

新北市海洋教育教學活動設計			
主題名稱	海洋小勇士-海洋水域運動	設計者	黃家裕
實施年級/學期	六年級上學期	單元實施時間	40 分鐘
實施類別	<input type="checkbox"/> 連結單一領域 <input checked="" type="checkbox"/> 跨領域連結	單元連結領域	健體、綜合
議題學習主題	<input checked="" type="checkbox"/> 海洋休閒 <input checked="" type="checkbox"/> 海洋社會 <input type="checkbox"/> 海洋文化 <input type="checkbox"/> 海洋科學與技術 <input type="checkbox"/> 海洋資源與永續		
設計理念	<p>一、學生知識層面：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生水域運動經驗多侷限在泳池，具海洋水域運動經驗者比例不高。且常會以泳池運動能力與經驗去評估自我參加海洋水域運動的表現。 2. 學生多學過教育部水域運動救溺五步及防溺十招等防溺注意事項，惟對於海洋水域運動安全注意事項知識普遍不足。 3. 希望透過本課程讓學生瞭解新北市海洋水域運動內涵及樂趣，進而提升實地學習與體驗海洋水域運動的興趣。 <p>二、教材層面：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生於四年級國語-海洋世界、四年級健體課程-親水遊戲單元及四年級綜合-家族休閒總動員雖有關於水域運動內容，但對海洋水域運動相關教材未曾接觸，建議老師可運用本課程，從學生體驗過的水域運動帶入。 2. 運用自編水域運動教材及有趣的問答比賽，讓學生逐步認識新北市的水域運動項目，並體認到水域安全的重要。 		
議題實質內涵	<p>海E1 喜歡親水活動，重視水域安全。</p> <p>海E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。</p> <p>海E3 具備從事多元水域休閒活動的知識與技能。</p> <p>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。</p> <p>健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。</p> <p>健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。</p> <p>綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。</p>		
學習重點	學習內容	<p>健體領域</p> <p>Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。</p> <p>Cc-III-1 水域休閒運動進階技能。</p> <p>Gb-III-1 水中自救方法、仰漂 15 秒。</p> <p>綜合領域</p> <p>Ca-III-2 辨識環境潛藏危機的方法。</p> <p>Ca-III-3 化解危機的資源或策略。</p>	

	學習表現	健體領域 1c-Ⅲ-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1c-Ⅲ-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-Ⅲ-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 4d-Ⅲ-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。 綜合領域 3a-Ⅲ-1 辨識周遭環境的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危機。 3d-Ⅲ-1 實踐環境友善行動，珍惜生態資源與環境。		
主題學習目標		1. 瞭解新北市常見海洋水域運動的項目及裝備。(第一節、第二節) 2. 瞭解海洋水域運動的危險及安全規範。(第二節) 3. 學會如何預防海洋水域運動危險及自救技能。(第二節、第三節) 4. 能遵守海洋水域運動安全規範。(第三節)		
活動介紹	第一節	瞭解海洋水域運動的特色與內涵		
	第二節	本節		
	第三節	帶學生實際體驗海洋水域運動(約需安排至少半天時間)		
教學資源		1. 自製新北市海洋水域運動簡報。 2. 自製水域運動小學堂比賽簡報。 3. 網路資源。		
學習活動流程				
學習活動			時間分配	評量方式
學生課前準備 請學生上網查閱教育部水域運動救溺五步與防溺水十招。 一、導入-引起動機-活動一：人人都愛「水」 1. 向學生提問 (1) 曾經從事的海洋水域運動。 (2) 曾經使用過的裝備。 (3) 曾經遭遇過的危險或難忘的經驗，當時如何解決危險。 2. 介紹常見新北市海洋水域運動及展示安全裝備 (1)海泳、浮潛、獨木舟、衝浪、風浪板、立槳 (2)浮潛三寶(面鏡、蛙鞋、呼吸管)、防寒衣、防滑鞋、手套、救生衣、救生圈、魚雷浮標、拋繩袋 教學重點說明： 本段教學重點在讓學生了解新北市常見的海洋水域運動項目及裝備。 二、開展-發展活動-活動二：安全玩水去 1. 老師引導學生分組討論：如何提高海洋水域運動安全性 (1) 海洋水域運動常見的危險。			5 分鐘 7 分鐘	參與討論 口頭發表 參與活動
			10 分鐘	參與活動

<p>i. 發給學生學習單，並引導學生可從個人、設備、地點、環境及其他等面向思考。</p> <p>(2) 依討論結果，進一步探討如何預防危險及自救，自己能採取什麼行動？</p> <p>2. 請學生(分組)發表，其他組至少須提出一個問題，共同討論。</p> <p>3. 老師彙整歸納學生看法，並加以補充。</p>	<p>8 分鐘</p> <p>3 分鐘</p>	<p>口頭發表</p> <p>參與討論</p>
<p>教學重點說明：</p> <p>本段教學重點在藉由讓學生瞭解海洋水域運動常見的危險、防溺救溺方法，並透過分組討論，讓學生瞭解海洋水域自救技能。</p> <p>三、挑戰-綜合活動-活動三：水域運動小學堂</p> <p>1. 水域運動小學堂九宮格連線比賽:透過有趣的比賽以評量學習成效</p> <p>(1) 問答比賽：分組進行水域運動小學堂問答比賽。</p> <p>(2) 老師彙整學生答題情形，加以補充說明</p> <p>四、總結-</p> <p>老師統整上課內容再加以總結，鼓勵學生實際體驗水域運動，並具體落實安全規範。</p> <p>教學重點說明：</p> <p>1. 有趣的遊戲，可提升學生學習興趣及並將所學應用於實際情境，若時間不足，可移至下節課。</p> <p>2. 老師應多鼓勵學生，唯有實際體驗海洋運動，才能獲得最真確的了解。</p> <p>回家作業/課後延伸</p> <p>2. 結合自然領域，引導學生思考海洋水域運動對環境生態影響情形。</p> <p>3. 結合健體課程或校外教學，辦理水域體驗活動，藉由實際的體驗，提升學生水域救生技能與學習興趣。</p> <p>4. 結合相關領域，請學生依據自身經驗或感想，完成一件作品(作文、圖畫……)。</p> <p>5. 結合學校活動或集會，請學生向其他孩子，進行一場水域安全宣導。</p> <p>教學重點說明：</p> <p>1. 讓學生從知海、愛海、親海，擴及到對週遭環境的整體關懷。</p> <p>2. 讓老師了解，海洋教育可以不同方式融入各領域，以提高實施意願。</p>	<p>7 分鐘</p> <p>3 分鐘</p>	<p>參與討論</p> <p>參與活動</p>
<p>延伸教學／補充資源</p>		
<p>1. 教育部學生水域運動安全網。 http://www.sports.url.tw/home/水安宣導。</p> <p>2. 水域安全宣導 http://budget.sa.uch.edu.tw/sao/sport/water.htm</p> <p>3. 開放式水域游泳注意事項</p>		

<http://www.swimdodo.com/open-water-swimming-beginner/>。

4. 新北市永續環境教育中心網站-海洋教育

<https://w3.sdec.ntpc.edu.tw/files/11-1000-97.php?Lang=zh-tw>。

5. 十二年國民教育海洋教育議題融入各領域，臺灣教育評論月刊：2018，7（10），頁 08-16。

6. 水域安全教育概念與內涵融入中小學海洋教育課程綱要之探討，國家教育研究院教育脈動電子期刊：2018 年 03 月，第 13 期。

7. 新北市政府 107-110 學年度海洋教育發展計畫。

新北市常見海洋水域運動



海泳(戲水)



浮潛



獨木舟



衝浪



風浪板



立槳

常見海洋水域運動安全裝備



浮潛三寶
(面鏡、呼吸管、蛙鞋)



防滑鞋



救生衣



拋繩袋



救生圈



防寒衣

夏日消暑 戲水域 五步 十招別忘記

救溺五步

叫叫伸拋划 救溺先自保

叫



大聲呼救

叫



呼叫

119、118、110、112

伸



利用延伸物

竹竿、樹枝等

拋



拋送漂浮物

球、繩、瓶等

划



利用大型浮具

划過去

船、浮木、救生圈、
救生浮標、保麗龍等

防溺水十招



戲水地點需合法，
要有救生設備與人員



避免做出危險行為，
不要跳水



湖泊溪流落差變化大，
戲水游泳格外小心



不要落單，隨時注意
同伴狀況位置



下水前先暖身，不可
穿著牛仔褲下水



不可在水中嬉鬧惡
作劇



身體疲累狀況不佳，
不要戲水游泳



不要長時間浸泡在
水中，小心失溫



注意氣象報告，現場
氣候不佳不要戲水



加強游泳漂浮技巧，
不幸落水保持冷靜放鬆

全國中、小學學生游泳與自救能力基本指標



第1級
(海馬)

游泳能力
→ 在水中拾物2次
→ 蹬牆漂浮3公尺
後站立

自救能力
→ 站立韻律呼吸20次
→ 水母漂10秒



第3級
(海龜)

游泳能力
→ 游泳前進25公尺
(換氣5次以上)

自救能力
→ 水母漂30秒，
每10秒換氣1次
→ 仰漂30秒



第2級
(水獺)

游泳能力
→ 打水前進10公尺
→ 游泳前進15公尺
(換氣3次以上)

自救能力
→ 浮具漂浮60秒
→ 水母漂20秒(可換氣)
→ 仰漂15秒



第4級
(海豚)

游泳能力
→ 仰、蛙、蝶、捷
任選一式完成50
公尺

自救能力
→ 立泳30秒
→ 仰漂60秒



第5級
(旗魚)

游泳能力
→ 持續游泳100公
尺

自救能力
→ 立泳60秒
→ 仰漂120秒

小朋友～學會正確的泳技與救生觀念
旱鴨子也能變海豚喔～



教育部 關心您

凡通過各級標準即可由學校核發檢測合格證明

新北市海洋教育市級課程
六上海洋小勇士-海洋水域運動討論題綱

一、從事海洋水域運動之前，應先瞭解海洋水域運動常見的危險，才能避免危險的發生，請大家討論，海洋水域運動可能發生的危險有哪些？

(一). 個人因素(身體狀況、疾病、應有技能、陪同人員、教練、救生員是否在場)：



(二). 設備因素(裝備是否合格、齊全、穿戴正確)：

(三). 地點因素(是否合法或安全、海域狀況)：

(四). 自然環境因素(如下水時間、季節、天氣、陽光、潮汐、岸上(邊)、海中生物)：

(五). 其他因素(想一想有無其他原因)：



二、瞭解了海洋常見的危險後，請大家一起討論， 該如何預防危險或危險發生時如何自救？

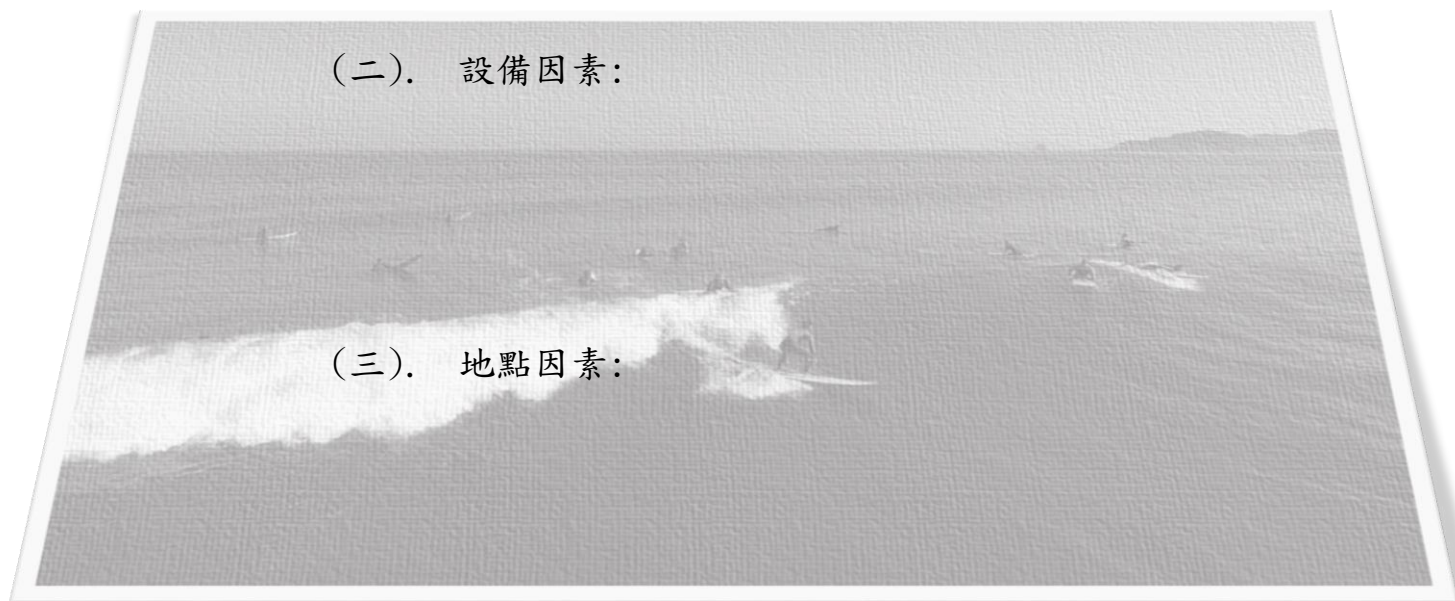
(一). 個人因素：

(二). 設備因素：

(三). 地點因素：

(四). 環境因素：

(五). 其他因素：



成果照片



說明：導入-海洋水域運動裝備介紹



說明：進行海洋水域運動項目與設備賓果遊戲



說明：教師行間巡視



說明：海洋水域運動可能危險因素討論



說明：小組發表因應危險與自救策略



說明：議課會議