

淡江大學 110 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	余泳樟
	PHYSICAL EDUCATION-TAEKWONDO		
開課系級	體育興趣一 C	開課 資料	實體課程 必修 單學期 0 學分
	TGUPB1C		
課程與SDGs 關聯性	SDG17 夥伴關係		
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>7. 團隊合作。(比重：20.00)</p>			
課程簡介	透過跆拳道技術與運動課程，培養學生崇尚武道精神，增進自我基本防衛能力，強化自信心並養成終身運動的習慣。		
	Through taekwondo techniques and sports courses, students are trained to advocate martial arts spirit, enhance their basic self-defense ability, strengthen self-confidence and develop the habit of life exercise.		

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.培養學生崇尚武道精神 2.自我基本防衛能力 3.增進自信心 4.對於跆拳道之瞭解 5.養成終身運動的習慣	1. Cultivate students to advocate martial arts spirit 2. Basic self-defense ability 3. Improve self-confidence 4. Knowledge of Taekwondo 5. Develop a habit of life exercise

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		467	講述、實作	測驗、實作、報告(含口頭、書面)

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	111/02/21~ 111/02/25	授課教師及授課須知介紹, 兩性性別平等說明	
2	111/02/28~ 111/03/04	我國跆拳道發展歷史與背景說明	
3	111/03/07~ 111/03/11	手部攻擊法	
4	111/03/14~ 111/03/18	手部防禦法	
5	111/03/21~ 111/03/25	腳步攻擊法-前踢、前踹	
6	111/03/28~ 111/04/01	腳步攻擊法-旋踢、側踢	
7	111/04/04~ 111/04/08	踢靶練習	
8	111/04/11~ 111/04/15	踢靶練習	
9	111/04/18~ 111/04/22	踢靶練習與一步對練	
10	111/04/25~ 111/04/29	期中考試週	
11	111/05/02~ 111/05/06	手腳並用攻擊法	
12	111/05/09~ 111/05/13	活動靶踢擊法	
13	111/05/16~ 111/05/20	品勢：太極一章	

14	111/05/23~ 111/05/27	品勢：太極一章	
15	111/05/30~ 111/06/03	品勢：太極一章	
16	111/06/06~ 111/06/10	總複習	
17	111/06/13~ 111/06/17	總複習	
18	111/06/20~ 111/06/24	期末考試週	
修課應 注意事項			
教學設備		電腦、投影機	
教科書與 教材			
參考文獻			
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： 30.0 % ◆平時評量：10.0 % ◆期中評量：20.0 % ◆期末評量：30.0 % ◆其他〈作業〉：10.0 %	
備考		「教學計畫表管理系統」網址： https://info.ais.tku.edu.tw/csp 或由教務處 首頁→教務資訊「教學計畫表管理系統」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。	