

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	王豐家 WANG FONG-JIA
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	英文一 A	開課 資料	實體課程 必修 單學期 0 學分
	TFLXB1A		
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 enable students to comprehend the concepts of health, physical fitness, and movement security. Through classes on physical fitness, movement security, and water activities, the course aims to help students grasp their current level of physical fitness, assess potential risks in the movement environment, and promote various methods to enhance their physical well-being.		

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	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		123	講述、實作、體驗	實作
2	情意		456	討論、實作	實作
3	技能		678	實作、體驗	實作

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	112/09/11~ 112/09/17	1. 課程簡介 2. 跆拳道基本規則講解及能力分組	
2	112/09/18~ 112/09/24	跆拳道運動傷害講解	
3	112/09/25~ 112/10/01	基本攻擊動作練習(水域安全宣導)	
4	112/10/02~ 112/10/08	跳躍前踢、飛躍側踢	
5	112/10/09~ 112/10/15	防身術綜合練習I	
6	112/10/16~ 112/10/22	防身術綜合練習II	
7	112/10/23~ 112/10/29	綜合踢擊練習I	
8	112/10/30~ 112/11/05	綜合踢擊練習II	
9	112/11/06~ 112/11/12	期中考試週	
10	112/11/13~ 112/11/19	桌球-握拍、球感練習、反手推球	

11	112/11/20~ 112/11/26	桌球-正手平擊球	
12	112/11/27~ 112/12/03	桌球-小組對抗賽	
13	112/12/04~ 112/12/10	1. 課程簡介 (安全守則) 2. 熟悉水性	
14	112/12/11~ 112/12/17	1. 熟悉水性(一) 2. 水中遊戲(一)	
15	112/12/18~ 112/12/24	1. 持浮板漂浮打水、持浮板仰式打水 2.持浮板漂浮打水分組接力比賽	
16	112/12/25~ 112/12/31	1. 捷泳手臂划水 (陸上、水中) 滑水板划臂練習 2. 夾浮球練習手臂划水	
17	113/01/01~ 113/01/07	期末考試週	
18	113/01/08~ 113/01/14	補考	
課程培養 關鍵能力	自主學習		
跨領域課程			
特色教學 課程			
課程 教授內容	軍護體社團大學學習服務等課程		
修課應 注意事項	1. 游泳課需自備泳衣 (裝)、泳鏡及泳帽。 2. 請假請依學校規定辦理： (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。 (3)須提前郵件向老師提出請假具體事由。		
教科書與 教材	自編教材:簡報、講義 採用他人教材:講義		
參考文獻			
學期成績 計算方式	◆出席率： 60.0 % ◆平時評量：20.0 % ◆期中評量：10.0 % ◆期末評量：10.0 % ◆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。		