

淡江大學 110 學年度第 1 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育－水上活動游泳初級	授課 教師	陳凱智 CHEN, KAI-CHIH
	P.E. - BEGINNING SWIMMING		
開課系級	體育興趣二三 C	開課 資料	實體課程 必修 上學期 0學分
	TGUPB2C		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉		
系（ 所 ） 教 育 目 標			
一、提升身體適應能力。 二、建立正確體育概念。 三、增進運動技能。 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) 6. 樂活健康。(比重：60.00) 7. 團隊合作。(比重：20.00)			
課程簡介	1.了解游泳運動的發展歷史 2.透過學習游泳來提升體適能		
	1.to understand the development and history of the swimming 2.to enhance the fitness by learning swimming		

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。

- 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。
- 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。
- 三、技能(Psychomotor)：著重在該科目的肢體動作或技術操作之學習。

序號	教學目標(中文)	教學目標(英文)
1	了解游泳發展歷史	Understand the history and developments of swimming.
2	了解游泳比賽紀錄與規則	to Know well the international amateur swimming rules.
3	提升游泳技能學習效果	to enhance the learning effects of swimming skills

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	認知		46	講述、討論	討論(含課堂、線上)
2	情意		67	講述、討論	討論(含課堂、線上)、實作
3	技能		467	實作	討論(含課堂、線上)、實作

授課進度表

週次	日期起訖	內 容 (Subject/Topics)	備註
1	110/09/22~ 110/09/28	1.課堂規則介紹 2.分組	
2	110/09/29~ 110/10/05	熟悉水性與介紹韻律呼吸	
3	110/10/06~ 110/10/12	介紹閉氣與水母漂	
4	110/10/13~ 110/10/19	踢水動作介紹與實作	
5	110/10/20~ 110/10/26	手持浮板踢水	
6	110/10/27~ 110/11/02	扶牆練習手部滑水動作	
7	110/11/03~ 110/11/09	手持浮板划水與踢水	
8	110/11/10~ 110/11/16	自由式練習	
9	110/11/17~ 110/11/23	期中考試週	
10	110/11/24~ 110/11/30	自由式換氣與實作	

11	110/12/01~ 110/12/07	蛙式腿部動作介紹	
12	110/12/08~ 110/12/14	手扶牆蛙腿介紹與實作	
13	110/12/15~ 110/12/21	蛙式手部動作介紹與實作	
14	110/12/22~ 110/12/28	蛙式動作實作	
15	110/12/29~ 111/01/04	自由式複習	
16	111/01/05~ 111/01/11	蛙式複習	
17	111/01/12~ 111/01/18	期末考試	
18	111/01/19~ 111/01/25	期末考	
修課應 注意事項		1.to put on the sport clothes and shoes. 2.do not absence for 3 times, or you can not join the final exam.	
教學設備		(無)	
教科書與 教材			
參考文獻			
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： % ◆平時評量： % ◆期中評量： % ◆期末評量：60.0 % ◆其他〈the learning attitude〉：40.0 %	
備 考		「教學計畫表管理系統」網址： https://info.ais.tku.edu.tw/csp 或由教務處 首頁→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。	