

南台科技大學 95 學年度第 1 學期課程資訊

課程名稱	體育(保齡球)																																																				
課程編碼	04N00106																																																				
系所代碼	A																																																				
開課班級	夜二技資管四甲 夜二技英語四甲 夜二技幼保四甲 夜二技光電四甲 夜二技會資四甲 夜二技電子四甲																																																				
開課教師	連振杰																																																				
學分	0.0																																																				
時數	2																																																				
上課節次地點																																																					
必選修	自選必修																																																				
課程概述	1.保齡球運動的介紹。 2.基本技術。 3.規則常識。 4.測驗。																																																				
課程目標	1.瞭解並學習保齡球的動作要領。 2.學會保齡球各種球路。 3.培養對保齡球的興趣和終身運動的習慣。																																																				
課程大綱	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>週次</th> <th>日期</th> <th>教學單元</th> <th>內 容</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一</td> <td>09/19</td> <td>準備週</td> <td>1.學前準備,上課注意事項 2.服裝儀容,球場介紹 3.期中與 期末考項目說明,加、退選課</td> </tr> <tr> <td>二</td> <td>09/26</td> <td>課程介紹基本動作</td> <td>1.球場及球道與用具的介紹 2.熱身運動的介紹及 運用 3.步伐介紹(四步助走與五步助走的介紹與運用)</td> </tr> <tr> <td>三</td> <td>10/03</td> <td>球路介紹</td> <td>1.球路的種類與特性 2.直球介紹 3.分組練習</td> </tr> <tr> <td>四</td> <td>10/10</td> <td>雙十節</td> <td>雙十節放假</td> </tr> <tr> <td>五</td> <td>10/17</td> <td>放球時機</td> <td>1.助走,擺盪與放球時機及瞄準的實用性 2.分組練習</td> </tr> <tr> <td>六</td> <td>10/24</td> <td>直 球</td> <td>1.直球球路的介紹與動作修正 2.分組練習</td> </tr> <tr> <td>七</td> <td>10/31</td> <td>直 球</td> <td>1.直球球路練習與動作修正 2.分組練習</td> </tr> <tr> <td>八</td> <td>11/07</td> <td>術科測驗</td> <td>1.基本動作步伐與動作 2.一號-三號、三號-九號殘瓶解法</td> </tr> <tr> <td>九</td> <td>11/14</td> <td>期中考</td> <td>學校共同期中考夜間部學校上課</td> </tr> <tr> <td>十</td> <td>11/21</td> <td>飛碟球</td> <td>1.飛碟球球路的介紹及練習 2.分組練習。</td> </tr> <tr> <td>十一</td> <td>11/28</td> <td>飛碟球</td> <td>1.飛碟球球路練習與動作修正 2.分組練習。</td> </tr> <tr> <td>十二</td> <td>12/05</td> <td>綜合練習</td> <td>1.直球、飛碟球綜合練習 2.動作修正</td> </tr> </tbody> </table>	週次	日期	教學單元	內 容	一	09/19	準備週	1.學前準備,上課注意事項 2.服裝儀容,球場介紹 3.期中與 期末考項目說明,加、退選課	二	09/26	課程介紹基本動作	1.球場及球道與用具的介紹 2.熱身運動的介紹及 運用 3.步伐介紹(四步助走與五步助走的介紹與運用)	三	10/03	球路介紹	1.球路的種類與特性 2.直球介紹 3.分組練習	四	10/10	雙十節	雙十節放假	五	10/17	放球時機	1.助走,擺盪與放球時機及瞄準的實用性 2.分組練習	六	10/24	直 球	1.直球球路的介紹與動作修正 2.分組練習	七	10/31	直 球	1.直球球路練習與動作修正 2.分組練習	八	11/07	術科測驗	1.基本動作步伐與動作 2.一號-三號、三號-九號殘瓶解法	九	11/14	期中考	學校共同期中考夜間部學校上課	十	11/21	飛碟球	1.飛碟球球路的介紹及練習 2.分組練習。	十一	11/28	飛碟球	1.飛碟球球路練習與動作修正 2.分組練習。	十二	12/05	綜合練習	1.直球、飛碟球綜合練習 2.動作修正
週次	日期	教學單元	內 容																																																		
一	09/19	準備週	1.學前準備,上課注意事項 2.服裝儀容,球場介紹 3.期中與 期末考項目說明,加、退選課																																																		
二	09/26	課程介紹基本動作	1.球場及球道與用具的介紹 2.熱身運動的介紹及 運用 3.步伐介紹(四步助走與五步助走的介紹與運用)																																																		
三	10/03	球路介紹	1.球路的種類與特性 2.直球介紹 3.分組練習																																																		
四	10/10	雙十節	雙十節放假																																																		
五	10/17	放球時機	1.助走,擺盪與放球時機及瞄準的實用性 2.分組練習																																																		
六	10/24	直 球	1.直球球路的介紹與動作修正 2.分組練習																																																		
七	10/31	直 球	1.直球球路練習與動作修正 2.分組練習																																																		
八	11/07	術科測驗	1.基本動作步伐與動作 2.一號-三號、三號-九號殘瓶解法																																																		
九	11/14	期中考	學校共同期中考夜間部學校上課																																																		
十	11/21	飛碟球	1.飛碟球球路的介紹及練習 2.分組練習。																																																		
十一	11/28	飛碟球	1.飛碟球球路練習與動作修正 2.分組練習。																																																		
十二	12/05	綜合練習	1.直球、飛碟球綜合練習 2.動作修正																																																		

	十三	12/12	綜合練習	1.直球、飛碟球綜合練習 2.動作修正
	十四	12/19	綜合練習	1.直球、飛碟球綜合練習 2.動作修正
	十五	12/26	綜合練習	1.直球、飛碟球綜合練習 2.動作修正
	十六	01/02	術科期末考	三局總分
	十七	01/09	認知測驗	學校教室測驗
	十八	01/15	01/19 期末考	全校期末考
	給分標準			1.認知測驗 20% 2.出席勤惰與學習態度 20% 3.術科測驗 60%
	測驗項目			1.期中考—基本動作步伐與動作、一號、三號、三號-九號殘
	瓶解法。			2.期末考—三局總分
	參考書籍			保齡球入門
英文大綱				
教學方式	課堂講授, 實務操作,			
評量方法	自行設計測驗, 實作評量, 課程參與度(出席率),			
指定用書				
參考書籍				
先修科目				
教學資源				
注意事項				
全程外語授課				
授課語言 1				
授課語言 2				
輔導考照 1				
輔導考照 2				