

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	鍾易瑋
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	經濟一 B	開課 資料	實體課程 必修 單學期 0學分
	TLYXB1B		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG4 優質教育 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	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 purposes of the course are to let students understand the concepts of the health-related physical fitness and sports safety. Through the classes of physical fitness, sports safety, and water activities, they help students understand the present situation of personal physical fitness; assess potential risks in the exercise environment; learn how to improve 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、設施，並注意從事該運動之潛在風險。	Understanding the sports environment and facility, and aware of the potential risk in environment.
2	提升身體適能、並促進身心健康。	Promote physical function and promote the physical and mental health.
3	提升個人游泳運動技能。	Promote personal swimming skills.
4	享受從事水上運動的樂趣，養成終身運動習慣。	Enjoy aquatics sports and develop lifelong habits.
5	認知危險水域，明瞭水域活動意外防護之處理。	Aware of the risk in water sports, and understand to apply the accidents of aquatics sports.
6	透過體育運動，增進學生人際互動。	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		123468	講述	實作
2	認知		267	講述、實作	實作
3	技能		67	講述、實作	實作、活動參與
4	情意		567	實作	實作
5	認知		56	講述	討論(含課堂、線上)
6	情意		467	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	111/09/05~ 111/09/11	校內運動環境介紹、校內體育活動現況介紹、體育課程 修選注意事項	
2	111/09/12~ 111/09/18	排球 - 高手低手傳接球	
3	111/09/19~ 111/09/25	排球 - 高手低手發球	
4	111/09/26~ 111/10/02	排球 - 基本動作測驗、分組比賽	
5	111/10/03~ 111/10/09	籃球 - 運球、傳接球與球感練習	

6	111/10/10~ 111/10/16	籃球－投籃、上籃	
7	111/10/17~ 111/10/23	籃球－進攻與防守基本陣行	
8	111/10/24~ 111/10/30	籃球－基本動作測驗、分組比賽	
9	111/10/31~ 111/11/06	體適能	
10	111/11/07~ 111/11/13	期中考試週	
11	111/11/14~ 111/11/20	體適能	
12	111/11/21~ 111/11/27	有氧運動－腳踏車之旅	
13	111/11/28~ 111/12/04	有氧運動－定向越野	
14	111/12/05~ 111/12/11	水上活動安全概念與風險評估	
15	111/12/12~ 111/12/18	水中自救－仰漂、水母漂概念與技術	
16	111/12/19~ 111/12/25	水中自救－韻律呼吸與臨時浮具之製作概念與技術	
17	111/12/26~ 112/01/01	基本游泳能力檢測	
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	<p>1. 請穿著運動服裝與運動鞋，並自行攜帶毛巾、水或更換衣物，請勿著牛仔褲、裙子、涼鞋、拖鞋、高跟鞋等不適合運動之服裝與鞋子，違反者將扣平時評量分數。</p> <p>2. 課程進行中以安全為重，若身體有任何不適請立即告知教師。</p> <p>3. 每堂課皆會點名，遲到 20 分鐘以上、或課程中未經老師同意自行離開上課場地，記缺曠課。</p> <p>4. 請假請依學校規定完成請假手續。</p> <p>(1)曠課6節者，予以扣考。</p> <p>(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。</p> <p>5. 課程進度可能因疫情發展、天氣或場地安排進行彈性調整。</p> <p>6. 參加校內外運動競賽，予以加分獎勵。</p>		
教學設備	(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	<p>◆出席率： 30.0 % ◆平時評量：30.0 % ◆期中評量：15.0 %</p> <p>◆期末評量：15.0 %</p> <p>◆其他〈期末報告〉：10.0 %</p>		

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。