

國立新竹教育大學體育學系教學內容及進度計劃表

壹、課程名稱	體育（星期四 3~4）	授課年級	大一上	教師	許建民 03-5213132-1518
貳、教學目標	1.瞭解運動與健康體適能的關係，藉由運動提升身體適能。 2.嫻熟運動技巧，進而能進一步分析所學習的運動原理。 3.激發運動熱情、喜愛運動，養成終身運動習慣。				
參、教學內容	本課程為一學期之課程，課程內容強調身體適能之提升與休閒興趣之培養。教學過程除強調各項基本運動能力之養成外，亦涵蓋各項運動之指導方法。本學期主要教學內容包括:(一)體操，(二)游泳：捷式，(三) 球類：羽球。藉由講授、實練演示和欣賞討論、自學作業等方法，讓同學在身體適能上有所增進，並對體育的各種技能與水上安全知識做更深入的探討。				
肆、教材進度	週次	教			

上課無故缺席每次扣成績 3 分；如因天候關係，將視狀況調整學習進度