

淡江大學 110 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	陳凱智 CHEN, KAI-CHIH
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	風保一 B	開課 資料	實體課程 必修 單學期 0 學分
	TLOXB1B		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG4 優質教育		
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>			
本課程對應校級基本素養之項目與比重			
<p>4. 品德倫理。(比重：20.00)</p> <p>6. 樂活健康。(比重：60.00)</p> <p>7. 團隊合作。(比重：20.00)</p>			
課程簡介	<p>1.學習籃球 排球 健身重訓與游泳等運動技能</p> <p>2.學習團隊合作</p> <p>3.提升體適能</p>		
	<p>1.to learn the basketball , volleyball weight training and swimming .</p> <p>2.to learn the teamwork.</p> <p>3.to enhance the fitness.</p>		

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	學習籃球 排球 健身重訓和游泳等相關技能知識	to learn the basketball ,volleyball and swimming.
2	學習團隊合作	to learn the teamwork
3	提升體適能	to enhance the fitness.

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	認知		4	講述、討論	活動參與
2	情意		6	體驗	活動參與
3	技能		7	實作、體驗	實作、活動參與

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	110/09/22~ 110/09/28	課堂規則解說與分組, 排球基本動作	
2	110/09/29~ 110/10/05	托球 下手傳球等基本動作	
3	110/10/06~ 110/10/12	上手發球與下手發球	
4	110/10/13~ 110/10/19	殺球動作	
5	110/10/20~ 110/10/26	籃球基本動作講解	
6	110/10/27~ 110/11/02	運球 傳球 投籃	
7	110/11/03~ 110/11/09	上籃與3對3比賽練習	
8	110/11/10~ 110/11/16	3對3比賽練習	
9	110/11/17~ 110/11/23	期中考試週	
10	110/11/24~ 110/11/30	重量訓練原理說明並器材介紹	
11	110/12/01~ 110/12/07	暖身與熱身	

12	110/12/08~ 110/12/14	肌力 肌耐力 爆發力的區別	
13	110/12/15~ 110/12/21	HIIT介紹與實作	
14	110/12/22~ 110/12/28	游泳基本動作說明講解	
15	110/12/29~ 111/01/04	閉氣原理 與水母漂	
16	111/01/05~ 111/01/11	換氣與自由式練習	
17	111/01/12~ 111/01/18	期末考試週	
18	111/01/19~ 111/01/25		
修課應 注意事項	1.體育課程請穿著體育服裝和運動鞋 2.游泳課請自備並穿著泳衣褲 3.游泳課4週上課須下水上課		
教學設備	其它(無)		
教科書與 教材			
參考文獻			
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： % ◆期中評量： % ◆期末評量：40.0 % ◆其他〈上課參與態度與服儀〉：20.0 %		
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。		