

淡江大學 113 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	楊總成 YANG TSUNG-CHENG
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	教科一 A	開課 資料	實體課程 必修 單學期 1 學分
	TDTXB1A		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG4 優質教育		
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 health, physical fitness, and movement security. Through the classes of physical fitness, movement security, and water activities arrangements, they help students understand the present situation of individual physical fitness; assess the movement environment potential risks; promote the methods of 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	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.提升個人游泳運動技能。	3.Promote personal swimming skills.
4	4.享受從事水上運動的樂趣，養成終身運動習慣。	4.Enjoy aquatics sports and develop lifelong habits.
5	5.認知危險水域，明瞭水域活動意外防護之處理。	5.Aware of the risk in water sports, and understand to apply the accidents of aquatics sports.

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、體驗	測驗、實作、活動參與
2	認知		12345678	講述、體驗	測驗、實作、活動參與
3	技能		12345678	講述、實作、體驗	測驗、實作、活動參與
4	技能		12345678	講述、實作、體驗	測驗、實作、活動參與
5	認知		12345678	講述、實作、體驗	測驗、實作、活動參與

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	113/09/09~ 113/09/15	1. 校內運動環境、設施之介紹。2. 校內體育活動現況之瞭解。3. 體育課程修選注意事項	1-4週上課地點:V3：五虎崗排球場(雨天備案N204游泳館教室)。並課程中同步進行：大學學習暨水域安全宣導
2	113/09/16~ 113/09/22	1. 健康體適能概念與內涵之介紹。球類活動。	
3	113/09/23~ 113/09/29	2. 健康體適能概念與內涵之介紹。球類活動。	
4	113/09/30~ 113/10/06	1. 健康體適能概念與內涵之介紹。球類活動。	
5	113/10/07~ 113/10/13	國慶日放停課一次	5-9週上課地點S1：游泳館

6	113/10/14~ 113/10/20	1.岸上救生概念與技能（一）。2水中自救（仰漂、水母漂、韻律呼吸與臨時浮具之製作）概念與技術	
7	113/10/21~ 113/10/27	2.基本游泳能力複習	
8	113/10/28~ 113/11/03	3.基本游泳能力檢測與評量	25M游泳體適能檢測與基本自救評量
9	113/11/04~ 113/11/10	3.基本游泳能力檢測與評量補測	25M游泳體適能檢測與基本自救評量
10	113/11/11~ 113/11/17	1.球類活動(體適能宣導、檢測與上傳)	10-13週上課地 點B1：體育館七樓籃球場
11	113/11/18~ 113/11/24	2.球類活動。	
12	113/11/25~ 113/12/01	3.球類活動與體適能檢測	
13	113/12/02~ 113/12/08	1.球類活動與體適能檢測	
14	113/12/09~ 113/12/15	2.球類活動。(體適能宣導、暫定檢測與上傳)	14-17週上課地點K1:體育館羽球場
15	113/12/16~ 113/12/22	3.球類活動。	
16	113/12/23~ 113/12/29	4.球類活動。	
17	113/12/30~ 114/01/05	期末考試週	
18	114/01/06~ 114/01/12	教師彈性教學週(線上測驗)	
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	

<p>修課應 注意事項</p>	<p>請注意 1.本課程無需另外請假。開學即上課，且開始記錄出缺席次數(加選之學生若無法提出加退選週之上課證明單，則列為缺席)。說明如下： (1) 出席成績，按點名出席比例計分 = $100 - \text{缺勤次數} \div \text{總點名次數} \times 100$。 (2) 遲到20分視同缺席1次。缺席6次或達該科授課時數三分之一時，學期成績0分計算。且不得參加，期末考試 (3) 公假者除外，但必須提出證明。</p> <p>2.選修本課程者，需依規定時間內參加體適能檢測並登錄完成，未完成者予以扣分。 3. 行為規範：課程中需穿著適當的運動服裝，尊重他人等。 (備註，若有課程或內容調整，將依課堂中公告為主)</p>
<p>教科書與 教材</p>	<p>自編教材:影片 採用他人教材:影片</p>
<p>參考文獻</p>	
<p>學期成績 計算方式</p>	<p>◆出席率： 40.0 % ◆平時評量：10.0 % ◆期中評量： % ◆期末評量：30.0 % ◆其他〈平常活動參與平常表現〉：20.0 %</p>
<p>備 考</p>	<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>