

淡江大學 100 學年度第 1 學期課程教學計畫表

|                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |      |                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----------------------|
| 課程名稱                                                                                                                                                                                   | 男、女生體育－保齡球興趣班                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 授課教師 | 黃谷臣<br>Huang Ku-chen |
|                                                                                                                                                                                        | PHYSICAL EDUCATION-BOWLING                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |      |                      |
| 開課系級                                                                                                                                                                                   | 體育興趣日 D                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 開課資料 | 必修 上學期 0學分           |
|                                                                                                                                                                                        | TGUPB0D                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |                      |
| 系 所 教 育 目 標                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |      |                      |
| 一、提升身體適應能力。<br>二、建立正確體育概念。<br>三、增進運動技能。<br>四、體驗運動參與樂趣。                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |      |                      |
| 系 所 核 心 能 力                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |      |                      |
| A. 養成終生規律運動習慣。<br>B. 提升健康體適能的能力。<br>C. 具備運動休閒及健康生活知能的能力。<br>D. 具備理解體育運動知識的能力。<br>E. 具備團隊合作精神。<br>F. 了解該項運動特殊性與技能。<br>G. 具備正確運動方法的能力。<br>H. 具備運動鑑賞的能力。<br>I. 促進和諧的人際關係。<br>J. 體驗自我超越樂趣。 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |      |                      |
| 課程簡介                                                                                                                                                                                   | 本課程介紹保齡球基本動作與球場禮儀，講解比賽規則及計分法；課程前半段採分組練習，修正錯誤姿勢。後半段採分組比賽，使學生能親身參與，且互相分享經驗，並以保齡球做為終生運動。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |      |                      |
|                                                                                                                                                                                        | The course introduces the basic skills of the bowling and course etiquette. Teach the competition rules and the scoring methods. First half of this course, we take group practice and modify the wrong motion. Second half of this course, we take group competitions that can let students involve the contest personally, and share the experiences to each other, and play bowling as a lifetime exercise. |      |                      |

### 本課程教學目標與目標層級、系所核心能力相關性

一、目標層級(選填)：

- (一)「認知」(Cognitive 簡稱C)領域：C1 記憶、C2 瞭解、C3 應用、C4 分析、C5 評鑑、C6 創造
- (二)「技能」(Psychomotor 簡稱P)領域：P1 模仿、P2 機械反應、P3 獨立操作、P4 聯結操作、P5 自動化、P6 創作
- (三)「情意」(Affective 簡稱A)領域：A1 接受、A2 反應、A3 重視、A4 組織、A5 內化、A6 實踐

二、教學目標與「目標層級」、「系所核心能力」之相關性：

- (一)請先將課程教學目標分別對應前述之「認知」、「技能」與「情意」的各目標層級，惟單項教學目標僅能對應C、P、A其中一項。
- (二)若對應「目標層級」有1~6之多項時，僅填列最高層級即可(例如：認知「目標層級」對應為C3、C5、C6項時，只需填列C6即可，技能與情意目標層級亦同)。
- (三)再依據所訂各項教學目標分別對應該系「系所核心能力」。單項教學目標若對應「系所核心能力」有多項時，則可填列多項「系所核心能力」(例如：「系所核心能力」可對應A、AD、BEF時，則均填列)。

| 序<br>號 | 教學目標(中文)    | 教學目標(英文)                                                          | 相關性  |        |
|--------|-------------|-------------------------------------------------------------------|------|--------|
|        |             |                                                                   | 目標層級 | 系所核心能力 |
| 1      | 瞭解保齡球歷史與發展  | Understand the history and the development of bowling.            | C2   | D      |
| 2      | 學會保齡球正確基本動作 | To learn the correct skill of bowling.                            | P5   | DG     |
| 3      | 瞭解保齡球規則與計分法 | Understand the bowling competition rules and the scoring methods. | C4   | DH     |
| 4      | 參與欣賞保齡球比賽   | Enjoy the bowling.                                                | A6   | AHJ    |

## 教學目標之教學策略與評量方法

| 序號 | 教學目標        | 教學策略      | 評量方法    |
|----|-------------|-----------|---------|
| 1  | 瞭解保齡球歷史與發展  | 課堂講授      | 討論      |
| 2  | 學會保齡球正確基本動作 | 課堂講授、分組練習 | 出席率、期中考 |
| 3  | 瞭解保齡球規則與計分法 | 課堂講授      | 討論      |
| 4  | 參與欣賞保齡球比賽   | 課堂講授      | 出席率     |
|    |             |           |         |

本課程之設計與教學已融入下列本校基本素養與核心能力

| 淡江大學基本素養與核心能力 | 內涵說明                                       |
|---------------|--------------------------------------------|
| ◆ 表達能力與人際溝通   | 有效運用中、外文進行表達，能發揮合作精神，與他人共同和諧生活、工作及相處。      |
| ◇ 科技應用與資訊處理   | 正確、安全、有效運用資訊科技，並能蒐集、分析、統整與運用資訊。            |
| ◇ 洞察未來與永續發展   | 能前瞻社會、科技、經濟、環境、政治等發展的未來，發展與實踐永續經營環境的規劃或行動。 |
| ◇ 學習文化與理解國際   | 具備因應多元化生活的文化素養，面對國際問題和機會，能有效適應和回應的全球意識與素養。 |
| ◆ 自我了解與主動學習   | 充分了解自我，管理自我的學習，積極發展自我多元的興趣和能力，培養終身學習的價值觀。  |
| ◇ 主動探索與問題解決   | 主動觀察和發掘、分析問題、蒐集資料，能運用所學不畏挫折，以有效解決問題。       |
| ◇ 團隊合作與公民實踐   | 具備同情心、正義感，積極關懷社會，參與民主運作，能規劃與組織活動，履行公民責任。   |
| ◇ 專業發展與職涯規劃   | 掌握職場變遷所需之專業基礎知能，管理個人職涯的職業倫理、心智、體能和性向。      |

授 課 進 度 表

| 週次 | 日期起訖                    | 內 容 (Subject/Topics) | 備 註 |
|----|-------------------------|----------------------|-----|
| 1  | 100/09/05~<br>100/09/11 | 課程計畫說明；上課注意事項        |     |
| 2  | 100/09/12~<br>100/09/18 | 體適能檢測；體能訓練           |     |
| 3  | 100/09/19~<br>100/09/25 | 體適能檢測；體能訓練           |     |
| 4  | 100/09/26~<br>100/10/02 | 球場禮儀說明；球道構造介紹        |     |
| 5  | 100/10/03~<br>100/10/09 | 球的構造；基本助走            |     |
| 6  | 100/10/10~<br>100/10/16 | 擺動與擲球；計分方法           |     |
| 7  | 100/10/17~<br>100/10/23 | 助走-擺動-擲球-隨球動作之組合     |     |
| 8  | 100/10/24~<br>100/10/30 | 瞄準點之應用 (1號瓶擊球)       |     |
| 9  | 100/10/31~<br>100/11/06 | 期中考試週                |     |
| 10 | 100/11/07~<br>100/11/13 | 期中測驗-1號瓶             |     |
| 11 | 100/11/14~<br>100/11/20 | 各種球路介紹與練習-鉤球與曲球      |     |
| 12 | 100/11/21~<br>100/11/27 | 殘瓶解法                 |     |

|              |                                                                                                                                                                                                                                                                             |               |  |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--|
| 13           | 100/11/28~<br>100/12/04                                                                                                                                                                                                                                                     | 各種球路介紹與練習－飛碟球 |  |
| 14           | 100/12/05~<br>100/12/11                                                                                                                                                                                                                                                     | 各種殘瓶解法練習      |  |
| 15           | 100/12/12~<br>100/12/18                                                                                                                                                                                                                                                     | 各種球路的練習       |  |
| 16           | 100/12/19~<br>100/12/25                                                                                                                                                                                                                                                     | 擊球動作修正        |  |
| 17           | 100/12/26~<br>101/01/01                                                                                                                                                                                                                                                     | 期末測驗－三局總分     |  |
| 18           | 101/01/02~<br>101/01/08                                                                                                                                                                                                                                                     | 期末考試週         |  |
| 修課應<br>注意事項  | 1.上課應穿著運動服及運動鞋，服裝不合格視同缺課。<br>2.請準時上課，遲到30分，視同缺課。<br>3.請假請依學校規定辦理：<br>(1)曠課1節者，已缺課2小時計。請假仍計缺課時數。<br>(2)缺課總時數達該科授課時數三分之一時，予以扣考，學期成績以零分計算。<br>4.本課程於校外上課，需自付衍生之交通及場地球資費用。                                                                                                      |               |  |
| 教學設備         | 電腦、投影機                                                                                                                                                                                                                                                                      |               |  |
| 教材課本         |                                                                                                                                                                                                                                                                             |               |  |
| 參考書籍         | 聯廣 保齡球教室                                                                                                                                                                                                                                                                    |               |  |
| 批改作業<br>篇數   | 篇（本欄位僅適用於所授課程需批改作業之課程教師填寫）                                                                                                                                                                                                                                                  |               |  |
| 學期成績<br>計算方式 | ◆平時考成績：60.0 %    ◆期中考成績：15.0 %    ◆期末考成績：25.0 %<br>◆作業成績： %<br>◆其他〈〉： %                                                                                                                                                                                                     |               |  |
| 備 考          | 「教學計畫表管理系統」網址： <a href="http://info.ais.tku.edu.tw/csp">http://info.ais.tku.edu.tw/csp</a> 或由教務處<br>首頁〈網址： <a href="http://www.acad.tku.edu.tw/index.asp/">http://www.acad.tku.edu.tw/index.asp/</a> 〉教務資訊「教學計畫<br>表管理系統」進入。<br><b>※非法影印是違法的行為。請使用正版教科書，勿非法影印他人著作，以免觸法。</b> |               |  |