

淡江大學 101 學年度第 1 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育 - 水上活動游泳進階	授課 教師	洪建智 HUNG CHIEN-CHIH
	P.E. - PROGRESSIVE SWIMMING		
開課系級	體育興趣日 B	開課 資料	必修 上學期 0學分
	TGUPB0B		
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>			
校級基本素養			
<p>A. 全球視野。</p> <p>B. 洞悉未來。</p> <p>C. 資訊運用。</p> <p>D. 品德倫理。</p> <p>E. 獨立思考。</p> <p>F. 樂活健康。</p> <p>G. 團隊合作。</p> <p>H. 美學涵養。</p>			
課程簡介	(中) 培養學生學習游泳的興趣及學習游泳基本技術，並透過趣味性的水中遊戲活動，讓游泳教學更生動樂趣化，進而提升體適能及促進學習動機，使學生能在泳池中快樂享受水中世界。		
	(英) Students interested in learning to swim and learning to swim with the basic technique, and through the fun of water playing activities, so that teaching swimming is more lively and thus enhance the physical fitness and promoting motivation to learn, so that students can enjoy the water in the pool in a happy world.		

本課程教學目標與目標層級、校級基本素養相關性

一、目標層級(選填)：

- (一)「認知」(Cognitive 簡稱C)領域：C1 記憶、C2 瞭解、C3 應用、C4 分析、C5 評鑑、C6 創造
- (二)「技能」(Psychomotor 簡稱P)領域：P1 模仿、P2 機械反應、P3 獨立操作、P4 聯結操作、P5 自動化、P6 創作
- (三)「情意」(Affective 簡稱A)領域：A1 接受、A2 反應、A3 重視、A4 組織、A5 內化、A6 實踐

二、教學目標與「目標層級」、「校級基本素養」之相關性：

- (一)請先將課程教學目標分別對應前述之「認知」、「技能」與「情意」的各目標層級，惟單項教學目標僅能對應C、P、A其中一項。
- (二)若對應「目標層級」有1~6之多項時，僅填列最高層級即可(例如：認知「目標層級」對應為C3、C5、C6項時，只需填列C6即可，技能與情意目標層級亦同)。
- (三)再依據所訂各項教學目標分別對應其「校級基本素養」。單項教學目標若對應「校級基本素養」有多項時，則可填列多項「校級基本素養」。(例如：「校級基本素養」可對應A、AD、BEF時，則均填列。)

序號	教學目標(中文)	教學目標(英文)	相關性	
			目標層級	校級基本素養
1	1. 教導學生能夠適應水性 2. 教導學生學會捷泳動作要領 3. 教導學生學會蛙泳動作要領 4. 學會基本自救技能及正確水上安全觀念	1. To instruct students to not be afraid of the water. 2. To instruct students to learn the freestyle swimming movement 3. To instruct students to learn the breaststroke movement. 4. Learn basic self-help skills and the correct concept of water safety.	A6	FG
2	1.教導學生能夠適應水性 2.教導學生學會捷泳動作要領 3.教導學生學會蛙泳動作要領 4.學會基本自救技能及正確水上安全觀念	1.To instruct students to not be afraid of the water. 2.To instruct students to learn the freestyle swimming movement 3.To instruct students to learn the breaststroke movement. 4.Learn basic self-help skills and the correct concept of water safety.	P5	FG

教學目標之教學方法與評量方法

序號	教學目標	教學方法	評量方法
1	1. 教導學生能夠適應水性 2. 教導學生學會捷泳動作要領 3. 教導學生學會蛙泳動作要領 4. 學會基本自救技能及正確水上安全觀念	講述	上課表現、期末測驗

2	1.教導學生能夠適應水性2.教導學生學會捷泳動作要領3.教導學生學會蛙泳動作要領4.學會基本自救技能及正確水上安全觀念	講述	上課表現、期末測驗
授課進度表			
週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	101/09/10~ 101/09/16	1. 課程簡介 (安全守則) 2. 熟悉水性(一) 3. 水中遊戲(一)	
2	101/09/17~ 101/09/23	1. 熟悉水性(二) 2. 蹬牆漂浮打水、水中遊戲(二)	
3	101/09/24~ 101/09/30	1. 持浮板漂浮打水、持浮板仰式打水2.持浮板漂浮打水分組接力比賽	
4	101/10/01~ 101/10/07	1. 複習持浮板長距離漂浮打水、蛙鞋等輔助器材的使用	
5	101/10/08~ 101/10/14	雙十節	
6	101/10/15~ 101/10/21	1. 捷泳手臂划水 (陸上、水中) 划水板划臂練習 2. 夾浮球練習手臂划水	
7	101/10/22~ 101/10/28	1. 捷泳手聯腳合動作、捷泳換氣 1. 捷泳整體聯合動作	
8	101/10/29~ 101/11/04	1. 糾正捷泳錯誤動作2. 捷泳長距離訓練	
9	101/11/05~ 101/11/11	1. 捷泳測驗	
10	101/11/12~ 101/11/18	期中考試週	
11	101/11/19~ 101/11/25	1. 蛙泳：站立單足蹬夾腿、俯臥長凳蹬夾腿、仰坐池邊蹬夾腿、水中扶池壁蹬夾腿、同伴牽引蹬夾腿	
12	101/11/26~ 101/12/02	1. 蛙泳：複習上週動作、持浮板蹬夾腿	
13	101/12/03~ 101/12/09	1. 蛙泳：划臂及換氣	
14	101/12/10~ 101/12/16	1. 蛙泳：聯合動作	
15	101/12/17~ 101/12/23	1. 糾正蛙泳錯誤動作2. 蛙泳長距離訓練	
16	101/12/24~ 101/12/30	1. 蛙泳測驗	
17	101/12/31~ 102/01/06	1. 水上自救與安全教育、補考週	
18	102/01/07~ 102/01/13	期末考試週	

<p>修課應 注意事項</p>	<p>1. 需穿著泳衣(褲)、泳帽、泳鏡。</p> <p>2. 請假請依學校規定辦理： (1)曠課6節者，予以扣考。 (2)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。</p> <p>3. 患有心臟病、皮膚病及傳染病者，醫囑不宜下水者，請勿選入本課程。</p> <p>4. 女性生理期間亦需隨堂於池邊上課。</p> <p>5. 修本課程需辦理游泳證或購買單次卷。</p>
<p>教學設備</p>	<p>(無)</p>
<p>教材課本</p>	
<p>參考書籍</p>	
<p>批改作業 篇數</p>	<p>篇 (本欄位僅適用於所授課程需批改作業之課程教師填寫)</p>
<p>學期成績 計算方式</p>	<p>◆出席率： 40.0 % ◆平時評量： % ◆期中評量：30.0 % ◆期末評量：30.0 % ◆其他〈 〉： %</p>
<p>備 考</p>	<p>「教學計畫表管理系統」網址：http://info.ais.tku.edu.tw/csp 或由教務處 首頁〈網址：http://www.acad.tku.edu.tw/index.asp/〉教務資訊「教學計畫 表管理系統」進入。 ※不法影印是違法的行為。請使用正版教科書，勿不法影印他人著作，以免觸法。</p>