

# 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	洪詩涵 HUNG, SHIH HAN			
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION					
開課系級	企管一B	開課資料	實體課程 必修 單學期 1學分			
	TLCXB1B					
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				
<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"> <li>1. 全球視野。(比重：5.00)</li> <li>2. 資訊運用。(比重：5.00)</li> <li>3. 洞悉未來。(比重：5.00)</li> <li>4. 品德倫理。(比重：20.00)</li> <li>5. 獨立思考。(比重：5.00)</li> <li>6. 樂活健康。(比重：30.00)</li> <li>7. 團隊合作。(比重：25.00)</li> <li>8. 美學涵養。(比重：5.00)</li> </ol>						
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	認識學校運動環境、設施，並注意從事該運動之潛在風險。提升身體適能、並促進身心健康。提升個人游泳運動技能。享受從事水上運動的樂趣，養成終身運動習慣。認知危險水域，明瞭水域活動意外防護之處理。透過體育運動，增進學生人際互動。	1.Understanding the sports environment and facility, and aware of the potential risk in environment. 2.Promote physical function and promote the physical and mental health. 3.Promote personal swimming skills. 4.Enjoy aquatics sports and develop lifelong habits. 5.Aware of the risk in water sports, and understand to apply the accidents of aquatics sports. 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、發表、實作、體驗	測驗、作業、討論(含課堂、線上)、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	上課規定說明 教學計劃簡介 羽球課程 热身運動	
2	114/09/22~ 114/09/28	羽球課程 講解握拍法與持球法 羽球發球規則簡介	
3	114/09/29~ 114/10/05	羽球課程 發球、球感訓練	
4	114/10/06~ 114/10/12	羽球課程 挥拍介紹、單打及雙打介紹	
5	114/10/13~ 114/10/19	跆拳道課程 規則介紹 基本手部動作教學	
6	114/10/20~ 114/10/26	跆拳道課程 基本手部攻擊動作及防禦動作	
7	114/10/27~ 114/11/02	桌球課程 握拍、球感練習、反手推球	
8	114/11/03~ 114/11/09	桌球課程 -	
9	114/11/10~ 114/11/16	期中考桌球	
10	114/11/17~ 114/11/23	桌球課程 發接球	
11	114/11/24~ 114/11/30	游泳課-程水域宣導	

12	114/12/01~ 114/12/07	游泳課	
13	114/12/08~ 114/12/14	游泳課-	
14	114/12/15~ 114/12/21	游泳課-	
15	114/12/22~ 114/12/28	游泳課-期末考	
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、資訊科技、社會參與、人文關懷		
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)) 授課教師專業領域教學內容以外，融入其他學科或邀請非此課程領域之專家學者進行知識(教學)分享		
特色教學 課程	遊戲式學習課程 翻轉教學課程		
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	上課須注意出席率、上課態度、上課服裝。		
教科書與 教材	自編教材:影片、學習單		
參考文獻			
學期成績 計算方式	◆出席率： 30.0 % ◆平時評量：10.0 % ◆期中評量：30.0 % ◆期末評量：30.0 % ◆其他〈 〉： %		
備 考	<p>「教學計畫表管理系統」網址：<a href="https://web2.ais.tku.edu.tw/csp">https://web2.ais.tku.edu.tw/csp</a> 或由教務處首頁→教務資訊「教學計畫表管理系統」進入。</p> <p><b>※「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。</b></p>		