

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	歐 婕
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	中文一 B	開課 資料	實體課程 必修 單學期 0學分
	TACXB1B		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG4 優質教育 SDG5 性別平等		
系（ 所 ） 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			
1. 全球視野。(比重：5.00) 2. 資訊運用。(比重：5.00) 3. 洞悉未來。(比重：5.00) 4. 品德倫理。(比重：20.00) 5. 獨立思考。(比重：5.00) 6. 樂活健康。(比重：30.00) 7. 團隊合作。(比重：25.00) 8. 美學涵養。(比重：5.00)			
課程簡介	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。		
	The first-year physical education course aims to let students understand the concepts of health and fitness and sports safety. Through the arrangement of physical fitness, sports safety, and water sports courses, students can understand the current situation of personal fitness and prepare for potential risks in the sports environment. Evaluate and learn ways to improve 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.使學生能瞭解壘球基本動作，並培養跑壘及守備等觀念。 2.學習籃球各項基本動作，提升技能。 3.展現精熟的排球基本技巧、擊球技術及競賽能力。 4.能夠適應水性、學會基本自救技能並建立正確的水上安全觀念。	1.Understanding the basic skill of softball, and cultivating the concept of the base running and the fielding. 2.Develop the basic movements and enhance athletic skills of basketball. 3.Demonstrate proficiency in basic technical, alliance technical and competition capacity of volleyball. 4. Don't be afraid of the water, learn basic self-help skills and the correct concept of water safety.

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	技能		12345678	講述、討論、實作、體驗	測驗、討論(含課堂、線上)、實作、活動參與

授課進度表

週次	日期起訖	內 容 (Subject/Topics)	備註
1	111/09/05~ 111/09/11	1. 說明上課注意事項 2. 瞭解學生技術狀況	
2	111/09/12~ 111/09/18	1. 壘球傳接球練習 2. 打擊練習	
3	111/09/19~ 111/09/25	1. 守備練習 2. 跑壘練習	
4	111/09/26~ 111/10/02	1. 綜合練習 2. 分組比賽	
5	111/10/03~ 111/10/09	1. 認識籃球規則及動作說明	
6	111/10/10~ 111/10/16	1. 籃球基本動作練習(運球、傳球、投籃)	
7	111/10/17~ 111/10/23	1. 二人、三人小組配合練習	
8	111/10/24~ 111/10/30	1. 分組對抗比賽	
9	111/10/31~ 111/11/06	1. 認識排球規則及動作說明	
10	111/11/07~ 111/11/13	期中考試週	
11	111/11/14~ 111/11/20	1. 排球基本動作練習	

12	111/11/21~ 111/11/27	1. 小組配合 2. 綜合練習	
13	111/11/28~ 111/12/04	1. 分組對抗比賽	
14	111/12/05~ 111/12/11	1. 建立水中正確觀念 2. 熟悉水性	
15	111/12/12~ 111/12/18	1. 水中遊戲 2. 水中自救教學	
16	111/12/19~ 111/12/25	1. 捷泳、蛙泳教學	
17	111/12/26~ 112/01/01	1. 綜合練習 2. 基本能力測驗	
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. 上課著運動服及運動鞋 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		1.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	
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：20.0 % ◆期中評量：20.0 % ◆期末評量：30.0 % ◆其他〈 〉： %	
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。	