

嘉義縣新美國小 109 學年度彈性學習課程(校訂課程)教學內容規劃表
上學期

年級	三年級	課程設計者	洋慶輝		教學總節數 /學期(上/下)	20 節/上學期
年級 課程主題 名稱	運動一級棒		符合校訂 課程類型	<input type="checkbox"/> 第一類 <input type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 第三類 <input checked="" type="checkbox"/> 第四類		
學校 願景	師法自然 依時循序 成為循規蹈矩的『鄒讚』的新美好兒童		與學校願 景呼應之 說明	1. 本課程是以學生體適能之條件，規劃適合的運動條件，發揮多元發展的潛能。 2. 本課程是以運動實踐的態度，培養出學生終生學習的素養，並能運用科技網路，了解國際各項運動賽事。		
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-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。 E-C3 具備理解與關心本土與國際事務的素養，並認識與包容文化的多元性。		課程 目標	1. 透過規律的運動活動，培養良好的生活習慣，促進身心健康。 2. 課程設計由個人到團體的合作和競賽，培養學生互助合作之素養。 3. 具備自我文化認同及尊重與欣賞多元文化，探索各項技術與技能策略，處理競賽中的各項問題。		

教學進度	單元名稱	教學重點 (教學活動)	連結 領域/ 議題	學習表現	校訂學習內容	教學目標 (學習目標)	評量內容 (表現任務)	節數
第 (1) 週 - 第 (5) 週	跑步	<p>活動一</p> <p>1. 透過網路視頻及教學影片了解跑步的分類以及注意事項。</p> <p>活動二</p> <p>1. 演示跑步預備動作後，引導學生可以模仿教師的動作；並注意：</p> <p>(1)上下肢的暖身</p> <p>(2)原地跑</p> <p>(3)分組分享動作展演</p> <p>2. 演示跑步姿勢後，引導學生可以模仿教師的動作；並注意：</p> <p>(1)身體略前傾</p> <p>(2)腳尖呈正前方</p> <p>(3)分組分享動作展演</p> <p>活動三</p> <p>1. 演示調節呼吸，引導學生模仿教師的動作並意：</p> <p>(1)不閉氣跑</p> <p>(2)不跑到幾乎喘不過氣</p>	健康與體育領域	<p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。</p> <p>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。</p> <p>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>1. 跑步運動分類及跑步注意事項。</p> <p>1. 個人及分組練習。</p> <p>2. 個人及分組練習。</p> <p>1. 個人及分組練習。</p>	<p>1. 認識跑步的分類和好處及注意事項。</p> <p>1. 有步驟地跟老師學會更佳的跑步的預備動作，學童也會彼此分享要注意的細節。</p> <p>2. 有步驟地跟老師學會更佳的跑步姿勢，彼此分享要注意的細節。</p> <p>1. 有步驟地跟老師學調節呼吸，彼此分享要注意的細節。</p>	<p>1. 能說明跑步的分類和好處，以及注意事項。</p> <p>1. 能依照教師指示練習跑步。</p> <p>2. 能依照教師指示練習跑步。</p> <p>1. 能說出跑步時有調節呼吸與沒有調節呼吸的差別。</p>	5

		<p>(3)分組分享動作展演</p> <p>2. 個人和小組分享學此跑步方法後的不同。</p>			<p>2. 分享學此跑步方法後的不同處。</p>	<p>2. 認識學跑步後和學跑步前的不同處。</p>	<p>2. 能說出和之前跑的方式有何不同及分享彼此的練習心得。</p>	
--	--	---	--	--	--------------------------	----------------------------	-------------------------------------	--

<p style="text-align: center;">第 (6) 週 - 第 (10) 週</p>	<p style="text-align: center;">樂樂棒球</p>	<p>活動一</p> <p>1. 透過網際網路視頻及教學影片，引導觀賞樂樂棒球，認識與包容文化的多元性。</p> <p>活動二</p> <p>1. 講述樂樂棒球基本規則和注意事項，並要同學進行覆述，讓學生得以注意規則的重要。</p> <p>活動三</p> <p>1. 演示接球、揮棒動作後並引導學生可以模仿教師的動作；並注意：</p> <p style="padding-left: 40px;">(1)身體略前傾，手放置胸前</p> <p style="padding-left: 40px;">(2)腳呈前後方向略微蹲</p> <p style="padding-left: 40px;">(3)分組分享動作展演，學生分組進行練習，事後進行檢討分析。</p> <p>2. 帶領學生分組進行正式球賽，賽後進行檢討分析，促進學生團結合作。</p>	<p>健康與體育領域</p>	<p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略</p> <p>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>	<p>1. 透過網際網路視頻及教學影片認識樂樂棒球的基本規則及注意事項。</p> <p>1. 學生分組進行練習。</p> <p>1. 個人及分組練習。</p> <p>2. 帶分組進行比賽，賽後進行檢討分析。</p>	<p>1. 觀賞樂樂棒球，認識與包容文化的多元性。</p> <p>1. 認識樂樂棒球遊戲規則並和小組成員運用之。</p> <p>1. 有步驟地跟老師學會接球、揮棒的姿勢，彼此分享要注意的細節。</p> <p>2. 願意並樂於從事樂樂棒球賽該運動，學習團隊合作，發揮運動家精神。</p>	<p>1. 能說出正式樂樂棒球的場上人數和競賽特點。</p> <p>1. 能說出 2~3 個樂樂棒球的規則。</p> <p>1. 能依照教師指示完成接球動作。</p> <p>2. 能合作參與樂樂棒球遊戲，並互相討論合作。</p>	<p style="text-align: center;">5</p>
---	---	---	----------------	--	---	--	--	--------------------------------------

<p>第 (11) 週 - 第 (14) 週</p>	<p>排球</p>	<p>活動一 1. 運用教學影片講解排球的各項規則。</p> <p>2. 運動傷害的預防及處理方式。</p> <p>活動二 1. 藉由教練和同儕間的互動，展現球場上的禮儀及運動家的精神。</p> <p>2 帶領學生分組進行基本練習，事後進行檢討分析，促進學生團結合作。</p>	<p>健康與體育領域</p>	<p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>	<p>1. 透過網際網路視頻及教學影片認識排球的基本規則及注意事項。</p> <p>1. 傷害與防護。</p> <p>1. 帶領學生分組進行練習基本動作，事後進行檢討分析。</p> <p>2. 帶領學生分組進行比賽，賽後進行檢討分析。</p>	<p>1. 讓學生了解排球的規則和組員的運用。</p> <p>1. 讓學生認識運動傷害的預防及處理方式。</p> <p>1. 讓學生認識運動場上的禮儀及運動家的精神。</p> <p>2. 認識排球的基本姿勢及要領，彼此分享要注意的細節。</p>	<p>1. 能說出排球比賽規則。</p> <p>1. 能說出預防及運動傷害的處理方式。</p> <p>1. 能說出運動場上的禮儀及運動家的精神。</p> <p>2. 能完成排球的基本動作並分享彼此的練習心得。</p>	<p>4</p>
--	-----------	--	----------------	---	---	--	--	----------

<p>第 (15) 週 - 第 (20) 週</p>	<p>排球</p>	<p>活動一 1. 講述排球基本規則和注意事項，並要同學進行覆述，讓學生得以注意規則的重要。 活動二 1 認識排球發球動作。 2. 認識排球接球動作。 3. 認識排球托球動作。 4. 認識排球扣球動作。 5. 認識排球快速移動動作。 活動三 1. 帶領學生分組進行正式球賽，賽後進行檢討分析，促進學生團結合作。</p>	<p>健康與體育領域</p>	<p>2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>	<p>1. 排球基本規則和基本動作。 1. 帶領學生進行發球、接球托、球扣、球、快速移動等動作。 1. 帶領學生分組進行比賽，賽後進行檢討分析，促進學生團結合作。</p>	<p>1. 透過練習的方式，培養發球、接球、托球、扣球、快速移動等動作，讓學生了解各種能力的表現。 1. 能透過模仿練習，完成各項動作的技能。 1. 透過檢討分析，促進團隊合作及友善的互動行為。</p>	<p>1. 能說出正式排球的場上人數和競賽規則。 1. 能依要求完成各項動作。 1. 能合作參與排球遊戲，並互相討論合作。</p>	<p>6</p>
<p>教材來源</p>		<p><input type="checkbox"/>選用教科書 () <input checked="" type="checkbox"/>自編教材</p>						

特教需求學生

課程調整

※身心障礙類學生：無

有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙(1)人、自閉症(1)人、(自行填入類型/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)：

自閉症：

1. 內容調整：1. 圖片、影片與動作來替代文字規則說明。
2. 歷程調整：1. 提供合作學習的機會與媽媽提供協助與示範。 2. 將體育的步驟分解示範。
3. 評量調整：1. 多元評量。
4. 環境調整：1. 場地事先規範，媽媽從旁協同 2. 事先熟悉教學的環境。

情障：

1. 內容調整：1. 無。
2. 歷程調整：1. 提供合作學習的機會。 2. 課程融入社交行為步驟。
3. 評量調整：1. 多元評量。
4. 環境調整：1. 安排於老師附近行動。 2. 給予表現與成功的機會。

特教老師簽名：黃唯嘉

普教老師簽名：洋慶輝

嘉義縣新美國小 109 學年度彈性學習課程(校訂課程)教學內容規劃表
下學期

年級	三年級	課程設計者	洋慶輝	教學總節數 /學期(上/下)	20 節/下學期
年級 課程主題 名稱	運動一級棒		符合校訂 課程類型	<input type="checkbox"/> 第一類 <input type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 第三類 <input checked="" type="checkbox"/> 第四類	
學校 願景	師法自然、依時循序 成為循規蹈矩『鄒讚』的新美好兒童		與學校願 景呼應之 說明	1. 本課程是以學生體適能之條件，規劃適合的運動條件，發揮多元發展的潛能。 2. 本課程是以運動實踐的態度，培養出學生終生學習的素養，並能運用科技網路，了解國際各項運動賽事。	
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-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。 E-C3 具備理解與關心本土與國際事務的素養，並認識與包容文化的多元性。		課程 目標	1. 透過規律的運動活動，培養良好的生活習慣，促進身心健康。 2. 課程設計由個人到團體的合作和競賽，培養學生互助合作之素養。 3. 具備自我文化認同及尊重與欣賞多元文化，探索各項技術與技能策略，處理競賽中的各項問題。	

教學進度	單元名稱	教學重點 (教學活動)	連結 領域/ 議題	學習表現	校訂學習內容	教學目標 (學習目標)	評量內容 (表現任務)	節數
第 (1) 週 - 第 (4) 週	跳繩	<p>活動一</p> <p>1. 透過網路教學了解跳繩的規則以及注意事項。</p> <p>活動二</p> <p>2. 透過跳繩的材質選擇，做融入暖身操概念進行應用。</p> <p>活動三</p> <p>1. 演示雙腳跳預備姿勢和單手甩繩跳姿勢後，引導學生可以模仿教師的動作。</p>	健康與體育領域	<p>2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。</p> <p>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。</p> <p>3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。</p>	<p>1. 認識跳繩的基本規則及注意事項。</p> <p>1. 選擇適合跳繩材質進行暖身操之應用。</p> <p>1. 雙腳連續跳跳繩，並互相合作鼓勵達成團隊目標。</p>	<p>1. 認識跳繩的基本規則及注意事項。</p> <p>1. 學會選擇適合的跳繩做融入，進行暖身操應用。</p> <p>1. 透過模仿練習，完成雙腳跳預備姿勢和單手甩繩跳動做。</p>	<p>1. 能說出 2~3 條跳繩的基本規則及注意事項。</p> <p>1 能說出熱身的種類與目的。</p> <p>1. 能互相合作，完成連續跳跳繩 20 下以上的動做。</p>	4

<p style="text-align: center;">第 (5) 週 - 第 (10) 週</p>	<p style="text-align: center;">跳繩接力</p>	<p>活動一</p> <p>1. 演示雙腳連續跳姿勢要領後，引導學生可以模仿教師的動作進行 15 下以上的動作。</p> <p>活動二</p> <p>1. 演示雙手甩繩連續跳的姿勢要領後，引導學生雙手甩繩連續跳 20 下以上，加入團體記總跳數活動，鼓勵學生團隊合作，發揮潛能。</p> <p>活動三</p> <p>1. 進階引導學生以跳繩的方式加上跑步得動作。</p>	<p>健康與體育領域</p>	<p>3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。</p> <p>3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	<p>1. 雙腳連續跳跳繩。</p> <p>1. 雙手甩繩連續跳動作，加入團體記總跳數活動。</p> <p>1. 雙手雙腳同時做跳繩及跑步動作。</p>	<p>1. 透過模仿練習，完成雙腳連續跳的動作。</p> <p>1. 透過模仿練習，完成雙手甩繩連續跳的動作。</p> <p>1. 雙手雙腳同時做動作，進而達到全身運動的效果，互相合作鼓勵達成團隊目標。</p>	<p>1. 能完成雙腳連續跳跳繩 15 下以上的動作。</p> <p>1. 能完成雙手甩繩連續跳 20 下以上的動作。</p> <p>1. 能完成讓雙手雙腳及速度同時達到協調性。</p>	<p style="text-align: center;">6</p>
---	---	--	----------------	--	--	---	---	--------------------------------------

<p style="text-align: center;">第 (11) 週 - 第 (14) 週</p>	<p style="text-align: center;">桌球</p>	<p>活動一</p> <p>1. 透過網際網路視頻讓學生得知桌球的規則、注意事項及國際知名的桌球運動員。</p> <p>活動二</p> <p>1. 桌球正、反手發球</p> <p>(1) 教師演示正手發球，學生模仿練習。</p> <p>(2) 教師演示反手發球，學生模仿練習。</p> <p>活動三</p> <p>1. 正拍擊球</p> <p>(1) 教師演示正拍擊球，學生進行模仿練習。</p> <p>(2) 教師演示小跨步移動，學生進行模仿練習。</p>	<p>健康與體育領域</p>	<p>2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。</p> <p>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。</p>	<p>1. 桌球的基本規則、注意事項及國際知名的桌球運動員。</p> <p>1. 桌球正、反手發球。</p> <p>1. 正拍擊球。</p> <p>2. 小跨步移動。</p>	<p>1. 認識桌球的國際運動和著名人物。</p> <p>1. 認識桌球的正、反手發球法。</p> <p>1. 認識打桌球時的正拍擊球法。</p> <p>2. 認識打桌球時的小跨步移動法。</p>	<p>1. 能口述數項桌球賽的規則和著名人物。</p> <p>1. 能說出桌球正、反拍正確握法和其他。</p> <p>1. 能以正拍擊球3-5下。</p> <p>2. 能來回小跨步4下。</p>	<p style="text-align: center;">4</p>
--	---------------------------------------	---	----------------	--	---	--	---	--------------------------------------

<p>第 (15) 週 - 第 (20) 週</p>	<p>躲避球</p>	<p>活動一 1. 透過網際網路視頻，引導觀賞躲避球，認識與包容文化的多元性。 2. 講述躲避球基本規則和注意事項，並要同學進行覆述，讓學生得以注意規則的重要。</p> <p>活動二 1. 演示躲避球的擲球、接球、移動之後，帶領學生分組進行躲避球的基本動作練習。</p> <p>活動三 1. 帶領學生進行分組面對面的躲避球比賽。</p>	<p>健康與體育領域</p>	<p>2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>	<p>1. 躲避球的基本規則及注意事項。</p> <p>1. 分組進行躲避球基本動作練習。</p> <p>1. 分組進行躲避球比賽，賽後相互討論分析促進學生團結合作。</p>	<p>1. 觀賞正式的躲避球賽事，認識與包容文化的多元性。 2. 認識躲避球遊戲規則和小組成員的運用。</p> <p>1. 認識並學會躲避球的基本動作。</p> <p>1. 能主動積極參與躲避球的各項競賽。</p>	<p>1. 能說出正式躲避球的場上人數和競賽規則。</p> <p>1. 能完成躲避球擲球、接球、移動的基本動作。</p> <p>1. 能樂於從事躲避球運動。</p>	<p>6</p>
<p>教材來源</p>		<p><input type="checkbox"/>選用教科書 () <input checked="" type="checkbox"/>自編教材</p>						

特教需求學生

課程調整

※身心障礙類學生：無

有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙(1)人、自閉症(1)人、(自行填入類型/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)：

自閉症：

1. 內容調整：1. 圖片、影片與動作來替代文字規則說明。
2. 歷程調整：1. 提供合作學習的機會與媽媽提供協助與示範。 2. 將體育的步驟分解示範。
3. 評量調整：1. 多元評量。
4. 環境調整：1. 場地事先規範，媽媽從旁協同 2. 事先熟悉教學的環境。

情障：

1. 內容調整：1. 無。
2. 歷程調整：1. 提供合作學習的機會。 2. 課程融入社交行為步驟。
3. 評量調整：1. 多元評量。
4. 環境調整：1. 安排於老師附近行動。 2. 給予表現與成功的機會。

特教老師簽名：黃唯嘉

普教老師簽名：洋慶輝