

嘉義縣南新國小 109 學年度校訂課程教學內容規劃表-上學期

年級	五年級	課程設計者	五年級教師團隊	教學總節數 /學期(上/下)	40 節/ 上學期
年級 課程主題名稱	水牛傳薪物產豐		符合校訂 課程類型	<input checked="" type="checkbox"/> 第一類 <input type="checkbox"/> 第二類 <input type="checkbox"/> 第三類 <input type="checkbox"/> 第四類	
學校 願景	六育涵養，全人南新 品格、食農、資訊、國際、美學、健康		與學校願 景呼應之 說明	一、透過水果和香草植物的栽植與觀察紀錄，進而認識水果、香草的美食和加工品，學習料理和製作生活手工品，發展食農教育，引導學童六育均衡發展。 二、藉由探索和規劃家鄉水虞厝，運用蒐集、觀察、記錄、實作、合作等學習方式，以充分發展學生潛能，並培養孩童認同在地文化。 三、透過水上自救和悠遊字在，不但增進學童身體健康和品格涵養，培養孩童成為全人南新。	
總綱 核心素養	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-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、透過體驗與實踐，能具備探索家鄉水虞厝先民與這片土地交織的古今故事，與思考水果、香草與土地的互動與關係，建立問題解決的正確態度。 二、藉由水果、香草的料理和手工製作，培養學童多元感官的發展，藝術鑑賞的素養，進而將美感帶入日常生活。 三、透過小組合作栽種香草、水果以及家鄉史料探究，理解他人感受，樂於和同學互動並與組內成員合作之素養。	

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	歷史探究	活動一 1. 運用網路連線學校網頁，認識水虞厝的由來。 2. 觀察並說明水虞厝的歷史及其地名的含意。 活動二 1. 介紹水虞厝地理位置與水牛的關係。 2. 介紹校園內的水牛雕像作品－「舐犢情深」。 3. 走察水虞厝的實際範圍並感受古代先民來台開墾的辛苦。	社會領域	1b-III-2 理解各種事實或社會現象的關係，並歸納出其間的關係或規律性。 2a-III-1 關注社會、自然、人文環境與生活方式的互動關係。 2b-III-1 體認人們對社會事物與環境有不同的認知、感受、意見與表現方式，並加以尊重。 2b-III-2 理解不同文化的特色，欣賞並尊重文化的多樣性。	1. 介紹水虞厝的歷史由來及地名的含意。 2. 介紹校園中的水牛雕像與生活中的互動。 3. 走察水虞厝社區。 4. 發表水虞厝社區的特色。 5. 專心聆聽同學的發言。 6. 發表對水虞厝的感受。	1. 理解與歸納水虞厝社由來的歷史及地名含意。 2. 關注校園中的水牛雕像與生活中的互動。 3. 體認與感受水虞厝社區並實地走察，增加學生對環境的認知。 4. 理解水虞厝社區的特色，欣賞並尊重文化的多樣性。 5. 在需要專心聆聽時，判斷同學發言的合理性，並分辨同學的發言是事實或意見。 6. 運用適合的詞句表達對水虞厝的感受，並加以包容尊重。	1. 能具體介紹水虞厝的由來及地名的含意。 2. 了解水牛雕像的相關連結意義和精神。 3. 實地走察水虞厝的環境，並加以尊重。 4. 能理解不同文化特色、欣賞並尊重文化的特性。	1. 搜尋網路：水虞厝的由來/歷史/地名的含意。 2. 校外走察紀錄表 3. 校園中的水牛雕像「舐犢情深」	2
			語文領域	1-III-3 判斷聆聽內容的合理性，並分辨事實或意見 2-III-3 靈活運用詞句和說話技巧，豐富表達內容。					
第(2)週	探訪恩主公	活動一 1. 播放「廟宇介紹」的圖片，加深對水虞厝的印象並請學生分享學習心得 2. 播放「廟宇介紹」的圖片，並透過討論知道圖片中介紹恩主公的由來和在地人的宗教信仰。 活動二 1. 介紹在地人的宗教信仰。 2. 走察恩主公的歷史和建築 3. 發表對恩主公的印象感覺	語文領域	1-III-1 根據演講、新聞話語、情境及其情感，聽出不同語氣，理解對方所表達的情意，表現適切的回應。 2-III-1 觀察生活情境的變化，培養個人感受和思維能力，積累說話材料。	1. 介紹廟宇的圖片、廟宇和人的互動。 2. 恩主公的由來和在地人的宗教信仰。 3. 發表對恩主公的印象與感受 4. 在地人的宗教信仰	1. 根據老師和同學介紹廟宇的圖片、廟宇和人的互動，理解圖片中要傳達的資訊。 2. 觀察恩主公的由來和在地人的宗教信仰，對恩主公有更深層的理解，並試著說出感受，積累表達能力。 3. 解析對恩主公的印象與感受，體會廟宇文化中蘊藏的藝術精髓 4. 關注在地人的宗教信仰「恩主公」，學生能	1. 能專心觀賞恩主公的圖片介紹和水虞厝的宗教信仰。 2. 能關懷恩主公的由來。 3. 實地走察水虞厝的廟宇，並加以尊重。 4. 能理解廟宇文化特色、欣賞並尊重廟宇文化的特性。	1. 搜尋網路：恩主公的由來及歷史 2. 校外走察紀錄表 3. 廟宇的建築圖片及介紹。	2
			社會領域	1b-III-3 解析特定人物、族群與事件在所處時間、空間脈絡中的位置與意義。					

				2a-III-1 關注社會、自然、人文環境與生活方式的互動關係。 2b-III-2 理解不同文化的特色，欣賞並尊重文化的多樣性。	「恩主公」。 5. 恩主公的歷史和建築。	對家鄉有進一步認識，增進與自己家鄉的互動。 5. 理解恩主公的歷史和建築，讓社會領域中學習到的歷史能實際與生活對應，欣賞並尊重文化的多樣性。			
第(3)週 - 第(4)週	漢字百寶箱- 珍惜緣分 懷感恩	1. 播放上課所需DVD。 (1)說「糸」 (2)說「戀」上 (3)說「戀」下 (4)說「家」 2. 利用討論、發表的方式讓學生明白文字演變與故事的內容。 3. 發學習單並說明重點 4. 說明作文：在生活中學會珍惜寫作大綱。	國語文	2-III-5 把握說話內容的主題、重要細節與結構邏輯。 5-III-11 大量閱讀多元文本，辨識文本中議題的訊息或觀點。 6-III-3 掌握寫作步驟，寫出表達清楚、段落分明、符合主題的作品。	1. 糸、戀、家DVD。 2. 糸、戀、家等文本、漢字的造字與演變。 3. 糸、戀、家等漢字的相關文化故事。 4. 作文：在生活中學會珍惜寫作大綱	1. 專心觀看糸、戀、家DVD。 2. 閱讀糸、戀、家等文本，辨識糸、戀、家的造字與演變。 3. 覺察性別的互動方式與情感表達，透過糸、戀、家相關故事，把握說話的重要內容與細節。 4. 掌握寫作步驟，並瞭解作文寫作大綱，寫出符合主題的作品。	1. 能專注觀看DVD。 (1)說「糸」 (2)說「戀」上 (3)說「戀」下 (4)說「家」 2. 能參與分組討論、發表，明白文字演變與故事的內容。 3. 能注意聆聽重點並習寫學習單。 4. 能專注聆聽作文：在生活中學會珍惜寫作大綱。	1. 「悠遊字在」DVD。 2. 說「戀」學習單。 3. 說「家」學習單。 4. 作文：在生活中學會珍惜寫作大綱	4
			綜合活動	2a-III-1 覺察多元性別的互動方式與情感表達，並運用同理心增進人際關係。					
第(5)週	認識土壤與適合的作物	1. 利用簡報及影片介紹砂土、壤土和黏土的特性。 2. 利用簡報及影片介紹砂土、壤土和黏土適合種植的作物。 3. 請學生說出不同的土壤與適合種植的作物。 4. 完成土壤與作物學習單。	自然科學	tm-III-1 能經由提問、觀察及實驗等歷程，探索自然界現象之間的關係，建立簡單的概念模型，並理解到有不同模型的存在。	1. 砂土、壤土和黏土的特性 2. 砂土、壤土和黏土適合種植的作物。	1. 能經由提問、觀察及實驗等歷程，探索砂土、壤土和黏土的特性，進行觀察理解土壤與作物之間的關係。 2. 能分析與判讀砂土、壤土和黏土等各類資訊，規劃種植適合的作物。	1. 學生能說出不同的土壤適合種植的作物。 2. 能完成土壤與作物學習單問題。	1. 砂土、壤土和黏土有何區別？各適合種植什麼農作物？ https://kknews.cc/agriculture/3olonzo.html https://kknews.cc/zh-tw/agriculture/4xpevkg.html 2. 土壤與作物學習單	2
			綜合活動	2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略以解決日常生活的問題					
第(6)週	土壤改良~利用椰	1. 認識椰殼的基本物性。 2. 利用簡報和影片，介紹椰殼屑的價值與作用。 3. 利用簡報介紹椰殼屑可當介質進行土壤改良。 4. 展示椰殼屑，動手摸摸看。	自然科學	po-III-1 能從學習活動、日常經驗及科技運用、自然環境、書刊及網路媒體等察覺問題。	1. 椰殼纖維基本性質及農作價值的認識。 2. 椰殼屑與	1. 能從觀看椰殼纖維 r 簡報察覺歸納出椰殼產物在農園藝上進行土壤改良的運用。 2. 能參與椰殼屑與土壤混合實作歷程，分工負	1. 學生能說出椰殼屑的價值與作用。 2. 能說出椰殼屑與土壤改良的關係。 3. 學生能正確使用工具，並完成椰殼屑與土壤的混	1. 園藝種植，不了解這些怎麼行？說說介質那點事 https://kknews.cc/agriculture/np6m5pq.html	2

	殼屑進行土壤改良	5. 使用工具(鋤頭、鏟子)進行椰殼屑與土壤的混合。 6. 四人一組分工合作, 完成椰殼屑的土壤改良。	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。	土壤混合的實際操作。	責, 協同合作完成土壤改良。	合。 4. 能發揮團隊合作精神, 完成土壤改良。	2. 椰殼屑的介紹與用途PPT 3. 椰殼屑 4. 鋤頭、鏟子 5. 椰殼屑、土壤	
第(7)週	種植百香果	1. 使用工具(鋤頭、鏟子)進行百香果苗的種植。 2. 四人一組分工合作, 實際操作體驗百香果苗的種植。 3. 完成種植紀錄。	自然科學	pe-III-2 能正確安全操作適合學習階段的物品、器材儀器、科技設備及資源。能進行客觀的質性觀察或數值量測並詳實記錄。	1. 百香果苗的種植實作。 2. 種植紀錄確實完成。	1. 能正確安全操作鋤頭、鏟子, 將百香果苗種於校園南新藝廊旁。 2. 能進行種植觀察並完成記錄種植。 3. 能參與百香果苗種植歷程, 分工負責, 協同合作完成任務。	1. 能正確使用工具, 並完成百香果苗的種植。 2. 能發揮團隊合作的精神, 將百香果苗種植於南新藝廊旁。 3. 各組完成種植紀錄。	1. 鋤頭、鏟子 2. 百香果苗 3. 種植紀錄單 4. 百香果整年生產的新技術 https://www.youtube.com/watch?v=yv6nKgQo7bY	2
			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。					
第(8)週	溫室採收百香果	1. 全學年師生步行至溫室, 進行校外實地參訪學習。 2. 學生觀察百香果的花、果、葉, 並親自動手體驗百香果採摘活動。 3. 讓學生提問種植百香果時遭遇的問題與困難, 也分享種植過程的樂趣與感動。 4. 完成參訪百香果溫室學習所得。	自然科學	po-III-2 能初步辨別適合科學探究的問題, 並能依據觀察、蒐集資料、閱讀、思考、討論等, 提出適宜探究之問題。	1 百香果溫室校外參訪。 2. 百香果種植要領傳授(溫室達人)。 3. 參訪學習單確實完成。	1. 能初步辨別適合種植百香果環境條件與照顧要領。 2. 能依據觀察、討論提問了解種植百香果的問題與困難。 3. 能分析與判讀參訪資訊, 規劃百香果種植照顧策略, 並完成參訪學習單。	1. 能遵守校外參訪相關安全規定。 2. 學生能親自動手採摘百香果。 3. 學生能專心聆聽、觀察, 並完成參訪學習單。	1. 校外專業人士溫室參訪 2. 參訪心得 3. 連棟溫室百香果的種植方法 https://kknews.cc/zh-tw/agriculture/bxvq52m.html	2
			綜合	2c-III-1 分析與判讀各類資源, 規劃策略以解決日常生活的問題					
第(9)週	認識香草植物	活動一 1. 觀察不同的歐美香草植物盆栽, 認識植物名稱, 如薰衣草、百里香、迷迭香、羅勒等, 並感受香草的各種特殊氣味。 2. 認識東方香草植物, 如肉桂、紫蘇、九層塔、薑、蔥、蒜……, 分享在生活中與香草的相遇。 3. 介紹香草植物的定義。 活動二 1. 播放「小小科學家/香草的故事」網站, 介紹香草在	自然領域	tr-III-1 能將自己及他人所觀察、記錄的自然現象與習得的知識互相連結, 察覺彼此間的關係, 並提出自己的想法及知道與他人的差異。	1. 香草植物的特徵與氣味。 2. 香草植物的功能與用途。 3. 香草植物在生活中的運用經驗。 4. 專心聆聽同學的發言。	1. 透過五官觀察, 察覺香草植物的特徵與氣味。 2. 經由認識香草植物, 能與自己的生活經驗做連結, 並提出自己知道的相關知識。 3. 理解香草植物的定義, 並知道香草植物與其他植物的差異。 4. 理解香草植物在歷史上與現代的運用差異。 5. 在需要專心聆聽時, 判斷同學發言的合理, 並分辨同學的發言是事	1. 能具體說出香草植物的名稱、特徵與氣味。 2. 能瞭解香草植物的定義。 3. 能具體說出香草植物的功能與用途。 4. 能提出香草植物在不同領域上的運用。 5. 能清楚表達生活中與香草植物的經驗連結。	1. 歐美香草盆栽 2. 東方香草植物 3. 「香草的故事」學習單 4. 「小小科學家/香草的故事」網站 http://elearn.dres.tc.edu.tw/lifetype/post/77/235 5. 「佳德谷原住民植物生活教育園區」網站 https://www.facebook.com/Gidak	2
			國語文領域	1-III-3 判斷聆聽內容的合理性, 並分辨事實或意見。 2-III-3 靈活運用詞句和說話技巧,					

		<p>歷史上的運用。</p> <p>2. 播放「佳德谷原住民植物生活教育園區」網站，介紹香草的功能和用途。</p> <p>3. 發表對香草在各方面運用的瞭解與使用經驗。</p>		豐富表達內容。		實或意見。	6. 能與自己的生活經驗做連結，運用適合的詞句發表香草植物的使用經驗。	u/posts/392636477419646/	
第(10)週	種植香草植物	<p>活動一</p> <p>1. 播放簡報介紹適合臺灣生長的香草植物，講解其生長環境與栽培方法。</p> <p>2. 分析討論適合當季栽培的香草植物，決定栽種的種類及方式。</p> <p>3. 統整香草植物種植所需用品、工具。</p> <p>活動二</p> <p>1. 蒐集土壤進行土壤改良。</p> <p>2. 將香草植物種植在花盆。</p> <p>3. 幫香草植物適當的澆水。</p> <p>4. 為香草植物選擇一個最自然、有足夠日照的環境。</p>	自然領域	<p>po-III-1 能從學習活動、日常經驗及科技運用、自然環境、書刊及網路媒體等察覺問題。</p> <p>pe-III-2 能正確安全操作適合學習階段的物品、器材儀器、科技設備及資源。能進行客觀的質性觀察或數值量測並詳實記錄。</p>	<p>1. 適合臺灣生長的香草植物。</p> <p>2. 香草植物的生長環境與栽培方法。</p> <p>3. 種植香草植物的用品工具。</p> <p>4. 土壤改良</p> <p>5. 種植香草植物。</p> <p>6. 適當澆水</p> <p>7. 安置適當環境</p>	<p>1. 從日常經驗與網路媒體的資訊察覺適合臺灣生長的香草植物。</p> <p>2. 從學習活動與自然環境的觀察，察覺適合香草植物的生長季節、環境與栽培方法。</p> <p>3. 能正確使用操作種植香草植物的用品與工具。</p> <p>4. 能進行客觀的質性觀察，蒐集並改良適合香草植物種植的土壤。</p> <p>5. 正確安全的操作工具進行香草種植。</p> <p>6. 為香草植物規畫適當的澆水時間與安置地點，並負責的執行照顧任務。</p>	<p>1. 能瞭解適合臺灣生長的香草植物，並正確選擇適合當季栽培的種類。</p> <p>2. 能具體說出並確實準備種植香草植物所需的用品與工具。</p> <p>3. 能蒐集並確實進行土壤改良。</p> <p>4. 能瞭解香草植物的栽培方法並正確完成種植。</p> <p>5. 能為香草找到適合的安置環境，並定期澆水。</p>	<p>1. 「香草的故事」學習單</p> <p>2. 「行政院農業委員會臺中區農業改良場/便民服務/常見問答/特用作物」網站</p> <p>https://www.tdais.gov.tw/theme_list.php?theme=FAQ&category=2&page=3</p>	2
			綜合領域	<p>1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。</p>					
第(11)週	照顧香草植物	<p>活動一</p> <p>1. 播放剪報介紹香草植物常見的病蟲害，並學習在必要時以有機殺蟲劑或草木農藥方法來防蟲防菌。</p> <p>2. 指導定期施肥、摘心、修剪、分株。</p> <p>活動二</p> <p>1. 發表照顧香草植物遇到的驚喜與困難，討論解決困難的方法。</p> <p>2. 擔任保姆的角色，體會父母與師長們照顧孩子的辛苦。</p>	自然領域	<p>ah-III-1 利用科學知識理解日常生活觀察到的現象。</p> <p>ah-III-2 透過科學探究活動解決一部分生活週遭的問題。</p>	<p>1. 香草植物常見的病蟲害。</p> <p>2. 製作有機殺蟲劑或草木農藥</p> <p>3. 定期施肥、摘心、修剪、分株。</p> <p>4. 發表種植的心得。</p> <p>5. 討論解決困難的方法。</p> <p>6. 體會長輩的辛苦。</p>	<p>1. 利用科學知識理解香草植物的病蟲害。</p> <p>2. 透過科學方法製作有機殺蟲劑或草木農藥來解決病蟲害問題，實踐環境友善行動。</p> <p>3. 透過長期照顧香草植物的過程，覺察植物生長的變化與發展歷程，實踐對生命的尊重與珍惜。</p> <p>4. 持續參與照顧香草植物活動，省思父母與師長照顧孩子的辛苦，展現感恩的情懷。</p> <p>5. 在需要專心聆聽時，判斷同學發言的合理，並分辨同學的發言是事</p>	<p>1. 能理解香草植物的病蟲害，並能製作草木農藥解決問題。</p> <p>2. 能持續定期的照顧香草植物，確實觀察記錄其生長歷程。</p> <p>3. 能清楚說出照顧香草植物所遇到的困難，並能與師長同學共同探討解決的方法。</p> <p>4. 能具體表達照顧香草植物的心得，並能表達對父母與師長的感恩。</p>	<p>1. 「香草植物」觀察記錄表</p> <p>2. 「美國農民自製有機農藥的七個方法」網站</p> <p>https://knews.cc/zh-tw/agriculture/bom3avo.html</p>	2
			綜合領域	<p>3b-III-1 持續參與服務活動，省思服務學習的意義，展現感恩、利他的情懷。</p> <p>1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。</p> <p>3d-III-1 實踐環境友善行動，珍惜生態</p>					

				資源與環境。 1-III-3 判斷聆聽內容的合理性，並分辨事實或意見。 2-III-3 靈活運用詞句和說話技巧，豐富表達內容。		實或意見。			
			國語文領域						
第(12)週	基本動作教學	<p>活動一：「水中漫步」 在水池地板鋪上鋁製檯子，讓學生先能接受水淹到大腿（膝蓋）的深度。接著請學生蹲下，讓學生以蹲姿在檯子上行走，感受水流在胸口流動以及適應胸口受到水壓的感受。</p> <p>活動二：「鼻子碰水吐氣」 請學生在空氣中先用嘴巴吸一口氣、嘴巴嘟嘴鼓起，將頭慢慢沈入水中，當鼻子碰觸到水面時，由鼻子吐氣。反復操作之後，開始加深頭部入水，從鼻子慢慢往上延伸到眼睛，讓學生能習慣眼睛看到水線。</p> <p>活動三：水中撥水 接續活動一，取消檯子加高，讓學生可以直接全深入水，先扶著進行走中漫步 15 公尺往返。接著讓學生走在水線中央、不再扶牆，教導學生用手掌向後撥水，加速前進走動速度，也讓學生感受用自身的動力帶動身體的水感。</p>	健康與體育	<p>1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。</p> <p>3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p>	<p>1. 學習水中漫步</p> <p>2. 學習鼻子碰水就吐氣</p> <p>3. 學習水中撥水</p>	<p>1. 了解水中漫步技能要素和基本運動規範。</p> <p>2. 流暢地操作鼻子碰水就吐氣技能。</p> <p>3. 表現穩定的水中撥水控制和協調能力。</p> <p>4. 運用教師給予的教學資訊，初探自己的水中漫步技巧與發展。</p>	<p>1. 完成水中漫步 25 公尺</p> <p>2. 完成鼻子碰水呼氣，連續十次（動作需有節奏，不可過急）</p> <p>3. 完成水中漫步合併撥水動作，25 公尺。</p>	基礎教學： https://home.gamer.com.tw/creationDetail.php?sn=471150	1
		綜合活動	<p>1c-III-1 運用生涯資訊，初探自己的生涯發展。</p>						
第(12)週	悶氣與韻律呼吸	<p>活動一：悶氣 手扶岸邊、讓學生能夠以蹲姿下沉、讓水線逐漸淹過頭頂，默數 5 秒。此動作重複操作五次。接著請學生放開雙手、在水中以</p>	健康與體育	<p>1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。</p> <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> <p>3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。</p>	<p>1. 學習悶氣</p> <p>2. 學習原地韻律呼吸</p> <p>3. 學習彈跳反復韻律呼吸</p>	<p>1. 了解悶氣技能要素和基本運動規範。</p> <p>2. 了解原地韻律呼吸的要素和要領。</p> <p>3. 流暢地操作彈跳反復韻律呼吸技能。</p> <p>4. 參與彈跳反復韻律呼</p>	<p>1. 完成頭部完全下沉水中悶氣，每次五秒，共十次。</p> <p>2. 完成原地韻律呼吸每回 10 次，5 循環。</p> <p>3. 能彈跳式的進行 25 公尺韻律呼吸。</p>	基礎教學： https://home.gamer.com.tw/creationDetail.php?sn=471150	1

		<p>蹲姿將身體完全帶入水中、讓頭部可以入水 30 公分，一樣默數五秒，操作五次。</p> <p>活動二：原地韻律呼吸</p> <p>請學生扶著岸邊、在空氣中先用嘴巴吸一口氣、嘴巴嘟嘴鼓起，將頭慢慢沈入水中，當頭部完全入水面時，由鼻子吐氣。一個循環十下，逐漸增加到五循環。藉由練習、熟悉嘴巴與鼻子的呼吸交換，以及悶氣過程中的耳內平衡過程。</p> <p>活動三：彈跳反複韻律呼吸</p> <p>請學生以「蹲低、往前彈跳」的方式，進行韻律呼吸；在彈跳過程中，也讓學生練習手部撥水。距離為 25 公尺往返。</p>	綜合活動	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。		吸訓練活動，適切表現自己在課程當中的學習效果，協同合作達成學習目標。		
第(13)週	水母漂	<p>活動一：放鬆漂浮練習</p> <p>讓學生雙手朝前放鬆、雙腳稍微曲折離地，身體放鬆沉浮在水中，直到身體逐漸下沉、需要換氣才站起來。</p> <p>活動二：水母漂</p> <p>延續活動一，讓學生呼吸一口氣（提醒：吸飽 9 分空即可）、雙腳曲折上提，順勢用手抱住小腿，一開始身體會微微下沉，但因為肺部有空氣，身體會浮起來。此動作操作十次。</p> <p>活動三：水母漂換氣</p> <p>延續活動二，在身體漂浮過程中，發現氧氣快要耗盡、身體逐漸下沉，例即將抱膝的雙手打開、用手掌壓水，因而產生一股上</p>	健康與體育	<p>3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p>	<p>1. 學習放鬆漂浮</p> <p>2. 學習水母漂</p> <p>3. 學習水母漂換氣</p>	<p>1. 流暢地操作放鬆漂浮技能。</p> <p>2. 流暢地操作水母漂技巧。</p> <p>3. 表現穩定的水母漂換氣協調能力。</p> <p>4. 規劃與執行水母漂技巧，培養水母漂換氣的持續力。</p>	<p>1. 完成原地輕鬆漂浮 3~5 秒，共 5 次。</p> <p>2. 完成水母漂、每次背部浮上水面、停留 5 秒，共 5 次。</p> <p>3. 連續完成水母漂換氣 10 次，3 循環。</p>	基礎教學： https://home.gamer.com.tw/creationDetail.php?sn=471150
		綜合活動	1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。					

		浮力，將頭抬起來後，用韻律呼吸的方法交換空氣，隨即再次下沉。此動作讓學生操作 10 次，然後進行五循環。							
第(13)週	基本動作教學	活動一：悶氣複習 請學生進行悶氣，一次 10 秒。 活動二：原地韻律呼吸複習 請學生進行原地韻律呼吸，一回 10 下，一共三回合。 活動三：跳躍韻律呼吸複習 請學生跳躍韻律呼吸，15 公尺往返，二趟。 活動四：水母漂複習 請學生進行水母漂以及水母漂換氣，每個動作五次。	健康與體育	3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。	1. 複習悶氣 2. 複習原地韻律呼吸 3. 複習跳躍韻律呼吸 4. 複習水母漂	1. 流暢地操作悶氣健康技能並能反覆操作。 2. 表現穩定的原地韻律呼吸和跳躍韻律呼吸控制和協調能力。 3. 自我反省與修正水母漂的行動。 4. 覺察韻律呼吸的嘴鼻協調方式，並運用水母漂增進自救能力。	1. 完成頭部完全下沉水中悶氣，每次五秒，共十次。 2. 完成原地韻律呼吸每回 10 次，5 循環。 3. 能彈跳式的進行 25 公尺韻律呼吸。 4. 完成水母漂、每次背部浮上水面、停留 5 秒，共 5 次。	基礎教學： https://home.gamer.com.tw/creationDetail.php?sn=471150	1
		綜合活動	2a-III-1 覺察多元性別的互動方式與情感表達，並運用同理心增進人際關係。						
第(14)週	蹬漂水中站立	活動一：蹬漂練習 請學生站立於水中，蹲低以後，手部向前伸展、頭部入水後，往前輕輕彈跳而出，教師說明身體漂浮於水面上的訣竅。藉由身體漂浮，能在水面上停留 5~8 秒鐘。 活動二：身體配重漂浮 漂浮時，指導學生可以把雙手放在前方，手部往水裡下降 20~35 度，可以抬升下沉的腿部。反覆練習、讓學生掌握放鬆漂浮的要點，了解核心肌肉支撐漂浮動作。 活動三：水中站立 教導學生漂浮結束時，使用手掌往下壓水，起身站立。此活動也讓學生練習游泳到一半、從泳姿轉換	健康與體育	3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。	1. 學習蹬漂 2. 學習身體配重漂浮 3. 學習水中站立	1. 流暢地操作蹬漂技能。 2. 表現穩定的身體配重漂浮控制和協調能力。 3. 自我反省與修正水中站立的行動。 4. 比較與檢視身體配重漂浮的體適能與運動技能表現。 5. 規劃與執行身體配重漂浮技巧，培養輕鬆漂浮的實踐技巧。	1. 能以蹬漂姿勢停留於水面 5~8 秒。 2. 能完成身體配重漂浮每次 5 秒，共 5 循環。 3. 完成漂浮+水中站立轉換，共 5 次。	基礎教學： https://home.gamer.com.tw/creationDetail.php?sn=471150	1
		綜合活動	1b-III-1 規劃與執行學習計畫，培養自律與負責的態度。						

		成立姿。							
第(14)週	打水 15M	活動一：精熟蹬漂及水中站立 繼續複習蹲姿蹬漂以及水中撥水站立的配合動作。要求學生在做蹬漂動作，注意手部下沉調整身體配重的重點。	健康與體育	1d-III-1 了解運動技術的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技術的正確性。 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。	1. 學習精熟蹬漂及水中站立 2. 學習岸上打水 3. 學習岸邊打水	1. 了解精熟蹬漂及水中站立的要素和要領。 2. 比較自己或他人岸上打水技術的正確性。 3. 流暢地操作基礎岸邊打水技術。 4. 分析與判讀岸上打水所遭遇的問題與挫折，規劃策略以解決岸邊打水的問題。	1. 熟悉蹬漂與水中站立 2. 能成功壓平腳板、進行打水動作。 3. 能扶住岸邊、利用腕部轉動帶動腿部打水。	捷式教學： http://www.pcnet.idv.tw/swimtutor/freestyle.htm	1
		活動二：岸上打水 老師說明腿部打水技巧。學生趴在岸邊個別指導腳板與大小腿角度。 活動三：岸邊打水 下水拉住邊牆、原地打水。要求學生在打水時，必須轉動腕部帶動大腿、甩動小腿。		2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略以解決日常生活的問題。					
第(15)週	仰漂及基礎打水 15M	活動一：浮板打水 教師說明浮板使用方法，並且叮嚀將身體重心配放在浮板上頭，不要只是把浮板伸直。學生藉由浮板，能抬頭漂浮十五公尺。試著用靠著浮板打水前進。	健康與體育	3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。	1. 學習浮板打水 2. 調整打水細節	1. 表現穩定的浮板打水控制和協調能力。 2. 自我反省與修正打水細節的行動。 3. 運用浮板打水的技能，解決打水細節的問題，豐富自身游泳技巧。	1. 能依序完成5、10、15公尺浮板打水。 2. 能調整下身下沉問題。 3. 能完整伸直手部、使用腕部打水。	捷式教學： http://www.pcnet.idv.tw/swimtutor/freestyle.htm	1
		活動二：打水細節調整 教師針對小腿抬伸過高的學生，持續糾正改善。教師示範如何正確使用大腿帶動小腿去做動打水姿勢。提醒學生將重心前趴、改善腰部下沉的缺點。		2d-III-1 運用美感與創意，解決生活問題，豐富生活內涵。					
第(15)週	基礎划手及換氣練習	活動一：岸邊划水 教師示範原地下壓划手、划到大腿側後，再將手肘上移、以三角肘的標準姿勢把手掌放回頭部前方，此時身體也必須順著划手手臂轉到左（右）側	健康與體育	3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。	1. 學習岸邊划水 2. 學習漂浮打水搭配划手 3. 練習長距離划手 4. 學習划水	1. 流暢地操作岸邊划水技能。 2. 表現穩定的漂浮打水搭配划手控制和協調能力。 3. 自我反省與修正長距離划手的行動。 4. 比較與檢視個人的划	1. 能定點完成曲臂划手姿勢。 2. 能以漂浮姿勢，加上曲臂划手，划完4~6次。 3. 能夠完成飄浮划手，每次6~8手，5循環。 4. 完成原地轉頭換氣姿勢。 5. 完成漂浮划手、搭配換氣	捷式教學： http://www.pcnet.idv.tw/swimtutor/freestyle.htm	1

15M	<p>的 45 度。手掌入水以後，立即下沉 30 度。請學生在岸邊低頭、左右手練習 50 次。</p> <p>活動二：漂浮打水搭配划手 教師示範從岸邊出發、身體趴平、踢水，接下來從左手划手、推水、抬肘、左手放回前下方；接著換右手。教師示範划手時，要能配合身體轉軸。</p> <p>活動三：長距離划手練習 要求學生能夠利用大腿夾具、完成 6~8 次的划手，然後站起來、休息後，再一循環。</p> <p>活動四：換氣練習 請學生回到岸邊，依照活動一的流程，將頭部趴在水面下（正面朝下），隨著左右手划手時，鼻子吐氣，當手部滑到後方碰到大腿，臉部就轉向後左（右）側，用嘴巴換氣。當手臂放回前方時，頭部順勢轉回。划手加上轉軸換氣，練習五十次。</p> <p>活動五：划手換氣練習 讓學生在水道上，直接操作打水加上划手換氣，每次划四手，就起身。</p>	綜合活動	<p>4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。</p> <p>2c-III-1 分析與判讀各類資源，規劃策略以解決日常生活的問題。</p>	<p>換氣</p> <p>5. 學習划手換氣練習</p>	<p>水換氣技能表現。</p> <p>5. 分析與判讀划水換氣重點所在，規劃策略以解決長距離划手的問題。</p>	<p>動作（單邊），成功換氣五次。</p>	
第(16)週	<p>太保人文與特色</p> <p>活動一 1. 運用網際網路認識太保市的地名由來。 2. 說出自己所知的太保市相關傳說和特色。</p> <p>活動二 1. 介紹太保市相對嘉義縣的地理位置。 2. 介紹太保市的特色活動—「花海節」。 3. 走察魚寮遺址，對當地的</p>	社會領域	<p>1b-III-3 解析特定人物、族群與事件在所處時間、空間脈絡中的位置與意義。</p> <p>2a-III-1 關注社會、自然、人文環境與生活方式的互動關係。</p> <p>2b-III-1 體認人們對社會事物與環境</p>	<p>1. 介紹太保市及各個里的地名與資料。 2. 介紹太保市各個里的地方傳說與特產 3. 太保市的地理環境 4. 認識「花</p>	<p>1. 解析太保市及各個里的地名與資料。 2. 關注太保市各個里的地方傳說與特產，產生與所在地的互動關係。 3. 體認太保市的地理環境，對家鄉有更深層的認知與感受。 4. 觀察「花海節」的活動特色與意義，並試著說出自己的看法，積累說</p>	<p>1. 能明確利用網路查詢太保市的相關資料。 2. 能關懷太保市的在地文化與特色。 3. 實地走察太保市的文化代表—「魚寮遺址」。 4. 能理解地方特色活動—「花海節」，並探究活動對家鄉帶來的影響。</p>	<p>1. 搜尋網路：太保市的地名由來與相關特色、傳說等。 2. 校外走察紀錄表 3. 花海節的網站資料： https://taibao.cyh.gov.tw/News_Photo_Content.aspx?n=21595FA41</p>

		新石器時代文化有更深層的認識。		有不同的認知、感受、意見與表現方式，並加以尊重。	海節」的活動特色與意義。 5. 認識魚寮遺址。	話能力。 5. 聽聞對於魚寮遺址的講解，能判斷講解內容並針對疑問處提問		A9EE70A&sms=8F0AE5D8E26BFD9A&s=08D161E6A96AED4A 。	
			語文領域	2-III-1 觀察生活情境的變化，培養個人感受和思維能力，積累說話材料。 2-III-2 從聽聞內容進行判斷和提問，並做合理的應對。					
第(17)週	太保特產	活動一 1. 運用網路連線太保有機米專區網頁，認識太保有機米的由來。 2. 觀察並說明太保有機米的種類及設置有機米專區的由來。 活動二 1. 認識太保溫室三寶為哈密瓜、美農瓜和聖女小番茄。 2. 觀察並說明太保溫室三寶的推廣活動及由來，並了解草莓為目前積極推廣的第四寶。 活動三 1. 運用網路連線太保市農會網頁，了解加工農產品特產有那些可以直接於網路上販售。 2. 觀察並說明太保是農產品加工之後所帶來的經濟效益。	社會領域	1b-III-2 理解各種事實或社會現象的關係，並歸納出其間的關係或規律性。 2a-III-1 關注社會、自然、人文環境與生活方式的互動關係。 2b-III-1 體認人們對社會事物與環境有不同的認知、感受、意見與表現方式，並加以尊重。 2b-III-2 理解不同文化的特色，欣賞並尊重文化的多樣性。	1. 太保有機米的由來 2. 了解太保溫室三寶的由來 3. 知道太保市農產的特色。 4. 專心聆聽同學的發言。 5. 知道太保農產品加工後所帶來的經濟價值。	1. 理解太保市推廣有機米的由來，並歸納出有機稻米的種類。 2. 了解太保溫室三寶的推廣活動，並關注農民與農會之間的互動關係。 3. 體認與感受太保農產品的特色，知道各種農產的經濟價值，並請學生發表感想。 4. 理解太保市農產品的特色，欣賞並尊重文化的多樣性，並專心聆聽同學的發言。 5. 知道太保農產的加工品，運用網際網路的行銷方式，將太保市的農產加工品推廣出去，創造出更多的經濟價值。	1. 能具體介紹太保市有機米的由來及含意。 2. 了解太保溫室三寶的由來與種類。 3. 感受農產加工品所帶來的經濟效益。 4. 能理解不同文化特色、欣賞並尊重文化的特性。	1. 搜尋網路：太保有機米專區，認識太保有機米的由來。 2. 搜尋網路：太保市農會網頁，了解加工農產品特產。	2
第(18)週 - 第(20)週	未來小小規劃師	活動一 1. 運用網路連線太保市公所網頁，介紹太保的地理位置以及高速公路周邊的環境。 2. 介紹南新國小附近的未開發土地，作為土地開發的標的物。 活動二 1. 播放「哈里發塔」的影片，	社會領域	1b-III-3 解析特定人物、族群與事件在所處時間、空間脈絡中的位置與意義。 2a-III-1 關注社會、自然、人文環境與生活方式的互動關係。 2b-III-2 理解不同文	1. 了解太保市的地理位置。 2. 觀察南新國小附近的土地利用情況。 3. 分析土地規劃對當地居民的	1. 了解太保市的地理位置，解析太保市的區域特性與發展特色。 2. 觀察南新國小附近的土地開發，關注當地未來的發展性，以及居民之間所的互動關係。 3. 理解土地開發的意義，並分析土地規劃對周遭居民可能帶來的	1. 能專心聆聽太保市的地理環境。 2. 能知道如何做土地規劃。 3. 能了解不同的土地規劃所帶來的影響。 4. 能設計規劃出一個小小城市。	1. 搜尋網路：太保市公所了解太保市地理位置的由來及歷史 2. 搜尋網路：哈里發塔 https://www.youtube.com/watch?v=u9r6RyC2bSw&feature=share	6

