

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	祝煒欽 CHU, WEI-CHIN
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	化材一 A	開課 資料	實體課程 必修 單學期 1學分
	TEDXB1A		
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	<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，藉由籃球、匹克球、桌球及水中自救活動課程之安排，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 physical fitness and movement security. Through the classes of basketball, pickleball, Tabletennis, 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	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	學習籃球、桌球及匹克球各項基本動作，提升技能並展現精熟的基本技巧、技術及競賽能力。	Develop the basic movements, enhance athletic skills, and demonstrate proficiency in basic technical, alliance technical and competition capacity of basketball, Tabletennis, and pickleball.
3	學會基本自救技能及正確水上安全觀念	Learn basic self-help skills and the correct concept of water safety.
4	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		3568	講述	討論(含課堂、線上)
2	技能		12467	講述、實作、體驗、模擬	測驗、實作
3	認知		2356	講述、實作	實作
4	情意		134678	講述、實作、模擬	討論(含課堂、線上)、實作

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	113/09/09~ 113/09/15	課程介紹與相關事項說明。籃球基本觀念與規則介紹。	
2	113/09/16~ 113/09/22	籃球傳球及投籃動作教學與練習。	
3	113/09/23~ 113/09/29	籃球運球及上籃動作教學及練習。	
4	113/09/30~ 113/10/06	籃球戰術小組配合與練習。	
5	113/10/07~ 113/10/13	匹克球發展史介紹與規則概述。短小球(丁克球)動作教學與練習。	
6	113/10/14~ 113/10/20	匹克球截擊動作、中後場球及發球動作教學及練習。	
7	113/10/21~ 113/10/27	匹克球動作聯合練習及模擬比賽。	
8	113/10/28~ 113/11/03	匹克球測驗。	

9	113/11/04~ 113/11/10	匹克球補測。	
10	113/11/11~ 113/11/17	體適能檢測，800/1600公尺跑走	
11	113/11/18~ 113/11/24	體適能檢測，坐姿體前彎、立定跳遠、一分鐘仰臥起坐	
12	113/11/25~ 113/12/01	課程說明，桌球基本動作教學與練習。	
13	113/12/02~ 113/12/08	桌球組合動作教學與練習。	
14	113/12/09~ 113/12/15	課程說明，水感養成及韻律呼吸教學與練習。	
15	113/12/16~ 113/12/22	25公尺游泳能力測驗。水域安全宣導	
16	113/12/23~ 113/12/29	仰漂與水母漂教學與練習。	
17	113/12/30~ 114/01/05	浮板打水動作教學與練習。	
18	114/01/06~ 114/01/12	運動欣賞心得報告。	
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		請按時出席，勿遲到早退，並穿著適合運動之服裝與運動鞋；水中自救課程請自備泳衣、泳帽、水鏡、毛巾及個人盥洗物品。	
教科書與 教材		自編教材：學習單	
參考文獻			
學期成績 計算方式		◆出席率： 50.0 % ◆平時評量：10.0 % ◆期中評量： % ◆期末評量：30.0 % ◆其他〈課堂參與〉：10.0 %	

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。