

# 100-1 大葉大學 完整版課綱

## 基本資訊

課程名稱	游泳d1	科目序號 / 代號	2177 / CDC3357
開課系所	共同教學中心	學制 / 班級	大學日間部8年4班
任課教師	林作慶	專兼任別	專任
必選修 / 學分數	選修 / 1	畢業班 / 非畢業班	畢業班
上課時段 / 地點	(一)78 / K309	授課語言別	中文

## 課程簡介

培養學生基本游泳能力(捷泳)

## 課程大綱

100公尺基本捷泳能力

## 基本能力或先修課程

基本游泳能力

## 課程與系所基本素養及核心能力之關連

-  基礎能力
- 專業能力
-  實踐能力
-  團隊合作
-  主動學習
- 創意創新
- 國際視野
- 專業倫理
- 領導管理
- 信心毅力
- 人文素養

## 教學計畫表

系所核心能力	權重(%) 【A】	檢核能力指標(績效指 標)	教學策略	評量方法及配分 權重	核心能力 學習成績 【B】	期末學習 成績 【C=B*A 】
--------	--------------	------------------	------	---------------	---------------------	---------------------------

基礎能力	20%	講述法	期中考: 20% 期末考: 40% 課程參與度: 40%	加總: 100	20
實踐能力	35%	講述法	期中考: 20% 期末考: 40% 課程參與度: 40%	加總: 100	35
團隊合作	15%	講述法	期中考: 20% 期末考: 40% 課程參與度: 40%	加總: 100	15
主動學習	30%	講述法	期中考: 20% 期末考: 40% 課程參與度: 40%	加總: 100	30

### 成績稽核

期末考: 40%

課程參與度: 40%

期中考: 20%

### 教科書(尊重智慧財產權，請用正版教科書，勿非法影印他人著作)

書名	作者	譯者	出版社	出版年
健康體適能的理論與實際	方進隆			0

### 參考教材及專業期刊導讀(尊重智慧財產權，請用正版教科書，勿非法影印他人著作)

書名	作者	譯者	出版社	出版年
健康體適能的理論與實際	方進隆			0
健康體適能的理論與實際				0

### 上課進度

週次	教學內容	分配時數(%)				
		講授	示範	習作	實驗	其他
1	課程介紹,上課規定及課程分組	100	0	0	0	0
2	游泳基礎水性練習	40	10	50	0	0
3	自由式基本動作一,蹬牆漂浮,足部打水	40	10	50	0	0
4	自由式基本動作二,足部打水,划手動作	40	10	50	0	0
5	自由式基本動作二,足部打水,划手動作	40	10	50	0	0
6	自由式基本動作三,轉身	40	10	50	0	0
7	自由式基本動作四,轉身,浮板划手	40	10	50	0	0
8	自由式基本動作五,轉身,浮板划手	40	10	50	0	0

9	期中測驗	0	0	100	0	0
10	游泳比賽規則介紹	100	0	0	0	0
11	自由式基本動作六,換氣動作	40	10	50	0	0
12	自由式基本動作七,換氣動作	40	10	50	0	0
13	自由式基本動作八,手腳配合動作	40	10	50	0	0
14	蛙式基本動作一,足部夾水	40	10	50	0	0
15	蛙式基本動作二,足部夾水	40	10	50	0	0
16	蛙式基本動作三,手部抓水	40	10	50	0	0
17	蛙式基本動作四,手腳配合換氣動作	40	10	50	0	0
18	期末測驗	0	0	100	0	0

---