

南台科技大學 103 學年度第 1 學期課程資訊

課程名稱	拳擊
課程編碼	04D02101
系所代碼	14
開課班級	高年級體育選修
開課教師	李政達
學分	1.0
時數	2
上課節次地點	
必選修	選修
課程概述	拳擊運動的發展，歷史久遠，在古代奧林匹克運動會即列為正式的比賽項目。可說是具有傳統的武術競技，但在台灣的發展，卻是參與人數較少的冷門項目。因基本拳種(直、勾、上擊)並不複雜，入門容易，可說是最有效率的格鬥技巧。因此，無論針對男、女同學的防身禦敵，均有直接且立即的幫助，這也是我們想將此項運動介紹，推廣的原因。
課程目標	
課程大綱	<ol style="list-style-type: none"> 1.拳擊運動的簡史、場地、器材、規則之簡介 2.選修拳擊需具備的條件和心理素質 3.基本動作講解 4.直拳介紹(攻擊) 5.直拳防禦(防守) 6.器材的輔助
英文大綱	
教學方式	
評量方法	
指定用書	無
參考書籍	國家 A 級教練講習手冊 中華民國拳擊協會 100、07、06~100、07、08
先修科目	
教學資源	
注意事項	<ol style="list-style-type: none"> 一、準時出席上課，勿無故缺曠，欲提早離席務必報備。 二、按規定穿著運動服裝、攜帶個人器材(手繃帶、牙墊)。 三、上課專心聽講，有不明白處務必詢問清楚。 四、上課過程務須嚴謹，切忌以開玩笑心態面對。 五、愛惜公用器材，勿恣意破壞，否則照價賠償。 六、崇尚武德，不輕易與人動手。
全程外語授課	0
授課語言 1	華語
授課語言 2	

輔導考照 1	
輔導考照 2	