

1011學期 課程基本資料/Course Information				
系所 / 年級	共同必修 3年級	課號 / 班別	GSG00122 / A	
學分數	1學分	選 / 必修	選修	
科目中文名稱	體育(五)-有氧舞蹈	科目英文名稱	Physical Education(5)-Dance Aerobics	
主要授課老師	高嘉璘	開課期間	一學年之上學期	
人數上限	30人	已選人數	18人	
起始週 / 結束週 / 上課地點 / 上課時間				
第1週 / 第18週 / 體育場 / 星期三第03節 第1週 / 第18週 / 體育場 / 星期三第04節 請各位同學遵守智慧財產權觀念；請勿非法影印。 Please observe Intellectual Property Rights (IPR), not to make illegal copies.				
教學綱要/syllabus				
第一部分/Part I (※依課程委員會審議之內容決議填入)				
一、教學目標所要達成之能力培養項目： 【依據課程委員會審議通過之課程與基本素養/核心能力關聯表填寫】	基本素養/核心能力 Core Literacy/Core Competencies		相關性 Relevance	
			高度相關 中度相關	
	健康 Health [具有促進身體、心理以及靈性健康的良好習慣]		✓	
	關懷 Care [具有實踐關懷自己(尊重生命、感恩惜福)、關懷他人(孝親尊長、同理尊重、團隊合作)、關懷社會(扶助弱勢、服務社區)、以及關懷世界(愛護地球、多元文化)的行動力]		✓	
	創新 Innovation [具有創造特色的原創力與求新、求變及應變的能力]			
	卓越 Excellence [具有追求自我突破，並能終身學習，以不斷因應社會與時代需求的企圖心]			
	中文能力 Chinese Competencies [具有中文閱讀賞析、文字運用表達及文書處理能力]			
	英文能力 English Competencies [具有英文閱讀、寫作及聽講之溝通能力]			
資訊能力 Information Competencies [具有常用的電腦軟體操作及利用網際網路中豐富資源的能力]				
二、教學目標 (Objective)	1. 認知面：[使學生理解、應用、分析、綜合、比較、推論、評估本課程之理論與概念]： 藉由有氧運動，讓身體隨著音樂節奏作持續且循環的韻律動作，促進新陳代謝，增強肌力與肌耐力，同時塑造較佳的體態，以及透過運動舒緩壓力。 2. 技能面[使學生能獲得運用與實做本課程理論與概念之技巧]： 肢體協調能力的開發，有助於肢體平衡能力。 3. 情意面[能引發學生對本課程之興趣，激發學生學習動機，增加觸類旁通與自主學習]： 多元學習，可以發展多樣興趣，延伸成為持續性運動。			
三、符合教學目標之課程內容設計	結合走步、跑步及跳躍等腳步動作和手臂的擺動，配合輕快的音樂節奏讓全身大肌肉進行活動。			
四、先修科目 (Pre Course)	無			
第二部分/Part II				
一、多元教學方法 (Teaching Method)	<input type="checkbox"/> 由學生自訂學習目標與抱負水準		<input type="checkbox"/> 案例或故事討論	
	<input type="checkbox"/> 服務學習	<input type="checkbox"/> 學生課後書面報告	<input checked="" type="checkbox"/> 小組討論	
	<input type="checkbox"/> 學生上台報告	<input checked="" type="checkbox"/> 腦力激盪	<input checked="" type="checkbox"/> 學生實作	
	<input type="checkbox"/> 習題練習	<input checked="" type="checkbox"/> 影片欣賞與討論	<input type="checkbox"/> 採訪	
	<input type="checkbox"/> 審議式民主	<input checked="" type="checkbox"/> 觀察與資料收集	<input type="checkbox"/> 一分鐘回饋	
			<input type="checkbox"/> 講述	
			<input type="checkbox"/> 參訪	
			<input type="checkbox"/> 角色演練	
			<input type="checkbox"/> e化教學	
			<input checked="" type="checkbox"/> 其他	
二、參考書目 (Reference) [符合教學目標之參考書目]	中華民國健身運動協會-有氧舞蹈			
三、教學進度 (Syllabi) [符合教學目標之教學進度]	2012/9/12	課程說明與簡介	高嘉璘	
	2012/9/19	基礎有氧舞蹈	高嘉璘	
	2012/9/26	基礎有氧舞蹈	高嘉璘	
	2012/10/3	基礎有氧舞蹈	高嘉璘	
	2012/10/10	基礎有氧舞蹈	高嘉璘	
	2012/10/17	基礎有氧舞蹈	高嘉璘	
	2012/10/24	基礎有氧舞蹈	高嘉璘	
	2012/10/31	低衝擊有氧舞蹈	高嘉璘	

	2012/11/7	高低衝擊有氧舞蹈	高嘉璘	
	2012/11/14	高低衝擊有氧舞蹈-節奏練習	高嘉璘	
	2012/11/21	高低衝擊有氧舞蹈-節奏練習	高嘉璘	
	2012/11/28	高低衝擊有氧舞蹈-組合動作練習	高嘉璘	
	2012/12/5	高低衝擊有氧舞蹈-組合動作練習	高嘉璘	
	2012/12/12	高低衝擊有氧舞蹈-組合動作練習	高嘉璘	
	2012/12/19	高低衝擊有氧舞蹈-組合動作練習	高嘉璘	
	2012/12/26	高低衝擊有氧舞蹈-組合動作練習	高嘉璘	
	2013/1/2	高低衝擊有氧舞蹈-組合動作練習	高嘉璘	
	2013/1/9	期末考週	高嘉璘	
四、多元評量方法 (Evaluation) [所勾選評量方法之評分加總為100分]	評量方式	分數	評量方式	分數
	<input checked="" type="checkbox"/> 實作測驗	30	<input type="checkbox"/> 期中筆試	0
	<input type="checkbox"/> 隨堂筆試測驗	0	<input type="checkbox"/> 期末筆試	0
	<input type="checkbox"/> 小組作業	0	<input type="checkbox"/> 期中報告	0
	<input type="checkbox"/> 服務日誌	0	<input type="checkbox"/> 期末報告	0
	<input type="checkbox"/> 口試	0	<input type="checkbox"/> 專題報告	0
	<input type="checkbox"/> 個人上台報告	0	<input type="checkbox"/> 實作作品與反思	0
	<input type="checkbox"/> 小組上台報告	0	<input type="checkbox"/> 前後測比較進步與成長	0
	<input checked="" type="checkbox"/> 出席狀況	40	<input checked="" type="checkbox"/> 課堂參與與表現	30
	<input type="checkbox"/> 心得與反思報告	0	<input type="checkbox"/> 其他	0
五、講義位址 (http://)				

[回上頁](#) [重新查詢](#)