

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	李惠婷 HUI-TING LEE
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	產經一 A	開課 資料	實體課程 必修 單學期 0學分
	TLEXB1A		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG14 水下生命 SDG15 陸域生命 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>1.藉由有氧(瑜珈、核心)、排球、桌球、游泳課程來提昇學生之體適能水準。</p> <p>2.強化身體、健全體魄發展全身之協調性。</p> <p>3.陶冶性情、調適心靈，增進健康體適能，培養終身運動習慣。</p>		
	<p>Enhance physical fitness</p> <p>Exercise habit</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	增進健康體適能, 培養終身運動習慣。	Lifelong exercise habits
2	學習運動技能	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	測驗、實作
2	認知		12345678	講述、實作	測驗、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	課程說明及認識體育館場地、游泳池場地,注意事項,介紹水域安全宣導	體育館B1
2	112/09/18~112/09/24	介紹及練習基本有氧訓練	
3	112/09/25~112/10/01	有氧運動結合核心訓練	
4	112/10/02~112/10/08	體適能測驗	
5	112/10/09~112/10/15	國慶日 另排9.25下午補課	
6	112/10/16~112/10/22	排球運動、基本動作介紹、排球運動及練習	體育館四樓排球場
7	112/10/23~112/10/29	排球運動、基本動作介紹、排球運動及練習	
8	112/10/30~112/11/05	排球運動、基本動作介紹、排球運動及練習	
9	112/11/06~112/11/12	桌球運動、基本動作介紹、排球運動及練習	體育館三樓桌球教室
10	112/11/13~112/11/19	桌球運動、基本動作介紹、排球運動及練習	
11	112/11/20~112/11/26	桌球運動、基本動作介紹、排球運動及練習	
12	112/11/27~112/12/03	桌球運動、基本動作介紹、排球運動及練習	

13	112/12/04~ 112/12/10	游泳練習,測驗游泳體適能	游泳館
14	112/12/11~ 112/12/17	游泳練習,測驗游泳體適能	
15	112/12/18~ 112/12/24	游泳練習,測驗游泳體適能	
16	112/12/25~ 112/12/31	游泳練習,測驗游泳體適能	
17	113/01/01~ 113/01/07	期末考試週(開國紀念日)	
18	113/01/08~ 113/01/14	教師彈性教學週 安排補考	
課程培養 關鍵能力			
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			
<p>上游水課時,請著泳衣及泳褲,蛙鏡,泳帽 上室內課時,請穿著運動衣服及運動鞋. 未經老師允許,請勿上課時使用手機或3C產品及書籍. 缺課6節者,予以扣考 缺課總時數達該科授課時數1/3時學期成績以零分計算</p>			
教科書與 教材			
自編教材:教科書			
參考文獻			
學期成績 計算方式			
<p>◆出席率： 30.0 % ◆平時評量：20.0 % ◆期中評量：25.0 % ◆期末評量：25.0 % ◆其他〈 〉： %</p>			
備考			
<p>「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。</p>			