

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	覃素莉 SUNNY CHIN
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	日文一 C	開課 資料	實體課程 必修 單學期 1學分
	TFJXB1C		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG4 優質教育 SDG5 性別平等 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 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	報告(含口頭、書面)、活動參與
2	技能		12345678	講述、實作、體驗、模擬	實作、活動參與
3	技能		12345678	講述、實作、體驗、模擬	實作、活動參與
4	情意		12345678	講述、討論、體驗、模擬	實作、報告(含口頭、書面)、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)、活動參與
6	情意		12345678	講述、討論、發表、實作、體驗、模擬	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	114/09/15~ 114/09/21	1.游泳館教室集合 (不下水) 2.上課注意事項 3.評分標準	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	114/09/22~ 114/09/28	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	114/09/29~ 114/10/05	第三週 9/29教師節補假不上課	
4	114/10/06~ 114/10/12	第四週 10/6 中秋節放假	
5	114/10/13~ 114/10/19	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.自由練習（投籃、運球，或自由組隊對打） 4.結束課程前的檢討	
6	114/10/20~ 114/10/26	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.自由練習（投籃、運球，或自由組隊對打） 4.結束課程前的檢討	
7	114/10/27~ 114/11/02	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.自由練習（投籃、運球，或自由組隊對打） 4.結束課程前的檢討	
8	114/11/03~ 114/11/09	上課場地：體育館七樓籃球場 1.熱身運動 2.體適能檢測 3.自由練習（投籃、運球，或自由組隊對打） 4.結束課程前的檢討	
9	114/11/10~ 114/11/16	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.自由練習（發球、接發球，或自由組隊對打）	
10	114/11/17~ 114/11/23	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.自由練習（發球、接發球，或自由組隊對打） 4.結束課程前的檢討	
11	114/11/24~ 114/11/30	上課場地：體育館三樓排球場 1.熱身運動 2.體適能補考 3.自由練習（發球、接發球，或自由組隊對打） 4.結束課程前的檢討	
12	114/12/01~ 114/12/07	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	114/12/08~ 114/12/14	上課場地：體育館二樓桌球教室 1.熱身運動 2.自由對打 3.結束課程前的檢討	
14	114/12/15~ 114/12/21	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	114/12/22~ 114/12/28	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	
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		自主學習、社會參與、人文關懷、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		USR課程 產學合作課程 遊戲式學習課程	

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、評分方式：</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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）。</p> <p>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。</p> <p>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> <p>二、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	<p>自編教材：學習單</p> <p>教材說明：</p> <p>會不定期於I class公布教材</p>
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〈體適能檢測〉：10.0 %</p>
備 考	<p>「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。</p> <p>※「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。</p>