

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 / 下學期
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	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	2
第(2)週 - 第(5)週	扯鈴招式：提燈籠	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：提燈籠，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「提燈籠」。 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	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。	1. 提燈籠教學影片。 2. 提燈籠動作要領及易犯之失誤。	1. 認識並能描述「提燈籠」之動作要領與注意事項。 2. 運用學習策略成功的學會「提燈籠」。 3. 欣賞及學習他人「提燈籠」動作之美感。 4. 能與他人互動，樂於向他人描述學習「提燈籠」之方法。	1. 能講述「提燈籠」之動作要領。 2. 能成功的做出「提燈籠」之動作。 3. 能在眾人面前展演「提燈籠」之動作。	教學影片、扯鈴	8
第(6)週 -	扯鈴招式：鳳凰離手	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：鳳凰離手，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	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	1. 鳳凰離手教學影片。 2. 提燈籠	1. 認識並能描述「鳳凰離手」之動作要領與注意事項。	1. 能講述「鳳凰離手」之動作要領。	教學影片、扯鈴	8

第 (9) 週		式，指導學生學習「鳳凰離手」。 3. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。		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。	動作要領及易犯之失誤。	2. 運用學習策略成功的學會「鳳凰離手」。 3. 欣賞及學習他人「鳳凰離手」動作之美感。 4. 能與他人互動，樂於向他人描述學習「鳳凰離手」之方法。	2. 能成功的做出「鳳凰離手」之動作。 3. 能在眾人面前展演「鳳凰離手」之動作。		
			綜合活動	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。					
第 (10) 週 - 第 (13) 週	扯鈴招式：釣魚	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：釣魚，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「釣魚」。 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. 釣魚教學影片。 2. 釣魚動作要領及易犯之失誤。	1. 認識並能描述「釣魚」之動作要領與注意事項。 2. 運用學習策略成功的學會「釣魚」。 3. 欣賞及學習他人「釣魚」動作之美感。 4. 能與他人互動，樂於向他人描述學習「釣魚」之方法。	1. 能講述「釣魚」之動作要領。 2. 能成功的做出「釣魚」之動作。 3. 能在眾人面前展演「釣魚」之動作。	教學影片、扯鈴	8
			綜合活動	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。					

第 (14) 週 - 第 (17) 週	扯鈴招式：金雞飛渡	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：金雞飛渡，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「金雞飛渡」。 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. 金雞飛渡教學影片。 2. 金雞飛渡動作要領及易犯之失誤。	1. 認識並能描述「金雞飛渡」之動作要領與注意事項。 2. 運用學習策略成功的學會「金雞飛渡」。 3. 欣賞及學習他人「金雞飛渡」動作之美感。 4. 能與他人互動，樂於向他人描述學習「金雞飛渡」之方法。	1. 能講述「金雞飛渡」之動作要領。 2. 能成功的做出「金雞飛渡」之動作。 3. 能在眾人面前展演「金雞飛渡」之動作。	教學影片、扯鈴	8
			綜合活動	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。					
第 (18) 週 - 第 (20) 週	扯鈴招式：提燈籠、鳳凰離手、鈴魚和金雞飛渡複習與展演	1. 透過講解及示範等方式，指導學生複習提燈籠、鳳凰離手、鈴魚和金雞飛渡。 2. 學生複習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。 3. 複習完畢後，個別進行檢定，其它人則在旁觀看檢定同學之動作	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。 4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。習策略。	1. 提燈籠、鳳凰離手、鈴魚和金雞飛渡之動作要領。	1. 認識並能描述提燈籠、鳳凰離手、鈴魚和金雞飛渡招式要領與注意事項。 2. 運用學習策略成功的學會扯鈴初級招式。 3. 欣賞及學習他人扯鈴動作之美感。 4. 能與他人互動，樂於向他人學習。	1. 能在眾人面前成功的展演提燈籠、鳳凰離手、鈴魚和金雞飛渡等招式。 2. 失敗次數最多一次。	扯鈴	6
			綜合活動	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。					

				2d-II-1 體察並感知生活中美感普遍性與多樣性。					
教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教科書 () <input checked="" type="checkbox"/> 自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)								
本主題是否融入資訊科技教學內容	<input checked="" type="checkbox"/> 無 融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 <input checked="" type="checkbox"/>有-智能障礙(1)人、學習障礙(1)人、情緒障礙()人、自閉症()人、(自行填入類型/人數)</p> <p>※資賦優異學生：<input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <ol style="list-style-type: none"> 盡量提供個別化的動作分解教學，並且給予時間多次演練。 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。 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。 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。 多安排學生練習表現的機會，適度給予正面回饋。 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 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
有意願 設計自主探究的任務，引發學生的好奇	<ol style="list-style-type: none"> 認識並遵守扯鈴安全注意事項。 認識運動害及處置防護知識以維護自身與他人的安全。 認識並探索扯鈴各招式的動作。
有脈絡 課程內容由學生經驗出發，在真實脈絡中學習	<ol style="list-style-type: none"> 在平時課中的練習，演練及表現扯鈴各招式的動作。 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>