美和科技大學

運動與休閒管理系

課程規範

課程名稱：

水域活動指導與實務

中華民國 115 年 8 月制定

1. 課程基本資料：

科目名稱	中文	水域活動指導與實務	
	英文	Water Areas Activity	
適用學制	四技	必選修	必修
適用部別	日間部	學分數	3
適用系科別	運動與休閒管理系	學期/學年	一學期
適用年級/班級	二年級	先修科目或先備能力	無

2. 運動與休閒管理系目標培育人才

依據 UCAN 系統，本系以培育「**專業職能**」為目標。

	就業途徑	職能
專業職能	休閒遊憩管理	分析各休閒場所經營管理策略，決定管理方式、產品需求與潛在客層。(1)
	休閒遊憩管理	分析各休閒場所之特點與客戶需求，執行休閒活動企劃。(2)
	休閒遊憩管理	執行導覽解說，提供客戶良好的旅遊經驗。(3)
	休閒遊憩管理	檢視及執行已確認的個別及團體遊客入場流程。(4)
	休閒遊憩管理	發覺各個休閒場地的安全問題並確認維護方式，以執行適當的安全維護措施。(5)

3. 課程對應之 UCAN 職能

職能 / 課程	專業職能 M	專業職能 A
水域活動指導與實務	分析各休閒場所經營管理策略，決定管理方式、產品需求與潛在客層。	分析各休閒場所之特點與客戶需求，執行休閒活動企劃。

註：M 表示課程內容須教授之「**主要**」相關職能　A 表示課程內容須教授之「**次要**」相關職能

4. 教學目標

本課程可以達到以下目標：

(1)安全意識培養：

內化防溺十招與救溺五步（叫、叫、伸、拋、划）等自救與救人技能。

(2)專業技術熟練：

掌握獨木舟、SUP 立式划槳、浮潛、風浪板等多元水域工具的操作技巧。

(3)指導引導職能：

學習動作示範、分段教學法，具備操作修正與活動帶領的指導實務。

(4)風險控管知能：

熟悉天氣評估、水域法律規範及突發事件應變流程。

5. 課程描述

5.1 課程說明

(1)水域安全與急救：包含水上安全知識、防溺常識、心肺復甦術（CPR）與 AED 操作及救溺五步（叫、叫、伸、拋、划）。

(2) 水域活動法規與規劃：認識台灣水域活動發展現況、相關法令制度（如《水域遊憩活動管理辦法》）及活動場域風險評估。

(3)游泳與基本救生：涵蓋基礎游泳四式教學技巧、水中自救與水上救生器材操作。

(4)休閒水域運動實務：教授熱門水上活動之裝備使用與指導技巧，

如浮潛、獨木舟及立式划槳（SUP）等。

5.2 課程綱要

本課程規劃內容綱要及課程設計養成之職能：(請說明 18 週課程)

週次	課程內容規劃	課程設計養成之職能	時數
1	課程介紹說明、水域活動發展概況、水域遊憩活動管理辦法、相關證照及安全管理。	M(1)A(2)	3
2	水域活動發展概況、水域遊憩活動管理辦法、相關證照及安全管理、安全守則。	M(1)A(3)	3
3	浮潛活動概況、基本常識、安全守則、裝備說明及實務操作。	M(1)A(2)	3
4	浮潛活動概況、基本常識、安全守則、裝備說明及實務操作。	M(1)A(2)	3
5	休閒獨木舟活動簡介及基本常識、水上救生、實務操作。	M(1)A(2)	3
6	休閒獨木舟活動簡介及基本常識、水上救生、實務操作。	M(1)A(2)	3
7	SUP 板活動、衝浪概況、安全規則、裝備說明與操作技巧、實務操作。	M(1)A(2)	3
8	SUP 板活動、衝浪概況、安全規則、裝備說明與操作技巧、實務操作。	M(1)A(2)	3
9	期中測驗術科 一、獨木舟槳法（前槳、後槳、掃槳）、翻船復位與水上互救實作。 二、SUP 裝備充氣與洩氣維護、跪姿與站姿划行、平衡與轉向技巧。	M(1)A(2)	3
10	浮潛三寶（面鏡、呼吸管、蛙鞋）裝備認識、排水呼吸技巧、海洋生態保育觀念。	M(1)A(2)	3
11	浮潛活動實務操作。	M(1)A(2)	3
12	浮潛活動實務操作。	M(1)A(2)	3
13	水域遊憩活動遊程規劃、帶隊指導口訣與示範分解、學員突發身心狀況處置。	M(1)A(2)	3
14	水域遊憩活動遊程規劃、帶隊指導口訣與示範分解、學員突發身心狀況處置。	M(1)A(2)	3
15	開放水域（如合格合法之海域、湖泊或溪	M(1)A(2)	3

週次	課程內容規劃	課程設計養成之職能	時數
	流）教學演練、綜合情境模擬。		
16	開放水域（如合格合法之海域、湖泊或溪流）教學演練、綜合情境模擬。	M(1)A(2)	3
17	整合性指導教學實作（分組進行微型教學展示)、教學反思與回饋。	M(1)A(2)	3
18	整合性指導教學實作（分組進行微型教學展示)、教學反思與回饋。	M(1)A(1)	3

5.3 教學活動

5.3.1 口頭講述、影片欣賞。

5.3.2 分組練習、心得撰寫、測驗或報告。

5.3.3 實地戶外教學（萬里桐、大鵬灣國家風景區-帆船基地)、實務操作演練。

6. 成績評量方式

6.1 期末評量 30%

6.2 課程出席率&討論參與度 70%

7. 教學輔導

7.1課業輔導/補救教學對象：

(1) 學習預警學生：期中考不及格、學習成效落後、學習意願低落者。
(2) 特殊學生：身心障礙學生，例如學習遲緩。或平時因各種因素導致上課學習有困難之學生。
(3) 轉系科學生或復學生。

7.2課業輔導/補救教學之實施

(1) 個別化指導：透過面談或線上諮詢，協助學生釐清學習盲點與研究方向。
(2) 分小組合作學習：學習有分小組，透過同儕討論與案例練習，增進對質性研究流程的理解。

(3) 彈性時間安排：除了 office hours 外，彈性安排輔導時間，以兼顧學生的工作與學習需求。
(4) 進度檢核：透過作業回饋、隨堂討論或階段性評量，持續追蹤學生的學習成效。

7.3課業輔導/補救教學時間與聯絡方式

- 輔導時間：除了 office hours 外，彈性安排輔導時間。

- 輔導老師聯繫方式：

(1) 授課教師：黃偉凡
(2) 校內分機：08-7799821 轉 8145
(3) 授課教師 email：x00012188@meiho.edu.tw
(4) 教師研究室：國際及兩岸交流處