

淡江大學 112 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	電機系電通一 A	開課 資料	實體課程 必修 單學期 0 學分
	TETEB1A		
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 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 health physical fitness and movement security. Through the classes of physical fitness, movement security, and water activities arrangements, they help students understand the present situation of individual physical fitness; assess the movement environment potential risks; promote the methods of 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	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、體驗	討論(含課堂、線上)、活動參與
2	認知		12345678	講述、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
3	技能		12345678	講述、討論、實作、體驗、模擬	討論(含課堂、線上)、實作、活動參與
4	技能		12345678	講述、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、發表	討論(含課堂、線上)、報告(含口頭、書面)
6	情意		12345678	講述、討論	討論(含課堂、線上)、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	112/09/11~112/09/17	第一堂課 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及評分標準 4.健康體適能概念與內涵之介紹5.水域安全宣導	

2	112/09/18~ 112/09/24	第二堂課 1.游泳安全介紹 2.校內游泳環境介紹 3.熱身運動 4.基本動作練習 5.自由練習	
3	112/09/25~ 112/10/01	第三堂課 1.熱身運動 2.會游泳的同學進行25公尺測驗 3.不會游泳的同學進行基本動作練習 4.自由練習 5.水上(中)遊戲	
4	112/10/02~ 112/10/08	第四堂課 1.熱身運動 2.會游泳的同學進行25公尺測驗 3.不會游泳的同學進行基本動作練習 4.自由練習 5.水上(中)遊戲	
5	112/10/09~ 112/10/15	第五堂課 1.籃球運動介紹 2.熱身運動 3.基本動作練習 4.自由對打 5.收操	
6	112/10/16~ 112/10/22	第六堂課 1.熱身運動 2.籃球現勢介紹 3.基本動作練習 4.自由對打 5.收操	
7	112/10/23~ 112/10/29	第七堂課 1.熱身運動 2.運動傷害介紹 3.組合練習 4.自由對打 5.收操	
8	112/10/30~ 112/11/05	第八堂課 1.熱身運動 2.組合練習 3.自由對打 4.收操	
9	112/11/06~ 112/11/12	期中考試週。第九堂課 1.熱身運動 2.體適能檢測 3.自由對打	
10	112/11/13~ 112/11/19	第十堂課 1.熱身運動 2.自由對打	
11	112/11/20~ 112/11/26	第十一堂課 1.排球熱身運動 2.基本動作練習 3.自由對打	
12	112/11/27~ 112/12/03	第十二堂課 1.熱身運動 2.基本動作練習 3.自由對打	
13	112/12/04~ 112/12/10	第十三堂課 1.熱身運動 2.基本動作練習 3.自由對打	
14	112/12/11~ 112/12/17	第十四堂課 1.熱身運動 2.基本動作練習 3.自由對打	
15	112/12/18~ 112/12/24	第十五堂課 1.桌球熱身運動 2.基本動作練習 3.自由對打	
16	112/12/25~ 112/12/31	第十六堂課 1.熱身運動 2.基本動作練習 3.自由對打	
17	113/01/01~ 113/01/07	期末考試週。第十七堂課 1.熱身運動 2.自由對打	
18	113/01/08~ 113/01/14	教師彈性教學週(安排學習活動如補救教學、專題學習或者其他教學內容)	
課程培養 關鍵能力	自主學習、資訊科技、問題解決、跨領域		
跨領域課程	STEAM課程(S科學、T科技、E工程、M數學，融入A人文藝術領域) 素養導向課程(探索素養、永續素養或全球議題STEEP(Society ,Technology, Economy, Environment, and Politics)) 授課教師專業領域教學內容以外，融入其他學科或邀請非此課程領域之專家學者進行知識(教學)分享		
特色教學 課程	遊戲式學習課程 專案實作課程 專題/問題導向(PBL)課程		

<p>課程 教授內容</p>	<p>軍護體社團大學學習服務等課程</p>
<p>修課應 注意事項</p>	<p>上課注意事項： 1.點名在一上課就使用i class點名系統，遲到同學，拍到自己+紅色時鐘（如果可以請同學拍更好，數字不會顛倒），遲到同學得出缺席紀錄可能是缺課，老師在學期末才會更改 2.只有公假及喪假不扣分，但必須出具證明；其他沒來的都算缺課，如果有請假，請把假單上傳MS Team的私訊裡 3.如果有想改選其他班級的同學，請自己留下上課證明，例如i class上的點名紀錄，MS Team裡與老師的互動紀錄，老師這裡不會留下任何紙本紀錄</p> <p>服裝： 1.沒穿對，請回去換到可以再回來 2.任何場合都有對的服裝，不是你認定，你的認知如果錯誤，希望你有被更正的勇氣</p>
<p>教科書與 教材</p>	<p>自編教材：講義 教材說明： 會另行公佈在 I class</p>
<p>參考文獻</p>	
<p>學期成績 計算方式</p>	<p>◆出席率： 60.0 %   ◆平時評量：10.0 %   ◆期中評量：10.0 % ◆期末評量：10.0 % ◆其他〈體適能〉：10.0 %</p>
<p>備 考</p>	<p>「教學計畫表管理系統」網址：<a href="https://info.ais.tku.edu.tw/csp">https://info.ais.tku.edu.tw/csp</a> 或由教務處首頁→教務資訊「教學計畫表管理系統」進入。</p> <p><b>※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。</b></p>