

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	傅思凱
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	法文一 B	開課 資料	實體課程 必修 單學期 0學分
	TFFXB1B		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG4 優質教育 SDG9 產業創新與基礎設施 SDG17 夥伴關係		
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	本課程藉由基礎人體解剖生理學及肌動學等學理為基礎，進行綜合體育課程之實務教學，包含游泳及水域安全教育、運動傷害防護、羽球、籃球、田徑及肌力與體能訓練等課程（實際教學以現有場地進行調整），達到體適能提升之效益，以提升生活品質和健康促進之目標。		
	This course is based on basic anatomy, human physiology, and kinesiology to carry out practical teaching of comprehensive physical education courses, including swimming and water safety education, sports injury, badminton, basketball, track and field, and strength and conditioning courses (the course will depend on the venue) to achieve the benefits of improving physical fitness, so as to improve the quality of life and promote health.		

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	依據運動科學來達到正確的運動。	According to exercise science, to achieve the correct operation of exercise.

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、實作、體驗、模擬	測驗、實作、活動參與

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	111/09/05~ 111/09/11	課程說明 introduction	
2	111/09/12~ 111/09/18	游泳與水域安全教育 swimming and water safety education	
3	111/09/19~ 111/09/25	游泳與水域安全教育 swimming and water safety education	
4	111/09/26~ 111/10/02	游泳與水域安全教育 swimming and water safety education	
5	111/10/03~ 111/10/09	游泳與水域安全教育 swimming and water safety education	
6	111/10/10~ 111/10/16	羽球發球訓練 training of badminton service	
7	111/10/17~ 111/10/23	羽球之基本擊球訓練 training of badminton basic strokes	
8	111/10/24~ 111/10/30	羽球之扣殺訓練 training of badminton smash	
9	111/10/31~ 111/11/06	羽球之吊球訓練 training of badminton drop	
10	111/11/07~ 111/11/13	期中考試週	
11	111/11/14~ 111/11/20	籃球之運球訓練 training of basketball dribble	
12	111/11/21~ 111/11/27	籃球之傳球訓練 training of basketball pass	
13	111/11/28~ 111/12/04	籃球之投籃訓練 training of basketball shot	
14	111/12/05~ 111/12/11	籃球之防守訓練 training of basketball defense	

15	111/12/12~ 111/12/18	田徑動態熱身訓練 training of track and field dynamic warm-up	
16	111/12/19~ 111/12/25	田徑跑步技術訓練 training of track and field running skill	
17	111/12/26~ 112/01/01	肌力與體能訓練 strength and conditioning	
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	穿著合適之運動服裝與運動鞋, 以降低運動傷害之發生率。 Wear appropriate sports suits and shoes to reduce the incidence of sports injuries.		
教學設備	其它(運動課程所需之相關器材)		
教科書與 教材	Essentials of Strength Training and Conditioning 4th edition		
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: 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。		