

海洋教育創新課程與教學研發基地 課程模組

(一) 基本資料

課程模組名稱 (總標題)	衝出北海岸	設計者姓名	江柏衡	
適用年級	<input type="checkbox"/> 國小低年級 <input type="checkbox"/> 國小中年級 <input type="checkbox"/> 國小高年級 <input checked="" type="checkbox"/> 國中一年級 <input type="checkbox"/> 國中二年級 <input type="checkbox"/> 國中三年級 <input type="checkbox"/> 高中組	融入領域 (或科目)	健體	

(二) 課程模組概述

課程模組名稱	衝出北海岸			
實施年級	7年級	節數	共 2 節， 90 分鐘。	
課程類型	<input checked="" type="checkbox"/> 議題融入式課程 <input checked="" type="checkbox"/> 議題主題式課程 <input type="checkbox"/> 議題特色課程	課程實施時間	<input checked="" type="checkbox"/> 領域/科目： <u>健體-體育</u> <input type="checkbox"/> 校訂必修/選修 <input checked="" type="checkbox"/> 彈性學習課程： <u>海洋芝心</u>	
課程設計理念	融入本校核心價值「尊重、活力、創新」，並結合社區環境、藝術人文等資源設計課程，搭配讓學生實作、分組合作之教學方式，培養學生成為「跨育樂學芝優人」。			
總綱核心素養	A1 身心素質與自我精進、C1 道德實踐與公民意識			
與課程綱要的對應				
領域/學習重點	核心素養	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。	海洋教育議題	海 A1 能從海洋探索與休閒中，建立合宜的人生觀，探尋生命意義，並不斷精進，追求至善。 海 C1 能從海洋精神之宏觀、冒險、不畏艱難中，實踐道德的素養，主動關注海洋公共議題，參與海洋的社會活動，關懷自然生態與永續發展。
	學習	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。	學習主	海洋休閒、海洋資源與永續。

表現	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	題	
學習內容	Cc-IV-1 水域休閒運動綜合應用。 Fa-IV-1 自我認同與自我實現。 Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	實質內涵	海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。 海 J18 探討人類活動對海洋生態的影響。
學習目標	可從海洋休閒親海行為；探究海洋生態資源的知海素養，思考提升學生海洋教育素養之目標。		
教學資源	軟式健身平衡板、排球、網球、電腦設備、木板、衝浪板。		

課程模組課程設計

課程主題名稱：衝出北海岸		
學習活動	時間	備註（評量方式）
活動一（海洋休閒活動）： （請自行設計活動內容）		
一、引起動機		
（一）提問海洋休閒活動有哪些，請舉例五種？請各組發表（分成 6 組）。	15'	小組發表
（二）播放衝浪影片 （ https://www.youtube.com/watch?v=Skb7MMcxhAE ），與學生討論。	8'	
二、教學準備/發展活動		
衝浪替代方案體驗 1：分組體驗（軟式健身平衡板+木板），學生站在木板上（木板下墊軟式平衡板）30 秒。	15'	實作評量
三、總結活動		
（一）請學生示範，並發表心得。	3'	實作與發表
（二）教師歸納衝浪動作與重點。	4'	
活動二（衝浪高手 2）： （請自行設計活動內容）		
一、引起動機		
（一）提問如何增進身體平衡感？	2'	
（二）練習單腳站立（張眼、閉眼）。	3'	
二、教學準備/發展活動		
（一）衝浪替代方案體驗 2：平衡練習（軟式健身平衡板+木板+排球），學生站在木板上（木板下墊軟式平衡板）30 秒，1 學生丟球給站在木板上學生，可丟上下左右。	15'	實作評量
（二）衝浪替代方案體驗 3：平衡練習（軟式健身平衡板+木板+網球）將所接物品縮小，提高動作難度，學生站在木板上（木板下墊軟式平衡板）30 秒，1 學生丟球給站在木板上學生，可丟上下左右。	15'	實作評量
三、總結活動		
（一）請學生示範，並發表心得。	5'	實作與發表
（二）提問有關海洋休閒活動與環境的衝擊，學生分組發表。	5'	分組發表
教學實踐、省思與建議		

<p>課程模組實踐情形與成果</p>	<p>執行成果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師提問，各組能表分享。 2. 學生能完成教師指定動作。 3. 學生對於衝浪能有基本概念。 <p>教學實踐遇到之狀況：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 少部分學生無法維持平衡(可降低難度)。
<p>課程模組省思與建議</p>	<p>教學省思：</p> <p>學生大部分覺得新奇，並喜歡實作體驗，若能有實地體驗，效果會更棒。</p> <p>未來修正意見：</p> <p>可配合其他專案計畫，利用假期，至鄰近海岸由專業教練指導衝浪動作，並做實際體驗。</p>

附錄





衝浪 surfing

衝浪是近年來風靡全臺最紅的水上運動，是藉由衝浪板挑戰大海浪潮的水上運動，在海上乘風破浪的魅力吸引越來越多人參與。衝浪的基本技術，分為划水、越浪、追浪、起乘。然而對初學者而言，在準備衝浪前，最重要的必須充分了解該海域的四周環境，若在完全不了解該海域的情況下衝浪，是相當危險的。由於衝浪技術變化多端，要隨著海浪調整自己技術，所以一定要找合格的教練與安全的海域進行，才可以快快樂樂地享受衝浪的樂趣，安全地乘風破浪。

衝浪 短板、長板、槍板

- <https://www.youtube.com/watch?v=nFQIGfQIVms> 1min

