

## 國立臺灣科技大學校代表隊課程大綱

### 壹、教學目標

依各代表隊項目進行基本動作及自我訓練，藉以培養各項目之比賽相關技

能，代表學校參與競賽為校爭光。

### 貳、教學內容

一、基本動作練習

二、體能訓練

三、模擬比賽訓練

四、訓練週期之安排

五、參與相關活動與競賽

### 參、成績評量

一、校代表隊訓練出席狀況

二、校代表隊活動及比賽參與狀況

三、學習精神與態度