

嘉義縣南興國小 112 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	中高年級	年級課程 主題名稱	扯鈴社團	課程 設計者	洪嘉林	總節數/學期 (上/下)	42 節 / 上學期
符合 彈性課 程類型	<input type="checkbox"/> 第一類 統整性探究課程 <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題*是否融入 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 均未融入 <input checked="" type="checkbox"/> 第二類 <input checked="" type="checkbox"/> 社團課程 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> 第四類 其他 <input type="checkbox"/> 本土語文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學						
學校 願景	健康、快樂、感恩、卓越		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，讓生活增添樂趣。 三、在技能學習過程中，透過同儕的互助讓學習更有效率，並懂得感恩同儕的協助並能進而再去協助同儕學習。 四、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學習內容及更卓越的表現。			
總綱 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	連結領域(議題)/ 學習表現	自訂 學習內容	學習目標	表現任務 (評量內容)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節數
第 (1) 週 - 第 (1) 週	1. 扯鈴安全注意事項 2. 運鈴與調鈴	健體/1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 健體/1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。	1. 扯鈴注意事項。 2. 避免運動傷害 3. 調鈴要領與動作。	1. 認識扯鈴動作，以保護身體，避免扯鈴造成意外傷害。 2. 應用調鈴要領及動作，維護運動安全	1. 能夠說出扯鈴時安全注意事項。 2. 能夠依教師口令進行調鈴。	1. 利用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。	1. 教學影片 2. 扯鈴	2
第 (2) 週 - 第 (5) 週	扯鈴招式： 東京鐵塔	健體/1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體/1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 健體/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	1. 「東京鐵塔」之正確動作要領。 2. 「東京鐵塔」易犯之錯誤 3. 成功做出扯鈴動作：「東京鐵塔」	1. 認識教師示範「東京鐵塔」之動作要領及並學會練習策略。 2. 能與他人互動，描述「東京鐵塔」之學習方法。 3. 了解扯鈴招式要領，運用正確的學習策略，成功學會「東京鐵塔」。	1. 能夠說出「東京鐵塔」之動作流程及要領。 2. 能夠成功的做出「東京鐵塔」之扯鈴動作。 3. 在觀看同學練習「東京鐵塔」的過程中，能夠說出失敗同學所犯之錯誤及自己所常犯之錯誤。	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：東京鐵塔，了解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「東京鐵塔」 3. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。 4. 觀看同學動作，以審視自己做的動作是否正確，或是指正同學所犯之錯誤。 5. 讓學生分享討論如何學會「東京鐵塔」	1. 教學影片 2. 扯鈴	8

第 (6) 週 - 第 (9) 週	扯鈴 招式 ： 仰觀 星斗	健體/1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體/1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 健體/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 綜合/1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。	1. 「仰觀星斗」之正確動作要領。 2. 「仰觀星斗」易犯之錯誤 3. 成功做出扯鈴動作：「仰觀星斗」	1. 認識教師示範「仰觀星斗」之動作要領及並學會練習策略。 2. 能與他人互動，描述「仰觀星斗」之學習方法。 3. 了解扯鈴招式要領，運用正確的學習策略，成功學會「仰觀星斗」。 4. 運用正確練習策略，在練習「仰觀星斗」時，避免常犯之錯誤。	1. 能夠說出「仰觀星斗」之動作流程及要領。 2. 能夠成功的做出「仰觀星斗」之扯鈴動作。 3. 在觀看同學練習「仰觀星斗」的過程中，能夠說出失敗同學所犯之錯誤及自己所常犯之錯誤。	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：仰觀星斗，了解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「仰觀星斗」 3. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。 4. 觀看同學動作，以審視自己做的動作是否正確，或是指正同學所犯之錯誤。 5. 讓學生分享討論如何學會「仰觀星斗」	1. 教學影片 2. 扯鈴	8
第 (10) 週 - 第 (12) 週	扯鈴 招式 ： 大隊 接力	健體/1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體/2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 綜合/2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊成員。	1. 「大隊拉力」之正確動作要領。 2. 「大隊接力」易犯之錯誤 3. 成功做出扯鈴動作：「大隊接力」	1. 認識教師示範「大隊拉力」之動作要領及並學會練習策略。 2. 表現出學習「大隊拉力」時團隊合作精神，能正向互相溝通「大隊拉力」易犯之錯誤。 3. 引導同組人員學習「大隊拉力」之方法，表現團隊合作精神，成功做出「大隊拉力」。	1. 能夠說出「大隊拉力」之動作流程和要領。 2. 在練習過程中，能關懷團隊成員的學習狀況，適時給予小組成員協助。 3. 小組互助合作成功 做出「大隊拉力」。	1. 透過講解及示範等方式，指導學生學習「大隊接力」。 2. 全部學生一個接一個練習「大隊接力」。 3. 練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。 4. 學生共同討論練習時應注意的事項，及如何成功做出「大隊接力」的策略。	1. 扯鈴	6
第 (13) 週 - 第 (16) 週	扯鈴 招式 ： 抬頭 望月	健體/1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體/1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 健體/1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 綜合/1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。	1. 「抬頭望月」之正確動作要領。 2. 「抬頭望月」易犯之錯誤 3. 成功做出扯鈴動作：「二仙傳道」	1. 認識教師示範「抬頭望月」之動作要領及並學會練習策略。 2. 能與他人互動，描述「抬頭望月」之學習方法。 3. 了解「抬頭望月」常犯之錯誤，運用正確的方法習得「抬頭望月」。 4. 運用學習策略，選擇合宜的方法，成功學會「抬頭望月」。	1. 能夠說出「抬頭望月」之動作流程及要領。 2. 能夠成功的做出「抬頭望月」之扯鈴動作。 3. 在觀看同學練習「抬頭望月」的過程中，能夠說出失敗同學所犯之錯誤及自己所常犯之錯誤。	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：抬頭望月，了解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「抬頭望月」 3. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。 4. 觀看同學動作，以審視自己做的動作是否正確，或是指正同學所犯之錯誤。 5. 讓學生分享討論如何學會「抬頭望月」	1. 教學影片 2. 扯鈴	8
第 (17) 週 - 第 (19) 週	扯鈴 招式 ： 小拋 鈴	健體/1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體/3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 綜合/2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。	1. 「小拋鈴」之正確動作要領。 2. 「小拋鈴」易犯之錯誤 3. 成功做出扯鈴動作：「小拋鈴」	1. 認識教師示範「小拋鈴」之動作要領及並學會練習策略。 2. 能在同儕的引導下，避免「小拋鈴」常犯之錯誤，表現出習得「小拋鈴」之動作技巧。 3. 參與組內學習「小拋鈴」之活動，表現團隊合作精神，成功做出「小拋鈴」。	1. 能夠說出「小拋鈴」之動作流程和要領。 2. 在練習過程中，能關懷團隊成員的學習狀況，適時給予小組成員協助。 3. 小組互助合作成功 做出「小拋鈴」。	1. 將學生分組練習「小拋鈴」，每組至少3人。 2. 透過講解及示範等方式，指導學生學習「小拋鈴」。 3. 小組練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。 4. 小組分別討論練習時應注意的事項，及如何成功做出「小拋鈴」的策略。	1. 4公尺之長運鈴線 2. 扯鈴	6

