

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	胡浩陽 HU, HAO-YANG
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		
開課系級	數學系一 A	開課 資料	實體課程 必修 單學期 1學分
	TSNXB1A		
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 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.認知危險水域，明瞭水域活動意外防護之處理。	4.Aware of the risk in water sports, and understand to apply the accidents of aquatics sports.
5	5.遵守規則，具運動精神，能參與並欣賞羽球雙打比賽	5. Following the rules, building the spirit of sport, and participating in enjoying doubles.
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	實作
2	認知		12345678	實作	實作
3	技能		12345678	講述、實作	實作、活動參與
4	認知		12345678	講述	討論(含課堂、線上)
5	情意		12345678	發表	活動參與
6	情意		12345678	實作、體驗	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.體育課程修選注意事項 3.羽球課程介紹	上課地點：體育館羽球場
2	114/09/22~114/09/28	1.講解羽球握拍法與持球法 2.羽球發球規則簡介	
3	114/09/29~114/10/05	2.講解與示範羽球網前短球並分組練習	*水域安全宣導週*
4	114/10/06~114/10/12	羽球 基本戰術觀念 分組實際操作	
5	114/10/13~114/10/19	羽球基本動作教學及組合練習 分組對抗賽 單打	上課地點：活動中心羽球場 (網球場旁)

6	114/10/20~ 114/10/26	羽球基本動作教學及組合練習 分組對抗賽 單打	
7	114/10/27~ 114/11/02	羽球基本動作教學及組合練習 分組對抗賽 雙打	
8	114/11/03~ 114/11/09	羽球基本動作教學及組合練習 分組對抗賽 雙打	
9	114/11/10~ 114/11/16	1.籃球規則介紹 籃球基本動作教學及組合練習	上課地點：體育館7樓 籃球場
10	114/11/17~ 114/11/23	籃球基本動作教學及組合練習 分組對抗一	
11	114/11/24~ 114/11/30	籃球基本動作教學及組合練習 分組對抗 二	
12	114/12/01~ 114/12/07	籃球基本動作教學及組合練習 三對三分組比賽 一	
13	114/12/08~ 114/12/14	水上活動安全宣導與風險評估	上課地點：游泳池
14	114/12/15~ 114/12/21	水中自救(仰漂、水母漂、韻律呼吸與臨時浮具之製作) 概念與技術	
15	114/12/22~ 114/12/28	水上自救與救生練習	
16	114/12/29~ 115/01/04	期末多元評量週 基本游泳能力與自救測驗	
17	115/01/05~ 115/01/11	期末多元評量週/教師彈性教學週	上課方式:iclass線上考 試或作業
18	115/01/12~ 115/01/18	教師彈性教學週	上課方式:iclass線上考 試或作業
課程培養 關鍵能力		自主學習、國際移動、資訊科技、社會參與、人文關懷、問題解決、跨領域	
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. 上課著運動服及運動鞋 (可自備羽球拍) (請準備泳衣、泳褲) 2. 請假請依學校規定辦理：(1)曠課6節者(含3週/次)，缺課總時數達該科授課時數三分之一時，學期成績以零分計算。 (晚到10分鐘內算遲到，晚到20分鐘以上算缺課) 3.請假依學校規定辦理：請假假單一律隔週上課時繳交給老師以便登記，逾時不辦理。 4.體育課程當中請務必注意安全，若有身體不適、生病等特殊情形，務必立即告知。 5.課程如有臨時異動情況等相關訊息，皆以iclass學習平台最新公告為主。	

教科書與教材	自編教材：簡報
參考文獻	1.學生的健康體適能卓俊辰著 2.運動與健康-減肥健身與疾病的運動處方方進隆著 3.專家教你游泳曹青軍、田珊著
學期成績計算方式	◆出席率： 60.0 % ◆平時評量：30.0 % ◆期中評量： % ◆期末評量： % ◆其他〈體適能〉：10.0 %
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。