

嘉義縣南興國小 109 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	中年級	課程設計者	洪嘉林		教學總節數 / 學期(上/下)	40 節 / 上學期
年級課程主題名稱	中年級 扯鈴社團		符合校訂課程類型	<input type="checkbox"/> 第一類 <input checked="" type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 第三類 <input type="checkbox"/> 第四類		
學校願景	打造健康成長多元學習的智慧學校		與學校願景呼應之說明	一、透過體能的訓練，促進身心的健康。 二、藉由運動習慣之養成，培養運動之興趣，將運動成為生活之一部份，讓學生之體適能得到提昇。 三、透過學習扯鈴的各項技巧，使學生擁有不同於正式課程的多元的學習內容。		
核心素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能 E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。		課程目標	一、認識扯鈴運動，發展個人特質在扯鈴運動之潛能與身體保健之知能。 二、具備對扯鈴相關的感知和欣賞扯鈴動作的素養促進多元感官發展，並在平常的學習中，培養對扯鈴相關的美感體驗。 三、在扯鈴活動中能同理他人的感受，並樂於與人互動，積極參與團體扯鈴表演，促進身心健康。		

教學進度	單元名稱	教學活動	連結領域/議題	(領綱)學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務(評量內容)	教學資源	節數
第(1)週 - 第(2)週	1. 扯鈴安全注意事項 2. 運鈴與調鈴	1. 利用大尺寸觸控電視講述扯鈴時應該注意的事項。 2. 運用影片講述扯鈴的運鈴和調鈴要領。 3. 透過示範來講解運鈴和調鈴時注意事項。	健康與體育	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。	1. 扯鈴安全注意事項。 2. 扯鈴運鈴與調鈴要領。	1. 認識並遵守扯鈴的安全事項，以避免運動傷害及防護他人安全。 2. 認識運鈴及調鈴動作要領，並透過練習熟練技能。	1. 能說出扯鈴時應該注意的事項。 2. 能夠運鈴不掉鈴。 3. 能依照教師的口令調整鈴的方向。	教學影片、扯鈴	4
第(3)週 - 第(6)週	扯鈴招式： 雙人互拋	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：雙人互拋，動作要領及常犯之失誤。 2. 透過講解及示範等方式，指導學生學習「金雞上架」。 3. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。	健康與體育 綜合活動	1c-II-11 認識身體活動的動作技能。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。 1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。	1. 雙人互拋教學影片。 2. 雙人互拋動作要領及易犯之失誤。	1. 認識並能描述「雙人互拋」之動作要領與注意事項。 2. 運用學習策略成功的學會「雙人互拋」。 3. 欣賞及學習他人「雙人互拋」動作之美感。 4. 能與他人互動，樂於向他人描述學習「雙人互拋」之方法。	1. 能講述「雙人互拋」之動作要領。 2. 能成功的做出「雙人互拋」之動作。 3. 能在團體中展演「雙人互拋」之動作。	教學影片、扯鈴	8
第(7)週 -	扯鈴招式： 拋鈴接力	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：拋鈴接力，動作要領及常犯之失誤。	健康與體育	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己	1. 拋鈴接力教學影片。 2. 拋鈴接力動作要領及	1. 認識並能描述「拋鈴接力」之動作要領與注意事項。	1. 能講述「拋鈴接力」之動作要領。	教學影片、扯鈴	8

第 (10) 週		2. 透過講解及示範等方式，指導學生學習「拋鈴接力」。 3. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。		或他人動作技能的正確性。 2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。	易犯之失誤。	2. 運用學習策略成功的學會「拋鈴接力」。 3. 欣賞及學習他人「拋鈴接力」動作之美感。 4. 能與他人互動，樂於向他人描述學習「拋鈴接力」之方法。	2. 能成功的做出「拋鈴接力」之動作。 3. 能在眾人面前展演「拋鈴接力」之動作。		
第 (11) 週 - 第 (14) 週	扯鈴招式： 倫敦鐵橋	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：倫敦鐵橋，動作要領及常犯之失誤。 2. 透過講解及示範等方式，指導學生學習「倫敦鐵橋」 3. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。	健康 與 體 育	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 倫敦鐵橋教學影片。 2. 倫敦鐵橋動作要領及易犯之失誤。	1. 認識並能描述「倫敦鐵橋」之動作要領與注意事項。 2. 運用學習策略成功的學會「倫敦鐵橋」。 3. 欣賞及學習他人「倫敦鐵橋」動作之美感。 4. 能與他人互動，樂於向他人描述學習「倫敦鐵橋」之方法。	1. 能講述「倫敦鐵橋」之動作要領。 2. 能成功的做出「倫敦鐵橋」之動作。 3. 能在眾人面前展演「倫敦鐵橋」之動作。	教學影片、扯鈴	8
第 (15) 週 -	扯鈴招式： 小旋繞	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：小旋繞，動作要領及常犯之失誤。 2. 透過講解及示範等方	健康 與 體 育	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的	1. 小旋繞教學影片。 2. 小旋繞動作要領及易犯之失誤。	1. 認識並能描述「小旋繞」之動作要領與注意事項。 2. 運用學習策略成功的學會「小旋繞」。	1. 能講述「小旋繞」之動作要領。	教學影片、扯鈴	8

入資訊科技教學內容	<input type="checkbox"/> 有 融入資訊科技教學內容 共()節 (以連結資訊科技議題為主)
特教需求學生 課程調整	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p>■有-智能障礙(1)人、學習障礙(1)人、情緒障礙()人、自閉症()人、<u>(自行填入類型/人數)</u></p> <p>※資賦優異學生：<input checked="" type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有- <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u></p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 盡量提供個別化的動作分解教學，並且給予時間多次演練。 2. 建議給予分散式的教學，採用多單元活動設計方式進行小步驟的教學，並在個案學生完成小步驟時給予肯定。 3. 若目標標準對個案太困難，建議可以減量學習內容，如完成其中的一個步驟。 3. 建議可以請自願的同學當小老師適時給予提示與協助，或陪個案一起練習。 4. 多安排學生練習表現的機會，適度給予正面回饋。 5. 建議將平時練習表現也作為評量參考。 <p style="text-align: right;">特教老師簽名：趙宇萱</p> <p style="text-align: right;">普教老師簽名：洪嘉林</p>

素養導向教學四大原則檢核

檢核指標	請列舉符應的內容
<p style="text-align: center;">有意願</p> <p>設計自主探究的任務，引發學生的好奇</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識並遵守扯鈴安全注意事項 2. 認識運動害及處置防護知識以維護自身與他人的安全 3. 認識並探索扯鈴各招式的動作

<p>有脈絡 課程內容由學生經驗出發，在真實脈絡中學習</p>	<ol style="list-style-type: none">1. 在平時課中的練習，演練及表現扯鈴各招式的動作2. 在團體活動中學習並表現專注觀察、主動參與、團隊合作的精神
<p>學方法 指導具體的學習策略與方法，給學生尋求答案的工具</p>	<p>藉由影片教學、教師示範、同儕合作、模仿並演練扯鈴各招式技巧</p>
<p>能應用 讓學生在真實情境中，應用所學內容進行實踐</p>	<p>能經常練習扯鈴動作，並養成每日健身運動的習慣，</p>