

淡江大學 106 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	化材一 A	開課 資料	必修 單學期 0學分
	TEDXB1A		
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>			
校級基本素養			
<p>A. 全球視野。</p> <p>B. 資訊運用。</p> <p>C. 洞悉未來。</p> <p>D. 品德倫理。</p> <p>E. 獨立思考。</p> <p>F. 樂活健康。</p> <p>G. 團隊合作。</p> <p>H. 美學涵養。</p>			
課程簡介	<p>大一體育課程旨在讓學生瞭解健康體適能、運動安全之概念，藉由體適能、運動安全、水上活動課程之安排，讓學生明瞭個人體適能現況，俱備運動環境潛在風險之評估，並學會提升體適能的方法。</p>		
	<p>The purposes of the course are to let students understand the concepts of the health physical fitness and movement security.</p> <p>Through the classes of physical fitness, movement security, and water activities arrangements, they help students understand the present situation of individual physical fitness; assess the movement environment potential risks; promote the methods of physical fitness.</p>		

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.認識學校運動環境、設施，並注意從事該運動之潛在風險。	1.Understanding the sports environment and facility, and aware of the potential risk in environment.	C2	F
2	2.提升身體適能、並促進身心健康。	2.Promote physical function and promote the physical and mental health.	C3	FG
3	3.提升個人游泳運動技能。	3.Promote personal swimming skills.	P3	F
4	4.享受從事水上運動的樂趣，養成終身運動習慣。	4.Enjoy aquatics sports and develop lifelong habies.	P3	F
5	5.認知危險水域，明瞭水域活動意外防護之處理。	5.Aware of the risk in water sports, and understand to apply the accidents of equities sports.	C3	F
6	6.透過體育運動，增進學生人際互動。	6.to interact with people by physical activity.	A5	DG

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.認識學校運動環境、設施，並注意從事該運動之潛在風險。	講述、討論、賞析	實作、上課表現
2	2.提升身體適能、並促進身心健康。	講述、討論、賞析、模擬、實作、問題解決	實作、上課表現
3	3.提升個人游泳運動技能。	講述、討論、實作、問題解決	實作、上課表現
4	4.享受從事水上運動的樂趣，養成終身運動習慣。	講述、實作、問題解決	實作、上課表現
5	5.認知危險水域，明瞭水域活動意外防護之處理。	賞析、實作、問題解決	實作、報告、上課表現

6	6.透過體育運動，增進學生人際互動。	討論、賞析	報告、上課表現
授課進度表			
週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	106/09/18~ 106/09/24	1.教師自我介紹 2.校園運動環境介紹 3.上課注意事項 4.分組	游泳館上課
2	106/09/25~ 106/10/01	1.水上活動安全概念與風險評估 2.韻律呼吸練習 3.基本游泳能力測驗	著泳衣裝備
3	106/10/02~ 106/10/08	1.水中自救 (仰漂、水母漂、韻律呼吸與臨時浮具之製作) 概念與技術	
4	106/10/09~ 106/10/15	1. 游泳技能教學及練習	
5	106/10/16~ 106/10/22	1.游泳技能教學及練習	
6	106/10/23~ 106/10/29	1.體適能檢測 2.大隊接力練習	
7	106/10/30~ 106/11/05	1.游泳技術教學及練習 2.25公尺測驗	
8	106/11/06~ 106/11/12	1.游泳技術教學及練習 2.25公尺測驗	
9	106/11/13~ 106/11/19	1.籃球歷史介紹 2.基本動作練習 3.自行分組比賽	操場旁籃球場上課，雨天在『劍道館』上課
10	106/11/20~ 106/11/26	期中考試週	
11	106/11/27~ 106/12/03	1.籃球規則介紹 2.基本動作練習 3.自行分組比賽	
12	106/12/04~ 106/12/10	1.籃球運動傷害介紹 2.基本動作練習 3.自行分組比賽	
13	106/12/11~ 106/12/17	1.運球上籃測驗 2.罰球測驗	
14	106/12/18~ 106/12/24	1.體適能檢測	沒下雨在司令台集合，下雨則在活動中心集合
15	106/12/25~ 106/12/31	基礎體能訓練	
16	107/01/01~ 107/01/07	籃球比賽	
17	107/01/08~ 107/01/14	體適能及籃球補考	
18	107/01/15~ 107/01/21	期末考試週	
修課應注意事項		1.須穿著運動裝備 2.第二週游泳課需有游泳裝備 3.避免遲到早退 4.暫時離開上課場地必須報備，否則失去上課權利 5.其他未盡事宜以上課時說明為主	

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	<p>◆出席率： 40.0 % ◆平時評量：10.0 % ◆期中評量：20.0 %</p> <p>◆期末評量：20.0 %</p> <p>◆其他〈體適能〉：10.0 %</p>
備 考	<p>「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。</p> <p>※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。</p>