

三、嘉義縣中埔鄉 社口 國小 112 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

年級	三年級	年級課程 主題名稱	活力小隊	課程 設計者	黃雪蘭、翁宜玲	總節數 /學期 (上/下)	21/上學期
符合 彈性課程 類型	<input checked="" type="checkbox"/> 第一類 統整性探究課程 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 均未融入(供統計用，並非一定要融入) 需跨領域，以主題/專題/議題的類型，進行統整性探究設計；且不得僅為部定課程單一領域或同一領域下科目之間的重複學習。 <input type="checkbox"/> 第二類 <input 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	聲形友藝 社口美力		與學校願景呼 應之說明	一、透過體能陶冶與健康行為促進身心健康發展。 二、分析評估學生身心特質與體適能條件，規劃適合的運動計畫，發揮潛能。 三、藉由運動實踐之態度，養成終身學習的運動習慣，增進體適能，形塑健康生活型態。			
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-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員培養合作之素養。		課程 目標	一、認識跳繩比賽規則，以具備發展運動與保健的潛能。 二、探索並熟練各項技術動作與技能策略，處理運動中發生的各項問題。 三、在活動中，積極參與、體驗公平競爭、培養團隊合作素養，促進身心健康發展。			

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)	教學活動 (學習活動)	教學資源	節 數
----------	----------	---------------	------------	------	-------------	----------------	------	--------

<p>第(1)週 - 第(5)週</p>	<p>安全小玩家</p>	<p>健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 語文 1-II-1 聆聽時能讓對方充分表達意見</p>	<p>1 本學期活動內容介紹 2. 跳繩比賽規則 3. 場地規劃 4. 運動傷害、處置及預防知識</p>	<p>1. 能知道本學期各單元的學習內容，並能聆聽他人的意見，表達自己的想法 2. 認識球賽的動作技能。 3. 認識運動傷害及處置、防護知識、以維護自身與他人安全。 4. 聆聽並遵守球賽規則、場地規劃。</p>	<p>1. 每生能知道本學期活動內容，以提升發展運動與保健的潛能 2. 能安靜聆聽並說出比賽規則與場地規劃。 3. 完成「運動傷害及防護」學習單。 4. 能演示在在日常生活中預防及處理運動傷害的方式。</p>	<p>1. 教師以自製的簡報介紹這學期各項活動內容及意義，期末進行學習記錄回饋。 2. 進行分組。(3-4 人一組) 活動一：老師說明教育部體適能 333 計畫： 1. 每週至少運動 3 次。 2. 每次運動最少 30 分鐘。 3. 每次運動能使心跳達每分鐘 130 次以上。 活動二：教師說明運動傷害的預防及處理： 1. 運動前應做好場地安全的確認，並且確實的做好暖身運動。若真的不小心受傷，應立即知會教師。 2. 簡單介紹運動傷害急救五部曲</p>	<p>教育部體適能計畫影片 運動傷害及防護學習單。 電腦</p>	<p>5</p>
<p>第(6)週 - 第(10)週</p>	<p>跳出聰明力</p>	<p>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 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 健體 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 綜合 1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。</p>	<p>1. 跳繩基本動作 2. 整理裝備 3. 團體規範</p>	<p>1. 能認識並表現出跳繩的基本動作能力。 2. 能遵守跳繩運動的各種基本跳法與相關知識 3. 藉由跳繩運動，能在跳繩活動中，訓練兒童表現出身體協調性及靈敏度。 4. 對跳繩產生濃厚的學習興趣，並培養跳繩運動的習慣。 5. 落實跳繩運動的好習慣</p>	<p>1. 能雙腳合併跳出基本的動作。 2. 能說出跳繩相關知識 3. 能遵守團體規範。</p>	<p>【活動一】跳繩的好處 一、教師介紹跳繩的好處： 1. 增進體適能。 2. 增進運動協調能力。 3. 幫助長高。 二、進行跳繩活動時的相關注意事項 【活動二】認識跳繩 一、教師說明如何挑選一條適合自己的跳繩 1. 繩子太長的變通方法：(1)把繩子折到握柄。(2)雙手外伸。 2. 繩子太短的變通方法：(1)用手臂當繩子的一部分。 二、教師說明如何收繩 1. 收繩的方法：對折再對折打結，</p>	<p>跳繩健康課本</p>	<p>5</p>

						打結後全班用一條繩子串起來。 2. 學生練習收繩 【活動三】基礎動作練習 1. 徒手原地雙腳跳 2. 徒手原地手部擺動 3. 手臂在身體兩側畫小圓圈。 (分組練習)			
第 (11) 週 - 第 (15) 週	樂活運動家	健體 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 健體 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 健體 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	1. 跳繩分解動作繞繩：左(右)手執繩，行左側方，右側方，或左右交叉繞繩。 2. 跳躍：甲右手執繩，成俯身屈，行水平執繩。	1. 表現適宜的整理裝備方法。 2. 遵守團體規範。 3. 培養並落實每日健身運動的習慣。 4 學生能嘗試跳繩基本跳法，並將所學跳躍動作應用於跳繩，以達精熟目的	1 能選擇合宜的運動方法來學習跳繩並落實跳繩的好習慣。	1. 能表現基本的跳繩動作。 2. 能依要求完成自行練習、分組練習。 3. 學生能回答與運動的相關問題。以利統計小朋友的運動習慣。 能以身體的協調性與節奏感，挑戰連續跳繩至少 100 下的目標，增以身體的協調性與節奏感，挑戰連續跳繩至少 100 下的目標，增增強體適能。	活動一：運動習慣大調查 1. 老師發下學習單請小朋友分組討論題目，並請小朋友發表自己的運動習慣。 1. 分組 討論、敘述對跳躍活動中所找到的樂趣。 2. 各組 敘述觀察同學跳躍的動作有哪些優缺點？或是發生有趣的事。 活動二跳出聰明力 2. 透過示範、講解等方式，指導學生輕快來跳繩。 (分組練習)	運動習慣討論單 跳繩影片	5
第 (16) 週 - 第 (21) 週	體育競賽	綜合 1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。 健體 2b-II-1 遵守健康的生活規範。	1. 知道自己做得好和待加強的地方。 2. 專心聆聽老師和同學的分享和檢討。	1. 能選擇穿著合宜的運動服裝及球鞋 2 能遵守秩序參與跳繩競賽。 3. 省思自己參與活動的歷程，知道自己做得好和待加強的地方。 4. 養成專心聆聽老師和同學的分享和檢討，尊重對方的發言。		1. 體育競賽 2. 能說出並寫出自己做得好和待加強的地方。 3. 能專心聆聽同學的分享和檢討。	活動一：繩乎其技 1. 教師方面：跳繩若干條(依參加比賽學生數準備)、哨子。 學生方面：著運動服、球鞋，先進行暖身運動。 活動二：心得分享 2. 請各組分享活動心得。 3. 反思活動過程中，自己學到了什麼(做得好和待加強的地方)，請小組分享並說說看，再	跳繩哨子	6

三、嘉義縣中埔鄉 社口 國小 112 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

年級	三年級	年級課程 主題名稱	活力小隊	課程 設計者	黃雪蘭、翁宜玲	總節數 /學期 (上/下)	20/下學期
符合 彈性課程 類型	<input checked="" type="checkbox"/> 第一類 統整性探究課程 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 均未融入(供統計用，並非一定要融入) 需跨領域，以主題/專題/議題的類型，進行統整性探究設計；且不得僅為部定課程單一領域或同一領域下科目之間的重複學習。 <input type="checkbox"/> 第二類 <input 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	聲形友藝 社口美力		與學校願景呼 應之說明	一、透過體能陶冶與健康行為促進身心健康發展。 二、分析評估學生身心特質與體適能條件，規劃適合的運動計畫，發揮潛能。 三、藉由運動實踐之態度，養成終身學習的運動習慣，增進體適能，形塑健康生活型態。			
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-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員培養合作之素養。		課程 目標	一、能具備理解音樂律動之動作技能概念與動作練習的策略並與他人團隊合作與互動。 二、樂於探索接受生活議題相關歌曲，能連結生活和家人一起體驗不同時代的歌謠及其特殊意義或由來並以音樂律動形式主動參與。 三、具備結合生活議題歌曲的唱遊型唱跳和韻律型唱跳的能力 四、透過音樂律動展現個人並與他人分享活動的益處，促進身心素質的發展。			

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)	教學活動 (學習活動)	教學資源	節 數
----------	----------	---------------	------------	------	-------------	----------------	------	--------

<p>第 (1) 週 - 第 (5) 週</p>	<p>樂 活 舞 悠</p>	<p>健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 健體 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 健體 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 綜合 2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。 綜合 2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。</p>	<p>1 本學期活動內容介紹 2. 認識自己的身體與活動的方式。 3. 音樂律動遊戲。 4. 小組合作與分享。</p>	<p>1. 能知道本學期各單元的學習內容，並能聆聽他人的意見，表達自己的想法 2. 能認識理解音樂律動之動作技能概念與動作練習的策略。 3. 能主動參與律動課程 4. 透過律動課程探索運動潛能並表現正確的身體活動。 5. 培養規律的運動習慣。 6. 能參與律動課程做團隊合作完成律動表演</p>	<p>1. 每生能知道本學期活動內容，透過音樂律動展現個人並與他人分享活動的益處，促進身心素質的發展 2. 能仔細聆聽音樂內容，並參與律動遊戲。 3. 能表現基本的動作。</p>	<p>本學期活動內容介紹 1. 教師以自製的簡報介紹這學期各項活動內容及意義，期末進行學習記錄回饋。 2. 進行分組。(3~4 人一組) 活動一:律動遊戲 1. 教師先挑選合適的音樂，有議題融入意義之曲子為佳。 2. 以貼近其生活經驗為重，透過有關日常生活且活潑有趣的唱跳教學內容，培養學習者對於舞蹈的學習興趣，營造班級快樂的學習氣氛。 活動二:喚起「樂」忱 1. 說明教材的背景、大意及結構。 2. 音樂旋律的體驗：播放『舞曲-曲名?』音樂，學生跟隨音樂做肢體自由律動。 有趣的唱跳教學內容，培養學習者對於舞蹈的學習興趣，營造班級快樂的學習氣氛。 (分組練習)</p>	<p>律動 CD 律動影片</p>	<p>5</p>
<p>第 (6) 週 - 第 (10) 週</p>	<p>舞 力 全 開</p>	<p>健體 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的的身體活動。 健體 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 健體 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 綜合 2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。</p>	<p>1. 團隊精神隊呼、 2. 專注觀察禮儀</p>	<p>1. 能透過律動課程，精熟律動表演的舞步 2. 能參與團隊合作的表演</p>	<p>1. 能精熟律動動課程的舞步 2. 能參與團隊合作的表演</p>	<p>活動一：集中「活」力 1. 透過影片及老師示範教學步法或動作以由慢漸加快至正常速度。 2. 在教學進行時，根據不同差異的學習者，透過一再的說明及示範，解說動作和重複歌曲熟悉旋律，搭配教學者給予的指令控制節奏練習肢體律動的快慢，讓不同程度的學生都能跟上，感受身體律動與潛能。(分組練習) 活動二:直接體驗趣 1. 舞蹈動作教學及演練。</p>	<p>律動 CD 律動影片</p>	<p>5</p>

訊科技教
學內容

特教需求
學生
課程調整

※身心障礙類學生：無 有-智能障礙(1)人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、(/人數)

※資賦優異學生：無 有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

- ◇ 莊生認知學習能力較不佳，建議在活動講解時宜結合操作示範，輔以相關學習策略、圖片、影片等具體說明，以增進其理解教學內容與達成學習目標。
- ◇ 反思活動或小組分享時，請盡量給予莊生參與與發表的機會，必要時安排同儕指導。

特教老師簽名：葉倉佑

普教老師簽名：黃雪蘭、翁宜玲