

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	覃素莉 SUNNY CHIN
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	教設一 A	開課 資料	實體課程 必修 單學期 0學分
	TDJXB1A		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG5 性別平等 SDG10 減少不平等 SDG17 夥伴關係		
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	<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. Through the class esofphysical fitness, movement security, and water activities arrangements, they help students understand the present situation of individual physical risks; promote the methods of physical 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	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.
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.
3	3.提升個人游泳運動技能。	3.Promote personal swimming skills.
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 habits.
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 aquatics sports.
6	6.透過體育運動，增進學生人際互動。	6.To interact with people by physical activity.

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		12345678	講述、討論	討論(含課堂、線上)、報告(含口頭、書面)
2	認知		12345678	講述、實作、體驗	實作、活動參與
3	技能		12345678	實作、體驗、模擬	實作、活動參與
4	技能		12345678	討論、實作、體驗、模擬	討論(含課堂、線上)、實作、報告(含口頭、書面)、活動參與
5	認知		12345678	講述、討論	討論(含課堂、線上)、報告(含口頭、書面)
6	情意		12345678	講述、實作、體驗、模擬	討論(含課堂、線上)、實作、報告(含口頭、書面)、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	第一週，游泳館大廳集合 1. 校內運動環境、設施之介紹， 2. 校內體育活動現況之瞭解， 3. 體育課程修選注意事項， 4.水上活動安全概念與風險評估說明及討論	
2	111/09/12~111/09/18	第二週，游泳項目第二週， 1. 游泳能力評估 2.基本動作操作 3.自由練習	

3	111/09/19~ 111/09/25	第三週, 游泳項目第三週, 1. 25公尺游泳能力檢測 2.基本動作操作 3.自由練習 4.水中籃球玩樂	
4	111/09/26~ 111/10/02	第四週, 游泳項目第四週, 1. 25公尺游泳能力檢測 2.基本動作操作 3.自由練習 4.水中籃球玩樂	
5	111/10/03~ 111/10/09	第五週, 籃球項目第一週, 1. 籃球運動能力檢測 2.基 本動作操作 3.自由練習及比賽	
6	111/10/10~ 111/10/16	第六週, 籃球項目第二週, 1. 基本動作操作 2.自由練 習及比賽	
7	111/10/17~ 111/10/23	第七週, 籃球項目第三週, 1. 體適能檢測 2.基本動作 操作 3.自由練習及比賽	
8	111/10/24~ 111/10/30	第八週, 籃球項目第四週, 1. 基本動作操作 2.自由練 習及比賽	
9	111/10/31~ 111/11/06	第九週, 排球項目第一週, 1. 籃球運動能力檢測 2.基 本動作操作 3.自由練習及比賽	
10	111/11/07~ 111/11/13	期中考試週	
11	111/11/14~ 111/11/20	第十一週, 排球項目第二週, 1. 基本動作操作 2.自由 練習及比賽	
12	111/11/21~ 111/11/27	第十二週, 排球項目第三週, 1. 基本動作操作 2.自由 練習及比賽	
13	111/11/28~ 111/12/04	第十三週, 排球項目第四週, 1. 基本動作操作 2.自由 練習及比賽	
14	111/12/05~ 111/12/11	第十四週, 桌球項目第一週, 1. 桌球運動能力檢測 2.基本動作操作 3.自由練習及比賽	
15	111/12/12~ 111/12/18	第十五週, 桌球項目第二週, 1. 基本動作操作 2.自由 練習及比賽	
16	111/12/19~ 111/12/25	第十六週, 桌球項目第三週, 1. 基本動作操作 2.自由 練習及比賽	
17	111/12/26~ 112/01/01	第十七週, 桌球項目第四週, 1. 基本動作操作 2.自由 練習及比賽	
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)	

<p>修課應注意事項</p>	<p>1.穿著運動服裝（裝備），未著運動裝備者，請更換為正確裝備才能加入課程操作，才算到課。（運動後請注重運動衛生）</p> <p>2.注意課堂倫理及禮貌，看到師長請主動問好，需要服務時，請低年級同學主動幫忙。</p> <p>3.頭髮過長者，請把頭髮綁起來。</p> <p>4.老師開始點名即算上課，過號者皆為遲到，遲到同學請注意自拍要領。</p> <p>5.上課中禁止講不雅的話，違者將被處罰或趕離球場。</p> <p>6.有任何狀況都要先說，操作中不舒服想見習者，請先到旁邊休息，再找空擋時機向老師報告，上課上到一半要離開球場，一定要向老師報告，老師不在場的話，一定要請同學轉告。</p> <p>7.為避免觸及「性騷擾防治法」的規定，及造成雙方不愉快，老師在指導動作時的身體接觸，不喜歡的要提早說，或拒絕老師碰觸，老師在接觸前也會先問，請同學事前表態。</p> <p>8.請注意『i class』上的『教材』+『提醒』與更新座號等訊息，與老師的互動請放在teams的訊息欄，並註明『上課時間（如週一12）+系級+學號+座號』。</p> <p>9.初選於他班上課的同學，請盡快提出上課證明。</p> <p>10.如有未盡事宜，經過討論，會不時更新規定事項，請同學常常檢閱內容，謝謝大家的配合，希望我們合作愉快。</p>
<p>教學設備</p>	<p>(無)</p>
<p>教科書與教材</p>	
<p>參考文獻</p>	
<p>批改作業篇數</p>	<p>2 篇（本欄位僅適用於所授課程需批改作業之課程教師填寫）</p>
<p>學期成績計算方式</p>	<p>◆出席率： 40.0 % ◆平時評量：10.0 % ◆期中評量： % ◆期末評量：40.0 % ◆其他〈體適能〉：10.0 %</p>
<p>備考</p>	<p>「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。</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>