

淡江大學 100 學年度第 2 學期課程教學計畫表

| | | | |
|---|---|----------|--------------------|
| 課程名稱 | 女生體育 - 排球興趣班 | 授課 教師 | 倪玉珊 NI, YU-SHAN |
| | FEMALE PHYSICAL EDUCATION-VOLLEYBALL | | |
| 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 | <p>培養排球運動基本認知與技術能力, 並藉由排球運動的學習, 促進學生身心機能的發展並培養其團隊合作與守法之精神, 增進人際關係及規律運動習慣之養成。</p> | | |
| | <p>The course discusses the characteristics of volleyball, its history, terminologies, facilities and equipments, skills, playing surface, team compositions: format, officials and their functions, signals and rules of the game. Overall this course will equip the students with the basic skills and get the students passionate about volleyball to develop regular exercising habit.</p> | | |

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.瞭解排球運動的各種擊球技術。 2.做出正確有效的排球擊球動作。 3.展現精熟的排球基本技巧、擊球技術及競賽能力。 4.瞭解排球比賽規則及戰術運用。 5.展現團隊合作精神及競賽禮儀。 | 1.Demonstrate understanding of the various techniques of volleyball. 2.Demonstrate effective and correct volleyball skills. 3.Demonstrate proficiency in basic technical, alliance technical and competition capacity of volleyball. 4.Demonstrate understanding of the rules and strategies of volleyball. 5.Display a high level of sportsmanship and game etiquette. | C2 | DEFGI |

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.瞭解排球運動的各種擊球技術。 2.做出正確有效的排球擊球動作。 3.展現精熟的排球基本技巧、擊球技術及競賽能力。 4.瞭解排球比賽規則及戰術運用。 5.展現團隊合作精神及競賽禮儀。 | 講述、模擬、實作、問題解決 | 出席率、測驗、期末考 |
| | | | |

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.排球簡史、規則、常識介紹、球場禮儀。2.球感適應練習。 | |
| 2 | 101/02/20~ 101/02/26 | 1.排球運動傳球運用時機及裁判手勢介紹(1)。2.排球運動高、低手傳球基本動作練習(傳球預備動作及短、中、長不同距離腳步的移動方式練習，高低手及單、雙手觸球練習)。 | |
| 3 | 101/02/27~ 101/03/04 | 1.複習。高、低手傳球的基本動作。(高低手傳球預備動作及不同距離腳步的移動步法『短、中、長距離』。個人高低手及單、雙手移動觸球。)2.肩上及低手發球練習(擊球部位感受及施力方式練習)-短距離6M。3.發球形式及裁判手勢介紹(2)。 | |
| 4 | 101/03/05~ 101/03/11 | 1.複習。高、低手傳球-小組短距離定點傳球。2.肩上及低手發球練習-短距離6M。3.排球隊型及裁判手勢介紹(3) | |
| 5 | 101/03/12~ 101/03/18 | 1.複習。高、低手傳球-小組短距離定點傳球。2.肩上及低手發球練習-中距離6M~9M。3.排球比賽暫停時機及裁判手勢介紹(4) | |
| 6 | 101/03/19~ 101/03/25 | 1.肩上及低手發球練習-中距離6M~9M。2.排球運動比賽進行介紹(5) | |
| 7 | 101/03/26~ 101/04/01 | 1.比賽。2.排球裁判手勢運用(6-1) | |
| 8 | 101/04/02~ 101/04/08 | 1.測驗。 | |
| 9 | 101/04/09~ 101/04/15 | 1.補測。2.比賽。 | |

| | | | |
|----------|-------------------------|---|--|
| 10 | 101/04/16~ 101/04/22 | 期中考試週 | |
| 11 | 101/04/23~ 101/04/29 | 1.複習。中距離接發球練習。2.比賽。3.排球裁判手勢運用(6-2) | |
| 12 | 101/04/30~ 101/05/06 | 1.複習。中距離接發球練習。2.排球運動助跑起跳扣球腳步練習(3、2、1腳步運用時機)。3.原地揮臂扣球與擊球部位練習。4.比賽練習。排球裁判手勢運用(6-3) | |
| 13 | 101/05/07~ 101/05/13 | 1.複習。長距離肩上及低手發球練習-9M以上。2.複習。排球運動助跑起跳扣球腳步練習(3、2、1腳步運用時機)。3.複習。原地揮臂扣球與擊球部位練習。4.比賽。排球裁判手勢運用(6-4) | |
| 14 | 101/05/14~ 101/05/20 | 1.複習。長距離接發球練習。2.複習。扣球整合練習。3.比賽練習。排球裁判手勢運用(6-5) | |
| 15 | 101/05/21~ 101/05/27 | 1.複習。中距離接發球練習。長距離肩上及低手發球練習。2.複習。小組助跑起跳扣球練習。3.比賽練習。排球裁判手勢運用(6-6) | |
| 16 | 101/05/28~ 101/06/03 | 1.測驗 | |
| 17 | 101/06/04~ 101/06/10 | 1.測驗 | |
| 18 | 101/06/11~ 101/06/17 | 期末考試週 | |
| 修課應注意事項 | | | |
| 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 %學習精神及運動道德40%〉：100.0 % | |
| 備考 | | 「教學計畫表管理系統」網址： http://info.ais.tku.edu.tw/csp 或由教務處首頁〈網址： http://www.acad.tku.edu.tw/index.asp/ 〉教務資訊「教學計畫表管理系統」進入。 ※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。 | |