

# 國立體育大學體育推廣學系

## 108 學年度第 3 次系課程委員會會議記錄

壹、時間：109 年 4 月 9 日(四)13：30

貳、地點：教學研究大樓 3 樓 316 室

參、主席：黃主任美瑤

紀錄：蕭佩華

肆、出席：如簽到表

伍、主席報告：無

陸、討論事項：

**提案一：**本系 108 學年第二學期運動專項指導-游泳、游泳(T 課程)課程安排調整案，請 討論。

說明：因應疫情措施，在游泳池無法使用的情況下，本系運動專項指導-游泳及游泳(T 課程)照常開課，但重新調整課程安排、授課方式、評量方式等(如附件 1)。

**決議：**照案通過。

**提案二：**本系 108 學年第二學期「因應遠距教學課程調整表」案，請討論。

說明：

一、依據教務處 3 月 31 日課程防疫相關配合事項會議報告，各系應預先做好各課程之遠距教學準備，並填寫「國立體育大學因應遠距教學課程調整表件」，當啟動停課措施時，能及時啟動遠距教學。

二、本系 108 學期各課程「因應遠距教學課程調整表件」如附件 2。

**決議：**因 zoom 存有資安風險，表件中填寫使用 zoom 教學者，改用 teams、google 等軟體。

**提案三：**109-1 學期本系授課時間表案，請 討論。

說明：供 108-1 學期本系課表參酌(如附件 3)，請老師們確認開課時間。

**決議：**為配合學校兼任教師提聘作業時間，課程有需要作微調之教師會後再請系秘做調整。

**提案四：**109 學年度本系課程總表修正案，請 討論。

說明：本系 108 學年度各學制課程總表酌參如附件 4，請討論是否提出修改。

**決議：**109 學年度課程總表四年制學士班二上新增「啦啦舞(1)」，二下新增「啦啦舞(2)」，以及四下新增「足球」。

柒、臨時動議：

一、爾後系上開課，如選課期間人數未達下限，課就停開。

二、這學期因疫情影響，教練或裁判講習紛紛停辦，影響學生畢業資格取得，擬提早調查推四學生是否還有類此問題之學生數，並規劃替代審查機制，如組成相關運動專業教師委員舉辦考試，審查學生是否具備取得 B 級或 C 級證照資格，以作為該生畢業證照審查之憑據。

三、學雜費未繳名單除知會系主任、行政秘書外，也應知會該生導師協助處理。

捌、散會：14：00

## 新冠狀病毒（COVID-19）調整上課說明

課程名稱：運動專項指導-游泳(2)/SP00542

課程調整原因：本校游泳池因新冠狀病毒（COVID-19）停止使用

授課及調整方式：

游泳可使用的授課大綱	在游泳池無法使用後的調整
第 1 週：課程介紹悶氣、韻律呼吸。	第 1 週：課程介紹悶氣、韻律呼吸。
第 2 週：仰泳打水、漂浮、仰飄。	第 2 週：水中站立、漂浮、仰飄、水母飄。
第 3 週：仰泳打水、登牆。	第 3 週：登牆、水中出發。
第 4 週：仰泳打水（伏、仰、側）。	第 4 週：跑步及姿勢調整練習
第 5 週：仰泳打水（伏、仰、側）。	第 5 週：跑步及姿勢調整練習
第 6 週：仰泳打水（伏、仰、側）。	第 6 週：跑步及姿勢調整練習
第 7 週：仰泳手部推、抓水。	第 7 週：跑步及姿勢調整練習
第 8 週：仰泳手部推、抓水。	第 8 週：跑步及姿勢調整練習
第 9 週：仰泳打水 50M 測驗、仰泳 手部推、抓水。	第 9 週：跑步及姿勢調整練習
第 10 週：仰泳整合動作。	第 10 週：跑步及姿勢調整練習
第 11 週：仰泳整合動作。	第 11 週：跑步及姿勢調整練習
第 12 週：仰泳換氣。	第 12 週：跑步及姿勢調整練習
第 13 週：仰泳換氣。	第 13 週：跑步及姿勢調整練習
第 14 週：仰泳完整動作練習。	第 14 週：跑步及姿勢調整練習
第 15 週：仰泳完整動作練習。	第 15 週：跑步及姿勢調整練習
第 16 週：仰泳完整動作練習。	第 16 週：跑步及姿勢調整練習
第 17 週：測驗。	第 17 週：測驗
第 18 週：測驗。	第 18 週：測驗

期末測驗：

游泳池可使用	游泳池無法使用
1. 捷泳 100 公尺	1. 1500 公尺跑步
2. 仰泳 50 公尺	2. 游泳常識測驗
3. 1000 公尺不限泳姿	

課程名稱：運動專項指導-游泳(4)/SP00544

課程調整原因：本校游泳池因新冠狀病毒（COVID-19）停止使用

授課及調整方式：

游泳可使用的授課大綱	在游泳池無法使用後的調整
第 1 週：課程介紹悶氣、韻律呼吸。 第 2 週：蛙泳踩水、。 第 3 週：蛙泳踩水、登牆。 第 4 週：蛙泳踩水（伏、仰）。 第 5 週：蛙泳踩水（伏、仰）。 第 6 週：蛙泳踩水（伏、仰）。 第 7 週：蛙泳手部推、抓水。 第 8 週：蛙泳手部推、抓水。 第 9 週：蛙泳踩水 50M 測驗、蛙泳 手部推、抓水。 第 10 週：蛙泳整合動作。 第 11 週：蛙泳整合動作。 第 12 週：蛙泳整合動作。 第 13 週：蛙泳整合動作。 第 14 週：蛙泳完整動作練習。 第 15 週：蛙泳完整動作練習。 第 16 週：蛙泳完整動作練習。 第 17 週：測驗。 第 18 週：測驗。	第 1 週：課程介紹悶氣、韻律呼吸。 第 2 週：水中站立、漂浮、仰飄、水 母飄。 第 3 週：登牆、水中出發。 第 4 週：跑步及姿勢調整練習 第 5 週：跑步及姿勢調整練習 第 6 週：跑步及姿勢調整練習 第 7 週：跑步及姿勢調整練習 第 8 週：跑步及姿勢調整練習 第 9 週：跑步及姿勢調整練習 第 10 週：跑步及姿勢調整練習 第 11 週：跑步及姿勢調整練習 第 12 週：跑步及姿勢調整練習 第 13 週：跑步及姿勢調整練習 第 14 週：跑步及姿勢調整練習 第 15 週：跑步及姿勢調整練習 第 16 週：跑步及姿勢調整練習 第 17 週：測驗 第 18 週：測驗

期末測驗：

游泳池可使用	游泳池無法使用
1. 捷泳 100 公尺 2. 仰泳 50 公尺 3. 蛙泳 100 公尺 4. 1500 公尺不限泳姿	1. 1500 公尺跑步 2. 游泳常識測驗

課程名稱：運動專項指導-游泳(6)/SP00546

課程調整原因：本校游泳池因新冠狀病毒（COVID-19）停止使用

授課及調整方式：

游泳可使用的授課大綱	在游泳池無法使用後的調整
第 1 週：課程介紹、能力分組。 第 2 週：捷、蛙泳練習。 第 3 週：腿部動作介紹及練習。 第 4 週：腿部動作練習。 第 5 週：運用浮板練習腿部動作。 第 6 週：蝶泳腿部動作推水練習。 第 7 週：蝶泳腿部動作推水練習。 第 8 週：蝶泳手部划水動作介紹。 第 9 週：蝶泳推水 50M 測驗。 第 10 週：蝶泳整合動作。 第 11 週：蝶泳整合動作。 第 12 週：蝶泳換氣及完整動作練習。 第 13 週：蝶泳換氣及完整動作練習。 第 14 週：蝶泳完整動作練習。 第 15 週：蝶泳完整動作練習。 第 16 週：蝶泳完整動作練習及轉身動作介紹。 第 17 週：測驗。 第 18 週：測驗。	第 1 週：課程介紹悶氣、韻律呼吸。 第 2 週：水中站立、漂浮、仰飄、水母飄。 第 3 週：登牆、水中出發。 第 4 週：跑步及姿勢調整練習 第 5 週：跑步及姿勢調整練習 第 6 週：跑步及姿勢調整練習 第 7 週：跑步及姿勢調整練習 第 8 週：跑步及姿勢調整練習 第 9 週：跑步及姿勢調整練習 第 10 週：跑步及姿勢調整練習 第 11 週：跑步及姿勢調整練習 第 12 週：跑步及姿勢調整練習 第 13 週：跑步及姿勢調整練習 第 14 週：跑步及姿勢調整練習 第 15 週：跑步及姿勢調整練習 第 16 週：跑步及姿勢調整練習 第 17 週：測驗 第 18 週：測驗

期末測驗：

游泳池可使用	游泳池無法使用
1. 捷泳 100 公尺 2. 仰泳 50 公尺 3. 蛙泳 100 公尺 4. 蝶泳 50 公尺 5. 1500 公尺不限泳姿	1. 1500 公尺跑步 2. 游泳常識測驗

## SPT0001-游泳課程進度表

週次	原上課內容	調整上課內容
1	課程內容介紹	課程內容介紹、基本體能訓練
2	適應水性、各項初級動作練習。	游泳影片教學、基本體能訓練。
3	蹬牆、水中出發、漂浮、划水動作。	初學基本動作影片(一)、伸展自主練習。
4	轉身動作介紹及練習。	初學基本動作影片(二)、伸展自主練習。
5	跳水出發練習。	初學基本動作影片(三)、核心自主練習。
6	捷式練習。	捷式影片教學(一)、動作解析、核心自主練習。
7	捷式練習。	捷式影片教學(二)、動作解析、核心自主練習。
8	蛙式練習。	蛙式影片教學(一)、動作解析、岸上打水。
9	蛙式練習。	蛙式影片教學(二)、動作解析、岸上打水。
10	期中考(捷式打水 500 公尺、蛙式夾水 500 公尺)。	捷式動作拍攝上傳(2 分鐘介紹)。
11	著衣自救、綜合練習。	救生影片教學(一)、動作解析、肌耐力自主練習。
12	著衣自救、綜合練習。	救生影片教學(二)、動作解析、肌耐力自主練習。
13	仰式、綜合練習。	仰式影片教學(一)、動作解析、核心及肌耐力自主練習。
14	蝶式、綜合練習。	仰式影片教學(二)、動作解析、核心及肌耐力自主練習。
15	浮潛三寶、綜合練習。	蝶式影片教學(一)、動作解析、核心測驗。
16	浮潛三寶、綜合練習。	蝶式影片教學(一)、動作解析、核心測驗。
17	期末考(捷式 100 公尺、蛙式 100 公尺)。	打水測驗看自錄影片繳交)。
18	補考。	捷式、蛙式測驗(自錄影片繳交)。