

## 97-2 大葉大學 完整版課綱

基本資訊			
課程名稱	體育二下:游泳F2	科目序號 / 代號	2345 / CDC1438
開課系所	共同教學中心	學制 / 班級	大學日間部8年2班
任課教師	林衢良	專兼任別	兼任
必選修 / 學分數	必修 / 0	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(一)34 / K309	授課語言別	中文

### 課程簡介

培養學生基本游泳能力(蛙泳)

### 課程大綱

25公尺基本蛙泳能力

### 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

專業能力  
創意創新  
國際視野  
專業倫理  
領導管理  
信心毅力  
人文素養

### 成績稽核

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
----	----	----	-----	-----

無參考教科書

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
----	----	----	-----	-----

無參考教材及專業期刊導讀

上課進度		分配時數(%)				
週次	教學內容	講授	示範	習作	實驗	其他
1	準備週					
2	游泳測驗分組	15	25	30	10	20
3	適應水性、閉氣、韻律呼吸、漂浮	15	25	30	10	20
4	漂浮複習、水母漂、蹬牆漂浮、打水、姿勢調整	15	25	30	10	20
5	打水複習、水中摸地、蹬牆漂浮測驗	15	25	30	10	20
6	捷泳划手、水中平衡、游泳姿勢調整	15	25	30	10	20
7	面鏡排水與潛水	15	25	30	10	20
8	登山健行一	15	25	30	10	20
9	捷泳換氣、基本仰泳、仰漂	15	25	30	10	20
10	狗爬式測驗、岸上及水中救人、轉身	15	25	30	10	20
11	救生四式	15	25	30	10	20
12	救生四式	15	25	30	10	20
13	綜合練習	15	25	30	10	20
14	耐力練習	15	25	30	10	20
15	救生四式擇二測驗	15	25	30	10	20
16	登山健行二	15	25	30	10	20
17	40米測驗	15	25	30	10	20