

重新查詢

友善列印

0962學期 課程基本資料

系所 / 年級	商設系 1年級	課號 / 班別	02U00025 / B
學分數	0學分	選 / 必修	必修
科目中文名稱	體育(二)	科目英文名稱	Physical Education(2)
主要授課老師	張育瑋	開課期間	一學期
人數上限	56 人	已選人數	56人

起始週 / 結束週 / 上課地點 / 上課時間

請各位同學遵守智慧財產權觀念；請勿非法影印。

教學綱要

一、教學目標(Objective)	1.提昇學生之身體適能 2.培養學生正確的運動態度 3.培養與建立學生規律運動習慣		
二、先修科目(Pre Course)			
三、教材內容(Outline)	本課程欲藉教育的機會，讓學生體驗運動帶來生命輕快愉悅的感受，遠遠戰勝對流汗和辛勞的恐懼，養成自覺努力運動之目的，使運動能持之以恆，建立終身運動之習慣。		
四、教學方式(Teaching Method)	1.提昇學生之身體適能 2.培養學生正確的運動態度 3.培養與建立學生規律運動習慣		
五、參考書目(Reference)			
六、教學進度(Syllabi)	2008/2/29	課程簡介及介紹大學撞球課程之認知	張育瑋
	2008/3/7	撞球之介紹	張育瑋
	2008/3/14	撞球之規則	張育瑋
	2008/3/21	介紹提昇身體組成及心肺耐力之撞球運動方式及實際練習	張育瑋
	2008/3/28	撞球比賽之介紹及實際比賽	張育瑋
	2008/4/4	撞球比賽之介紹及實際比賽	張育瑋
	2008/4/11	瞬發力訓練之介紹及實際練習	張育瑋
	2008/4/18	重量訓練之運動處方	張育瑋
	2008/4/25	期中考	張育瑋
	2008/5/2	體重控制與減肥之運動處方	張育瑋
2008/5/9	突破休閒之介紹	張育瑋	

2008/5/16	突破休閒分組實際操作	張育璋
2008/5/23	突破休閒分組實際操作	張育璋
2008/5/30	桌球運動握拍法、球感練習	張育璋
2008/6/6	桌球運動正反手拍發球介紹及練習	張育璋
2008/6/13	1.桌球運動正反手拍發球介紹及練習 2.反手推檔球之介紹及練習	張育璋
2008/6/20	1.複習反手推檔球 2.桌球正手擊球	張育璋
2008/6/27	期末考	張育璋

七、評量方
式(Evaluation)

八、講義位
址(http://)

九、教育目標

重新查詢

課程查系統 Viewable With Any Browser & 1024 x 768 Resolution

亞洲大學 41354 台中市霧峰區柳豐路500號 TEL: 886 + (0)4 + 2332-3456 FAX: 886 + (0)4 + 2331-6699 © Asia University, Taiwan