

國立虎尾科技大學 114學年度 第一學期 四技一年級及五專部(普通體育課程)授課進度表																																														
星期	星期 一							星期 二							星期 三			星期 四							星期 五																					
授課教師	何天民 (兼)	蔡安侖 (兼)	郭府華 (兼)	郭府華 (兼)	陳履賢 (兼)	何天民 (兼)	蔡安侖 (兼)	王文郁 (兼)	許高魁	林文煌	陳履賢 (兼)	許高魁	洪庭煒 (兼)	王文郁 (兼)	廖尹華	洪庭煒 (兼)	徐武雄 (兼)	游立椿	呂祐政 (兼)	蔡協哲	洪庭煒 (兼)	游立椿	湯鳴遠	黃仕柱 (兼)	廖炳霖 (兼)	廖尹華	黃仕柱 (兼)	黃曉晴 (兼)	陳姿云	湯鳴遠	黃曉晴 (兼)	洪櫻花	徐武雄 (兼)	陳姿云	簡瑞宇	黃曉晴 (兼)	蔡協哲	廖尹華	廖偉智 (兼)	楊紋貞 (兼)	蔡協哲	吳君毅 (兼)	許高魁	廖偉智 (兼)	陳履賢 (兼)	楊紋貞 (兼)
節次	第 1 2 節		第 5 6 節				第 7 8 節			第 1 2 節		第 3 4 節			第 5 6 節			第 1 2 節			第 1 2 節		第 3 4 節			第 5 6 節			第 1 2 節			第 7 8 節														
一 9/8	網球	羽球	田1	田1	壘球	桌球	羽球	田1	網球	桌球	自選游泳	羽球	網球	田1	桌球	壘球	田1	自選游泳	桌球	羽球	壘球	自選游泳	網球	桌球	排球	田1	田1	田2	桌球	網球	田2	網球	排球	桌球	田1	網球	羽球	桌球	自選游泳	桌球	田1	排球	羽球	排球	壘球	桌球
二 9/15	網球	羽球	田3	田3	壘球	桌球	羽球	田3	網球	桌球	自選游泳	羽球	網球	田3	桌球	壘球	田3	自選游泳	桌球	羽球	壘球	自選游泳	網球	桌球	排球	田2	田2	田3	桌球	網球	田3	網球	排球	桌球	田2	網球	羽球	桌球	自選游泳	桌球	田2	排球	羽球	排球	壘球	桌球
三 9/22	網球	羽球	體1	體1	壘球	桌球	羽球	體1	網球	桌球	游泳	羽球	網球	體1	桌球	壘球	體1	游泳	桌球	羽球	壘球	游泳	網球	桌球	排球	田3	田3	排球	桌球	網球	體1	網球	排球	桌球	田3	網球	羽球	桌球	游泳	桌球	體2	排球	羽球	排球	壘球	桌球
四 9/29	網t	羽t	體2	體2	壘t	桌t	羽t	體2	網t	桌t	游泳	羽t	網t	體2	桌t	壘t	體2	游泳	桌t	羽t	壘t	游泳	網t	桌t	排t	體1	體1	排球	桌t	網t	體2	網t	排t	桌t	體2	網t	羽t	桌t	游泳	桌t	體2	排t	羽t	排t	壘t	桌t
五 10/6	田3	體1	籃球	籃球	田2	排球	體1	籃球	羽球	田2	游泳	體1	田3	籃球	田1	田2	網球	排球	體1	田2	游泳	田3	田1	田2	體2	體2	排球	田1	田3	田2	田2	田3	田2	田1	田2	田3	田1	田2	田3	田1	田2	田3	田1	田2	田3	
六 10/13	田1	體2	籃球	籃球	田3	排球	體2	籃球	羽球	田3	網球	體2	田1	籃球	田2	田3	網球	排球	體2	田3	網球	田1	田2	田3	體1	體1	網球	網球	田2	田1	田2	田3	田2	田1	田2	田3	田1	田2	田3	田1	田2	田3	田1	田2	田3	
七 10/20	田2	田1	籃球	籃球	體2	排球	田1	籃球	羽球	體1	網球	田1	田2	籃球	體1	體2	網球	排球	田1	田2	網球	田1	田2	田3	體1	體1	網球	網球	田1	田2	田3	田2	田1	田2	田3	田1	田2	田3	田1	田2	田3	田1	田2	田3		
八 10/27	羽球	田2	籃t	籃t	田1	排t	田2	籃t	羽t	體2	網球	田2	羽球	籃t	體2	田1	網球	排球	田3	田1	網球	羽球	體2	田1	田2	網球	網球	桌球	體2	羽球	壘球	羽球	田1	體2	排t	田2	田3	田2	體1	網球	體2	排t	壘t	田2	田1	體2
九 11/3	羽球	田3	田2	田2	桌球	體1	田3	田2	田3	田1	網t	田3	羽球	田2	田3	桌球	田2	田3	桌球	田2	田3	桌球	羽球	田3	桌球	網t	網t	桌球	田3	羽球	壘球	羽球	桌球	田3	桌球	田1	田2	田3	田2	桌球	田1	田3	桌球	田2	田3	
十 11/10	羽球	籃球	排球	排球	桌球	田1	籃球	籃球	田1	壘球	羽球	籃球	羽球	排球	排球	桌球	籃球	羽球	田1	排球	桌球	羽球	羽球	壘球	桌球	籃球	籃球	桌球	壘球	羽球	排球	羽球	桌球	壘球	桌球	羽球	排球	壘球	籃球	壘球	桌球	田2	籃球	桌球	排球	壘球
十一 11/17	羽t	籃球	排球	排球	桌球	田2	籃球	籃球	田2	壘球	羽球	籃球	羽t	排球	排球	桌球	籃球	羽球	田2	排球	桌球	羽球	羽t	壘球	桌球	籃球	籃球	桌球	壘球	羽t	排球	羽t	桌球	壘球	桌球	羽球	排球	壘球	籃球	壘球	桌球	田3	籃球	桌球	排球	壘球
十二 11/24	體1	籃球	排球	排球	桌球	田3	籃球	籃球	體1	壘球	羽球	籃球	體1	排球	排球	桌球	籃球	羽球	體1	排球	桌球	羽球	體1	壘球	桌球	籃球	籃球	體2	壘球	體1	排球	體1	體1	桌球	壘球	桌球	羽球	排球	壘球	籃球	壘球	體1	籃球	桌球	排球	壘球
十三 12/1	體2	籃球	排t	排t	體1	體2	籃球	籃球	體2	壘t	羽t	籃球	體2	排t	排t	體1	籃球	羽t	體2	自選	體1	體2	體2	壘t	桌球	籃球	籃球	體1	壘t	排t	體2	體2	體1	桌球	壘t	桌球	羽t	排t	壘t	籃球	壘t	體1	籃球	桌球	排球	壘t
十四 12/8	籃球	排球	羽球	羽球	排球	壘球	排球	羽球	籃球	排球	籃球	排球	籃球	排球	壘球	排球	羽球	排球	壘球	籃球	排球	排球	籃球	排球	壘球	排球	羽球	壘球	桌球	籃球	壘球	排球	壘球	桌球	籃球	排球	壘球	籃球	排球	壘球	桌球	排球	壘球	桌球	排球	壘球
十五 12/15	籃球	排球	羽球	羽球	排球	壘球	排球	羽球	籃球	排球	籃球	排球	籃球	排球	壘球	排球	羽球	排球	壘球	籃球	排球	排球	籃球	排球	壘球	排球	羽球	壘球	桌球	籃球	壘球	排球	壘球	桌球	籃球	排球	壘球	籃球	排球	壘球	桌球	排球	壘球	桌球	排球	壘球
十六 12/22	籃球	排球	羽球	羽球	排球	壘球	排球	羽球	籃球	排球	籃球	排球	籃球	排球	壘球	排球	羽球	排球	壘球	籃球	排球	排球	籃球	排球	壘球	排球	羽球	壘球	桌球	籃球	壘球	排球	壘球	桌球	籃球	排球	壘球	籃球	排球	壘球	桌球	排球	壘球	桌球	排球	壘球
十七 12/29	籃t	排t	羽t	羽t	排t	壘t	排t	羽t	籃t	排t	籃t	排t	籃t	羽t	壘t	排t	羽t	排t	壘t	籃球	排t	排t	籃球	排t	壘t	排t	羽t	壘t	桌t	籃t	壘t	排t	壘t	桌t	籃t	排t	壘t	籃t	排t	壘t	桌t	排t	壘t	桌t	排t	壘t
十八 1/5	期末考試週(各項目補考)																																													

※運動技能測驗項目及規則：請授課老師依據本室提供之辦法實施。

※本學年水上運動會訂於6/3(三)下午舉行,請盡量鼓勵學生報名參加。

※四技、二專、:本學期測驗項目為

1. 壘球：一分鐘擲準；2. 排球：高手發球；3. 桌球：正手發球。

1. 籃球：帶球上籃；2. 網球：正手擊球；3. 羽球：正手發長球。

※課程場地重疊使用原則：田1：起跑與接力、田2：跳遠與三級跳遠、田3：鉛球與跳高。

※五專一年級:本學期測驗項目為--1. 籃球：籃下30秒投籃；2. 網球：對地發球；3. 羽球：正反拍向上擊球。

※五專二年級:本學期測驗項目為--1. 籃球：定點投籃；2. 網球：正手拍對牆擊球；3. 羽球：正反手對牆擊球。

※五專三年級:本學期測驗項目為--1. 籃球：運球；2. 網球：反手拍對牆擊球；3. 羽球：反手發短球。

※體適能檢測1(體1)：身體質量、立定跳遠、仰臥捲腹、坐姿體前彎，體適能檢測2(體2)：1600與800公尺跑走。

※期中考試週 (11/2~11/8)不停課，請授課老師依本授課進度表實施教學。

※期末考試週 (1/4~1/10)不停課，請授課老師依本授課進度表實施教學。

※學期成績繳交：2025. 11. 17(一)期中成績繳交截止。2026. 1. 19(一)期末成績繳交截止。