

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	黃谷臣
	MALE AND FEMALE PHYSICAL EDUCATION		HUANG KU-CHEN
開課系級	統計一A	開課資料	實體課程 必修 單學期 1學分
	ULSXB1A		
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 SDG6 潔淨水與衛生		
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	<p>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。</p> <p>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.</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	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 核心能力	院、系(所) 核心能力	校級 基本素養	教學方法	評量方式
1	認知		12	講述	測驗
2	認知		6	講述	測驗、討論(含課堂、線上)
3	技能		45	實作	測驗
4	情意		123	實作、體驗	活動參與
5	認知		7	講述	討論(含課堂、線上)
6	情意		578	體驗	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。	
2	114/09/22~114/09/28	游泳與自救能力	上課地點：游泳館
3	114/09/29~114/10/05	1.游泳與自救能力	水域安全宣導
4	114/10/06~114/10/12	游泳能力檢測	測驗10%
5	114/10/13~114/10/19	籃球基礎	上課地點：運動場旁籃球場，雨備N201

6	114/10/20~ 114/10/26	籃球基礎	
7	114/10/27~ 114/11/02	籃球基礎	體適能測驗
8	114/11/03~ 114/11/09	籃球測驗	測驗10%
9	114/11/10~ 114/11/16	健康體適能概念與內涵之介紹	運動場:體適能測驗
10	114/11/17~ 114/11/23	壘球基本技術	上課地點:運動場, 雨備N201
11	114/11/24~ 114/11/30	壘球基本技術	體適能測驗
12	114/12/01~ 114/12/07	壘球技能測驗	壘球測驗10%
13	114/12/08~ 114/12/14	排球基本技術	上課地點:體育館4樓排球場
14	114/12/15~ 114/12/21	排球基本技術	
15	114/12/22~ 114/12/28	排球基本技術	體適能測驗(合計10%)
16	114/12/29~ 115/01/04	期末多元評量週	排球測驗10%
17	115/01/05~ 115/01/11	期末多元評量週/教師彈性教學週	配合校慶課程調整至11/8
18	115/01/12~ 115/01/18	教師彈性教學週	配合校慶課程調整至11/8
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	<p>1.上課著運動服及運動鞋 2.缺課(曠課、請假)達6次者，出席成績不予計算，不得參加測驗。</p> <p>3.遲到10分鐘以上計缺課一節。 4.第一單元為游泳課程，預計下水三次，如因個人問題(生理期、身體不適等事由)無法下水者，請於當週週末原時段補課，例如9/23(二)因故無法下水，原時段可不用到課，請於當週週末9/27(六)原時段至游泳池補課!游泳能力測驗，不限泳姿能換氣游完25公尺及格，能游完50公尺滿分。下水次數未達2次以上，該項目以0分計算。 5.生成式AI倫理聲明： 本課程依據透明和負責任的原則，鼓勵學生利用AI進行協作和互學，以提升課程成果。 本課程採取有條件開放： (1)學生應在課堂作業或報告中的「標題頁註腳」或「引用文獻後」簡要說明如何使用生成式AI (例如進行議題發想、文潤飾或或結參見考等。如果經查核發現使用生成式AI但未在作業或報告中標明，教師、學校或相關單位有權重新評分或不予計分。 (2)本課程的授課教材或學習資料如有引用生成式AI內容，教師也會在投影片或口頭標註。修讀本課程的學生在選課時視為同意以上倫理聲明。</p>
教科書與 教材	自編教材：簡報、講義、影片
參考文獻	
學期成績 計算方式	<p>◆出席率： 50.0 % ◆平時評量： % ◆期中評量： % ◆期末評量： % ◆其他〈游泳、排球、壘球、籃球、體適能測驗〉：50.0 %</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。</p>