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 - 跆拳道	授課 教師	洪詩涵 HUNG, SHIH-HAN
	PHYSICAL EDUCATION-TAEKWONDO		
開課系級	體育興趣一 B	開課 資料	實體課程 必修 單學期 1 學分
	TGUPB1B		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 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>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.了解跆拳道歷史遵守運動規則及崇尚武德。 2.提升跆拳道攻擊動作及攻擊策略運用。 3.展現自我防衛能力及正確運動傷害急救方法。	1. Teaching players to understand the history of Taekwondo, abide by the rules, and build the moral spirits of martial arts. 2. Improve both of the skills and utilization of strategies of attacks in Taekwondo. 3. Express the abilities of self-defense and the correct approaches of first aid of sports injuries.

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	實作、體驗	測驗、實作、活動參與

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	114/02/17~ 114/02/23	課程簡介	
2	114/02/24~ 114/03/02	跆拳道基本規則講解及能力分組	
3	114/03/03~ 114/03/09	基本攻擊練習	
4	114/03/10~ 114/03/16	基本攻擊動作練習	
5	114/03/17~ 114/03/23	基本防身動作練習	
6	114/03/24~ 114/03/30	基本防身動作練習	
7	114/03/31~ 114/04/06	防身動作組合練習	
8	114/04/07~ 114/04/13	防身動作組合練習	
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	基本足技動作練習(前踢)	
11	114/04/28~ 114/05/04	基本足技動作練習(前踢旋踢)	

12	114/05/05~ 114/05/11	進階動作(轉身動作踢擊)	
13	114/05/12~ 114/05/18	進階動作(轉身動作踢擊)	
14	114/05/19~ 114/05/25	踢擊動作組合練習	
15	114/05/26~ 114/06/01	踢擊動作組合練習	
16	114/06/02~ 114/06/08	綜合動作練習	
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		注意出席率, 參與活動、穿著可運動的服裝、赤腳上課。	
教科書與 教材		自編教材:影片 採用他人教材:講義	
參考文獻			
學期成績 計算方式		◆出席率: 30.0 % ◆平時評量: 10.0 % ◆期中評量: 30.0 % ◆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。	