

## 淡江大學 102 學年度第 1 學期課程教學計畫表

|   |   |          |                      |
|---|---|----------|----------------------|
| 課程名稱  | 男、女生體育 - 水上休閒活動實務   | 授課<br>教師 | 黃谷臣<br>HUANG KU-CHEN |
|   | P.E. - PRACTICES OF WATER RECREATION<br>ACTIVITY  |          |                      |
| 開課系級  | 體育興趣二三 B  | 開課<br>資料 | 必修 上學期 0學分           |
|   | TGUPB2B   |          |                      |
| 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. 資訊運用。</p> <p>C. 洞悉未來。</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  | <p>本課程內容包括風浪板、浮潛等，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。</p>   |          |                      |
|   | <p>The course contents including windsurfing, snorkeling, the course's progress will be change depends on the season. Cultivate students ability to learn water sports, and certified by the relevant associations, to counseling students to obtain the relevant waters sports licenses.</p> |          |                      |

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.學會基本自救技能及正確水上安全觀念     | 1.Learn basic self-help skills and the correct concept of water safety. | P4   | EF     |
| 2  | 2.認識水域運動之發展現狀           | 2.Understanding of water sport in Taiwan Development Status.            | C2   | E      |
| 3  | 3.學會水域運動之正確知識與基本技能      | 3.Learn of water sports of correct knowledge and basic skills.          | P3   | EF     |
| 4  | 4.輔導學生考取相關水域運動證照        | 4.Counseling students to obtain related certificates.                   | C3   | E      |
| 5  | 5.學習健康管理，達成規律運動習慣       | 5.Learning health management and develop regular exercise habits.       | P5   | EF     |
| 6  | 6.能參與團體水上活動，並相互合作       | 6.Establish good teamwork relationships.                                | A4   | EFG    |
| 7  | 7.能分析各項水上活動之動作技能，欣賞相關賽事 | 7.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  | 1.學會基本自救技能及正確水上安全觀念 | 實作    | 實作   |
| 2  | 2.認識水域運動之發展現狀       | 講述    | 上課表現 |
| 3  | 3.學會水域運動之正確知識與基本技能  | 講述、實作 | 實作   |
| 4  | 4.輔導學生考取相關水域運動證照    | 討論    | 上課表現 |
| 5  | 5.學習健康管理，達成規律運動習慣   | 討論、實作 | 實作   |

|   |                         |    |         |
|---|-------------------------|----|---------|
| 6 | 6.能參與團體水上活動，並相互合作       | 實作 | 實作      |
| 7 | 7.能分析各項水上活動之動作技能，欣賞相關賽事 | 討論 | 實作、上課表現 |

授 課 進 度 表

| 週次 | 日期起訖                    | 內 容 (Subject/Topics)              | 備註 |
|----|-------------------------|-----------------------------------|----|
| 1  | 102/09/16~<br>102/09/22 | 1. 課程介紹與相關事項說明 2. 水域活動安全簡介與基本能力介紹 |    |
| 2  | 102/09/23~<br>102/09/29 | 1. 基本游泳能力練習 2.水上自救與救生練習           |    |
| 3  | 102/09/30~<br>102/10/06 | 1. 基本游泳能力與自救測驗                    |    |
| 4  | 102/10/07~<br>102/10/13 | 1. 獨木舟裝備介紹及陸上基本操槳                 |    |
| 5  | 102/10/14~<br>102/10/20 | 1. 獨木舟水上基本操槳與水上安全                 |    |
| 6  | 102/10/21~<br>102/10/27 | 1. 獨木舟操槳技術綜合演練                    |    |
| 7  | 102/10/28~<br>102/11/03 | 1. 獨木舟操槳技術綜合演練與測驗                 |    |
| 8  | 102/11/04~<br>102/11/10 | 1. 獨木舟戶外教學                        |    |
| 9  | 102/11/11~<br>102/11/17 | 1. 衝浪活動水域安全與基本滑浪原理                |    |
| 10 | 102/11/18~<br>102/11/24 | 期中考試週                             |    |
| 11 | 102/11/25~<br>102/12/01 | 1. 獨木舟戶外教學                        |    |
| 12 | 102/12/02~<br>102/12/08 | 1. 獨木舟戶外教學                        |    |
| 13 | 102/12/09~<br>102/12/15 | 1. 獨木舟戶外教學                        |    |
| 14 | 102/12/16~<br>102/12/22 | 1. 衝浪戶外教學                         |    |
| 15 | 102/12/23~<br>102/12/29 | 1. 衝浪戶外教學                         |    |
| 16 | 102/12/30~<br>103/01/05 | 1. 衝浪戶外教學                         |    |
| 17 | 103/01/06~<br>103/01/12 | 1. 浮潛活動水域安全與基本器材操作                |    |
| 18 | 103/01/13~<br>103/01/19 | 期末考試週                             |    |
|    |                         |                                   |    |

|                 |  |
|-----------------|--|
| <p>修課應注意事項</p>  | <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> |
| <p>教學設備</p>     | <p>其它(浮潛三寶)</p>  |
| <p>教材課本</p>     |  |
| <p>參考書籍</p>     | <p>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</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： 60.0 % ◆平時評量：40.0 % ◆期中評量： %<br/>         ◆期末評量： %<br/>         ◆其他〈 〉： %</p>   |
| <p>備考</p>       | <p>「教學計畫表管理系統」網址：<a href="http://info.ais.tku.edu.tw/csp">http://info.ais.tku.edu.tw/csp</a> 或由教務處首頁〈網址：<a href="http://www.acad.tku.edu.tw/CS/main.php">http://www.acad.tku.edu.tw/CS/main.php</a>〉業務連結「教師教學計畫表上傳下載」進入。</p> <p><b>※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。</b></p>                              |