

淡江大學 103 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	資管一 B	開課 資料	必修 單學期 0學分
	TLMXB1B		
教 育 目 標			
一、提升身體適應能力。 二、建立正確體育概念。 三、增進運動技能。 四、體驗運動參與樂趣。			
校 級 基 本 素 養			
A. 全球視野。 B. 資訊運用。 C. 洞悉未來。 D. 品德倫理。 E. 獨立思考。 F. 樂活健康。 G. 團隊合作。 H. 美學涵養。			
課程簡介	本課程主要的目的在建立大一(資管系)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。 為凝聚班級向心力，及對校方慶祝典禮的參與感，希望全班參加校慶運動會之大隊接力項目。		
	The aim of this course(for Department of Accounting) 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.		

本課程教學目標與目標層級、校級基本素養相關性

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」、「校級基本素養」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其「校級基本素養」。單項教學目標若對應「校級基本素養」有多項時，則可填列多項「校級基本素養」。(例如：「校級基本素養」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	校級基本素養
1	1. 引導學生適應水性 2. 基本自救技能及正確水上安全觀念 3. 瞭解體適能建立概念 4. 認識健康體適能和體適能的評量 5. 養成規律運動習慣以達成健康促進目標 6. 體驗運動效益及享受運動樂趣	1. To instruct students to not be afraid of the water. 2. Learn basic self-help skills and the correct concept of water safety. 3. The breakup of the fitness to establish the concept. 4. Reconizing health-related physical fitness and evaluating physical fitness. 5. Cultivating a habit of regular exercising as a goal to improve one's health conditions. 6. Experience the benefits of Physical Fitness and have fun.	C3	DEFGH
2	1. 引導學生適應水性 2. 基本自救技能及正確水上安全觀念 3. 瞭解體適能建立概念 4. 認識健康體適能和體適能的評量 5. 養成規律運動習慣以達成健康促進目標 6. 體驗運動效益及享受運動樂趣	1. To instruct students to not be afraid of the water. 2. Learn basic self-help skills and the correct concept of water safety. 3. The breakup of the fitness to establish the concept. 4. Reconizing health-related physical fitness and evaluating physical fitness. 5. Cultivating a habit of regular exercising as a goal to improve one's health conditions. 6. Experience the benefits of Physical Fitness and have fun.	P4	GH

教學目標之教學方法與評量方法			
序號	教學目標	教學方法	評量方法
1	1. 引導學生適應水性 2. 基本自救技能及正確水上安全觀念 3. 瞭解體適能建立概念 4. 認識健康體適能和體適能的評量 5. 養成規律運動習慣以達成健康促進目標 6. 體驗運動效益及享受運動樂趣	講述、討論、實作	實作、上課表現
2	1. 引導學生適應水性 2. 基本自救技能及正確水上安全觀念 3. 瞭解體適能建立概念 4. 認識健康體適能和體適能的評量 5. 養成規律運動習慣以達成健康促進目標 6. 體驗運動效益及享受運動樂趣	實作、問題解決	上課表現
授課進度表			
週次	日期起訖	內 容 (Subject/Topics)	備註
1	103/09/15~ 103/09/21	1.上課注意事項 2.考試項目介紹 3.熱身運動	游泳課(八週)
2	103/09/22~ 103/09/28	1.岸上熱身運動	
3	103/09/29~ 103/10/05	1.水中體能 2.基本動作複習	
4	103/10/06~ 103/10/12	1.水中體能 2.基本動作複習	
5	103/10/13~ 103/10/19	1.水中體能 2.基本動作複習	
6	103/10/20~ 103/10/26	1.水中體能 2.基本動作複習	
7	103/10/27~ 103/11/02	測驗	
8	103/11/03~ 103/11/09	測驗	
9	103/11/10~ 103/11/16	1.體能介紹及練習	體育館七樓上課
10	103/11/17~ 103/11/23	期中考試週	
11	103/11/24~ 103/11/30	1.籃球基本動作 2.三對三比賽	
12	103/12/01~ 103/12/07	1.基本動作練習 2.三對三比賽	
13	103/12/08~ 103/12/14	1.基本動作練習 2.三對三比賽	
14	103/12/15~ 103/12/21	重量訓練室環境及器材使用介紹	

15	103/12/22~ 103/12/28	體育適能檢測	
16	103/12/29~ 104/01/04	體能訓練練習	
17	104/01/05~ 104/01/11	測驗	
18	104/01/12~ 104/01/18	期末考試週	
修課應 注意事項	應著運動裝備		
教學設備	(無)		
教材課本			
參考書籍			
批改作業 篇數	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	◆出席率： 40.0 % ◆平時評量：10.0 % ◆期中評量： % ◆期末評量：40.0 % ◆其他〈平時表現〉：10.0 %		
備 考	「教學計畫表管理系統」網址： http://info.ais.tku.edu.tw/csp 或由教務處 首頁〈網址： http://www.acad.tku.edu.tw/CS/main.php 〉業務連結「教師教學 計畫表上傳下載」進入。 ※不法影印是違法的行為。請使用正版教科書，勿不法影印他人著作，以免觸法。		