

淡江大學 104 學年度第 2 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育 - 跆拳道	授課 教師	王元聖 WANG YUAN-SHENG
	PHYSICAL EDUCATION-TAEKWONDO		
開課系級	體育興趣二三 B	開課 資料	必修 下學期 0學分
	TGUPB2B		
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	<p>本課程旨在介紹跆拳道相關專業技能。透過多元化的體育教學，培養學生正確的運動概念與良好的武德品行，幫助學生崇禮尚義、服從忍耐之精神，並且以強健體魄為目的，養成終身運動為宗旨。</p>		
	<p>The aim of the course is to introduce Taekwondo knowledge and skills. The multiple PE teaching can help students develop an accurate sports concept and a graceful personality. In addition, students will learn the spirits of respect and obedience, and form a healthy sports habit.</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.瞭解跆拳道歷史、遵守運動規則及崇尚武德。	1.Teaching players to understand the history of Taekwondo, abide by the rules, and build the moral spirits of martial arts.	C2	D
2	2.提升跆拳道攻擊動作與攻擊策略運用。	2.Improve both of the skills and utilization of strategies of attacks in Taekwondo.	P3	F
3	3.展現自我防衛能力與正確運動傷害急救方法。	3.Express the abilities of self-defense and the correct approaches of first aid of sports injuries.	P5	F
4	4.培養運動習慣與欣賞運動表現。	4.Build habits of exercise and learn to admire performances of sports.	C2	F
5	5. 展現團隊合作精神及競賽禮儀。	5. Display a high level of sportsmanship and game etiquette.	A3	G

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.瞭解跆拳道歷史、遵守運動規則及崇尚武德。	講述、實作	紙筆測驗、實作、上課表現
2	2.提升跆拳道攻擊動作與攻擊策略運用。	講述、實作	紙筆測驗、實作、上課表現
3	3.展現自我防衛能力與正確運動傷害急救方法。	講述、討論、實作	紙筆測驗、實作、上課表現
4	4.培養運動習慣與欣賞運動表現。	講述、賞析、實作	紙筆測驗、實作、報告、上課表現

5	5. 展現團隊合作精神及競賽禮儀。	講述、討論、實作	紙筆測驗、實作、上課表現
---	-------------------	----------	--------------

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	105/02/15~ 105/02/21	1.課程簡介	
2	105/02/22~ 105/02/28	1.跆拳道基本規則講解及能力分組	
3	105/02/29~ 105/03/06	1.跆拳道運動傷害講解	
4	105/03/07~ 105/03/13	1.基本攻擊動作練習	
5	105/03/14~ 105/03/20	1.基本攻擊動作練習	體適能檢測
6	105/03/21~ 105/03/27	1.跳躍前踢、飛躍側踢	體適能檢測
7	105/03/28~ 105/04/03	1.手部動作、踢擊綜合動作	
8	105/04/04~ 105/04/10	1.防身術綜合練習	
9	105/04/11~ 105/04/17	1.後踢、側踢	體適能檢測
10	105/04/18~ 105/04/24	期中考試週	
11	105/04/25~ 105/05/01	1.轉身旋踢、基本踢擊	
12	105/05/02~ 105/05/08	1.上步後踢、基本踢擊	體適能檢測
13	105/05/09~ 105/05/15	1.反擊旋踢、反擊後踢	體適能檢測
14	105/05/16~ 105/05/22	1.太極二場	
15	105/05/23~ 105/05/29	1.綜合踢擊練習	
16	105/05/30~ 105/06/05	1.體能測驗	
17	105/06/06~ 105/06/12	1.術科測驗	
18	105/06/13~ 105/06/19	期末考試週	

修課應
注意事項

- 1.應著寬鬆之體育服裝、跆拳道服、功夫。
- 2.請假請依學校規定辦理：
 - (1)曠課6節者，予以扣考。(曠課三次)
 - (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。
- 3.加退選後選到該課程應在一週後把上課證明單繳交，逾期不受理(避免缺曠課被當)。

教學設備	電腦、投影機
教材課本	
參考書籍	1.最新跆拳道技術手冊 2.品勢競技教科書 3.COMPETITIVE TAEKWONDO
批改作業 篇數	1 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： 10.0 % ◆平時評量：20.0 % ◆期中評量：10.0 % ◆期末評量：60.0 % ◆其他〈 〉： %
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/CS/main.php 〉業務連結「教師教學 計畫表上傳下載」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。