



課 綱 Course Outline

體育中心學士班

中文課程名稱 Course Name in Chinese	體育(三)_定向越野				
英文課程名稱 Course Name in English	Physiactl Education of Orienteering				
科目代碼 Course Code	YY__13300	班 別 Degree	學士班 Bachelor' s		
修別 Type	必修 Required	學分數 Credit(s)	1.0	時 數 Hour(s)	2.0
先修課程 Prerequisite	無				
課程目標 Course Objectives					
本課程主要目的是在教導學生對於定向越野運動的認知與練習的方法，以提升個人的定向越野運動技術為基礎，並漸進學習指北針及讀圖的技術，建立正確的定向越野運動學習技巧，繼而由同學的個人練習到同學間的相互討論和指導，同時培養樂趣化的戶外運					
(校)教育目標 Objectives of General Education					
1	在地關懷與全球視野 Develop domestic and global perspectives				
2	人文素養與科學知識 Achieve humanistic values and scientific literacy				
3	全人健康與永續創新 Holistic Wellness and Sustainable Innovation				
(校)核心能力 Learning Outcomes				課程目標與校核心能力相關性 Correlation between Course Objectives and Basic Learning Outcomes	
A	自主學習與創新思考 Autonomous Learning and Creative Thinking			●	
B	康健身心 Physical Fitness and Mental Balance			●	
C	互動、溝通與解決問題 Interactive Communication and Problem Solving				
D	情藝美感 Artistic Feeling and Aesthetic Perception				
E	文化素養與尊重差異 CulturalLiteracy and Respect for Differences			○	

F	在地關懷與公民責任 Local Commitment and Civic Responsibility	
圖示說明Illustration：● 高度相關 Highly correlated ○ 中度相關 Moderately correlated		
課程大綱 Course Outline		
1. 指北針介紹及使用 2. 圖地對照 3. 拇指輔行法 4. 定向扶手法 5. 定向三部曲介紹 6. 攻擊點法介紹， 7. 定向短距離、校園定向賽、野外定向		
資源需求評估（師資專長之聘任、儀器設備的配合．．．等） Resources Required (e.g. qualifications and expertise, instrument and equipment, etc.)		
定向越野技術理論與實際/定向越野C教練手冊		
課程要求和教學方式之建議 Course Requirements and Suggested Teaching Methods		
本課程上課方式以講授及實施操作為主，為了使同學更精進於定向運動各項技巧，課程前半段將強調指北針之圖地對照之練習，期待充分了解與體會後，再進行校園定向練習，除了校園練習之外，也會安排校外場地練習，課程間將適時穿插相關影片及野外地圖，以野外定向場地分析及路線選擇為主，使同學更能瞭解定向越野的樂趣，而養成終身運動技能之一		
其他 Miscellaneous		