

淡江大學 113 學年度第 2 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育－太極拳興趣班	授課 教師	劉俊昌 LIU, CHUN-CHANG
	PHYSICAL EDUCATION-TAI CHI BOXING		
開課系級	體育興趣一 C	開課 資料	實體課程 必修 單學期 1學分
	TGUPB1C		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉		
系（ 所 ） 教 育 目 標			
一、提升身體適應能力。 二、建立正確體育概念。 三、增進運動技能。 四、體驗運動參與樂趣。			
本課程對應校級基本素養之項目與比重			
1. 全球視野。(比重：5.00) 2. 資訊運用。(比重：5.00) 3. 洞悉未來。(比重：5.00) 4. 品德倫理。(比重：20.00) 5. 獨立思考。(比重：5.00) 6. 樂活健康。(比重：30.00) 7. 團隊合作。(比重：25.00) 8. 美學涵養。(比重：5.00)			
課程簡介	太極拳是中國武術的一種。本課程主要以24式太極拳為主，難度適中，以循序漸進的方式帶領初學者進入太極學的殿堂		
	Tàijí quán shì zhōngguó wǔshù de yīzhǒng. Běn kèchéng zhǔyào yǐ 24 shì tàijí quán wéi zhǔ, nándù shìzhòng, yǐ xúnxùjiànjìn de fāngshì dàilǐng chūxuézhe jìnrù tàijí xué shìjiè de diàntáng		

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.能夠瞭解太極拳與健身的關係以及學習基本拳法、步法及手法	1.To understand the relationship between Tai Chi and fitness, and to learn the basic Chinese boxing, the footwork and technique.
2	2. 獲得體能、協調、肌力、靜心修持	2.Access to physical fitness, coordination, strength, meditation cultivation.
3	3. 能培養成為終身運動項目	3.Be able to train and become a life long hobby.
4	4.尊重他人、融入群體	4.Respect for others, and integrate into groups.

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	情意		23	講述	實作
2	技能		48	討論	測驗
3	情意		67	講述	討論(含課堂、線上)
4	情意		15	講述	討論(含課堂、線上)

授課進度表

週次	日期起訖	內 容 (Subject/Topics)	備註
1	114/02/17~ 114/02/23	24式太極拳簡介	
2	114/02/24~ 114/03/02	左右野馬分鬃	
3	114/03/03~ 114/03/09	白鶴亮翅 左右擡膝拗步	
4	114/03/10~ 114/03/16	手揮琵琶 左右倒卷肱	
5	114/03/17~ 114/03/23	左攬雀尾 右攬雀尾	
6	114/03/24~ 114/03/30	單鞭雲手(水域安全宣導)	水域安全宣導
7	114/03/31~ 114/04/06	高探馬 右蹬腳	

8	114/04/07~ 114/04/13	雙峰貫耳 轉身左蹬腳	
9	114/04/14~ 114/04/20	期中考/期中評量週(老師得自行調整週次)	
10	114/04/21~ 114/04/27	左穿梭	
11	114/04/28~ 114/05/04	左右穿梭	
12	114/05/05~ 114/05/11	海 底 針	
13	114/05/12~ 114/05/18	閃 通 臂	
14	114/05/19~ 114/05/25	轉身搬攔捶	
15	114/05/26~ 114/06/01	如封似閉	
16	114/06/02~ 114/06/08	十 字 收 勢	
17	114/06/09~ 114/06/15	期末考/期末評量週(老師得自行調整週次)	
18	114/06/16~ 114/06/22	教師彈性教學週(原則上不上實體課程，教師得安排教學活動或期末評量等)	
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		請著運動服裝 缺課六次(請假 事假 公假)扣考	
教科書與 教材		自編教材:教科書	
參考文獻			
學期成績 計算方式		◆出席率： 70.0 % ◆平時評量： % ◆期中評量： % ◆期末評量：30.0 % ◆其他〈 〉： %	

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。
-----	--