

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	李惠婷 HUI-TING LEE					
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION							
開課系級	教設一A	開課資料	實體課程 必修 單學期 1學分					
	TDJXB1A							
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG14 水下生命 SDG15 陸域生命 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								
<ol style="list-style-type: none"> 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	<p>1.藉由有氧(瑜珈、核心)、排球、桌球、游泳課程來提昇學生之體適能水準。</p> <p>2.強化身體、健全體魄發展全身之協調性。</p> <p>3.陶冶性情、調適心靈，增進健康體適能，培養終身運動習慣。</p>							
	<p>Enhance physical fitness Exercise habit</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	增進健康體適能，培養終身運動習慣。	Lifelong exercise habits
2	學習運動技能	exercise

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		1345678	講述、實作	測驗、實作
2	技能		12345678	講述、實作	測驗、實作

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	114/09/15~ 114/09/21	課程說明及認識體育館場地、游泳池場地,注意事項.介紹水域安全宣導	體育館B1
2	114/09/22~ 114/09/28	介紹及練習基本有氧訓練(室內體適能測驗)	
3	114/09/29~ 114/10/05	教師節遇例假日補假	
4	114/10/06~ 114/10/12	中秋節放假	
5	114/10/13~ 114/10/19	排球運動、基本動作介紹、排球運動及練習	體育館四樓排球場
6	114/10/20~ 114/10/26	排球運動、基本動作介紹、練習及測驗	
7	114/10/27~ 114/11/02	排球運動、基本動作介紹、練習及測驗	
8	114/11/03~ 114/11/09	排球運動、基本動作介紹、練習及測驗	
9	114/11/10~ 114/11/16	桌球運動、基本動作介紹、桌球練習	體育館三樓桌球教室
10	114/11/17~ 114/11/23	桌球運動、基本動作介紹、練習及測驗	
11	114/11/24~ 114/11/30	桌球運動、基本動作介紹、練習及測驗	
12	114/12/01~ 114/12/07	桌球運動、基本動作介紹、練習及測驗	

13	114/12/08~114/12/14	游泳練習,測驗游泳體適能(陸上體適能測驗)	游泳館
14	114/12/15~114/12/21	游泳練習,測驗游泳體適能	
15	114/12/22~114/12/28	游泳練習,測驗游泳體適能	
16	114/12/29~115/01/04	游泳練習,測驗游泳體適能	
17	115/01/05~115/01/11	期末多元評量週/教師彈性教學週(非同步線上)	
18	115/01/12~115/01/18	教師彈性教學週(非同步線上)	
課程培養 關鍵能力	自主學習、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	上游泳課時,請著泳衣及泳褲,蛙鏡,泳帽 上室內課時,請穿著運動衣服及運動鞋。 上課時間,請勿飲食。 未經老師允許,請勿上課時使用手機或3C產品及書籍。 缺課6節者,予以扣考 缺課總時數達該科授課時數1/3時學期成績以零分計算		
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	◆出席率： 30.0 % ◆平時評量：20.0 % ◆期中評量：25.0 % ◆期末評量：25.0 % ◆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「不得不法影印、下載及散布」。請使用正版教科書，勿不法影印他人著作，以免觸法。		