

課程名稱	中文名稱	微課程_6-4 有氧跆拳道	
	英文名稱		
授課年段	高一~高二		
課程屬性	<input type="checkbox"/> 專題探究 <input type="checkbox"/> 跨領域/科目專題 <input type="checkbox"/> 跨領域/科目統整 <input type="checkbox"/> 實作實驗 <input checked="" type="checkbox"/> 探索體驗 <input type="checkbox"/> 通識性課程 <input type="checkbox"/> 本土語言 <input checked="" type="checkbox"/> 全民國防教育 <input type="checkbox"/> 大學預修課程 <input type="checkbox"/> 職涯試探 <input type="checkbox"/> 第二外語 <input type="checkbox"/> 特殊需求 <input type="checkbox"/> 其他_____		
師資來源	<input checked="" type="checkbox"/> 校內單科 <input type="checkbox"/> 跨科協同 <input type="checkbox"/> 跨科專題 <input type="checkbox"/> 外聘(大學) <input type="checkbox"/> 外聘(其他)		
課綱 核心素養	A 自主行動	<input checked="" type="checkbox"/> A1. 身心素質與自我精進 <input type="checkbox"/> A2. 系統思考與問題解決 <input type="checkbox"/> A3. 規劃執行與創新應變	
	B 溝通互動	<input type="checkbox"/> B1. 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2. 科技資訊與媒體素養 <input checked="" type="checkbox"/> B3. 藝術涵養與美感素養	
	C 社會參與	<input type="checkbox"/> C1. 道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2. 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3. 多元文化與國際理解	
學生圖像	<input checked="" type="checkbox"/> 厚植公民品格 <input type="checkbox"/> 內化英語能力 <input type="checkbox"/> 深化科學素養 <input type="checkbox"/> 育化美學涵養		
學習目標	1. 能瞭解運動健康的益處，並培養專項運動興趣，進而從事規律性運動。 2. 跆拳道精神、武德訓練。 3. 藉由武術鍛鍊，獲得防身能力。		
教學大綱 (6週、每週2節課)	週次	單元/主題	內容綱要
	1	跆拳道簡介	課程講解與上課規定說明、跆拳道發展
	2	跆拳道練習	1. 跆拳道禮儀 2. 基本運動能力
	3	跆拳道練習	基本踢擊法一(前踢、下壓踢、旋踢)
	4	跆拳道練習	防禦法(手刀、正拳、閃身步法)
	5	跆拳道練習	基本踢擊組合應用
	6	跆拳道練習	跆拳道品勢
學習成效	充實學生習歷程檔案、協助學生自主學習計畫成果產出		
對應學群	<input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 工程 <input type="checkbox"/> 數理化 <input type="checkbox"/> 醫藥衛生 <input type="checkbox"/> 生命科學 <input type="checkbox"/> 生物資源 <input type="checkbox"/> 地球環境 <input type="checkbox"/> 建築設計 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 社會心理 <input type="checkbox"/> 大眾傳播 <input type="checkbox"/> 外語 <input type="checkbox"/> 文史哲 <input type="checkbox"/> 教育 <input type="checkbox"/> 法政 <input type="checkbox"/> 管理 <input type="checkbox"/> 財經 <input checked="" type="checkbox"/> 遊憩運動 <input type="checkbox"/> 其它		
備註			