

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	羅琬竹 LO, WAN-CHU
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	日文進學班一 A	開課 資料	實體課程 必修 單學期 0 學分
	TFJXE1A		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG5 性別平等		
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	課程旨在培養運動基本技術能力，藉由球類、重量訓練及游泳運動的學習與認知，促進學生身心發展及團隊合作與培養運動精神，享受運動樂趣，增進人際關係及規律運動習慣之養成。		
	The aim of the course is to cultivate the basic acknowledge and ability of sport,by learing and cognition ball sports, weight training and swimming,improving students' mental and physical functions and try to teamwork and cultivating sportsmanship,enjoy exercise, improve interpersonal relationships and develop regular exercise habits.		

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.提升個人運動技能。	3.Promote personal sport skills.
4	4.享受運動樂趣, 養成終身運動習慣。	4. Enjoying the joys from sport and developing it into lifelong habit.
5	5.透過體育運動, 增進學生人際互動。	5.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	討論(含課堂、線上)
2	技能		12345678	實作	實作、活動參與
3	技能		12345678	講述、實作	實作、活動參與
4	技能		12345678	講述	實作
5	情意		12345678	討論、實作	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	1.校內運動環境/設施之介紹 2.水域安全宣導 3.課程介紹	游泳
2	112/09/18~ 112/09/24	1.熱身運動簡介 2.適應水性 3.游泳能力檢測	游泳
3	112/09/25~ 112/10/01	1.基本游泳能力練習	游泳(中秋連假)
4	112/10/02~ 112/10/08	1.基本自救	游泳
5	112/10/09~ 112/10/15	1.重量訓練簡介 2.器材操作說明	重訓
6	112/10/16~ 112/10/22	1.上肢肌群	重訓
7	112/10/23~ 112/10/29	2.下肢肌群	重訓

8	112/10/30~ 112/11/05	1.軀幹肌群	重訓
9	112/11/06~ 112/11/12	期中考試週	羽球
10	112/11/13~ 112/11/19	1.握拍 2.球感練習	羽球
11	112/11/20~ 112/11/26	單打賽	羽球
12	112/11/27~ 112/12/03	雙打賽	羽球
13	112/12/04~ 112/12/10	1.握拍 2.球感練習 3.反手推球	桌球
14	112/12/11~ 112/12/17	1.正手平擊球	桌球
15	112/12/18~ 112/12/24	單打賽	桌球
16	112/12/25~ 112/12/31	雙打賽	桌球
17	113/01/01~ 113/01/07	期末考試週	桌球
18	113/01/08~ 113/01/14	教師彈性教學週(應安排學習活動如補救教學、專題學習或者其他教學內容,不得放假)	桌球
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		1. 需自備泳衣(裝)、泳鏡及泳帽。 2. 上課著運動服及運動鞋。 3. 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。	
教科書與 教材		採用他人教材:教科書 教材說明： 1.游泳規則 中華民國游泳協會 2.國際羽球規則 中華民國羽球協會 3.桌球規則 中華民國桌球協會	
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：20.0 % ◆期末評量：20.0 % ◆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。**