

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)	長揚海濱-划板悠游長濱灣		設計者姓名	吳偉競 譚凱聰
適用年級	<input type="checkbox"/> 國小低年級 <input type="checkbox"/> 國小中年級 <input checked="" type="checkbox"/> 國小高年級 <input checked="" type="checkbox"/> 國中一年級 <input checked="" type="checkbox"/> 國中二年級 <input checked="" type="checkbox"/> 國中三年級		融入領域 (或科目)	健體領域
與聯合國永續 發展目標 (SDGs)之連結	目標 14.海洋生態			

(二) 課程模組概述

課程模組名稱	長揚海濱-划板悠游長濱灣		
實施年級	國小高年級、國中	節數	共 <u>180</u> 分鐘。
課程類型 ¹	<input 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 type="checkbox"/> 領域/科目：_____ <input checked="" type="checkbox"/> 校訂必修/選修 <input type="checkbox"/> 彈性學習課程/時間 <input type="checkbox"/> 其它：
課程設計理念	以 SUP 為水域活動體驗工具，讓學生能利用 SUP 進行水域休閒活動體驗，並能分享體驗感受，建立自己的水域休閒活動價值觀。		
學習目標	1. 學生能提出對於 SUP 運動的看法與學習的目的。 2. 學生能操控 SUP 進行水域休閒活動體驗。 3. 學生能分享 SUP 學習過程心得。		
教學資源	教材教具：SUP 槳板、救生衣、各式救生浮具。 實施場域：游泳池或平靜水域。 師生比須符合游泳池管理規範：學生與教師比例為十五比一。		
總綱核心素養 ²	A1 身心素質與自我精進		
與課程綱要對應之各領域學習重點			
核心素養	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 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。		
學習表現	健體 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 健體 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。		
學習內容	健體 Cc-III-1 水域休閒運動進階技能。		

	健體 Cc-IV-1 水域休閒運動綜合應用。
與課程綱要對應之海洋教育議題	
核心素養	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。
學習表現	海洋休閒
實質內涵	海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。 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。

(三) 課程模組課程設計

課程主題名稱：長揚海濱-划板悠游長濱灣	
學習活動	備註（教學場域、教學資源、學習效果評量方式）
<p>活動一：覺察問題、解析問題、澄清觀念（45 分鐘）</p> <p>1. 學習重點： 學生能觀察並感受使用不同方式進行水域活動的差異，並提出 SUP 使用上的優勢。</p> <p>2. 提問： 水域活動為何需要這些浮具？SUP 有哪些優缺點？為何 SUP 運動這麼熱門？</p> <p>3. 學習活動： (1) 學生穿著救生衣下水適應水溫並慢速游一段距離，教師同步操作 SUP。 (2) 互動提問：為何需要穿著救生衣？游泳與使用 SUP 有何差異？能利用 SUP 進行那些游泳辦不到的事？</p> <p>活動二：建立準則、實踐主張（90 分鐘）</p> <p>1. 學習重點： 學生能使用徒手划、跪姿划槳、站立划槳進行 SUP 水域休閒運動。</p> <p>2. 提問： 沒有槳該如何前進？跪姿划槳與站立划槳的差別？你喜歡哪一種前進方式？</p> <p>3. 學習活動：</p>	<p>學習效果評量方式：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 可讓學生盡量多使用救生衣等各式浮具，讓學生感受、觀察不同浮具的差異。 2. 鼓勵讓學生自由發想，教師須包容各種不同的觀點，但最後必須引導到 SUP 的特點上。 <p>學習效果評量方式：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 技巧學習在體驗後會有更強烈的需求，先給予較自由的操作空間與嘗試，中間穿插休息並指導操作技巧。 2. 救生衣全程皆需穿戴，才能給予學生更自由的操作空間。 <p>分組依空間與 SUP 數量決定，2 人一組可交替休息。</p>

(1) 分組進行徒手划：徒手划、水中復位與爬上槳板教學。

(2) 分組進行跪姿划槳：划轉跪姿划槳、船槳使用教學。

(3) 分組進行站立划槳：跪姿轉站立划槳、船槳使用教學。

技術影片參考：

<https://www.youtube.com/watch?v=HY1Q2cjlxvc>

活動三：反思歷程（45 分鐘）

1. 學習重點：

學生能分享自己的學習經驗與感受。

2. 提問：

今天印象最深刻的畫面是什麼？今天 SUP 體驗的感受是什麼？未來還想要再多一些 SUP 體驗嗎？

3. 學習活動：

(1) 進行 ORID 焦點討論，讓學生分享印象最深刻的畫面與內心的感受，進而延伸未來的行動規劃。

分組提出下一階段課程各組想要學習深化的內容與操作方式。

學習效果評量方式：

1. 全班圍成一圈進行分享，以簡單的辭彙分享印象最深刻畫面與感受即可。鼓勵的氛圍是最大的重點。

2. 將 SUP 的分組兩組合併為一組進行討論，可在岸上或水中圍成一圈，進行小組討論，增加趣味性的同時，小組仍必須有建設性的結論。

3. 教師須考量學生屬性與場地等條件，調整分享討論的順序與流暢性，但須以每位學生皆有簡短表達，並接受全班鼓勵為原則。

教學實踐、省思與建議

課程模組實踐情形與成果

執行成果：

1. 帶領學區國小師生進行 SUP 體驗課程，共完成 2 個場次、30 人次。
2. 教導學生穿戴救生衣與安全裝備的方式，以及在水中如何保持冷靜、放鬆，可以有效前進或漂浮等待救援。
3. 教導學生體驗 SUP 立槳，有效利用 SUP 浮具的特性，練習划槳並保持平衡。
4. 學生能透過 ORID 焦點討論法，分享自己的觀察與感受。
5. 學生能依自己不同的程度，完成稍有挑戰性的任務，給予不同學生不同的學習目標。

教學實踐遇到之狀況：

1. 天候狀況會影響課程執行的流暢性，當天遇到風大，SUP 操作對於初學者相當困難，以至原本的課程設計較難執行。所以現場對於風浪狀況的掌握需更精準，且應有對於不同風浪狀況的應變課程設計。

	<ol style="list-style-type: none"> 學生的狀況與程度差異較大，會影響課程進行的節奏，適度的同質性或異質性分組是可以嘗試的策略。教學上穿插 5-10 分鐘的自由活動時間，可以彈性協助需要幫忙的學生。 分享的過程，因為學生較不熟悉，且考量課程的節奏，重點放在觀察與感受的分享，讓學生能簡單自然的進行分享討論。
<p>課程模組 省思與建議</p>	<p>教學省思：</p> <ol style="list-style-type: none"> SUP 課程在傳統教學模式上屬於技術性的海洋休閒課程，但在普及推廣的水域自救與各領域、議題的結合下，SUP 課程可以發展的空間就能相當多元。從自然領域的浮力、作用力與反作用力，地理與地球科學的海岸線特性、風向、氣候與沿岸流，藝術課程的網美照攝影取景、分組寫生繪畫，語文領域的新詩創作，並能融入生命教育、戶外教育等不同的議題。課程設計的老師可以針對自己的專長，設計屬於自己的海洋特色課程。讓課程充滿無限的發展與可能性。 課程進行前，一般都需要多了解學生的狀況與特質，例如游泳能力的好壞，身體是否有特殊疾病？是否會很怕水？好讓教學的教師能有應對措施。但有些時候模糊的描述與刻板印象，反而會限制了學生的可能性。所以在課程進行前，適度的了解學生狀況固然重要，但在課程操作時，能更公正並客觀的依現場的氣氛與狀況，給予學生應有的回饋與指導，反而更容易讓學生走出舒適圈，給自己多一些挑戰與機會。 <p>未來修正意見：</p> <ol style="list-style-type: none"> 未來課程設計的方向，會針對不同程度的學生，提供不同程度的海洋體驗課程，讓學生有更多元的選擇。可以在同一堂課中，依自己的程度完成屬於自己的學習。 希望能在組內共學與組間互學的操作能更完整的設計。從小組的合作分享，擴展成組間任務的發表與呈現。讓分組合作學習能在海洋休閒體驗課程中發揮更大的效用。

附錄

2022.10.05 三間國小 SUP 體驗課程、公開演示照片



介紹 SUP 裝備、使用方式

岸際演示：划槳及上板方法說明、學生上板體驗



遊戲式情境：將幾塊 SUP 板以繩子相連，變成跑道，讓學生嘗試跑過。透過水上遊戲讓學生熟悉水域、增加安全感也練習平衡，更親近水域活動。



海上圍圈分享：海上引領孩子們牽手圍圈，適應水域、增加安全感的同時，每人簡短分享自己的活動心得；幾句心得講完，周遭同學鼓掌肯定；增進彼此分享、討論的氛圍，引導孩子們表達自我感受與想法，與同儕間互相接納。