

淡江大學 100 學年度第 1 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育	授課 教師	覃素莉 Sunny Chin
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	企管一 B	開課 資料	必修 單學期 0 學分
	TMBXB1B		
系所教育目標			
<p>一、提升身體適應能力。</p> <p>二、建立正確體育概念。</p> <p>三、增進運動技能。</p> <p>四、體驗運動參與樂趣。</p>			
系所核心能力			
<p>A. 養成終生規律運動習慣。</p> <p>B. 提升健康體適能的能力。</p> <p>C. 具備運動休閒及健康生活知能的能力。</p> <p>D. 具備理解體育運動知識的能力。</p> <p>E. 具備團隊合作精神。</p> <p>F. 了解該項運動特殊性與技能。</p> <p>G. 具備正確運動方法的能力。</p> <p>H. 具備運動鑑賞的能力。</p> <p>I. 促進和諧的人際關係。</p> <p>J. 體驗自我超越樂趣。</p>			
課程簡介	<p>一、增進身體適能</p> <p>二、正確的運動概念</p> <p>三、增強對學校體育運動的參與動機</p> <p>四、增進籃球運動技能</p> <p>五、增進水上運動能力</p>		
	<p>1.To instruct students to not be afraid of the water.</p> <p>2. Learn basic self-help skills and the correct concept of water safety.</p> <p>3.Demonstrate understanding of the basketball rules.</p> <p>4.Display a high level of sportsmanship and game etiquette.</p> <p>5.Reconizing health-related physical fitness and evaluating physical fitness.</p> <p>6.Cultivating a habit of regular exercising as a goal to improve one's health conditions.</p> <p>7.Experience the benefits of Physical Fitness and have fun.</p>		

本課程教學目標與目標層級、系所核心能力相關性

一、目標層級(選填)：

- (一)「認知」(Cognitive 簡稱C)領域：C1 記憶、C2 瞭解、C3 應用、C4 分析、C5 評鑑、C6 創造
- (二)「技能」(Psychomotor 簡稱P)領域：P1 模仿、P2 機械反應、P3 獨立操作、P4 聯結操作、P5 自動化、P6 創作
- (三)「情意」(Affective 簡稱A)領域：A1 接受、A2 反應、A3 重視、A4 組織、A5 內化、A6 實踐

二、教學目標與「目標層級」、「系所核心能力」之相關性：

- (一)請先將課程教學目標分別對應前述之「認知」、「技能」與「情意」的各目標層級，惟單項教學目標僅能對應C、P、A其中一項。
- (二)若對應「目標層級」有1~6之多項時，僅填列最高層級即可(例如：認知「目標層級」對應為C3、C5、C6項時，只需填列C6即可，技能與情意目標層級亦同)。
- (三)再依據所訂各項教學目標分別對應該系「系所核心能力」。單項教學目標若對應「系所核心能力」有多項時，則可填列多項「系所核心能力」(例如：「系所核心能力」可對應A、AD、BEF時，則均填列)。

序號	教學目標(中文)	教學目標(英文)	相關性	
			目標層級	系所核心能力
1	(中) 本課程主要的目的在建立大一(企管系)對運動及健身的認知及執行能力，藉由課程的安排加強體適能、籃球運動等基本之運動能力，再配合校方對游泳能力的提升需要，建構學生水中自救的能力。	(英) The aim of this course(for Department of Business Administration) is to establish a sense of cognition and execution towards exercise and keep fit. This course is designed to enhance students' physical ability, basketball and other basic physical abilities. The ability of self-rescue will be introduced as well, in order to meet the requirements of the school.	A6	ABCDEFGHI

教學目標之教學策略與評量方法

序號	教學目標	教學策略	評量方法
1	(中) 本課程主要的目的在建立大一(企管系)對運動及健身的認知及執行能力，藉由課程的安排加強體適能、籃球運動等基本之運動能力，再配合校方對游泳能力的提升需要，建構學生水中自救的能力。	課堂講授	出席率、報告、期中考

本課程之設計與教學已融入下列本校基本素養與核心能力

淡江大學基本素養與核心能力	內涵說明
◆ 表達能力與人際溝通	有效運用中、外文進行表達，能發揮合作精神，與他人共同和諧生活、工作及相處。
◆ 科技應用與資訊處理	正確、安全、有效運用資訊科技，並能蒐集、分析、統整與運用資訊。
◆ 洞察未來與永續發展	能前瞻社會、科技、經濟、環境、政治等發展的未來，發展與實踐永續經營環境的規劃或行動。
◆ 學習文化與理解國際	具備因應多元化生活的文化素養，面對國際問題和機會，能有效適應和回應的全球意識與素養。
◆ 自我了解與主動學習	充分了解自我，管理自我的學習，積極發展自我多元的興趣和能力，培養終身學習的價值觀。
◆ 主動探索與問題解決	主動觀察和發掘、分析問題、蒐集資料，能運用所學不畏挫折，以有效解決問題。
◆ 團隊合作與公民實踐	具備同情心、正義感，積極關懷社會，參與民主運作，能規劃與組織活動，履行公民責任。
◆ 專業發展與職涯規劃	掌握職場變遷所需之專業基礎知能，管理個人職涯的職業倫理、心智、體能和性向。

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	100/09/05~ 100/09/11	1.上課注意事項 2.考試項目介紹 3.熱身運動 4.基本體能操作	游泳課(八週)第一週請穿著運動服 運動鞋於游泳館大廳集合
2	100/09/12~ 100/09/18	1.水中體能 2.基本動作複習	游泳裝備
3	100/09/19~ 100/09/25	1.水中體能 2.基本動作複習	
4	100/09/26~ 100/10/02	1.水中體能 2.基本動作複習	拍點名照片
5	100/10/03~ 100/10/09	1.水中體能 2.基本動作複習	
6	100/10/10~ 100/10/16	1.水中體能 2.基本動作複習	開始測驗25公尺
7	100/10/17~ 100/10/23	1.水中體能 2.基本動作複習	開始測驗25公尺
8	100/10/24~ 100/10/30	1.水中體能 2.基本動作複習 測驗	
9	100/10/31~ 100/11/06	期中考試週	
10	100/11/07~ 100/11/13	1. 籃球簡介 2. 籃球課程注意事項 3.籃球體能 4.操控球練習 5.基本動作 6.罰球練習	田徑場旁籃球場(四週)雨天場地改為武術教室
11	100/11/14~ 100/11/20	1.操控球複習 2.籃球步法練習 3.運球練習 4.傳接球練習 5.籃下球投籃練習 6.罰球練習	
12	100/11/21~ 100/11/27	1.複習上週項目 2.運球上籃練習 3.兩人一組投籃練習 4.罰球練習	

13	100/11/28~ 100/12/04	1.罰球測驗 2三對三比賽	
14	100/12/05~ 100/12/11	體適能檢測	
15	100/12/12~ 100/12/18	越野定向課程說明及操作	
16	100/12/19~ 100/12/25	體適能課程	
17	100/12/26~ 101/01/01	體適能課程	
18	101/01/02~ 101/01/08	期末考試週	
修課應 注意事項	<p>1.穿著運動裝備、攜帶毛巾、飲水、防曬 2.請假請依學校規定辦理： (1)曠課6節者，予以扣考。 (2)缺課總時數達該科授課時數三分之一時，學期成績以零分計算。 若課程有所更動，請隨時注意老師公佈之新的訊息。 訊息來源： 1. 教學資源平台上課講述 2. 老師的facebook活動公佈 3. 覃老師的Mail csunny@mail.tku.edu.tw</p> <p>第一份報告： 1. 自我介紹 2. 運動經歷介紹 3. 對體育現勢的了解及分析 4. 對自我期許 5. 對本節體育課的期許</p> <p>第二份報告 學習心得及建議</p>		
教學設備	(無)		
教材課本	1. 你運動對了嗎？(2011)，甘思元(Kenny)，臉譜出版 城邦文化事業股份有限公司。		
參考書籍			
批改作業 篇數	2 篇 (本欄位僅適用於所授課程需批改作業之課程教師填寫)		
學期成績 計算方式	<p>◆平時考成績：30.0 %   ◆期中考成績：        %   ◆期末考成績：        %</p> <p>◆作業成績： 20.0 %</p> <p>◆其他〈席及〉：50.0 %</p>		
備考	<p>「教學計畫表管理系統」網址：<a href="http://info.ais.tku.edu.tw/csp">http://info.ais.tku.edu.tw/csp</a> 或由教務處首頁〈網址：<a href="http://www.acad.tku.edu.tw/index.asp/">http://www.acad.tku.edu.tw/index.asp/</a>〉教務資訊「教學計畫表管理系統」進入。</p> <p><b>※非法影印是違法的行為。請使用正版教科書，勿非法影印他人著作，以免觸法。</b></p>		