

淡江大學 99 學年度第 2 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育－游泳專長班	授課教師	陳瑞辰 Chen, Jui-chen
	HYSICAL EDUCATION - ADVANCED SWIMMING		
開課系級	體育興趣日 A	開課資料	必修 下學期 0學分
	TGUPB0A		
學 系(門) 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。			
學 生 基 本 能 力			
A. 養成終生規律運動習慣。 B. 提升健康體適能的能力。 C. 具備運動休閒及健康生活知能的能力。 D. 具備理解體育運動知識的能力。 E. 具備團隊合作精神。 F. 了解該項運動特殊性與技能。 G. 具備正確運動方法的能力。 H. 具備運動鑑賞的能力。 I. 促進和諧的人際關係。 J. 體驗自我超越樂趣。			
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、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	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	ABCDEFGHIJ

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	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	課堂講授、分組討論、參觀實習、比賽	出席率、報告、討論、測驗

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	100/02/14~100/02/20	校內運動環境、設施之介紹；校內體育活動現況之了解；體育課程修選注意事項	
2	100/02/21~100/02/27	健康體適能概念與內涵之介紹	
3	100/02/28~100/03/06	體適能檢測	
4	100/03/07~100/03/13	柔軟度認知與強化 (一)	
5	100/03/14~100/03/20	柔軟度認知與強化 (二)	
6	100/03/21~100/03/27	肌力、肌耐力認知與強化 (一)	

7	100/03/28~ 100/04/03	肌力、肌耐力認知與強化 (二)	
8	100/04/04~ 100/04/10	清明節放假	
9	100/04/11~ 100/04/17	心肺耐力認知與強化	
10	100/04/18~ 100/04/24	期中考試週	
11	100/04/25~ 100/05/01	水上活動安全概念與風險評估	
12	100/05/02~ 100/05/08	基本游泳能力檢測	
13	100/05/09~ 100/05/15	岸上救生概念與技能 (一)	
14	100/05/16~ 100/05/22	水中自救 (仰漂、水母漂、韻律呼吸與臨時浮具之製作) 概念與技術	
15	100/05/23~ 100/05/29	游泳技能教學 (一)	
16	100/05/30~ 100/06/05	游泳技能教學 (二)	
17	100/06/06~ 100/06/12	測驗	
18	100/06/13~ 100/06/19	期末考試週	
修課應 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) 2. 游泳訓練法(徐興泰-北體) 3. 游泳論 (武育勇-國編館)	
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： http://info.ais.tku.edu.tw/csp 或由教務處 首頁〈網址： http://www.acad.tku.edu.tw/index.asp/ 〉教務資訊「教學計畫 表管理系統」進入。 ※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。	