

淡江大學 103 學年度第 1 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育 - 太極拳興趣班	授課 教師	劉羽倩 LIN, YU-CHIEN
	PHYSICAL EDUCATION-TAI CHI BOXING		
開課系級	體育興趣二三 C	開課 資料	必修 上學期 0學分
	TGUPB2C		
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. 資訊運用。</p> <p>C. 洞悉未來。</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	男、女生體育 - 太極拳興趣班		
	PHYSICAL EDUCATION-TAI CHI		

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.能夠瞭解太極拳與健身的關係以及學習基本拳法、步法及手法	1.To understand the relationship between Tai Chi and fitness, and to learn the basic Chinese boxing, the footwork and techniqu.	C2	EF
2	2.獲得體能、協調、肌力、靜心修持	2.Access to physical fitness, coordination, strength, meditation cultivation.	P3	DEF
3	3.能培養成為終身運動項目	3.Be able to train and become a life long hobby.	P5	EF
4	4.尊重他人、融入群體	4.Respect for others, and integrate into groups.	A6	D
5	5.培養觀察他人動作技術表現的能力，並覺察自己的身體，欣賞自我技能表現	5.Cultivate the ability of observe other people's technical actions performance, and perceive their own body, and appreciate the performance of self-skills.	A6	DEFH

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.能夠瞭解太極拳與健身的關係以及學習基本拳法、步法及手法	講述、模擬、實作	實作、上課表現
2	2.獲得體能、協調、肌力、靜心修持	模擬、實作	實作
3	3.能培養成為終身運動項目	講述、模擬、實作	實作、上課表現
4	4.尊重他人、融入群體	講述	上課表現
5	5.培養觀察他人動作技術表現的能力，並覺察自己的身體，欣賞自我技能表現	講述、賞析、實作	上課表現

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	103/09/15~ 103/09/21	1.課程注意事項簡介、2.源流與發展、鬆身操.	
2	103/09/22~ 103/09/28	1.鬆身操、樁功基本手法、步法、2.套路學習-8式太極拳	
3	103/09/29~ 103/10/05	1.鬆身操、樁功基本手法、步法、2.套路學習-8式太極拳	
4	103/10/06~ 103/10/12	1.鬆身操、樁功基本手法、步法、2.套路學習-8式太極拳	
5	103/10/13~ 103/10/19	1.鬆身操、樁功基本手法、步法、2.套路簡易測驗-8式太極拳	
6	103/10/20~ 103/10/26	1.鬆身操、樁功基本手法、步法、2.套路學習-24式太極拳	
7	103/10/27~ 103/11/02	1.鬆身操、樁功基本手法、步法、2.套路學習-24式太極拳	
8	103/11/03~ 103/11/09	1.鬆身操、樁功基本手法、步法、2.套路學習-24式太極拳	
9	103/11/10~ 103/11/16	1.鬆身操、樁功基本手法、步法、2.套路學習-24式太極拳	
10	103/11/17~ 103/11/23	期中考試週	
11	103/11/24~ 103/11/30	1.鬆身操、樁功基本手法、步法、2.套路學習-24式太極拳	
12	103/12/01~ 103/12/07	1.鬆身操、樁功基本手法、步法、2.套路學習-24式太極拳	
13	103/12/08~ 103/12/14	1.鬆身操、樁功基本手法、步法、2.套路學習-24式太極拳	
14	103/12/15~ 103/12/21	1.鬆身操、樁功基本手法、步法、2.套路學習-24式太極拳	
15	103/12/22~ 103/12/28	1.錯誤動作修正、2.總複習	
16	103/12/29~ 104/01/04	24式太極拳測驗	
17	104/01/05~ 104/01/11	補測驗	
18	104/01/12~ 104/01/18	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	<p>◆出席率： 10.0 % ◆平時評量：10.0 % ◆期中評量：35.0 %</p> <p>◆期末評量：45.0 %</p> <p>◆其他〈 〉： %</p>
備 考	<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/CS/main.php〉業務連結「教師教學 計畫表上傳下載」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>