

淡江大學 99 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	鄭俊傑 Cheng, Chun Chieh
	P.E. - BEGINNING SWIMMING		
開課系級	體育興趣進 B	開課 資料	必修 上學期 0 學分
	TGUPE0B		
學系(門)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>			
學生基本能力			
<p>A. 養成終生規律運動習慣。</p> <p>B. 提升健康體適能的能力。</p> <p>C. 具備運動休閒及健康生活知能的能力。</p> <p>D. 具備理解體育運動知識的能力。</p> <p>E. 具備團隊合作精神。</p> <p>F. 了解該項運動特殊性與技能。</p> <p>G. 具備正確運動方法的能力。</p> <p>H. 具備運動鑑賞的能力。</p> <p>I. 促進和諧的人際關係。</p> <p>J. 體驗自我超越樂趣。</p>			
課程簡介	<p>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>Students interested in learning to swim and learning to swim with the basic technique, and through the fun of water playing activities, so that teaching swimming is more lively and thus enhance the physical fitness and promoting motivation to learn, so that students can enjoy the water in the pool in a happy world.</p>		

本課程教學目標與目標層級、學生基本能力相關性

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」、「學生基本能力」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該系「學生基本能力」。單項教學目標若對應「學生基本能力」有多項時，則可填列多項「學生基本能力」(例如：「學生基本能力」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	學生基本能力
1	教導學生能夠適應水性	To instruct students to not be afraid of the water.	P4	ABC
2	學會捷泳動作要領	To teach the freestyle swimming movement.	P5	ABCDGF
3	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.	P5	ABCFG

教學目標之教學策略與評量方法

序號	教學目標	教學策略	評量方法
1	教導學生能夠適應水性	課堂講授、示範、實作練習	出席率、術科測驗
2	學會捷泳動作要領	課堂講授、示範、實作練習	出席率、術科測驗
3	基本自救技能及正確水上安全觀念	課堂講授、示範、實作練習	出席率、術科測驗

授課進度表

週次	日期	內容 (Subject/Topics)	備註
1	09/13	1認識環境2課程介紹3游泳時注意事項規定	
2	09/20	1適應水性-遊戲2閉氣練習3漂浮	
3	09/27	1韻律呼吸2蹬牆漂浮3打腿動作	
4	10/04	1陸上打腿動作2蹬牆漂浮打水動作練習	
5	10/11	1陸上打腿動作2蹬牆漂浮打水動作練習	

6	10/18	1韻律呼吸2蹬牆漂浮3打腿動作練習	
7	10/25	1原地雙手前後划手練習2雙手前後划手前進練習	
8	11/01	1手、腳配合動作2韻律呼吸	
9	11/08	1雙手扶池邊站立練習換氣2水中行走划手單邊換氣	
10	11/15	期中考試週	
11	11/22	1手、腳配合練習與換氣練習	
12	11/29	1手、腳配合練習與換氣練習2.岸上基本救生	
13	12/06	能力檢定---捷泳50公尺	
14	12/13	蛙式—夾腳動作	
15	12/20	蛙式—夾腳動作與划手撥水	
16	12/27	蛙式—夾腳動作與划手撥水	
17	01/03	分組接力比賽	
18	01/10	期末考試週	
修課應 注意事項	1.需自備泳衣（裝）、泳鏡及泳帽。 2.請假請依學校規定辦理： (1)曠課6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。 3.患有皮膚病及傳染病者，醫囑不宜下水者，請勿選入本課程。 4.女性生理期間亦需隨堂於池邊上課。		
教學設備	其它(浮板 蛙鞋 面鏡)		
教材課本			
參考書籍	1. 游泳教材教學與訓練 翁志成著 易利圖書 2006 游泳論 武育勇著 啟英文化 1998		
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	◆平時考成績：40.0 %    ◆期中考成績：        %    ◆期末考成績：        % ◆作業成績：            % ◆其他〈技能測驗〉：60.0 %		
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 首頁〈網址： <a href="http://www.acad.tku.edu.tw/index.asp/">http://www.acad.tku.edu.tw/index.asp/</a> 〉教務資訊「教學計畫 表管理系統」進入。 <b>※非法影印是違法的行為。請使用正版教科書，勿非法影印他人著作，以免觸法。</b>		