

淡江大學 108 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                                                              | 陳文和<br>CHEN, WEN-HER |
|                                                                                                                                                                                                                   | P.E. - PRACTICES OF WATER RECREATION<br>ACTIVITY                                                                                                                                                                                                                 |                                                                       |                      |
| 開課系級                                                                                                                                                                                                              | 體育興趣二三A                                                                                                                                                                                                                                                          | 開課<br>資料                                                              | 實體課程<br>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。                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |                      |
| 本課程對應校級基本素養之項目與比重                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |                      |
| 4. 品德倫理。(比重：20.00)<br>6. 樂活健康。(比重：60.00)<br>7. 團隊合作。(比重：20.00)                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |                      |
| 課程簡介                                                                                                                                                                                                              | 課程內容包括獨木舟、浮潛、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 canoe, windsurfing and Snorkeling, the progress with the seasons can be engaged in activities to develop students ability to learn water sports, and certified by the relevant associations, counseling students to obtain related certificates. |                                                                       |                      |
| 本課程教學目標與認知、情意、技能目標之對應                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |                      |
| 將課程教學目標分別對應「認知(Cognitive)」、「情意(Affective)」與「技能(Psychomotor)」的各目標類型。<br><br>一、認知(Cognitive)：著重在該科目的事實、概念、程序、後設認知等各類知識之學習。<br>二、情意(Affective)：著重在該科目的興趣、倫理、態度、信念、價值觀等之學習。<br>三、技能(Psychomotor)：著重在該科目的肢體動作或技術操作之學習。 |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |                      |
| 序<br>號                                                                                                                                                                                                            | 教學目標(中文)                                                                                                                                                                                                                                                         | 教學目標(英文)                                                              |                      |
| 1                                                                                                                                                                                                                 | 觀察他人自救技能並進而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. |                      |

|   |                                             |                                                             |
|---|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 2 | 認識台灣地區水域運動之發展現狀                             | Understanding of water sport in Taiwan Development Status   |
| 3 | 經由觀摩他人水域運動技術，並經團體討論及互相合作後，以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 |
| 4 | 輔導學生考取相關水域運動證照                              | counseling students to obtain related certificates          |

教學目標之目標類型、核心能力、基本素養教學方法與評量方式

| 序號 | 目標類型 | 院、系(所)核心能力 | 校級基本素養 | 教學方法        | 評量方式                     |
|----|------|------------|--------|-------------|--------------------------|
| 1  | 技能   |            | 467    | 講述、討論、實作、體驗 | 測驗、作業、討論(含課堂、線上)、實作、活動參與 |
| 2  | 認知   |            | 467    | 講述、討論、實作、體驗 | 測驗、作業、討論(含課堂、線上)、實作、活動參與 |
| 3  | 技能   |            | 467    | 講述、討論、實作、體驗 | 測驗、作業、討論(含課堂、線上)、實作、活動參與 |
| 4  | 技能   |            | 467    | 講述、討論、實作、體驗 | 測驗、作業、討論(含課堂、線上)、活動參與    |

授課進度表

| 週次 | 日期起訖                | 內 容 (Subject/Topics)  | 備註      |
|----|---------------------|-----------------------|---------|
| 1  | 108/09/09~108/09/15 | 課程介紹與相關事項說明           | 游泳館     |
| 2  | 108/09/16~108/09/22 | 水域活動簡介與基本能力           | 游泳館     |
| 3  | 108/09/23~108/09/29 | 基本游泳能力與水上安全           | 游泳館     |
| 4  | 108/09/30~108/10/06 | 獨木舟基本原理概述與水中操作        | 游泳館     |
| 5  | 108/10/07~108/10/13 | 獨木舟基本原理概述與水中操作        | 游泳館     |
| 6  | 108/10/14~108/10/20 | 風浪板基本原理概述             | 游泳館     |
| 7  | 108/10/21~108/10/27 | 風浪板水上基本操作             | 游泳館     |
| 8  | 108/10/28~108/11/03 | 水上自救、獨木舟、風浪板技術綜合演練及測驗 | 游泳館     |
| 9  | 108/11/04~108/11/10 | 獨木舟戶外教學               | 詳修課注意事項 |
| 10 | 108/11/11~108/11/17 | 期中考試週                 |         |
| 11 | 108/11/18~108/11/24 | 獨木舟戶外教學               | 詳修課注意事項 |
| 12 | 108/11/25~108/12/01 | 獨木舟戶外教學               | 詳修課注意事項 |

|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                   |         |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------|
| 13           | 108/12/02~<br>108/12/08                                                                                                                                                                                                                                                           | 獨木舟戶外教學                           | 詳修課注意事項 |
| 14           | 108/12/09~<br>108/12/15                                                                                                                                                                                                                                                           | 風浪板戶外教學                           | 詳修課注意事項 |
| 15           | 108/12/16~<br>108/12/22                                                                                                                                                                                                                                                           | 風浪板戶外教學                           | 詳修課注意事項 |
| 16           | 108/12/23~<br>108/12/29                                                                                                                                                                                                                                                           | 風浪板戶外教學                           | 詳修課注意事項 |
| 17           | 108/12/30~<br>109/01/05                                                                                                                                                                                                                                                           | 風浪板戶外教學                           | 詳修課注意事項 |
| 18           | 109/01/06~<br>109/01/12                                                                                                                                                                                                                                                           | 期末考試週(本學期期末考試日期為:109/1/3-109/1/9) |         |
| 修課應<br>注意事項  | 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。<br>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。<br>3.本課程部分活動需額外付費，若無法接受請勿選入。<br>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，經期中期末測驗合格者給予學分。<br>5.修本課程需辦理游泳證或購買單次卷。 |                                   |         |
| 教學設備         | 其它(風浪板)                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                   |         |
| 教科書與<br>教材   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                   |         |
| 參考文獻         | 1.游泳教材教學與訓練 翁志成著 易利圖書 2006<br>2.海洋運動概論 李昱叡著 品度圖書 2006                                                                                                                                                                                                                             |                                   |         |
| 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： 30.0 %    ◆平時評量：        %    ◆期中評量：30.0 %<br>◆期末評量：30.0 %<br>◆其他〈樂活健康60、團隊合作20、品德倫理20〉：10.0 %                                                                                                                                                                               |                                   |         |
| 備 考          | 「教學計畫表管理系統」網址： <a href="https://info.ais.tku.edu.tw/csp">https://info.ais.tku.edu.tw/csp</a> 或由教務處首頁→教務資訊「教學計畫表管理系統」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>                                                                                                            |                                   |         |