

淡江大學 106 學年度第 1 學期課程教學計畫表

課程名稱	運動休閒與競技實務—定向運動	授課 教師	盧瑞忠 LU, RUI-JONG
	SPORT OF LEISURE AND ATHLETIC PRACTICES-ORIENTEERING		
開課系級	體育選修—日 A	開課 資料	選修 單學期 1學分
	TGUCB0A		
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>定向運動就是看地圖尋寶與跑走的結合，是一項相當有趣的運動。它被稱為二十一世紀最時尚的運動，有智慧的你，一定要來體驗一下。本課程將介紹定向運動發展的歷史，並且透過各種形式的定向運動之體驗，與正式比賽之進行，讓大家對定向運動產生興趣。進而增進大家的運動知識及身體適能，並希望藉此培養大家終身規律運動的習慣。</p>		
	<p>The aim of the course is to introduce the history of orienteering, to provide the knowledge and fun for everyone who are interested in orienteering by all kinds of orienteering training and illustrating the rules. Let everyone arouse personal potential and develop lifelong and regular exercising 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.瞭解定向運動的歷史與發展。	1.Understanding the history and the development of orienteering.	C2	F
2	2.學習定向運動基本技能-正置地圖。	2.Learning the basic skill of orienteering- set map.	P6	G
3	3.瞭解定向運動規則並參與比賽。	3.Understanding the rules of orienteering and joining the game.	P4	DFG
4	4.增進學生對定向運動之興趣。培養成為終身運動項目。	4.Motivating the students about the interests in orienteering. Being able to train and become a lifelong hobby.	A5	F

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.瞭解定向運動的歷史與發展。	講述	實作、上課表現
2	2.學習定向運動基本技能-正置地圖。	講述、模擬、實作	實作、上課表現
3	3.瞭解定向運動規則並參與比賽。	模擬、實作	實作、上課表現
4	4.增進學生對定向運動之興趣。培養成為終身運動項目。	實作	實作、上課表現

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	106/09/18~ 106/09/24	課程簡介與上課規定說明。	
2	106/09/25~ 106/10/01	認識定向運動; 基本技巧解說與練習。	

3	106/10/02~ 106/10/08	基本技巧解說與練習。	
4	106/10/09~ 106/10/15	積分式定向運動體驗。	
5	106/10/16~ 106/10/22	順點式定向運動體驗。	
6	106/10/23~ 106/10/29	百米定向體驗。	
7	106/10/30~ 106/11/05	檢查點設置測驗。	
8	106/11/06~ 106/11/12	檢查點設置測驗。	
9	106/11/13~ 106/11/19	大樓定向運動體驗。	
10	106/11/20~ 106/11/26	期中考試週	
11	106/11/27~ 106/12/03	定向運動賽事影片賞析。	
12	106/12/04~ 106/12/10	定向運動賽事的籌備與進行。	
13	106/12/11~ 106/12/17	比賽規劃與分組模擬賽事。	
14	106/12/18~ 106/12/24	定向比賽體驗(一)	
15	106/12/25~ 106/12/31	定向比賽體驗(二)	
16	107/01/01~ 107/01/07	定向比賽體驗(三)	
17	107/01/08~ 107/01/14	比賽結果討論。	
18	107/01/15~ 107/01/21	期末考試週	
修課應 注意事項	1.需穿著運動服裝及運動鞋。 穿著拖鞋、涼鞋者，視為缺課。 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。 3.成績計算方式(比例)：樂活健康70%、團隊合作20%、品德倫理10%。		
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〈樂活健康70、團隊合作20、品德倫理10〉：100.0 %		

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>
----	---