

淡江大學 107 學年度第 2 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育 - 水上活動游泳初級	授課 教師	陳履賢 CHEN, LU-HSIEN
	P.E. - BEGINNING SWIMMING		
開課系級	體育興趣一 E	開課 資料	必修 單學期 0 學分
	TGUPB1E		
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>本課程旨在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。</p>		
	<p>The aim of the course is to cultivate students' interest in learning to swim and the basic skills of swimming. Make swimming teaching more lively and fun through water games and activities, to enhance physical fitness and promote motivation to learn, so that students can enjoy the water world happily in the pool.</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.認識水域運動之發展現狀 2.能夠適應水性，並學會動作要領 3.能與人相互觀摩練習，建立良好的互動關係	1.Understanding of water sport in Taiwan Development Status. 2.To instruct students to not be afraid of the water. 3.Establish good teamwork relationships.	P3	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.認識水域運動之發展現狀 2.能夠適應水性，並學會動作要領 3.能與人相互觀摩練習，建立良好的互動關係	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	108/02/18~ 108/02/24	課程進度與內容簡介/上課注意事項說明	
2	108/02/25~ 108/03/03	學生能力檢測、適應水性、悶氣、韻律呼吸、水母漂、蹬牆漂浮、分組	
3	108/03/04~ 108/03/10	捷泳: 捷泳介紹、腿部動作介紹與練習、踢腿練習、水中競走比賽	
4	108/03/11~ 108/03/17	捷泳: 踢腿動作練習 + 划臂動作介紹 ※隨堂測驗 (一): 蹬牆漂浮	
5	108/03/18~ 108/03/24	捷泳: 踢腿動作、划臂動作聯合練習、仰漂	
6	108/03/25~ 108/03/31	捷泳: 踢腿動作 + 划臂動作聯合練習	

7	108/04/01~ 108/04/07	捷泳：踢腿動作+划臂動作聯合練習、換氣介紹 ※隨堂測驗（二）：捷泳打水測驗（50M）	
8	108/04/08~ 108/04/14	捷泳：踢腿動作+划臂動作聯合練習+換氣練習	
9	108/04/15~ 108/04/21	捷泳綜合練習	
10	108/04/22~ 108/04/28	期中考試週	
11	108/04/29~ 108/05/05	水中遊戲1	
12	108/05/06~ 108/05/12	仰泳：仰泳介紹、仰漂、腿部動作介紹與練習	
13	108/05/13~ 108/05/19	仰泳：仰漂、腿部動作練習、踩水練習	
14	108/05/20~ 108/05/26	仰泳：仰漂、腿部動作練習+划手動作聯合練習 ※隨堂測驗（三）：踩水2分鐘	
15	108/05/27~ 108/06/02	水中遊戲2	
16	108/06/03~ 108/06/09	期末測驗：仰泳25公尺、繳交自我練習表	
17	108/06/10~ 108/06/16	期末測驗：仰泳25公尺、繳交期末心得報告	
18	108/06/17~ 108/06/23	期末考試週	
修課應 注意事項		<p>1.為提升執行水上運動的安全性，必須具備水中自救的能力，仰漂、踩水及蛙式等能力，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>6.請假部份，只收一個禮拜內的病假及公假，事假、喪假請事先辦理。請假請依學校規定辦理：  (1)曠課3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>7.有三種假單不收：→【女生生理期或生病無醫生證明者不收】女生生理假可不下水，但得到場旁聽，但若曠課，事後不能辦理請假，若想辦理請假，請附上醫生證明→沒有醫生證明或任何證明文件不收→父母證明不收。</p> <p>8.點名無一定時間，請大家多多注意，把握自己權益。若當次上課未下水之同學，也請記得自己找老師補點名。</p> <p>9.考試內容與上課進度會依每個人的程度不同而進行調整，以符合每個人的能力需求</p>	
教學設備		(無)	
教材課本		浮板、浮條	

參考書籍	團康輔導社 (2018)。游泳技巧指南。台灣，文國書局。
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	<p>◆出席率： 30.0 %   ◆平時評量：20.0 %   ◆期中評量：20.0 %</p> <p>◆期末評量：20.0 %</p> <p>◆其他〈期末心得報告〉：10.0 %</p>
備 考	<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>