

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	鍾易瑋 I-WEI CHUNG
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	公行一 B	開課 資料	實體課程 必修 單學期 0 學分
	TLPXB1B		
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			
<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		12345678	講述	實作
2	技能		12345678	講述、實作	測驗、實作
3	技能		12345678	講述、實作	測驗、實作、活動參與
4	情意		12345678	講述	活動參與
5	認知		12345678	講述	討論(含課堂、線上)
6	情意		12345678	討論	討論(含課堂、線上)、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	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	112/09/18~ 112/09/24	排球 - 高手低手傳接球	
3	112/09/25~ 112/10/01	排球 - 高手低手發球 & 水域安全宣導	
4	112/10/02~ 112/10/08	排球 - 基本動作測驗、分組比賽	
5	112/10/09~ 112/10/15	籃球 - 運球、傳接球與球感練習	

6	112/10/16~ 112/10/22	籃球 - 投籃、上籃	
7	112/10/23~ 112/10/29	籃球 - 進攻與防守基本陣行	
8	112/10/30~ 112/11/05	籃球 - 基本動作測驗、分組比賽	
9	112/11/06~ 112/11/12	期中考試週	
10	112/11/13~ 112/11/19	健康體適能基本知識介紹	
11	112/11/20~ 112/11/26	體適能宣導與測驗	
12	112/11/27~ 112/12/03	體適能宣導與測驗	
13	112/12/04~ 112/12/10	游泳 - 水上活動安全概念與風險評估	
14	112/12/11~ 112/12/17	游泳 - 水中自救 - 仰漂、水母漂概念與技術	
15	112/12/18~ 112/12/24	游泳 - 捷泳基本動作	
16	112/12/25~ 112/12/31	游泳 - 基本游泳能力測驗	
17	113/01/01~ 113/01/07	期末考試週	
18	113/01/08~ 113/01/14	補救教學	
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>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、天氣或場地安排等進行彈性調整。</p> <p>6. 參加校內外運動競賽，予以加分獎勵。</p>	

教科書與教材	採用他人教材:教科書 教材說明: 肌力與體能訓練-National strength and Conditional Association, G. Gregory Haff, N. Travis Triplett editors
參考文獻	
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： <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。 <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>