

淡江大學 101 學年度第 1 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育 - 舞蹈興趣班	授課 教師	郭馥滋 KUO FU-TZU
	PHYSICAL EDUCATION-DANCE		
開課系級	體育興趣日 A	開課 資料	必修 上學期 0學分
	TGUPB0A		
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>			
校級基本素養			
<p>A. 全球視野。</p> <p>B. 洞悉未來。</p> <p>C. 資訊運用。</p> <p>D. 品德倫理。</p> <p>E. 獨立思考。</p> <p>F. 樂活健康。</p> <p>G. 團隊合作。</p> <p>H. 美學涵養。</p>			
課程簡介	<p>(中) 韻律舞蹈是中高強度的運動項目，藉由各種舞蹈的基本動作，作為肢體訓練的基礎，加強肌肉的適應能力與柔軟度，改善人體機能，並以現今所流行的舞曲與舞步，以舞蹈形式展現，並可培養節奏感、平衡感、協調性、表現力、欣賞力、理解力、創造力以及美的儀態。</p>		
	<p>(英) The rhythmic dancing is the mid-high strength movement project, because of each kind of dance's elementary action, as the body training's foundation, strengthens muscle's adaptive faculty and flexibility, improves the human body function, and dance from popular music and dance step, dances the form development, and raise the sense of rhythm, the equilibrium sense, coordinative, the expressive force, the appreciation strength, the comprehension faculty, the creativity and beautiful deportment.</p>		

本課程教學目標與目標層級、校級基本素養相關性

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」、「校級基本素養」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「校級基本素養」。單項教學目標若對應「校級基本素養」有多項時，則可填列多項「校級基本素養」。(例如: 「校級基本素養」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	校級基本素養
1	1.讓學生了解各種舞蹈的特點 2.讓學生了解此次課程安排的主題基本動作、舞步與演練 3.讓學生了解舞蹈動作與體適能的相關概念並演練	1.Let the students understands different dance's characteristic. 2.Let the students understands basic movement、dance-step and practice. 3.Let the students understands dance motions and fitness.	C3	EFH
2	4.讓學生反覆練習，提升動作的正確性與專注力 5.讓學生分組練習、互相觀摩，加強動作的準確性	4.Let the student practice repeatedly, promotion movement accuracy and attention. 5.Let the student group the practice; observe each other, to strengthen the movement mutually the accuracy.	A3	EFG

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.讓學生了解各種舞蹈的特點 2.讓學生了解此次課程安排的主題基本動作、舞步與演練 3.讓學生了解舞蹈動作與體適能的相關概念並演練	講述、討論、賞析、模擬、實作	實作、上課表現
2	4.讓學生反覆練習，提升動作的正確性與專注力 5.讓學生分組練習、互相觀摩，加強動作的準確性	討論、賞析、模擬、實作、問題解決	實作

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	101/09/10~ 101/09/16	課程內容介紹、學期評量說明 + 相見歡	課後請準備乾淨室內鞋
2	101/09/17~ 101/09/23	什麼是體適能? 體適能舞蹈課程體驗(有氧+瑜珈提斯)	
3	101/09/24~ 101/09/30	有氧舞蹈基本步伐及組合練習 + 皮拉提斯	
4	101/10/01~ 101/10/07	有氧舞蹈基本步伐及組合練習 + 皮拉提斯	
5	101/10/08~ 101/10/14	有氧舞蹈基本步伐及組合練習 + 皮拉提斯	
6	101/10/15~ 101/10/21	有氧舞蹈基本步伐及組合練習 + 皮拉提斯	
7	101/10/22~ 101/10/28	有氧舞蹈基本步伐及組合練習 + 皮拉提斯	
8	101/10/29~ 101/11/04	期中複習、 有氧舞蹈指定組合練習	※體適能檢測
9	101/11/05~ 101/11/11	體育期中測驗(有氧舞蹈指定組合-個人)	期中評量
10	101/11/12~ 101/11/18	期中考試週	
11	101/11/19~ 101/11/25	土風舞fun輕鬆+ 體育期中考試(補考)	※800.1600M測驗
12	101/11/26~ 101/12/02	拳擊有氧舞蹈 + 小組練習	※體適能(補)測
13	101/12/03~ 101/12/09	拉丁有氧舞蹈 + 小組練習	
14	101/12/10~ 101/12/16	瑜珈-拜日式+ 小組練習	
15	101/12/17~ 101/12/23	瑜珈-拜日式+ 小組練習	
16	101/12/24~ 101/12/30	體育期末測驗(歲末舞會大家SHOW-小組期末展演)	期末評量
17	101/12/31~ 102/01/06	開國紀念日(放假一天)	停課一次
18	102/01/07~ 102/01/13	期末考試週	

<p>修課應 注意事項</p>	<p>※評量方法： 1.課堂出席、學習態度及課堂參與(含隨堂作業、心得報告)---40% 2.期中測驗(個人-有氧舞蹈指定組合)---30% 3.期末測驗小組期末展演(1-6人, 3-5min) ---30%</p> <p>※注意事項： 1.請準時出席，請假請依規定辦理並繳交假單給老師。 (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；曠課6節者，予以扣考。) 2.體育課程當中請務必注意安全，若有身體不適、生病等特殊情形，務必立即告知老師。 3.上課請務必穿著運動服裝、室內運動鞋，攜帶水和毛巾，可自備瑜珈墊。</p> <p>※個人資料表(請繳交一張A4)內容須含:照片(生活照可)、姓名、系所年級、學號、興趣、高中畢業學校、聯絡方式(手機及e-mail)、身體狀況(重要病史或受傷部位)、選課理由、對本課程的期許...</p>
<p>教學設備</p>	<p>(無)</p>
<p>教材課本</p>	
<p>參考書籍</p>	
<p>批改作業 篇數</p>	<p>篇 (本欄位僅適用於所授課程需批改作業之課程教師填寫)</p>
<p>學期成績 計算方式</p>	<p>◆出席率： 40.0 % ◆平時評量： % ◆期中評量：30.0 % ◆期末評量：30.0 % ◆其他〈 〉： %</p>
<p>備 考</p>	<p>「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。</p> <p>※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。</p>