤惰及運動道德精神：40%。	
參考書目	1. ソフトバレーボールのルールと審判法 2. 國際排球規則。	

注意事項	● 無故缺席，每次扣學期成績 3 分，遲到早退扣 1 分（3 次曠課，恕無法給予學期成績），上課遲到 20 分內以遲到論。超過 20 分以曠課論。 ● 任何需請假者，請依據學校規定時間請假否則視為曠課。（公假者需假單，不扣分）。請假單請於下次上課親自交給教師，逾期視則為曠課。 ● 如有未盡適宜，則另行公佈。
------	--