



課 綱 Course Outline

體育中心學士班

中文課程名稱 Course Name in Chinese	體育(三)_攀岩				
英文課程名稱 Course Name in English	Physiactl Education of Rock Climbing				
科目代碼 Course Code	YY__13600	班 別 Degree	學士班 Bachelor' s		
修別 Type	必修 Required	學分數 Credit(s)	1.0	時 數 Hour(s)	2.0
先修課程 Prerequisite	無				
課程目標 Course Objectives					
本課程旨在以核心素養的「自主行動」、「溝通互動」、「社會參與」三個面向，教導學生攀岩運動的基本知識與技巧，培養正確的安全觀念，並依據課綱六大核心學習中的「核心一：自主學習與創新思考」、「核心二：康健身心」，以及「核心三：互動、溝通與解決問題」的學習重點，培養學生具備安全攀岩的能力，同時課程設計亦融入洄瀾學院校核心課程目標：					
1. 核心一自主學習與創新思考：教導學生攀岩運動的基本知識與技巧，培養正確的安全觀念，能從事安全的攀岩與架繩活動。					
2. 核心三互動、溝通與解決問題：促進學生利用攀岩課程，自主學習與創新思考，提升解決問題的能力。					
3. 核心二康健身心：透過攀岩運動增進身心健康與心理韌性。					
(校)教育目標 Objectives of General Education					
1	在地關懷與全球視野 Develop domestic and global perspectives				
2	人文素養與科學知識 Achieve humanistic values and scientific literacy				
3	全人健康與永續創新 Holistic Wellness and Sustainable Innovation				
(校)核心能力 Learning Outcomes				課程目標與校核心能力相關性 Correlation between Course Objectives and Basic Learning Outcomes	
A	自主學習與創新思考 Autonomous Learning and Creative Thinking				●
B	康健身心 Physical Fitness and Mental Balance				●

C	互動、溝通與解決問題 Interactive Communication and Problem Solving	●
D	情藝美感 Artistic Feeling and Aesthetic Perception	○
E	文化素養與尊重差異 Cultural Literacy and Respect for Differences	○
F	在地關懷與公民責任 Local Commitment and Civic Responsibility	○

圖示說明Illustration：● 高度相關 Highly correlated ○ 中度相關 Moderately correlated

課程大綱 Course Outline

以核心素養三面九項中的九個面向安排本項課程大綱，包含：身心素質與自我精進、系統思考與解決問題、規劃執行與創新應變、符號運用與溝通表達、科技資訊與媒體素養、藝術涵養與美感素養、道德實踐與公民意識、人際關係與團隊合作，以及多元文化與國際理解，本學期攀岩課程大綱如下：

1. 身心素質與自我精進：介紹攀岩運動、攀岩身心體驗及攀岩自我精進方式。
2. 藝術涵養與美感素養：攀岩繩結的練習及攀岩與中國結藝術結合。
3. 系統思考與解決問題：熟悉攀岩動作及攀岩牆上解決線路困境的學習。
4. 人際關係與團隊合作：學習如何『確保』及伙伴信任。
5. 符號運用與溝通表達：得且增加在攀岩運動中所運用的專業溝通術語。
6. 規劃執行與創新應變：學習且養成在攀岩運動中所運用基本技術，創新個人及團體攀岩技術突破及攀岩牆上的移動技術。
7. 身心素質與自我精進：學習安全的垂降技法、基礎戶外急救課程。
8. 科技資訊與媒體素養：利用社群媒體資訊，學習最新訊息及認識新興科技化的攀岩確保器材，也藉此學習戶外活動的風險評估判斷與管理。
9. 道德實踐與公民意識：LNT (Leave No Trace) 環保不留痕跡的理念與原則。
10. 多元文化與國際理解：運用國際攀岩檢測制度，了解國際攀岩文化與攀岩屆國際規範。

資源需求評估（師資專長之聘任、儀器設備的配合．．．等）
Resources Required (e.g. qualifications and expertise, instrument and equipment, etc.)

攀岩裝備

課程要求和教學方式之建議 Course Requirements and Suggested Teaching Methods

這門課是被設計在教導修課學生對攀岩運動的基本知識與技巧。指導且帶領攀岩活動將會於這堂課中授予修課學生。

其他 Miscellaneous

無