

淡江大學 114 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	潘定均 PAN, TING-CHUN
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	大傳一 A	開課 資料	實體課程 必修 單學期 1學分
	TAMXB1A		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG4 優質教育 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 students understand the presents situation of individual physical fitness; asses 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	實作	測驗、實作、活動參與
2	認知		12345678	實作	測驗、實作、活動參與
3	技能		12345678	實作	測驗、實作、活動參與
4	技能		12345678	實作	測驗、實作、活動參與
5	認知		12345678	實作	測驗、實作、活動參與
6	情意		12345678	實作	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	114/09/15~114/09/21	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.體育課程上課規定事項	
2	114/09/22~114/09/28	1.籃球史簡介與課程進度說明 2.籃球規則介紹 3.球感練習與傳接球	
3	114/09/29~114/10/05	1.各種運球與防守步伐練習	
4	114/10/06~114/10/12	1.各種投籃練習 2.期中測驗	
5	114/10/13~114/10/19	1.水上活動安全概念與風險評估 2.水域安全宣導 3.基本游泳能力檢測	

6	114/10/20~ 114/10/26	1.基本游泳能力檢測2.游泳動作教學	
7	114/10/27~ 114/11/02	1.游泳動作教學	
8	114/11/03~ 114/11/09	1.游泳動作教學1.接發球動作分析與練習	
9	114/11/10~ 114/11/16	期中考/期中評量週(老師得自行調整週次)1.排球簡史、規則、常識介紹、球場禮儀2.低手傳球動作分析與練習3.高手傳球動作分析與練習	
10	114/11/17~ 114/11/23	1.高手傳球動作分析與練習2.低手高手配合連續傳球練習	
11	114/11/24~ 114/11/30	1.低手發球技術分析與練習2.肩上發球技術分析與練習	
12	114/12/01~ 114/12/07	1.測驗	
13	114/12/08~ 114/12/14	1.扣球手部動作講解與練習2.扣球助跑及起跳動作分析與練習	
14	114/12/15~ 114/12/21	1.分組比賽	
15	114/12/22~ 114/12/28	1.分組比賽	
16	114/12/29~ 115/01/04	期末多元評量週	
17	115/01/05~ 115/01/11	期末多元評量週/教師彈性教學週	
18	115/01/12~ 115/01/18	教師彈性教學週	
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.上課請穿著運動服裝運動鞋不得穿牛仔褲等不符合規定之衣褲，違反規定扣學期成3分。 2.上課後點名未點到者算遲到1次扣3分學期成績，早退扣5分，曠課1次扣5分，請事病假1次扣3分，曠課以4小時計算，缺課以2小時計算，達12小時學期成績0分計算，而不需參加期中或期末考試。 3.本課程不適用生成式AI	

教科書與教材	採用他人教材:影片
參考文獻	
學期成績計算方式	◆出席率： 40.0 % ◆平時評量：10.0 % ◆期中評量：20.0 % ◆期末評量：30.0 % ◆其他〈 〉： %
備 考	「教學計畫表管理系統」網址：https://web2.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。 ※「遵守智慧財產權觀念」及「不得非法影印、下載及散布」。請使用正版教科書，勿非法影印他人著作，以免觸法。