

淡江大學 112 學年度第 1 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育專業知能服務 - 跆拳道	授課 教師	王元聖 WANG YUAN-SHENG
	PHYSICAL EDUCATION OF SERVICE CURRICULUM IN TAEKWONDO		
開課系級	體育興趣二三 A	開課 資料	實體課程 必修 上學期 0學分
	TGUPB2A		
課程與SDGs 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>1. 全球視野。(比重：5.00)</p> <p>2. 資訊運用。(比重：5.00)</p> <p>3. 洞悉未來。(比重：5.00)</p> <p>4. 品德倫理。(比重：20.00)</p> <p>5. 獨立思考。(比重：5.00)</p> <p>6. 樂活健康。(比重：30.00)</p> <p>7. 團隊合作。(比重：25.00)</p> <p>8. 美學涵養。(比重：5.00)</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.學生將能夠學習課程中介紹到的專業技術, 包含下列主題: 跆拳道歷史、攻擊動作、協調性運動、體能訓練、倫理與道德、學習人際關係。	1.Students learn skills from the class, including Taekwondo history, attacking movements, coordination exercise, fitness training, morality and ethics, and interpersonal relationship.
2	2.學生將能夠運用所學, 強健體魄、自我保護。	2. Students are able to develop a healthy body and protect themselves.
3	3. 學生將能夠發現運動的正面效益, 對於自我健康及防護有新概念與力行。	3. Students can understand the positive effect on exercise such as self-health evaluation and protection; meanwhile, they will exert what they have learned into their daily life.
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.
5	5. 認識正確運動傷害急救方法。	5. Students should know correct method of sports injury and first aid.

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	認知		12345678	講述、討論	測驗、討論(含課堂、線上)、實作、報告(含口頭、書面)、活動參與
2	技能		4567	講述、討論、實作、體驗	測驗、討論(含課堂、線上)、實作、報告(含口頭、書面)、活動參與
3	技能		67	講述、討論、實作、體驗	測驗、討論(含課堂、線上)、實作、報告(含口頭、書面)、活動參與
4	認知		678	講述、討論、發表、實作、體驗	測驗、作業、討論(含課堂、線上)、實作、報告(含口頭、書面)、活動參與
5	情意		56	講述、討論、實作、體驗	測驗、作業、討論(含課堂、線上)、實作、報告(含口頭、書面)、活動參與

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	112/09/11~ 112/09/17	1. 課程簡介、跆拳道基本規則講解及能力分組	水域安全問題宣導
2	112/09/18~ 112/09/24	1. 體適能知識與技巧 2. 骨骼肌訓練之方式 3. 敏捷性練習之步驟	
3	112/09/25~ 112/10/01	1.運動傷害預防及處置 2. 團練分組與實習	
4	112/10/02~ 112/10/08	1.手部攻擊訓練	
5	112/10/09~ 112/10/15	1.腿部踢擊訓練	
6	112/10/16~ 112/10/22	1.課程設計與分組討論 2.教學演練	
7	112/10/23~ 112/10/29	1.課程設計與分組討論 2.教學演練	
8	112/10/30~ 112/11/05	跆拳道品勢戶外教學	
9	112/11/06~ 112/11/12	期中考試週	
10	112/11/13~ 112/11/19	跆拳道品勢戶外教學	
11	112/11/20~ 112/11/26	跆拳道品勢戶外教學	
12	112/11/27~ 112/12/03	跆拳道品勢戶外教學	
13	112/12/04~ 112/12/10	跆拳道對打戶外教學	
14	112/12/11~ 112/12/17	跆拳道對打戶外教學	
15	112/12/18~ 112/12/24	跆拳道對打戶外教學	
16	112/12/25~ 112/12/31	跆拳道對打戶外教學	
17	113/01/01~ 113/01/07	期末考試週	
18	113/01/08~ 113/01/14	教師彈性教學週(應安排學習活動如補救教學、專題學習或者其他教學內容, 不得放假)	跆拳道檢測
	課程培養 關鍵能力		
	跨領域課程		
	特色教學 課程		

課程 教授內容	軍護體社團大學學習服務等課程
修課應 注意事項	<p>跆拳道修課應注意事項</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 上課著運動服及跆拳道鞋。 2. 請假請依學校規定辦理： <ol style="list-style-type: none"> (1) 曠課1節扣2分達6節者，予以扣考。 (2) 請假1節扣1分達12節者，予以扣考。 (3) 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。 (4) 本課程為促進同學運動，允許同學補該教師之合適課程當作缺課時數，依規定出席上課不會進行扣分，但必須在規定時間內完成補課動作，否則將不接受補課之要求。 3. 成績計算方式（比例）：資料繳交（50%）、出缺席及平時成績（50%）。 4. 通訊軟體：所有上課訊息會以LINE通知，請先自行建立帳號，待上課時再加入群組。 5. 自備2吋個人大頭照。 6. 體育課程因需指導同學而有身體接觸，如無法接受動作調整的同學，請於上課時別上紅帶子做識別，或改選其他課程，避免因身體接觸而造成性平問題。 7. 本課程上課內容如因學生特殊狀況多，授課教師會視狀況調整上課內容及注意事項，如有更改以授課教師公告為主。 8. 需參與校外教學及實習課程。 9. 如未詳細說明事項再依本班上課規則實施。
教科書與 教材	<p>自編教材：簡報、影片 採用他人教材：簡報、影片</p>
參考文獻	1.最新跆拳道技術手冊 2.品勢競技教科書 3.COMPETITIVE TAEKWONDO
學期成績 計算方式	<p>◆出席率： 25.0 % ◆平時評量：25.0 % ◆期中評量： % ◆期末評量： % ◆其他〈資料繳交〉：50.0 %</p>
備 考	<p>「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。</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>