

南臺科技大學 107 學年度第 2 學期課程資訊

課程代碼	04D03605
課程中文名稱	體育生活(四)：游泳(E)
課程英文名稱	Physical Education(IV)：Swimming
學分數	1.0
必選修	管制必修
開課班級	四技醫電二甲 四技晶片二甲四技系統二甲四技系統二乙四技資傳二甲四技資傳二乙四技商設二甲四技動畫二甲工學跨領域二甲
任課教師	陳新福
上課教室(時間)	週三第 3 節() 週三第 4 節()
課程時數	2
實習時數	0
授課語言 1	華語
授課語言 2	
輔導考照 1	
輔導考照 2	
課程概述	四技二年級體育生活課程實施興趣選項 體育教育中心依學校場地 學生選課興趣項目決定開課項目
先修科目或預備能力	
課程學習目標與核心能力之對應	<p>※編號，中文課程學習目標，英文課程學習目標，對應系指標 -----</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.透過游泳運動的正確學習，了解水中安全的知識、態度與技能並提升個人體適能，--，1 建構健康生活 2.透過游泳運動技巧的提升，養成規律的終身運動習慣，--，2 永續健康照護 3.透過游泳運動舒緩身心壓力，培養快樂生活建立良好人際關係，--，3 休閒技能養成 4.從游泳運動競賽中培養運動家精神，以利發展健全的人格特質，--，4 尊重生命價值 5.經由游泳運動習慣中培養營造健康社區，養成與他人互動和發展友誼的能力，--，5 真誠關懷社會 6.經由欣賞游泳競賽，了解競賽規則培養與對藝術與美的欣賞能力，--，6 運動藝術欣賞 7.經由游泳運動競賽中，訓練個人的抗壓性與自制自律能力，進而培養勝不驕敗不餒的運動精神，--，7 優質情緒管理 8.透過游泳運動培養團隊紀律強化團隊合作精神，--，8 強化團體意識
中文課程大綱	以每一個開課單項敘述為主

英/日文課程大綱	Divided into individual interesting options
課程進度表	<p>第一週 準備週 本學期課程須注意事項規定、課程及進度介紹、評分標準</p> <p>第二週 蛙式 1.腿部動作教學</p> <p>第三週 蛙式 1.複習腿部動作 2.手部動作教學</p> <p>第四週 蛙式 1.複習手、腿部動作 2.手腳配合</p> <p>第五週 蛙式 1.複習手腳配合 2.手、頭配合</p> <p>第六週 蛙式 1. 手腳配合+換氣</p> <p>第七週 蛙式 1. 手腳配合+換氣</p> <p>第八週 期中考 蛙式</p> <p>第九週 期中考 學校學科考試</p> <p>第十週 蝶式 1.海豚式打水</p> <p>第十一週 蝶式 1 第.海豚式打水</p> <p>第十二週 蝶式 1.手部動作練習</p> <p>第十三週 蝶式 1.手、蝶腰配合</p> <p>第十四週 蝶式 1.手、蝶腰+換氣</p> <p>第十五週 簡易救生 1. 救生介紹 2.物援介紹</p> <p>第十六週 期末考 蝶式</p> <p>第十七週 期末考 體育學科考試</p> <p>第十八週 期末考</p>

	學校學科考試
教學方式與評量方法	<p>※課程學習目標，教學方式，評量方式</p> <p>-----</p> <p>透過游泳運動的正確學習，了解水中安全的知識、態度與技能並提升個人體適能，課堂講授，筆試</p> <p>透過游泳運動技巧的提升，養成規律的終身運動習慣，實作演練，實作</p> <p>透過游泳運動舒緩身心壓力，培養快樂生活建立良好人際關係，實作演練，實作</p> <p>從游泳運動競賽中培養運動家精神，以利發展健全的人格特質，實作演練，實作</p> <p>經由游泳運動習慣中培養營造健康社區，養成與他人互動和發展友誼的能力，實作演練，實作</p> <p>經由欣賞游泳競賽，了解競賽規則培養與對藝術與美的欣賞能力，實作演練，實作</p> <p>經由游泳運動競賽中，訓練個人的抗壓性與自制自律能力，進而培養勝不驕敗不餒的運動精神，實作演練，實作</p> <p>透過游泳運動培養團隊紀律強化團隊合作精神，實作演練，實作</p>
指定用書	<p>書名：</p> <p>作者：</p> <p>書局：</p> <p>年份：</p> <p>ISBN：</p> <p>版本：</p>
參考書籍	
教學軟體	
課程規範	