

淡江大學 107 學年度第 1 學期課程教學計畫表

|                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                 |          |                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------|
| 課程名稱                                                                                         | 男、女生體育－游泳專長班                                                                                                                                                                                                                                    | 授課<br>教師 | 陳瑞辰<br>CHEN, JUI-CHEN |
|                                                                                              | HYSICAL EDUCATION - ADVANCED SWIMMING                                                                                                                                                                                                           |          |                       |
| 開課系級                                                                                         | 體育興趣二三A                                                                                                                                                                                                                                         | 開課<br>資料 | 必修 上學期 0學分            |
|                                                                                              | TGUPB2A                                                                                                                                                                                                                                         |          |                       |
| 教 育 目 標                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                 |          |                       |
| 一、提升身體適應能力。<br>二、建立正確體育概念。<br>三、增進運動技能。<br>四、體驗運動參與樂趣。                                       |                                                                                                                                                                                                                                                 |          |                       |
| 校 級 基 本 素 養                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                 |          |                       |
| A. 全球視野。<br>B. 資訊運用。<br>C. 洞悉未來。<br>D. 品德倫理。<br>E. 獨立思考。<br>F. 樂活健康。<br>G. 團隊合作。<br>H. 美學涵養。 |                                                                                                                                                                                                                                                 |          |                       |
| 課程簡介                                                                                         | 本課程介紹游泳基本動作，結合游泳運動訓練法、比賽法、裁判法使學生體驗游泳的樂趣，享受游泳，挑戰自我，追求卓越。                                                                                                                                                                                         |          |                       |
|                                                                                              | The course introduces the basic skills of the swimming, combines with the basic skills and the competition methods, explains rules and the officiating. Through the sport let students enjoy swimming, challengingmyself, pursuing outstanding. |          |                       |

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瞭解游泳歷史與發展 2提高游泳基本動作技能 3瞭解並能運用游泳戰術與裁判法 4欣賞游泳比賽 5參與游泳比賽 | 1. Understand the history and the development of swimming. 2. Enhances the basic skills of swimming. 3. Application of the swimming Rules and officiating. 4. Appreciate the swimming competition. 5. Involved in swimming competition. | A6   | DFG    |

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瞭解游泳歷史與發展 2提高游泳基本動作技能 3瞭解並能運用游泳戰術與裁判法 4欣賞游泳比賽 5參與游泳比賽 | 講述、討論、賞析、模擬、實作、問題解決 | 實作、上課表現 |

授課進度表

| 週次 | 日期起訖                | 內容 (Subject/Topics) | 備註 |
|----|---------------------|---------------------|----|
| 1  | 107/09/10~107/09/16 | 一、游泳概論、游泳生理         |    |
| 2  | 107/09/17~107/09/23 | 二、水上安全導論與實作         |    |
| 3  | 107/09/24~107/09/30 | 三、訓練計畫的擬定           |    |
| 4  | 107/10/01~107/10/07 | 四、訓練計畫的擬定           |    |
| 5  | 107/10/08~107/10/14 | 五、捷泳訓練—長距離          |    |
| 6  | 107/10/15~107/10/21 | 六、捷泳訓練—長距離          |    |

|              |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|--------------|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 7            | 107/10/22~<br>107/10/28 | 七、捷泳訓練—短距離衝刺                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
| 8            | 107/10/29~<br>107/11/04 | 八、捷泳訓練—短距離衝刺                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
| 9            | 107/11/05~<br>107/11/11 | 九、陸上體能訓練                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
| 10           | 107/11/12~<br>107/11/18 | 期中考試週                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| 11           | 107/11/19~<br>107/11/25 | 十一、專長訓練—各式                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |
| 12           | 107/11/26~<br>107/12/02 | 十二、專長訓練—各式                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |
| 13           | 107/12/03~<br>107/12/09 | 十三、專長訓練—各式                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |
| 14           | 107/12/10~<br>107/12/16 | 十四、專長訓練—各式                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |
| 15           | 107/12/17~<br>107/12/23 | 十五、轉身、出發                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
| 16           | 107/12/24~<br>107/12/30 | 十六、術科測驗                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |
| 17           | 107/12/31~<br>108/01/06 | 十七、術科測驗                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |
| 18           | 108/01/07~<br>108/01/13 | 期末考試週                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| 修課應<br>注意事項  |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
| 教學設備         |                         | 電腦、投影機                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |
| 教材課本         |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
| 參考書籍         |                         | 1. 游泳教室(聯廣)<br>2. 游泳訓練法(徐興泰-北體)<br>3. 游泳論 (武育勇-國編館)                                                                                                                                                                                                                             |  |
| 批改作業<br>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<br>計算方式 |                         | ◆出席率：            %    ◆平時評量：            %    ◆期中評量：            %<br>◆期末評量：            %<br>◆其他〈樂活健康70%團隊合作20%品德倫理10〉：100.0 %                                                                                                                                                    |  |
| 備 考          |                         | 「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<br>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<br>計畫表上傳下載」進入。<br><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> |  |