

淡江大學 1 1 1 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	陳香吟
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	資圖一 B	開課 資料	實體課程 必修 單學期 0學分
	TABXB1B		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉		
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>1. 全球視野。(比重：5.00)</p> <p>2. 資訊運用。(比重：5.00)</p> <p>3. 洞悉未來。(比重：5.00)</p> <p>4. 品德倫理。(比重：20.00)</p> <p>5. 獨立思考。(比重：5.00)</p> <p>6. 樂活健康。(比重：30.00)</p> <p>7. 團隊合作。(比重：25.00)</p> <p>8. 美學涵養。(比重：5.00)</p>			
課程簡介	透過球類運動,體適能課程以及水上活動課程安排,能促進各類運動知識的學習,技能學習以及促進健康體適能		
	Through physical fitness courses and water sports course arrangements, it can promote the learning of various sports knowledge, skill learning and promote healthy 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	認識學校運動環境與運動風險	Understanding the school sports environment and sports risks
2	提升健康體適能	Improve health and fitness
3	能提升個人球類運動技能	Improves individual ball sports skills
4	能做出正確的游泳技能	Can make correct swimming skills
5	能享受運動所帶來的樂趣	Enjoy the fun of sports

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		4567	講述、討論、實作、模擬	測驗、討論(含課堂、線上)、實作
2	技能		67	講述、實作、模擬	實作、活動參與
3	技能		14567	講述、實作、模擬	測驗、討論(含課堂、線上)、活動參與
4	技能		4567	講述、討論、實作、模擬	測驗、實作
5	情意		1238	講述、討論	討論(含課堂、線上)、實作

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	111/09/05~ 111/09/11	校內運動環境介紹,說明課程內容與注意事項	四樓排球場
2	111/09/12~ 111/09/18	排球運動介紹	四樓排球場
3	111/09/19~ 111/09/25	排球接發球技術與遊戲	四樓排球場
4	111/09/26~ 111/10/02	測驗一	四樓排球場
5	111/10/03~ 111/10/09	桌球運動介紹與球感遊戲	三樓桌球室
6	111/10/10~ 111/10/16	桌球發球技術練習	三樓桌球室

7	111/10/17~ 111/10/23	桌球正反手推球技術練習	三樓桌球室
8	111/10/24~ 111/10/30	測驗二	三樓桌球室
9	111/10/31~ 111/11/06	重量訓練室課程與安全介紹	重量訓練室
10	111/11/07~ 111/11/13	期中考試週	
11	111/11/14~ 111/11/20	上肢肌群的訓練	重量訓練室
12	111/11/21~ 111/11/27	下肢肌群的訓練	重量訓練室
13	111/11/28~ 111/12/04	軀幹肌群的訓練	重量訓練室
14	111/12/05~ 111/12/11	水上課程介紹與安全宣導,熟悉水性	游泳池
15	111/12/12~ 111/12/18	熟悉水性與水中遊戲	游泳池
16	111/12/19~ 111/12/25	游泳技能練習與水中遊戲	游泳池
17	111/12/26~ 112/01/01	測驗三	游泳池
18	112/01/02~ 112/01/08	期末考試週(本學期期末考試日期為:112/1/3-112/1/9)	
修課應 注意事項	1.上課著運動服與運動鞋 2.游泳課程請攜帶泳裝泳鏡泳帽更換 3.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 4.成績計算方式(比例):品德倫理20%、樂活健康60%、團隊合作20%		
教學設備	電腦		
教科書與 教材	體適能與全人健康-方進隆 自編教材		
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： 30.0 %    ◆平時評量：10.0 %    ◆期中評量：30.0 % ◆期末評量：30.0 % ◆其他〈 〉：        %		
備考	「教學計畫表管理系統」網址： <a href="https://info.ais.tku.edu.tw/csp">https://info.ais.tku.edu.tw/csp</a> 或由教務處 首頁→教務資訊「教學計畫表管理系統」進入。 <b>※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。</b>		