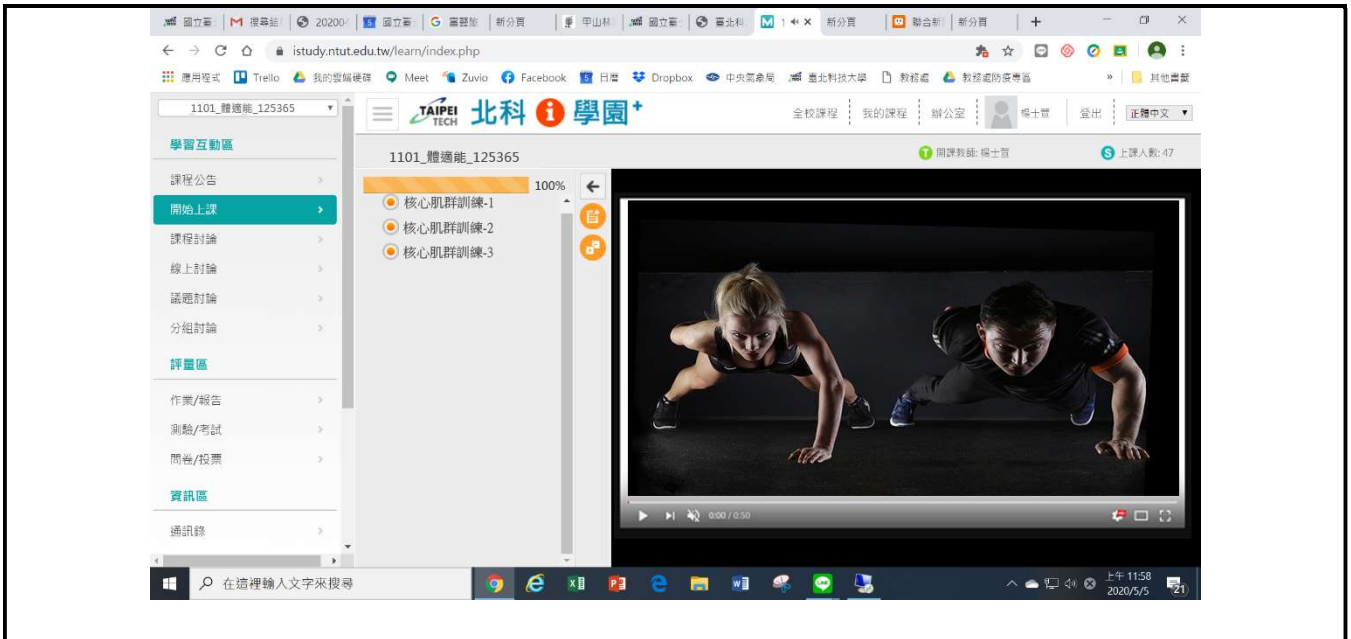


國立臺北科技大學-110學年度1學期
[分流規劃課程_教師佐證資料表]—範例僅供參考

壹、課程基本資料 (請填列並於打)

1.	開課部別	<input checked="" type="checkbox"/> 日間部 <input type="checkbox"/> 進修部(夜間部) <input type="checkbox"/> 日職合開課程	
2.	開課班級	適應體育	
3.	課程名稱(請寫全稱)	體育-適應體育	
4.	課號(請填 6碼)	294825	*若為合開課程,請填2個課號
5.	授課教師姓名(請填中文)	林威玲	
6.	遠距教學期間	<input checked="" type="checkbox"/> 9/22~9/28(全校遠距) <input checked="" type="checkbox"/> 9/29~10/10(上課方式： <input checked="" type="checkbox"/> 分流上課 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)：_____)	
7.	教師自評及佐證說明截圖		
(1)課程適當說明(如於課程系統發佈、第一週授課)遠距教學模式、於課程系統發佈遠距授課方式、教學進度、評量方式及標準等,作為學生選課及修課之參考。			<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
請提供可教師公告之佐證資料或連結			
https://aps.ntut.edu.tw/course/tw/ShowSyllabus.jsp?snum=294825&code=11172			
(2)提供聯絡及諮詢機制,以利公告遠距教學事宜,並回應學生學習相關問題。 <input checked="" type="checkbox"/> E-mail <input checked="" type="checkbox"/> Line <input type="checkbox"/> FB <input type="checkbox"/> 線上討論區 <input type="checkbox"/> Office Hour <input checked="" type="checkbox"/> 其他: 分機			<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
(3)於「固定網路平臺」發佈學習資源(如教學全都錄、直播錄影檔、youtube影音等),提供學生進行課程預習、複習等非同步學習歷程。			<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
發佈至網路平臺之影音教材截圖,請至少附1張圖檔			
請提供使用簡述:(例1)匯集YUOUTUBE影片並發佈至「北科i學園」平台,提供學生課後複習。			
請附截圖:			



請提供使用簡述：(例2)

- 1-老師先製作 DV 拍攝。
- 2-連結至 LINE 群組，提供同學先行複習考試動作。
- 3-5/13線上教學當天:學生自行拍攝動作演練之影片，與 Google 表單提交問題與影片作業。

請附截圖：



(4)透過線上點名、問卷調查或互動問答等機制，掌握全班學生出席實況。

是 否

教師進行線上點名紀錄之截圖，請至少附1張圖檔

請提供使用簡述：提供 Google 表單繳交作業時間。

請附截圖：

A	B	C	D	E	F	G	
1	時間戳記	班級	學號	姓名	彼拉提斯六項運動原則 / The Pilates Six Sports Principles	運動過程發現自己的優點與缺點 / Discover your strengths and weaknesses during exercise.	個人運動影片連結
2						優點： ①可以訓練平常不太會訓練到的關節 ②有助於減輕生活中的壓力 ③在運動過程中可以發現自己哪些部位是欠缺能量 ④可以了解自己受傷的腳在什麼樣的壓迫下會造成疼痛，而在日常降低那樣的行為 ⑤自己的柔軟度有一定的標準 ⑥身體的彈性很好 缺點： ①自己的核心肌群需要加強（一直覺得核心肌群沒有練好，導致膝蓋需要承受身體更大的重量 ②平衡感很差（在做側抬腿時，身體總是歪歪斜斜的） ③嚴重的駝背（在坐坐骨椎旋轉發現的，長期的坐坐不良，造成駝背，讓身體看起來沒精神） ④雖然想努力跟著椅子，但還是亂掉了。 ⑤整體的流暢度還是有待加強	https://youtu.be/f
3	2020/5/13 下午 6:20:23	經管二	107570024	吳欣霖	呼吸 集中/控制/專注力/流暢/精確度	優點: breathing, stability, precision, centering and concentration, flowing movement	https://drive.goo
4	2020/5/13 下午 6:23:50	電子三甲	106360146	郭若蘭	Breathing, Centering and Concentration, Control, Stability,	因為腳麻所以覺得腳伸直有點勉強所以動作坐起來沒那麼好看	https://drive.goo
5	2020/5/13 下午 6:34:11	化工二甲	107320119	林永昇	呼吸、專注、核心、控制、流暢、精確	優點 已經能控制呼吸，在做的時候不會頭暈 缺點 有些姿勢還是沒辦法撐太久	https://www.yout
6	2020/5/13 下午 6:35:23	材資二甲	107331013	曾唯哲	呼吸、集中、控制、專注力、流暢、精確度	優點 肌力還可以像是平板式可以撐得起來 缺點 柔軟度待加強	https://drive.goo
7	2020/5/13 下午 6:35:56	車輔二	107440018	陳致程	呼吸 核心 控制 專注 流暢 精確	動作因為場地限制吧，加上個人體能不足，所以無法將動作做到精確。 經過幾次較完整的練習，對動作連續性更加有記憶。	https://www.yout
8	2020/5/13 下午 6:46:45	文發一	108950035	黃孝綸	呼吸，核心，控制，專注，流暢，精確	動作不熟，不該穿牛仔褲，冰式手舉不夠高，這個角度好像無法看清動作	https://forms.gle
9	2020/5/13 下午 7:26:56	材資二甲	107331031	周哲弘	呼吸、專注、核心、控制、流暢、精確	因為車禍過後全身的肌肉都變少，身體還有些疼痛，等骨頭完全修復完，一定要好好的把體力跟	https://drive.goo
10	2020/5/13 下午 7:28:09	土木二乙	107340226	丁嘉靖	1.呼吸2.核心3.控制4.專注5.流暢6.精確	因為車禍過後全身的肌肉都變少，身體還有些疼痛，等骨頭完全修復完，一定要好好的把體力跟	https://drive.goo
11	2020/5/13 下午 7:30:56	土木二乙	107340226	丁嘉靖	1.呼吸2.核心3.控制4.專注5.流暢6.精確	動作不熟，不該穿牛仔褲，冰式手舉不夠高，這個影片的角度好像無法看清動作	https://youtu.be/f
12	2020/5/13 下午 8:04:58	材資二甲	107331031	周哲弘	呼吸、專注、核心、控制、流暢、精確		

(5) 實施同步直播教學時，進行互動策略（主題問答、議題討論等），促進學生課堂專注度及參與度。 是 否

同步師生互動實況截圖，請至少附1張圖檔

請提供使用簡述：

1-老師觀看影片後，於 Line 回復動作優缺點指導。

2-學生了解動作之優缺點自行演練，並至下一次實體教學時正式考試。

請附截圖：(截圖上須清楚看到時間，並有師生互動之內容)



(6)將直播授課過程錄製下來，並提供錄影檔連結，提供學生課後複習或未及時參與直播之學生學習。		<input checked="" type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否
可資查證線上教學之網址(必填*)			
https://drive.google.com/file/d/1kjHmp0T9d8eGyqxl-CpLlb4JENIqEtSU/view?usp=sharing			
8.	請提供相關資料		
<p>替代作法說明：(請老師提供授課方式及致學生之說明文件)</p> <p>1.9/22(三)-9/28(二)採行的授課方式</p> <p>請學生先加入 Line 群組，若有選課問題請先跟老師以 E-mail 或電話聯繫，上課前請先至 i 學園觀看課程公告訊息，老師有任務交代。</p> <p>1、加入 Line 群組。https://drive.google.com/file/d/1OUgyS-XntNSxOAFf_TraXIkpvRjeJ_WN/view?usp=sharing</p> <p>2、E-mail 聯絡:rita33@mail.ntut.edu.tw。</p> <p>3、教師 Line 帳號 ID:linweiling178423</p> <p>4、北科 i 學園。請注意 [課程公告] 訊息!!!</p> <p>2.9/29(三)-10/10(日)如採用混成授課，請說明對於分配至遠距教學之同學之替代方案，或請說明其他非遠距之授課方式</p> <p>1、教師到校授課。學生採實體與遠距兩組教學，並隔週交換。學號尾數單號單週、雙號雙週。</p> <p>2、遠距學習學生觀看非同步教材。</p> <p>3、遠距教材以教師規定之運動影片、文章閱讀心得，或規定運動項目作個人運動影片記錄、運動問題測驗等。</p> <p>舉例說明：學號 110002002 開學第二週到校上課、110002003 開學第三週到校上課。不到校的週數，學生觀看教師指定的非同步教材，遠距教材以教師規定之運動影片、文章閱讀心得，或規定運動項目作個人運動影片記錄、運動問題測驗等。</p> <p>4、如學生人數少於 20 人，保留實體授課。</p>			
9.	<p>針對此次因應疫情實施遠距教學及分流上課規劃，對於如何提升教學品質，請問您有何建議？(簡答，選填)</p>		
無意見。			