



## 教學計劃表 Syllabus

|  |   |                             |                                 |                                    |   |
|--|---|-----------------------------|---------------------------------|------------------------------------|---|
| 課程名稱(中文)<br>Course Name in Chinese   | 運動行為  |                             | 學年/學期<br>Academic Year/Semester | 114/2                              |   |
| 課程名稱(英文)<br>Course Name in English   | Motor Behavior  |                             |                                 |                                    |   |
| 科目代碼<br>Course Code  | PE__32360   | 系級<br>Department & Year     | 學三                              | 開課單位<br>Course-Offering Department | 體育與運動科學系  |
| 修別<br>Type   | 學程 Program  | 學分數/時間<br>Credit(s)/Hour(s) | 2.0/2.0                         |                                    |   |
| 授課教師<br>Instructor   | /林如瀚  |                             |                                 |                                    |   |
| 先修課程<br>Prerequisite   | /*運動心理學   |                             |                                 |                                    |   |
| 課程描述 Course Description  |   |                             |                                 |                                    |   |
| <p>一、 教學目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 使學生瞭解運動技能學習、控制與發展在運動表現與教學的應用。</li> <li>2. 透過簡易學習實驗的操作使學生結合理論與實際。</li> <li>3. 透過運動行為的研究說明，培養學生對學術研究的興趣。</li> </ol> <p>二、 教學內容：</p> <p>本課程主要以兩個部分建構：首先以運動技能學習為基礎、透過對於技能成分、運動的訊息處理、不同練習方法、不同回饋方式、記憶與自動化及個別差異等議題進行講授及討論（運動學習程式學，林清和，1996）。接著再導入運動控制的議題，了解高技能水準運動員在運動中如何展現高超的技能，並透過大腦、神經與動作的心生理機制，達到運動的完美與效率。最後以人類動作的發展與呈現，讓參與課程的學生了解運動發展的限制與可能。連續基礎知識的教導，主要是要學生對於學習、控制與運動發展等運動行為相關的知識有連貫性的了解，以作為未來進入運動實驗研究領域的入門。課程的另一部份則配合理論的講授，但以實驗操作為核心，先以經典性的研究操作介紹，如：描繪、速度與準確性、反應等儀器操作，讓學生學習實驗操作的方法，並透過分組的實驗設計，於課堂討論中深刻理論與知識。最後以分組的實驗設計與評論，做為期末評量的一部份。</p> |   |                             |                                 |                                    |   |
| 課程目標 Course Objectives   |   |                             |                                 |                                    |   |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解運動行為的起源與發展趨勢。</li> <li>2. 具備運動行為相關基礎知識。</li> <li>3. 認知運動行為之動作要領與步驟，並建立正確指導觀念。</li> <li>4. 培養終身規律運動的習慣。</li> </ol>  |   |                             |                                 |                                    |   |
| 系專業能力<br>Basic Learning Outcomes   |   |                             |                                 |                                    | 課程目標與系專業能力相關性<br>Correlation between Course Objectives and Dept.'s Education Objectives |
| A  | 具備體育教學的專業知識與能力。To possess professional knowledge and competencies in physical education teaching.   |                             |                                 |                                    | ●   |
| B  | 具備運動技能示範與指導的專業知識與能力。To possess professional knowledge and competencies in demonstrating and instructing sports skills.                              |                             |                                 |                                    | ●   |
| C  | 具備健康體適能、運動處方及運動傷害處置的專業知能。To possess professional knowledge in health-related physical fitness, exercise prescription, and sports injury management. |                             |                                 |                                    | ●   |
| D  | 具備運動科學研究的理論知識。To possess theoretical knowledge in sports science research.  |                             |                                 |                                    | ●   |
| E  | 具備專項運動訓練的知識與實務經驗。To possess knowledge and practical experience in specialized sports training.  |                             |                                 |                                    | ●   |
| F  | 具備體育行政與運動管理的能力。To possess competencies in physical education administration and sports management.  |                             |                                 |                                    | ●   |

| G  | 具備休閒運動規劃與行銷的能力。To possess competencies in recreational sports planning and marketing. |                       |
|--|---|-----------------------|
| 圖示說明Illustration：● 高度相關 Highly correlated ○ 中度相關 Moderately correlated |   |                       |
| 授課進度表 Teaching Schedule & Content                                      |   |                       |
| 週次Week   | 內容 Subject/Topics   | 備註Remarks             |
| 1  | 課程內容介紹<br>運動行為的分類與概述  |                       |
| 2  | 運動技能學習<br>運動技能的成分、運動學習與表現   |                       |
| 3  | 運動技能學習實驗操作  | Stroop effect 自動化表現實驗 |
| 4  | 運動技能學習<br>人類訊息處理的歷程   |                       |
| 5  | 運動技能學習實驗操作  | 叫色實驗                  |
| 6  | 運動技能學習<br>不同練習方法對技能學習的影響  |                       |
| 7  | 運動技能學習實驗操作  | 知覺機制—水瓶重量測試           |
| 8  | 運動技能學習<br>不同回饋方法對技能學習的影響  |                       |
| 9  | 運動技能學習實驗操作  | 基模—硬幣移動               |
| 10   | 運動技能學習<br>動作記憶理論與自動化的技能   |                       |
| 11   | 運動技能學習實驗操作  |                       |
| 12   | 運動技能學習<br>技能學習的個別差異   |                       |
| 13   | 運動技能學習實驗操作  |                       |
| 14   | 運動行為研究設計發表  |                       |
| 15   | 運動行為研究設計發表  |                       |
| 16   | 運動行為研究設計發表  |                       |
| 17   | 運動行為研究設計發表  |                       |
| 18   | 彈性週   |                       |

教學策略 Teaching Strategies

- 課堂講授 Lecture       分組討論 Group Discussion       參觀實習 Field Trip  
 其他 Miscellaneous: 實驗操作

教學創新自評 Teaching Self-Evaluation

創新教學(Innovative Teaching)

- 問題導向學習(PBL)       團體合作學習(TBL)       解決導向學習(SBL)  
 翻轉教室 Flipped Classroom       磨課師 Moocs

社會責任(Social Responsibility)

- 在地實踐 Community Practice       產學合作 Industry-Academia Cooperation

跨域合作(Transdisciplinary Projects)

- 跨界教學 Transdisciplinary Teaching       跨院系教學 Inter-collegiate Teaching  
 業師合授 Courses Co-taught with Industry Practitioners

其它 other:

---

學期成績計算及多元評量方式 Grading & Assessments

| 配分項目<br>Items  | 配分比例<br>Percentage | 多元評量方式 Assessments |          |          |          |          |          |          |    |
|--|--------------------|--------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----|
|  |                    | 測驗<br>會考           | 實作<br>觀察 | 口頭<br>發表 | 專題<br>研究 | 創作<br>展演 | 卷宗<br>評量 | 證照<br>檢定 | 其他 |
| 平時成績(含出缺席)<br>General Performance<br>(Attendance Record) | 50%                |                    | ✓        |          |          |          |          |          |    |
| 期中考成績 Midterm Exam                                       |                    |                    |          |          |          |          |          |          |    |
| 期末考成績 Final Exam   | 50%                |                    | ✓        |          |          | ✓        |          |          |    |
| 作業成績 Homework and/or<br>Assignments                      |                    |                    |          |          |          |          |          |          |    |
| 其他 Miscellaneous<br>(_____)                              |                    |                    |          |          |          |          |          |          |    |

評量方式補充說明

Grading & Assessments Supplemental instructions

教科書與參考書目 (書名、作者、書局、代理商、說明)

Textbook & Other References (Title, Author, Publisher, Agents, Remarks, etc.)

運動學習程式學。林清和。文史哲。

課程教材網址(含線上教學資訊, 教師個人網址請列位於本校內之網址)

Teaching Aids & Teacher's Website(Including online teaching information.  
Personal website can be listed here.)

其他補充說明 (Supplemental instructions)