

# 臺北市立瑠公國民中學 111 學年度第 1 學期

## 教學計劃單

### 七八 年級 聯課-人魚游泳

授課教師：李芸瑛

授課班級：人魚游泳

授課時數：1

<b>課程 目標</b>	<b>成為人魚海洋大使：</b> 推廣人魚運動與心存海洋、減塑環保愛地球！海洋環境保育成果展 <b>訓練體適能：</b> 健康體適能（心肺/肌力/柔軟度）與運動體適能（敏捷度/平衡感/協調性）、 潛行游動能力培養（以上為室內運動是情況改為泳池） <b>生理素質：</b> 環保認知、水域安全教育、水感與水性培養等
<b>課程 內容</b>	第一堂：人魚室內課（學科理論與安全限制與規範） 人魚裝備（介紹與使用教學） 室內體適能訓練 第二堂~三堂：影片欣賞 1. 人魚影片（人魚伸展教學、人魚式、人魚漂浮、水中轉身） 2. 減塑、環保紀錄片 第四堂~七堂：減塑環保手工 DIY、環境保育桌遊 第八堂~十堂：人魚海洋保育劇場分組表演 （演講、編劇、排練、海洋保育宣導） 第十一堂~十五堂：人魚海洋保育劇場分組表演 （演講、編劇、排練、海洋保育宣導） 第十六堂~十七堂：成果發表
<b>活動方式</b>	* 教師講述      * 實作活動      * 影片賞析
<b>評量方式</b>	* 課堂參與      * 作品成績      * 學習態度
<b>課堂要求</b>	* 擁有良好學習態度 * 教師講述時安靜聽講 * 活動認真參與 * 作業準時自主完成
<b>家長協助 事項</b>	◎請孩子於課前準備好應帶之資料等上課用品。 ◎請孩子遵守上課秩序，課程進行時投入參與學習。 ◎請提醒孩子團隊合作的重要性。 ◎請提醒孩子作業務必親自完成，不經他人之手。