淡江大學１０８學年度第１學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育 MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION	授課教師	陳瑞辰 CHEN, JUI-CHEN
開課系級	大傳一Ａ TAMXB1A	開課資料	實體課程 必修 單學期 0學分

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。

本課程對應校級基本素養之項目與比重

4. 品德倫理。(比重：20.00)
6. 樂活健康。(比重：60.00)
7. 團隊合作。(比重：20.00)

課程簡介	大一體育課程旨在讓學生了解健康體適能、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，並學會提昇體適能的方法。
	The purposes of the course are to let students understand the concepts of the health physical fitness and movement security. 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.

本課程教學目標與認知、情意、技能目標之對應

將課程教學目標分別對應「認知（Cognitive）」、「情意（Affective）」與「技能(Psychomotor)」的各目標類型。

一、認知(Cognitive)：著重在該科目的事實、概念、程序、後設認知等各類知識之學習。
二、情意(Affective)：著重在該科目的興趣、倫理、態度、信念、價值觀等之學習。
三、技能(Psychomotor)：著重在該科目的肢體動作或技術操作之學習。

序號	教學目標(中文)	教學目標(英文)

1	1.運動環境、設施之介紹 2.認知健康體適能的概念 3.學會提昇個人體適能的方法 4.認知運動環境的潛在風險 5.提昇水中自救能力與游泳技能	1.Introduce the movement environment and facility. 2.Understand the concepts of health physical fitness. 3.Promote the methods of physical fitness. 4.Understand the potential risks of the movement environment. 5.Enhances water survival and swimming skills.

教學目標之目標類型、核心能力、基本素養教學方法與評量方式

序號	目標類型	院、系(所)核心能力	校級基本素養	教學方法	評量方式
1	情意		467	講述、實作	出席率、課程參與極度

授 課 進 度 表

週次	日期起訖	內 容 (Subject/Topics)	備註
1	108/09/09～108/09/15	校內運動環境、設施之介紹；校內體育活動現況之了解；體育課程修選注意事項	S2：游泳館游泳池集合
2	108/09/16～108/09/22	游泳教學（一）	
3	108/09/23～108/09/29	游泳教學（二）	
4	108/09/30～108/10/06	游泳教學（三）	
5	108/10/07～108/10/13	排球教學（一）	V1：體育館四樓排球場
6	108/10/14～108/10/20	排球教學（二）	
7	108/10/21～108/10/27	排球教學（三）	
8	108/10/28～108/11/03	排球教學（四）	
9	108/11/04～108/11/10	羽球教學（一）	K1：體育館四樓羽球場
10	108/11/11～108/11/17	期中考試週	
11	108/11/18～108/11/24	羽球教學（二）	
12	108/11/25～108/12/01	羽球教學（三）	
13	108/12/02～108/12/08	羽球教學（四）	
14	108/12/09～108/12/15	籃球教學（一）	晴天B2：田徑場旁籃球場。雨天：游泳館N204教室。
15	108/12/16～108/12/22	籃球教學（二）	
16	108/12/23～108/12/29	籃球教學（三）	
17	108/12/30～109/01/05	晴天體適能測驗（身高、體重、仰臥起坐、坐姿體前彎、立定跳遠、800/1600跑走）雨天游泳教學與測驗	

18	109/01/06～ 109/01/12	期末考試週(本學期期末考試日期為:109/1/3-109/1/9)	

修課應注意事項	1.需穿著運動服裝及球鞋。游泳教學時需著泳裝、戴泳帽及蛙鏡 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。
教學設備	(無)
教科書與教材	
參考文獻	1.大學生的健康體適能　卓俊辰著 2.運動與健康- 減肥健身與疾病的運動處方　方進隆著 3 專家教你游泳　曹青軍、田珊著
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：　%　◆平時評量：　%　◆期中評量：　% ◆期末評量：　% ◆其他〈出缺席、上課參與情形〉：100.0 %
備　考	「教學計畫表管理系統」網址：https://info.ais.tku.edu.tw/csp 或由教務處首頁→教務資訊「教學計畫表管理系統」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。**