

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	覃素莉 SUNNY CHIN
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	電機系電通一 A	開課 資料	實體課程 必修 單學期 1 學分
	TETEB1A		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG11 永續城市與社區 SDG15 陸域生命 SDG17 夥伴關係		
系 (所) 教育目標			
一、提升身體適應能力。 二、建立正確體育概念。 三、增進運動技能。 四、體驗運動參與樂趣。			
本課程對應校級基本素養之項目與比重			
1. 全球視野。(比重：5.00) 2. 資訊運用。(比重：5.00) 3. 洞悉未來。(比重：5.00) 4. 品德倫理。(比重：20.00) 5. 獨立思考。(比重：5.00) 6. 樂活健康。(比重：30.00) 7. 團隊合作。(比重：25.00) 8. 美學涵養。(比重：5.00)			
課程簡介	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。		
	The purposes of the course are to let students understand the concepts of the health physical fitness and movement security. Through the classes of physical fitness, movement security, and water activities arrangements, they help student understand the present situation of individual physical fitness; assess the movement environment potential risks; promote the methods of physical fitness.		

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.
6	6.透過體育運動, 增進學生人際互動。	6.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	討論(含課堂、線上)
2	技能		12345678	講述、討論、實作	實作、報告(含口頭、書面)
3	技能		12345678	講述、討論、實作、體驗	測驗、實作
4	情意		12345678	講述、實作、體驗	討論(含課堂、線上)、實作、活動參與
5	認知		12345678	講述、討論、發表	討論(含課堂、線上)、報告(含口頭、書面)
6	情意		12345678	講述、討論、體驗	討論(含課堂、線上)、實作、報告(含口頭、書面)、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	一年級。電機系電通一 A 第一週 9/9 1.游泳館教室集合 (不下水) 2.上課注意事項 3.評分標準	提醒自己：把學生名單列印出來, 下課前要他們簽名背書, 如果繼續上課, 會遵守規定
2	113/09/16~113/09/22	第二週 9/16 上課場地：游泳館 1.熱身運動 2.下水 3.不下水的同學請注意同學安全, 不可滑手機	

3	113/09/23~ 113/09/29	第三週 9/23 上課場地：游泳館 1.熱身運動 2.下水 3.25公尺測驗 (不限姿勢, 只要不碰牆, 不碰地)	
4	113/09/30~ 113/10/06	第四週 9/30 上課場地：游泳館 1.熱身運動 2.下水 3.25公尺測驗 (不限姿勢, 只要不碰牆, 不碰地)	
5	113/10/07~ 113/10/13	第五週 10/7 上課場地：體育館七樓籃球場 1.熱身運動 2.基本動作練習 3.自由對打 4.結束課程前的檢討	提醒自己：再講一次注意事項, 把沒有簽名的學生名單列印出來, 有簽名的請他們再確認一次, 下課前要他們簽名背書, 如果繼續上課, 會遵守規定
6	113/10/14~ 113/10/20	第六週 10/14 上課場地：體育館七樓籃球場 1.熱身運動 2.基本動作練習 3.自由對打	
7	113/10/21~ 113/10/27	第七週 10/21 上課場地：體育館七樓籃球場 1.熱身運動 2.基本動作練習 3.自由對打 4.結束課程前的檢討	
8	113/10/28~ 113/11/03	第八週 10/28 『水域安全宣導』 上課場地：體育館七樓籃球場 1.熱身運動 2.體適能檢測 3.自由活動 4.結束課程前的檢討	體適能檢測器材
9	113/11/04~ 113/11/10	期中考/期中評量週(老師得自行調整週次)第九週 (期中考週) 11/4 上課場地：體育館三樓排球場 1.熱身運動 2.基本動作練習 3.自由活動	4.繳交一份200字以上的期中考前上課心得 (可以提早一週繳交), 請註明基本資料, 『姓名 + 系級 + 學號』
10	113/11/11~ 113/11/17	第十週 11/11 上課場地：體育館三樓排球場 1.熱身運動 2.基本動作練習 3.自由活動 4.結束課程前的檢討	
11	113/11/18~ 113/11/24	第十一週 11/18 上課場地：體育館三樓排球場 1.熱身運動 2.體適能補考 3.自由對打 4.結束課程前的檢討	
12	113/11/25~ 113/12/01	第十二週 11/25 上課場地：體育館三樓排球場 1.熱身運動 2.自由對打 3.結束課程前的檢討	
13	113/12/02~ 113/12/08	第十三週 12/2 上課場地：體育館三樓排球場 1.熱身運動 2.自由對打 3.結束課程前的檢討	
14	113/12/09~ 113/12/15	第十四週 12/9 上課場地：體育館二樓桌球教室 1.熱身運動 2.基本動作練習 3.自由對打 4.結束課程前的檢討	
15	113/12/16~ 113/12/22	第十五週 12/16 1.熱身運動 2.基本動作練習 3.自由對打	
16	113/12/23~ 113/12/29	第十六週 12/23 上課場地：體育館二樓桌球教室 1.熱身運動 2.基本動作練習 3.自由對打 4.結束課程前的檢討	
17	113/12/30~ 114/01/05	期末考/期末評量週(老師得自行調整週次)第十七週 (期末考) 12/30 上課場地：體育館二樓桌球教室 1.熱身運動 2.開心對打	
18	114/01/06~ 114/01/12	教師彈性教學週(原則上不上實體課程, 教師得安排教學活動或期末評量等)第十八週 (彈性教學) 1/6 1.本學期的上課心得 (200字以上) 2.請註明基本資料, 『姓名 + 學號』	
課程培養 關鍵能力		自主學習、資訊科技、社會參與、問題解決、跨領域	

跨領域課程	素養導向課程(探索素養、永續素養或全球議題STEEP(Society ,Technology, Economy, Environment, and Politics))
特色教學課程	遊戲式學習課程 專題/問題導向(PBL)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>一、點名方式：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.游泳課用紙本點名，分為「有下水」、「沒下水」，陸上課程，老師將按時（一上課）打開 I class 十分鐘，沒點到就是遲到。 2.遲到者，一旦到課，請立即找老師登記（尤其是到課時間）。 3.請假，請拍假單上傳，並標註說明（如姓名+系級+學號+請假日期+請假原因）學期結束前我才会看MS Team。 4.只有公假+喪假不扣分（請出具證明），其他假別，缺課第五次就不於計算學期分數。 5.遲到時間會累計，達到一節課的時間者，即為增加一堂的缺課。 6.有任何狀況必須先行離開課堂者，請報備，否則以缺課論。 7.身心狀況不適合運動者，請向老師報備，不應到課後坐在一旁滑手機，等老師詢問。 <p>二、評分方式：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.出席成績佔總成績40%（缺課一次扣10分，遲到的時間累計，所以遲到的同學，一到課請向老師報到，用紙本登記到課時間），成績的計算方式以出席為第一道門檻，符合缺課範圍內『四次缺課內（含），但四次缺課後不得有遲到、體適能未完成的狀況及報告沒交等狀況』，才計算成績。 2.體適能檢測10%（完成者即可獲得該分數，但身體有狀況，無法用肉眼辨識者，請出示醫生證明），體適能檢測時間為期中考前一週，補測時間為期中考後第二週，除非特殊狀況，否則沒有第二次補測機會。 3.平時表現10%（老師主觀評價認定學生是否認真，包含禮貌+熱身運動+操作時是否「喊了就會動」，講話一次扣五分，滑手機一次扣五分，該項成績扣完後，再發生，一樣如此扣分）。 4.最後四週的比賽，佔總成績40%（比賽由老師安排，或是學生自行組隊，一直滑手機者，參與意願低落，隨便打打，則無法獲得該分數），該項參與活動的成績計算，由老師在賽後用紙本登記。 5.其他加分方式（該項分數為外加，如：看比賽，參加運動競賽，回答問題過關，借還器材，老師平常上課的突發奇想都配合者，加分不一，看上課當時而定）。 <p>三、教學計畫未註明事項，或是課程臨時異動，老師會在 I class 公布，也會同時寄到大家的郵件信箱，未按公佈事項到課或達到標準者，請自行負責。</p>
教科書與教材	自編教材:教科書、講義
參考文獻	
學期成績計算方式	<p>◆出席率： 40.0 % ◆平時評量：10.0 % ◆期中評量： %</p> <p>◆期末評量：40.0 %</p> <p>◆其他〈體適能〉：10.0 %</p>

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。