



《尊重智慧財產權，請使用正版教科書，勿非法影印書籍及教材，以免侵犯他人著作權》

開課班級: 四環工一A

授課老師: 陳映璋

學分數: 1

課程大綱:

本基礎體能課程之目的，期能透過基礎的體能訓練，以促進學生之健康體能與競技體能，並透過教學的過程，增加學生對基本運動技術的認知；更可透過基礎體能測驗，使學生了解各項測驗的方法與目的，進而知悉自我之體能狀態以及優缺點，以作為日後發展終身運動之依據。

outline:

This course is designed to improve the health-related physical fitness and skill-related physical fitness from basic physical training and improving the basic sports skill of students. The other focus is making students to understand the physical fitness of himself by basic physical fitness test.

教學型態:

課堂教學

成績考核方式:

平時成績:20%

期中考:20%

期末考:30%

其它:出缺勤20%、筆試10%
%

本科目教學目標:

目標一（科學、工程）：具備科學及工程知識，能運用邏輯分析與表達的能力。

目標二（終身學習）：能確定自我發展潛能與定位，有培養持續學習的能力。

目標三（人文、倫理）：具備道德倫理、科技法律及社會正義的基本認知。目標四（實務）：

明瞭當今工程實務設計與未來發展方向。目標五（國際、溝通）：

具備溝通協調與組織不同文化團隊的能力。

參考書目:



課程進度表：

週次	起訖月日	授課單元(內容)	備註
第1週	2.19~2.25	第1週：課程講解 學期授課說明；成績考核說明	17~21日辦理抵免學分申請、 課程加退選、復(轉)學生及延 修生選課，雙主修、輔系申 請，21日申辦抵免學分截止 日
第2週	2.26~3.03	第2週：體適能 體適能檢測1；體育常識教授	28日和平紀念日(放假)
第3週	3.04~3.10	第3週：體適能 體適能檢測2；體育常識教授	8~9日碩士班暨碩士在職專班 招生
第4週	3.11~3.17	第4週：綜合球類 籃球、羽球(輪授)	10日成績優異提前畢業者提 出申請截止日,10~14日新生 心理測驗週
第5週	3.18~3.24	第5週：綜合球類 籃球、羽球(輪授)	
第6週	3.25~3.31	第6週：綜合球類 籃球、羽球(輪授)	
第7週	4.01~4.07	第7週：綜合球類 籃球、羽球(輪授)	3日調整放假，4日(五)兒童節 、民族掃墓節(放假)，7日校 慶補假
第8週	4.08~4.14	第8週：綜合球類 籃球、羽球(輪授)	10日校課程委員會
第9週	4.15~4.21	第9週：期中考試 期中考	14~20日期中考試
第10週	4.22~4.28	第10週：綜合球類 籃球、羽球(輪授)	21~25日學士班申請轉系。24 日教務會議。26~27日四技二 專統一入學測驗,27日教師期 中成績上網登錄截止日
第11週	4.29~5.05	第11週：綜合球類 籃球、羽球(輪授)	3日多益測驗
第12週	5.06~5.12	第12週：綜合球類 籃球、羽球(輪授)	
第13週	5.13~5.19	第13週：綜合球類 籃球、羽球(輪授)	18日博士班招生
第14週	5.20~5.26	第14週：綜合球類 籃球、羽球(輪授)	19 ~23日體育運動週，21日水上 運動會，23日申請停修課程 截止。
第15週	5.27~6.02	第15週：綜合球類 籃球、羽球(輪授)	26~ 30日藥物濫用防制宣導週，2 9日畢業班申請休、退學截止 日，30日補假，31日(六)端午 節(放假)
第16週	6.03~6.09	第16週：術科測驗 大會考；體育常識測驗	2日校務會議。7日多益測驗， 2~8日畢業班(學士)期末考試 。8日世界海洋日
第17週	6.10~6.16	第17週：術科測驗 大會考	11日畢業班授課教師送交學 期成績截止，畢業班課程請 於13日前補足1學分18小時規 定。14日畢業典禮



第18週	6.17~6.23	第18週：補考-期末測驗 大一體育測驗補考時間為第18週原上課時段，考試時間為15分鐘，題目有10題隨機(選擇題+是非題)，請準時上數位學習平台進行測驗。 1-2節-8點10分至10點; 3-4節10點15分至12點;; 5-6節-13點30分至15點20分; 7-8節-15點30分至17點20分	16~22日期末考試。21~22日學生退宿
------	-----------	---	-----------------------