

淡江大學 112 學年度第 2 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 下學期 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	113/02/19~ 113/02/25	1. 課程簡介、跆拳道基本規則講解及能力分組、水域安全宣導	水域安全問題宣導
2	113/02/26~ 113/03/03	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	113/03/04~ 113/03/10	1.運動傷害預防及處置 2. 團練分組與實習	
4	113/03/11~ 113/03/17	1.手部攻擊訓練	
5	113/03/18~ 113/03/24	1.腿部踢擊訓練	
6	113/03/25~ 113/03/31	1.課程設計與分組討論 2.教學演練	
7	113/04/01~ 113/04/07	1.課程設計與分組討論 2.教學演練	
8	113/04/08~ 113/04/14	跆拳道品勢戶外教學	
9	113/04/15~ 113/04/21	期中考試週	
10	113/04/22~ 113/04/28	跆拳道品勢戶外教學	
11	113/04/29~ 113/05/05	跆拳道品勢戶外教學	
12	113/05/06~ 113/05/12	跆拳道品勢戶外教學 參與全國大專校院跆拳道比賽	可能參與113年全大運 停課1次
13	113/05/13~ 113/05/19	跆拳道對打戶外教學	
14	113/05/20~ 113/05/26	跆拳道對打戶外教學	資料繳交
15	113/05/27~ 113/06/02	跆拳道對打戶外教學	資料繳交
16	113/06/03~ 113/06/09	跆拳道對打戶外教學	資料繳交
17	113/06/10~ 113/06/16	期末考試週(本學期期末考試日期 為:113/6/11-113/6/17)	資料繳交
18	113/06/17~ 113/06/23	教師彈性教學週(補救教學)	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"> <li>1. 上課著跆拳道服裝、運動服或跆拳道鞋。</li> <li>2. 請假請依學校規定辦理： <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 曠課1次扣學期成績總分10分。</li> <li>(2) 請假1次扣學期成績總分5分，除公假、喪假、產假外。</li> <li>(3) 遲到、早退1次扣學期成績總分3分。</li> <li>(4) 缺課(含請假)時數達10小時以上(含10小時)，不得參加考試，該科目學期成績以零分計算。</li> </ol> </li> <li>3. 成績計算方式(比例)：資料繳交(50%)、出缺席及平時成績(50%)。</li> <li>4. 本班上課會選拔同學參與113年全大運，如無法配合請勿選課。</li> <li>5. 自備2吋個人大頭照。</li> <li>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，以免因身體接觸而造成性平問題。</li> <li>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。</li> <li>8. 需參與校外教學及實習課程。</li> <li>9. 如未詳細說明事項再依本班上課規則實施。</li> </ol>
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：<a href="https://info.ais.tku.edu.tw/csp">https://info.ais.tku.edu.tw/csp</a> 或由教務處首頁→教務資訊「教學計畫表管理系統」進入。</p> <p><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></p>