

淡江大學 99 學年度第 1 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	王元聖 Wang Yuan-sheng
	PHYSICAL EDUCATION-TAEKWONDO		
開課系級	體育興趣日 A	開課 資料	必修 上學期 0學分
	TGUPB0A		
學系(門)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>			
學生基本能力			
<p>A. 養成終生規律運動習慣。</p> <p>B. 提升健康體適能的能力。</p> <p>C. 具備運動休閒及健康生活知能的能力。</p> <p>D. 具備理解體育運動知識的能力。</p> <p>E. 具備團隊合作精神。</p> <p>F. 了解該項運動特殊性與技能。</p> <p>G. 具備正確運動方法的能力。</p> <p>H. 具備運動鑑賞的能力。</p> <p>I. 促進和諧的人際關係。</p> <p>J. 體驗自我超越樂趣。</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 class is aimed at introducing 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>		

本課程教學目標與目標層級、學生基本能力相關性

一、目標層級(選填)：

- (一)「認知」(Cognitive 簡稱C)領域：C1 記憶、C2 瞭解、C3 應用、C4 分析、C5 評鑑、C6 創造
- (二)「技能」(Psychomotor 簡稱P)領域：P1 模仿、P2 機械反應、P3 獨立操作、P4 聯結操作、P5 自動化、P6 創作
- (三)「情意」(Affective 簡稱A)領域：A1 接受、A2 反應、A3 重視、A4 組織、A5 內化、A6 實踐

二、教學目標與「目標層級」、「學生基本能力」之相關性：

- (一)請先將課程教學目標分別對應前述之「認知」、「技能」與「情意」的各目標層級，惟單項教學目標僅能對應C、P、A其中一項。
- (二)若對應「目標層級」有1~6之多項時，僅填列最高層級即可(例如：認知「目標層級」對應為C3、C5、C6項時，只需填列C6即可，技能與情意目標層級亦同)。
- (三)再依據所訂各項教學目標分別對應該系「學生基本能力」。單項教學目標若對應「學生基本能力」有多項時，則可填列多項「學生基本能力」(例如：「學生基本能力」可對應A、AD、BEF時，則均填列)。

序號	教學目標(中文)	教學目標(英文)	相關性	
			目標層級	學生基本能力
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.	C2	DFGI
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.	P3	FG
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.	P5	AFG
4	4. 瞭解跆拳道比賽規則及戰術運用。	4. Demonstrate understanding of the rules and strategies of Taekwondo.	C2	DEFI
5	5. 展現團隊合作精神及競賽禮儀。	5. Display a high level of sportsmanship and game etiquette.	A6	EI

教學目標之教學策略與評量方法

序號	教學目標	教學策略	評量方法
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。	課堂講授	出席率、報告、討論
2	2. 學生將能夠運用所學，強健體魄、自我保護。	課堂講授、分組討論	期末考

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。	課堂講授、分組討論	期末考
4	4. 瞭解跆拳道比賽規則及戰術運用。	課堂講授、分組討論	期末考
5	5. 展現團隊合作精神及競賽禮儀。	課堂講授、分組討論	出席率、報告、討論

授 課 進 度 表

週次	日期	內 容 (Subject/Topics)	備註
1	09/13	課程簡介	
2	09/20	跆拳道基本規則講解及能力分組	
3	09/27	跆拳道運動傷害講解	
4	10/04	基本攻擊動作練習	
5	10/11	基本攻擊動作練習	
6	10/18	跳躍前踢、飛躍側踢	
7	10/25	手部動作、踢擊綜合動作	
8	11/01	防身術綜合練習	
9	11/08	後踢、側踢	
10	11/15	期中考試週	
11	11/22	轉身旋踢、基本踢擊	
12	11/29	上步後踢、基本踢擊	
13	12/06	反擊旋踢、反擊後踢	
14	12/13	太極二場	
15	12/20	綜合踢擊練習	
16	12/27	體能測驗	
17	01/03	術科測驗	
18	01/10	期末考試週	

修課應
注意事項

應著寬鬆之體育服裝、跆拳道服、功夫裝 (本學期上課同學需參加60週年校慶運動會跆拳道表演)

教學設備	電腦、投影機、其它(白板、麥克風)
教材課本	
參考書籍	最新跆拳道技術手冊、品勢競技教科書、COMPETITIVE TAEKWONDO
批改作業 篇數	1 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	<p>◆平時考成績：10.0 % ◆期中考成績： % ◆期末考成績：60.0 %</p> <p>◆作業成績： 10.0 %</p> <p>◆其他〈學習精神、服裝儀容、出席狀況〉：20.0 %</p>
備 考	<p>「教學計畫表管理系統」網址：http://info.ais.tku.edu.tw/csp 或由教務處 首頁〈網址：http://www.acad.tku.edu.tw/index.asp/〉教務資訊「教學計畫 表管理系統」進入。</p> <p>※非法影印是違法的行為。請使用正版教科書，勿非法影印他人著作，以免觸法。</p>