

淡江大學 101 學年度第 2 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育 - 水上休閒活動實務	授課 教師	陳文和 CHEN, WEN-HER
	P.E. - PRACTICES OF WATER RECREATION ACTIVITY		
開課系級	體育興趣日 A	開課 資料	必修 下學期 0學分
	TGUPB0A		
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	課程內容包括衝浪、風浪板等，進度隨季節可從事的活動而定，培養學生學習水上運動之能力，並經由相關協會認證，輔導學生考取相關水域運動證照。		
	Courses include surfing,Windsurfing, the progress with the seasons can be engaged in activities to develop students ability to learn water sports.		

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	學會基本自救技能及正確水上安全觀念	Learn basic self-help skills and the correct concept of water safety.	P4	EF
2	認識水域運動之發展現狀	Understanding of water sport in Taiwan Development Status	C2	E
3	學會水域運動之正確知識與基本技能	Learn of water sports of correct knowledge and basic skills	P3	EF
4	輔導學生考取相關水域運動證照	counseling students to obtain related certificates	C3	E
5	學習健康管理，達成規律運動習慣	Learning health management and develop regular exercise habits.	P5	EF
6	能參與團體水上活動，並相互合作	Establish good teamwork relationships.	A4	EFG
7	能分析各項水上活動之動作技能，欣賞相關賽事	Develop the ability to appreciate the present of athletic skills.	C5	H

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	學會基本自救技能及正確水上安全觀念	講述、討論、實作	實作、上課表現
2	認識水域運動之發展現狀	講述、討論	上課表現
3	學會水域運動之正確知識與基本技能	講述、討論、實作	實作、上課表現
4	輔導學生考取相關水域運動證照	講述、討論、實作	紙筆測驗、實作、上課表現
5	學習健康管理，達成規律運動習慣	講述、討論、實作	實作、上課表現

6	能參與團體水上活動，並相互合作	講述、討論、實作	實作、上課表現
7	能分析各項水上活動之動作技能，欣賞相關賽事	講述、討論、實作	實作、上課表現
授課進度表			
週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	102/02/18~ 102/02/24	1.課程介紹與相關事項說明。 2.水域活動簡介與基本能力。	
2	102/02/25~ 102/03/03	1.基本游泳能力練習。 2.水上自救與救生練習。	
3	102/03/04~ 102/03/10	基本游泳能力與水上自救測驗	
4	102/03/11~ 102/03/17	1.浮潛裝備簡介—浮潛三寶的使用。 2.浮潛課程—呼吸管排水、面鏡排水、中耳平衡。	
5	102/03/18~ 102/03/24	浮潛基本訓練及水上教學。	
6	102/03/25~ 102/03/31	浮潛基本能力檢測。	
7	102/04/01~ 102/04/07	1.衝浪活動水域安全概述。 2.衝浪活動基本滑浪原理。	
8	102/04/08~ 102/04/14	衝浪基本訓練及水上教學	
9	102/04/15~ 102/04/21	1.衝浪基本技術綜合訓練。 2.衝浪基本能力檢測。	本課程須實施校外教學
10	102/04/22~ 102/04/28	期中考試週	
11	102/04/29~ 102/05/05	風浪板基本航行理論與技術	
12	102/05/06~ 102/05/12	風浪板裝備介紹與結繩技巧	
13	102/05/13~ 102/05/19	風浪板陸上風帆操控技巧	
14	102/05/20~ 102/05/26	風浪板水上操帆體驗	
15	102/05/27~ 102/06/02	風浪板水上操帆體驗	
16	102/06/03~ 102/06/09	風浪板水上綜合訓練	
17	102/06/10~ 102/06/16	風浪板戶外教學	本課程須實施校外教學
18	102/06/17~ 102/06/23	期末考試週	
修課應注意事項		<p>1.由於本課程在開放式水域上課，您必須具備水中自救的能力，仰漂、踩水及蛙式是必備的能力，如無法以蛙泳完成200公尺者請勿選入。</p> <p>2.本課程因教學場地之故必須集中上課，會有在星期六、日上課的情形，並視天候及場地狀況調整後於課堂公告，若無法配合者請勿選入。</p> <p>3.本課程部分活動需額外付費，若無法接受請勿選入。</p> <p>4.本課程目的為輔導學生考取相關水域運動證照，考試須經相關協會認證，如有興趣認證水域相關證照之同學需額外付檢測費及證照費用，若無興趣參加證照考試，經中期末測驗合格者給予學分。</p> <p>5.修本課程需辦理游泳證或購買單次卷。</p>	

教學設備	其它(浮潛三寶、衝浪板、風浪板)
教材課本	
參考書籍	1.游泳教材教學與訓練 翁志成著 易利圖書 2006 2.海洋運動概論 李昱叡著 品度圖書 2006
批改作業 篇數	篇 (本欄位僅適用於所授課程需批改作業之課程教師填寫)
學期成績 計算方式	◆出席率： 30.0 % ◆平時評量：60.0 % ◆期中評量： % ◆期末評量： % ◆其他〈學習精神及運動道德〉：10.0 %
備 考	「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。