

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 | | | |
| <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-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.</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 | 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。 (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。</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 | ◆出席率： 30.0 % ◆平時評量：30.0 % ◆期中評量：15.0 % ◆期末評量：15.0 % ◆其他〈期末報告〉：10.0 % | | |

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。