

淡江大學 110 學年度第 1 學期課程教學計畫表

|   |  |          |                        |
|---|--|----------|------------------------|
| 課程名稱  | 男、女生體育 - 社交舞興趣班  | 授課<br>教師 | 陳瓊茶<br>CHEN CHIUNG-CHA |
|   | PHYSICAL EDUCATION-DANCE   |          |                        |
| 開課系級  | 體育興趣二三 A   | 開課<br>資料 | 實體課程<br>必修 上學期 0學分     |
|   | TGUPB2A  |          |                        |
| 課程與SDGs<br>關聯性  | SDG3 良好健康和福祉   |          |                        |
| 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>     |  |          |                        |
| 本課程對應校級基本素養之項目與比重   |  |          |                        |
| <p>4. 品德倫理。(比重：20.00)</p> <p>6. 樂活健康。(比重：60.00)</p> <p>8. 美學涵養。(比重：20.00)</p> |  |          |                        |
| 課程簡介  | <p>本課程旨在介紹交際舞、競技舞、標準舞、社交舞及舞會禮儀，包含華爾滋、恰恰、探戈、吉特巴、快華爾滋、勃魯斯、倫巴、捷舞...等，並藉由基本步法介紹及練習，提升社交舞的動作技巧，進而增進體適能，促進身心健康，享受運動樂趣。也透過社交舞涵養美學素養，培養欣賞與分析的能力。</p>   |          |                        |
|   | <p>The aim of the course is to introduce Ballroom Dance, Competition Dance, Standard Dance, Social Dance and etiquette of dance, including Waltz, Cha-Cha, Tango, Jitterbug, Fast Waltz, Blues, Rumba, Jive. By introducing and practicing the basic footwork, to enhance the skills, thus to improve physical fitness, promote physical and mental health, and enjoy exercise. Cultivate Aesthetic qualities, appreciation and analysis ability through Ballroom Dance.</p> |          |                        |

本課程教學目標與認知、情意、技能目標之對應

將課程教學目標分別對應「認知 (Cognitive)」、「情意 (Affective)」與「技能(Psychomotor)」的各目標類型。

- 一、認知(Cognitive)：著重在該科目的事實、概念、程序、後設認知等各類知識之學習。
- 二、情意(Affective)：著重在該科目的興趣、倫理、態度、信念、價值觀等之學習。
- 三、技能(Psychomotor)：著重在該科目的肢體動作或技術操作之學習。

| 序號 | 教學目標(中文)   | 教學目標(英文)   |
|----|--|--|
| 1  | 1. 瞭解標準舞、社交舞之歷史、起源與發展,<br>2. 熟悉國際標準舞之比賽規則及裁判法<br>3. 學習正確社交禮儀,增進人際溝通<br>4. 舒緩生活壓力, 促進身體健康<br>5. 提倡正當休閒娛樂                      | 1. Understand the history and development of ballroom dancing.<br>2. Develop the concept of international competition rule of ballroom dancing<br>3. Learn the correct social skills and Enjoy increased social confidence and communication<br>4. Relieve the stress of everyday life and Improve your overall health<br>5. Promote recreation or entertainment in a good way   |
| 2  | (中) 介紹交際舞,競技舞,標準舞,社交舞及舞會禮儀, 包含華爾滋、恰恰、探戈、吉特巴、快華爾滋、勃魯斯、倫巴、捷舞等基本步法介紹及練習   | 1. Understand the history and development of ballroom dancing.<br>2. Develop the concept of international competition rule of ballroom dancing<br>3. Learn the correct social skills and Enjoy increased social confidence and communication<br>4. Relieve the stress of everyday life and Improve your overall health<br>5. Promote recreation or entertainment in a good way   |
| 3  | 1.瞭解標準舞、社交舞之歷史、起源與發展, 與其比賽規則及裁判法<br>2.認識國際標準舞之內涵與基本步法動作<br>3.學習正確社交禮儀, 增進人際溝通<br>4.舒緩生活壓力, 促進身體健康<br>5.提倡正當休閒娛樂, 培養運動精神<br>1 | 1.Understand the history and development of ballroom dancing, and develop the concept of international competition rule of ballroom dancing.<br>2.To understand basic concepts and movements of ballroom dancing.<br>3,Learn the correct social skills and enjoy increased social confidence and communication.<br>4,Relieve the stress of everyday life and Improve your overall health.<br>5,Promote recreation or entertainment in a good way, and cultivate sports spirit. |
|    |  |  |

|   |  |   |
|---|--|---|
| 4 | 包含華爾滋、恰恰、探戈、吉特巴、快華爾滋、勃魯斯、倫巴、捷舞...等，並藉由基本步法介紹及練習，提升社交舞的動作技巧，進而增進體適能，促進身心健康，享受運動樂趣。也透過社交舞涵養美學素養。 | The aim of the course is to introduce Ballroom Dance, Competition Dance, Standard Dance, Social Dance and etiquette of dance, including Waltz, Cha-Cha, Tango, Jitterbug, Fast Waltz, Blues, Rumba, Jive. By introducing and practicing the basic footwork, to enhance the skills, thus to improve physical fitness, promote physical and mental health, and enjoy exercise. Cultivate Aesthetic qualities, appreciation and analysis ability through Ballroom Dance. |
|---|--|---|

教學目標之目標類型、核心能力、基本素養教學方法與評量方式

| 序號 | 目標類型 | 院、系(所)核心能力 | 校級基本素養 | 教學方法  | 評量方式  |
|----|------|------------|--------|-------|-------|
| 1  | 技能   |            | 468    | 講述、實作 | 測驗、實作 |
| 2  | 技能   |            | 6      | 講述、實作 | 測驗、實作 |
| 3  | 技能   |            | 68     | 講述、實作 | 測驗、實作 |
| 4  | 認知   |            | 68     | 講述、實作 | 測驗、實作 |

授課進度表

| 週次 | 日期起訖                | 內容 (Subject/Topics)           | 備註 |
|----|---------------------|-------------------------------|----|
| 1  | 110/09/22~110/09/28 | 1.課程介紹：交際舞、競技舞、標準舞、社交舞 2.舞會禮儀 |    |
| 2  | 110/09/29~110/10/05 | 華爾滋個人基本步法介紹及練習：1左轉步2華士步3交叉步   |    |
| 3  | 110/10/06~110/10/12 | 華爾滋雙人步法介紹及練習：1外側換步2右轉步3右換     |    |
| 4  | 110/10/13~110/10/19 | 華爾滋舞步特色講解及夾腳、滑步、外側旋轉舞步組合      |    |
| 5  | 110/10/20~110/10/26 | 華爾滋舞步特色講解及夾腳、滑步、外側旋轉舞步組合      |    |
| 6  | 110/10/27~110/11/02 | 華爾滋舞步特色講解及夾腳、滑步、外側旋轉舞步組合      |    |
| 7  | 110/11/03~110/11/09 | 1.恰恰基本步法介紹及練習 2.華爾滋舞步組合連貫 3.維 |    |
| 8  | 110/11/10~110/11/16 | 恰恰舞步1開式扭轉2紐約步3右軸轉 雙人步法介紹及     |    |
| 9  | 110/11/17~110/11/23 | 期中考試週                         |    |
| 10 | 110/11/24~110/11/30 | 術科測驗華爾滋                       |    |
| 11 | 110/12/01~110/12/07 | 恰恰雙人步法1-2                     |    |
| 12 | 110/12/08~110/12/14 | 恰恰雙人步法3-4                     |    |

|              |  |                          |  |
|--------------|--|--------------------------|--|
| 13           | 110/12/15~<br>110/12/21  | 恰恰雙人步法 5-6 倫巴1開式扭轉2右轉3左轉 |  |
| 14           | 110/12/22~<br>110/12/28  | 恰恰舞步7-8 倫巴1扇形2開式扭轉3軸轉身   |  |
| 15           | 110/12/29~<br>111/01/04  | 探戈基本步法介紹練習               |  |
| 16           | 111/01/05~<br>111/01/11  | 探戈練習 吉特巴基本步法練習           |  |
| 17           | 111/01/12~<br>111/01/18  | 期末考試週                    |  |
| 18           | 111/01/19~<br>111/01/25  | 教師彈性補充教學：<br>術科測驗恰恰      |  |
| 修課應<br>注意事項  | 1.需穿著運動服裝。<br>2.請假請依學校規定辦理：<br>(1)曠課6節者，予以扣考。<br>(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。<br>3.成績計算方式（比例）：樂活健康60%、團隊合作20%、品德倫理20%   |                          |  |
| 教學設備         | 其它(音響)   |                          |  |
| 教科書與<br>教材   | 1. 現代交際舞 楊昌雄編著 眾文圖書有限公司印行 2. 古巴論文之技巧 楊昌雄編  |                          |  |
| 參考文獻         | 1. 現代交際舞 楊昌雄編著 眾文圖書有限公司印行 2. 古巴論文之技巧 楊昌雄編  |                          |  |
| 批改作業<br>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<br>計算方式 | ◆出席率：            %   ◆平時評量：            %   ◆期中評量：            %<br>◆期末評量：            %<br>◆其他〈樂活健康60%、團隊合作20%、品德倫理〉：100.0 %   |                          |  |
| 備考           | 「教學計畫表管理系統」網址： <a href="https://info.ais.tku.edu.tw/csp">https://info.ais.tku.edu.tw/csp</a> 或由教務處<br>首頁→教務資訊「教學計畫表管理系統」進入。<br><b>※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。</b> |                          |  |