

淡江大學 100 學年度第 2 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育 - 社交舞興趣班	授課 教師	賴雅馨 LAI, YA-HSIN
	PHYSICAL EDUCATION-DANCE		
開課系級	體育興趣一 A	開課 資料	必修 單學期 0 學分
	TGUPB1A		
系 ( 所 ) 教育目標			
<p>一、提升身體適應能力。</p> <p>二、建立正確體育概念。</p> <p>三、增進運動技能。</p> <p>四、體驗運動參與樂趣。</p>			
系 ( 所 ) 核心能力			
<p>A. 養成終生規律運動習慣。</p> <p>B. 提升健康體適能的能力。</p> <p>C. 具備運動休閒及健康生活知能的能力。</p> <p>D. 具備理解體育運動知識的能力。</p> <p>E. 具備團隊合作精神。</p> <p>F. 了解該項運動特殊性與技能。</p> <p>G. 具備正確運動方法的能力。</p> <p>H. 具備運動鑑賞的能力。</p> <p>I. 促進和諧的人際關係。</p> <p>J. 體驗自我超越樂趣。</p>			
課程簡介	介紹交際舞, 競技舞, 標準舞, 社交舞及舞會禮儀, 包含華爾滋、恰恰、探戈、吉特巴、快華爾滋、勃魯斯、倫巴、捷舞等基本步法介紹及練習		
	Introducing the ballroom dance(social dance) contains waltz, Cha Cha, Tango, Jitterbug, Quick waltz, Blues, Rumba and Jive. You will be learning with step by step instructions, different movement styles to a variety of types of music.		

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其「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	1. 瞭解標準舞、社交舞之歷史、起源與發展	1. Understand the history and development of ballroom dancing.	C5	CDFH
2	2. 熟悉國際標準舞之比賽規則及裁判法	2. Develop the concept of international competition rule of ballroom dancing	C5	CDEFGH
3	3. 學習正確社交禮儀,增進人際溝通	3. Learn the correct social skills and Enjoy increased social confidence and communication	P6	ABCDEFGHIJ
4	4. 舒緩生活壓力, 促進身體健康	4. Relieve the stress of everyday life and Improve your overall health	A6	ABGIJ
5	5. 提倡正當休閒娛樂	5. Promote recreation or entertainment in a good way	A6	ABCDEFGHIJ

教學目標之教學方法與評量方法

序號	教學目標	教學方法	評量方法
1	1. 瞭解標準舞、社交舞之歷史、起源與發展	講述	上課表現、出席
2	2. 熟悉國際標準舞之比賽規則及裁判法	講述、實作	實作
3	3. 學習正確社交禮儀,增進人際溝通	講述、模擬	上課表現
4	4. 舒緩生活壓力, 促進身體健康	講述	上課表現
5	5. 提倡正當休閒娛樂	講述	上課表現

本課程之設計與教學已融入本校校級基本素養與核心能力

淡江大學校級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	101/02/13~ 101/02/19	1. 課程介紹：交際舞、競技舞、標準舞、社交舞 2. 舞會禮儀	
2	101/02/20~ 101/02/26	1. 華爾滋個人基本步法介紹及練習：1左轉步2華士步3交叉步	
3	101/02/27~ 101/03/04	1. 華爾滋雙人步法介紹及練習：1外側換步2右轉步3右換步	2/27彈性休假於3/3補課
4	101/03/05~ 101/03/11	1. 華爾滋舞步特色講解及夾腳、滑步、外側旋轉舞步組合連貫	
5	101/03/12~ 101/03/18	1. 恰恰基本步法介紹及練習 2. 華爾滋舞步組合連貫 3. 維也納華爾滋基本步法練習	
6	101/03/19~ 101/03/25	1. 恰恰舞步1開式扭轉2紐約步3右軸轉 2. 雙人步法介紹及練習	
7	101/03/26~ 101/04/01	1. 恰恰雙人步法介紹及練習 2. 倫巴1開式扭轉2右轉3左轉	
8	101/04/02~ 101/04/08		4/2教學行政觀摩日不上課
9	101/04/09~ 101/04/15	1. 期中考華爾滋	
10	101/04/16~ 101/04/22	期中考試週	
11	101/04/23~ 101/04/29	1. 倫巴練習 2. 倫巴：1扇形2開式扭轉3軸轉身	

12	101/04/30~ 101/05/06	1. 探戈基本步法練習：1下沉步2連接步3開式散步2. 探戈練習3. 探戈雙人舞步組合：1右扭轉2夾腳3散步右旋轉	
13	101/05/07~ 101/05/13	1. 吉特巴基本步法練習：1開步2右轉3左轉4左右轉換位	
14	101/05/14~ 101/05/20	1. 吉特巴雙人舞步練習：1風車轉2背後換手3交叉牽雙手4半轉身	
15	101/05/21~ 101/05/27	複習	
16	101/05/28~ 101/06/03	複習	
17	101/06/04~ 101/06/10	1. 術科測驗恰恰	
18	101/06/11~ 101/06/17	期末考試週	
修課應 注意事項	1. 需穿著運動服裝及球鞋。 2. 請假請依學校規定辦理： (1)曠課6節者，予以扣考。 (2)缺課總時數達該科授課時數三分之一時，學期成績以零分計算。		
教學設備	(無)		
教材課本			
參考書籍			
批改作業 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 計算方式	◆出席率：            %   ◆平時評量：            %   ◆期中評量：            % ◆期末評量：            % ◆其他〈技能測驗60%運動精神與道德40%〉：100.0 %		
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「教學計畫表管理系統」進入。 <b>※不法影印是違法的行為。請使用正版教科書，勿不法影印他人著作，以免觸法。</b>		