

臺中市葳格高級中學 110 學年度第二學期 體育科 學習成果說明書

學 期	110-2	年 級	一	適用班級	普一/職一	
對應單元	水上安全					
說 明	主 題 名 稱	樂游有方		活動時間		
	議 題 連 結	海洋教育		教學對象	高中職一年級	
	對 應 核 心 素 養	A 自主行動	A2 系統思考與 決問題		教學人數	107
		B 溝通互動	B1 符號運用與溝 通表達		設 計 者	魏鈺庭
		C 社會參與	C1 道德實踐與公 民意識			
	對 應 學 群					
	搭 配 課 程 說 明 與 設 計 理 念	透過水域休閒運動(如游泳、衝浪、浮潛、獨木舟、溯溪)，參與促進對臺灣海洋、山河等環境的了解，以達到提升健康體適能、紓解各種壓力、滿足高層次心理需求，讓學生瞭解當在戲水過程中，身體機制可能產生的生理變化，並做出因應之道以獲得戲水安全之目標。				
學 習 目 標	一、 了解發現溺水者的救生原則 二、 能動手利用周邊器材藉物救援及徒手救援 三、 能正確操作各種自救與救生技巧					

學習歷程成果目標

一、評量項目

1.技能：岸上救援法、水中救溺法、水中起岸與搬運、意外落水自救與仰漂60秒。

2.認知：寫出救溺五步驟及救生三原則。

二、製作簡報

分析國內外水域意外事件之發生原因與應變機制。