

112 下 (2024-Spring)

科號 (Course No.)	11220KSS220200	課程名稱 (Course title)	跆拳道 (Taekwondo)
學分 (Credit)	2	時間 (Time)	週三 7-8 節 (Wednesday, 15:30-17:20)
教室 (Room)	南大 A107 Nanda A107	教師姓名 (Teacher)	陳豐慈 (Feng-Tzu Chen)
人限 (Sample)	40	擋修 (Prerequisite)	無 (None)
課程簡述 (Brief Course Description)			
本「跆拳道」課程目標是讓學生認識跆拳道歷史與規則。此外，藉由跆拳道鍛鍊自身體能，且學習簡易防身技能。最後，透過學習跆拳道之基本技術，促進身心發展及培養武道精神，使學生達到規律運動之習慣。			
課程大綱 (Detailed Course Syllabus)			
教學方式 (Teaching Method) : ✓ 教師示範、動作調整、實作體驗			
成績考核 (Evaluation) ✓ 出席狀況 (40%)、期中測驗 (30%)、期末測驗 (30%)			
生成式人工智慧倫理聲明 (Generative Artificial Intelligence Ethics Statement)			
無			
教學進度(Syllabus)			
週數	日期	內容	備註
1	02/21	課程介紹	
2	02/28	停課	和平紀念日
3	03/06	跆拳道簡介與規則講解	
4	03/13	伸展與柔軟度測試、基本手法與步法	
5	03/20	基本動作：抬膝、前踢	
6	03/27	基本動作：旋踢、下壓	
7	04/03	停課	校際活動週
8	04/10	基本動作：正拳、側踩	
9	04/17	基本動作：後踢、後旋踢、其他	
10	04/24	基本動作總複習	基本動作
11	05/08	期中測驗	
12	05/15	品勢步法學習與太極一章	
13	05/22	品勢型場太極一章	
14	05/29	品勢型場太極一章	
15	06/05	所有課程內容總複習	
16	06/12	期末測驗	基本動作 太極一章
17	06/19	補充教學	
18	06/26	補充教學	