

**普通型高級中等學校海洋教育資源中心**  
**109 學年度研究教師公開授課—『水域安全與親水能力指標檢測』**  
**實施計畫**

**壹、計畫依據**

- 一、教育部 109 年 7 月 7 日臺教國署高字第 1090073332 號函，委託新北市立新店高級中學辦理「普通型高級中等學校海洋教育資源中心 109 學年度工作計畫」。
- 二、普通型高級中等學校海洋教育資源中心 109 年度中心工作團隊會議決議結果。

**貳、計畫目的**

- 一、提升教學品質及學生學習成效，形塑同儕共學之教學文化，於部訂必修課程、校訂必修課程或多元選修課程實施公開授課，並進行專業回饋。
- 二、藉由公開授課，教師彼此切磋教學方法，提昇教師海洋教育教學知能及發展海洋教育課程。
- 三、激勵教學典範學習，落實專業對話，深化教師專業內涵，增進教師對海洋教育課程教學活動設計的專業能力。
- 四、透過有趣且富教育性的課程，協助並教授學生辨識水域環境風險與知能，並作為所有戶外水域遊憩知能基礎；真正讓教育取代禁止，鼓勵國人用正確的方式與思維親近大海，降低意外事件發生。

**參、辦理單位**

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署
- 二、主辦單位：普通型高級中等學校海洋教育資源中心—新北市立新店高級中學、國立馬公高級中學。

**肆、授課資訊**

- 一、授課時間：109 年 10 月 17 日（六）早上 8:30~14:00
- 二、授課地點：澎湖縣立游泳池、國立馬公高級中學
- 三、授課教師：張祖德教師
- 四、觀課對象：全國對海洋教育有興趣之教師，預計 15 人次。
- 五、研習時數：全程參與者，於全國教師在職進修網核予 4 小時研習時數。
- 六、報名方式：請於全國教師在職進修網搜尋課程代碼進行線上報名—課程代碼(2944814)，報名期限至 10/12（一）。
- 七、外聘協助教師：黃肇國老師、光合作用戶外探索學校林妍杏老師。

**伍、經費說明**

- 一、研習所需經費由海洋教育資源中心及國立馬公高級中學支應。

陸、課程表

《水域安全與親水能力指標檢測》

時間：109 年 10 月 17 日(星期六)；研習時數：4 小時

時間	課程主題	課程內容	地點
08:30~09:00	觀課教師報到/準備時間		澎湖縣立游泳池
1 09:00~10:30 (90 分鐘)	<p>穿衣游泳 (著日常衣褲、鞋下水，體驗著衣游泳的阻力與救援障礙)</p> <p>主講:張祖德老師、黃肇國老師</p>	<p>1.水中睜眼視物(不戴泳鏡)</p> <p>2.水中穿越障礙物 (閉氣潛泳)</p> <p>3.仰漂 1 分鐘 (可回答問題與對話)</p> <p>4.任何泳姿 25m (不限時間)</p>	
2 10:30~11:00 (30 分鐘)	<p>休息&amp;水域安全指引</p> <p>主講:林妍杏老師</p>	<p>水域安全觀念：</p> <p>1.溺水者樣貌</p> <p>2.救援黃金守則 4R</p>	
3 11:00~11:30 (30 分鐘)	<p>救生衣使用要領</p> <p>主講:林妍杏老師、張祖德老師</p>	<p>1.救生衣的重要性</p> <p>2.誰需要穿救生衣</p> <p>3.著救生衣入水後的穩定能力 (俯臥轉仰漂、救生衣游泳)</p>	
4 11:30~12:00 (30 分鐘)	<p>獨木舟上下艇與翻覆安全 (示範操作)</p> <p>主講:張祖德老師、林妍杏老師、黃肇國老師</p>	<p>1.岸際安全上下船技術</p> <p>2.水中翻覆脫出 wet exit 與待援</p>	國立馬公高中 海洋教室
12:00~13:00	用餐		
5 13:00~14:00 (60 分鐘)	議課		
14:00~	賦歸		

## 柒、其他

- 一、**為維護上課學生之隱私，觀課教師於泳池授課期間禁止拍照或錄影。**
- 二、為響應環保，不提供一次性餐具，**請與會教師自行準備環保筷及環保杯。**
- 三、參加人員請服務學校惠予公(差)假登記。
- 四、線上報名成功者，**中心於 10/15(四)會以電子郵件寄送行前說明**，請確認信箱能正常收信。
- 五、未盡事宜，請洽詢海洋教育資源中心，聯絡資訊：  
朱家萱小姐，(02)2219-3700 分機 520，[earth82@htsh.ntpc.edu.tw](mailto:earth82@htsh.ntpc.edu.tw)  
田尚好小姐，(02)2219-3700 分機 520，[earth11@htsh.ntpc.edu.tw](mailto:earth11@htsh.ntpc.edu.tw)