

龍華科技大學

Lunghwa University of Science and Technology

課程簡介

COURSE DESCRIPTION

部別 Daytime/Evening Session	學院部 Daytime Session	系別 Dept.	各系 All Depts.	年制Program	四技 Four-year	開課年級 Target Students	一上一下 Freshman
科目編碼 Course Code	科目名稱 (中文) : Course Title (Chinese)		科目名稱 (英文) : Course Title (English)		學分數 Credit(s)	上課時數 Hour(s)	
CS21371_8	體育(一)-保齡球		Bowling		0	2	
中文概述	<p>本課程一學期十八週共36小時，以介紹保齡球運動簡史、特性及價值。學習正確基本動作，提昇運動樂趣。奠定終身休閒體育活動之概念為主要目標。透過講解、示範、演練、綜合講評等實施方式。使每位同學瞭解保齡球運動的實際要領，保齡球運動禮儀規則及球館器具設備，練習持球、推球、擺動、擲球、步伐、延伸動作等六大基本動作。透過不斷持球瞄準點練習、球瓶研判與調整(剩餘球瓶之分析)、剩餘球瓶之分析、3-1-2之調整、2-4-6之調整、球道狀況與3-4-5之調整、球運轉軌跡之分析與擲球之改正。指導直球、曲球、飛碟球等各種擲球技巧擲球動作改正。講解保齡球運動傷害防治法、不同的步伐與手擺動之位置並修正錯誤動作。使每位同學確實掌握提升保齡球的觀念並且養成終身運動的習慣。</p>						
English Description	<p>In this Bowling course we have 18 weeks totally 36 hours in one semester. Introduce Bowling and basic skills to each student. Let every one really understand how to play Bowling. Not only in skills but also in manner and attitude. The basic skills include hold the ball, push the ball, swing the ball, throw the ball, foot work and follow through. By practice and correct the actions to promote their Bowling skills. We also introduce some kind sports injuries of Bowling and how to prevent it. In advance try to let them have the abilities to analysis the patterns of residual pins like 3-1-2, 2-4-6, 3-4-5 etc. For touch the goals: let every student has the basic concepts about Golf, learns how to promote Bowling skills, interests in Bowling sport and custom with Bowling for their lifetime.</p>						

[課程網要表](#)

表 A10-1 一般共同及專業理論課程綱要表

系科名稱： <u>通識教育中心</u>			
科目名稱： 體育(一)保齡球			
英文科目名稱： Bowling			
學年、學期、學分數：		第一年、二學期、0 學分	
先修科目或先備能力： 健康體適能			
教學目標： 1. 介紹保齡球運動簡史、特性及價值 (K：25%) 2. 訓練身體協調性，學習正確基本動作技巧(S：68.75%) 3. 提昇運動樂趣，奠定終身運動之習慣(A：3.13%)			
教材大綱：			
單元主題	內容綱要	教學參考節數	備註
一、課程內容說明及職業倫理個案說明	1.課程內容說明(K) 2.職場倫理個案介紹與影片播放(A)	4	
二、保齡球運動之基本概念	1.保齡球運動的實際要領(K) 2.保齡球運動禮儀規則及球館器具設備簡介(K)	6	
三、保齡球運動動作技巧練習	1.六大基本動作學習(S) (1)持球 (2)推球 (3)擺動 (4)擲球 (5)步伐 (6)延伸動作 2.基本動作重點練習(S) 3.持球瞄準點練習(S) 4.球瓶研判與調整(剩餘球瓶之分析)(S)	14	
四、綜合練習	1.個人練習、競賽(S) 2.團隊練習、競賽(S)	8	
<p>※教學目標(歸納為三項):分別為知識(Knowledge)、技能(Skills)、態度(Attitudes)各一項</p> <p>※單元主題：為各項知能之彙整</p> <p>※內容綱要：為各項知能即一般知識、職業知識、態度；專業技術安全知識；專業基礎知識加上補充之知能(表 A8 中未列，但為達知識或技能的完整性且課程中需教授之能力)，撰寫方式係以不含動詞的知能內容方式呈現</p> <p>※三者之關係：教學目標 > 單元主題 > 內容綱要</p>			

※本課程將培養學生下列能力：

1. 養成計畫管理、有效溝通與團隊合作之能力。
2. 養成敬業樂群及理解專業職場倫理之態度。
3. 運用創意思考於實務技術之能力。

檢核項目	是否符合
1. 是否將科目名稱、上課時數及學分數填入本表.....	是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>
2. 是否將教學目標、綱要名稱或單元名稱填入本表.....	是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>
3. 所填入的行業知能是否有考慮學生學習的順序性、邏輯性、連貫性、完整性.....	是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>
4. 除了表 A6 所敘述的行業知能，是否有考慮到其他的知能，以成為一門完整學科.....	是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>

填表說明：

1. 將一般及專業理論課程科目名稱、上課時數及學分數填入本表。
2. 欲達成本科目之教學目標，應在大專程度範圍內將其系統知識加入，以成為一門完整學科。例如：要學會乘除則應加入加減之運算的知能才能成為一門完整的學科。
3. 應考慮知識體系(學科)完整性並依學生學習的順序性、邏輯性、連貫性、完整性等特性將表 A8 中的各該科目應包括之知能填入內容綱要欄中，並擬訂綱要名稱或單元名稱並確立教學目標。