

淡江大學 112 學年度第 2 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育 - 適應體育班	授課 教師	(多位教師合開) 陳文和 CHEN, WEN-HER
	P.E. - ADAPTED PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	體育興趣進二A	開課 資料	實體課程 必修 下學期 0學分
	TGUPE2A		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG4 優質教育 SDG10 減少不平等 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>本適應體育課程共為期18週，其中具特殊需求的學生將參家本課程設計之體適能活動與阻力訓練的計劃。本課程目的係為培養學生其終身身體活動與健康，進而使其在校園和社會環境中，建立自尊心和自信心。</p>		
	<p>The course of Adapted Physical Education consists of 18 weeks in which students with special need participate in various fitness activities and a weight training program. The purpose of the course is place on cultivating lifetime activities as well as health and wellness that will nurture students in such a way to build self-esteem and self-confidence in a campus as well as community setting.</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	教導身體意識、靈活性、肌肉力量和協調性	Teaching body awareness, flexibility, muscular strength, and coordination.
2	讓體適能活動成為一種樂趣。	Promoting physical fitness activities as fun.
3	讓學生理解體適能和技能的新面向。	Exposing students to new aspects of fitness and skills.

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		5678	講述、討論、實作、體驗	實作、活動參與
2	情意		12345678	講述、討論、實作、體驗	實作、活動參與
3	認知		123567	講述、討論、實作、體驗	實作、活動參與

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	113/02/19~ 113/02/25	1)課程說明與討論; 2)學生個別狀態諮詢; 3)身體組成檢測與分析	
2	113/02/26~ 113/03/03	手眼協調訓練(個人與團體)	
3	113/03/04~ 113/03/10	球類運動(個人與團體)	
4	113/03/11~ 113/03/17	心肺耐力訓練(I)	
5	113/03/18~ 113/03/24	心肺耐力訓練(II)	
6	113/03/25~ 113/03/31	靜態伸展; 水域安全宣導	
7	113/04/01~ 113/04/07	民族掃墓節連假 (停課)	停課
8	113/04/08~ 113/04/14	動態伸展	
9	113/04/15~ 113/04/21	設定運動計畫	
10	113/04/22~ 113/04/28	氣功-八段錦(I)	

11	113/04/29~ 113/05/05	氣功-八段錦(II)	
12	113/05/06~ 113/05/12	阻力訓練：上肢(I)	
13	113/05/13~ 113/05/19	阻力訓練：上肢(II)	
14	113/05/20~ 113/05/26	阻力訓練：下肢(I)	
15	113/05/27~ 113/06/02	阻力訓練：下肢(II)	
16	113/06/03~ 113/06/09	阻力訓練：綜合練習	
17	113/06/10~ 113/06/16	設定運動計畫與分享	
18	113/06/17~ 113/06/23	運動計畫內容修正與繳交	
課程培養 關鍵能力	自主學習、資訊科技、社會參與、人文關懷、問題解決		
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.請同學請詳閱教學計畫表，若無法配合請勿選入。</p> <p>2.修習本課程學生為患有先天或後天長期(或臨時)性之特殊需求者(身心障礙者)，並經公立醫療機構診斷為不適合從事激烈運動(90天以上)者，經取得診斷證明均可選修。</p> <p>3.開學第一週即開始上課，尚未完成體育選課者，應於當週參與課程，並取得上課證明單，於後續確認加選後，再將上課課程名單，送交任課老師銷假，否則未上課之週次視為曠課。</p> <p>4.遲到20分鐘以上，作曠課論。</p> <p>5.曠課(每次以4小時計)、缺課請假(每次以2小時計)，前述兩項假別加總之時數達10小時以上(含10小時)，不得參加考試，且該學期成績以零分計算。</p> <p>6.需穿著適宜運動服裝及球鞋。</p> <p>7.請假事宜(事、病、公、喪)，事先告知並出示證明，假單請於請假後一週內繳交(請假當天開始計算，若遇突發事件，可事後補交)。</p> <p>8.曠課且未依規定繳交假單，每次扣學期總分20分。遲到者請於上課後20分內補點名，否則該節課視為曠課；遲到超過二次者，第三次起，每次遲到扣學期總分1分；缺課每次扣學期成績2分，課中不告而別以曠課論。出席率採積分制(準時者4分)。</p> <p>9.若有任何健康疾病或身體不適等問題，請務必告知教師。</p> <p>10.成績計算方式(比例)：出席率75%、平時評量(上課表現與參與度10%)、作業與心得分享15%。</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： 75.0 % ◆平時評量：10.0 % ◆期中評量： %</p> <p>◆期末評量： %</p> <p>◆其他〈心得分享與作業〉：15.0 %</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。</p> <p>※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>