

嘉義縣新港國小 109 學年度校訂課程教學內容規劃表-上學期

年級	三年級	課程設計者	張簡姿均	教學總節數 / 學期(上/下)	40 節/上學期
年級 課程主題名稱	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	人文、知識、平安、科學		與學校願景 呼應之說明	1. 本課程以實作經驗提升專項運動基本的技術能力，進而培養健康體適能。 2. 藉由活動增進同儕間關懷及溝通能力，達成團隊合作。	
總綱 核心素養	E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 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	1. 認識扯鈴為民俗體育的一種，也藉由扯鈴的多變化，提升身體活動力，進而發展個人特質及潛能。 2. 透過教師示範，學生實際操作體驗的方式，從中發現問題並解決問題，培養良好的學習態度。 3. 重視團隊參與，藉由互相合作中理解他人感受並相互尊重，培養健全身心發展。	

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	認識扯鈴	活動一：介紹扯鈴種類及應用、課堂注意事項。(2節) 1. 透過實際接觸、拿取扯鈴等方式，了解不同種類扯鈴以及找到適合自己的扯鈴。 2. 介紹不同扯鈴所需的線繩及更換耗材，並實際操作。	1. 健康與體育	2c-II-1 遵守上課規範及比賽規則。	1. 課堂需知 2. 扯鈴的種類。 3. 耗材的選取及更換。	1. 遵守課堂需知及注意事項。 2. 了解扯鈴種類，並選擇適合的扯鈴。	1. 學生能明白課堂需知。 2. 能知道扯鈴的種類及後續選材。	扯鈴	2
			2. 綜合活動	1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。					
第(2)週 - 第(4)週	基礎運鈴	活動一：溜鈴、地上起鈴、來回運鈴。(6節) 1. 藉由教師示範，讓學生實際操作，理解運鈴原則，並學會基礎運鈴。 2. 溜鈴：利用棍、繩拖帶的方式，使扯鈴能在地面上來回滾動。 3. 地上起鈴：延續溜鈴的方式，將扯鈴從地板帶離地面。 4. 來回運鈴：慣用手由下往上做抽繩收放動作，左手隨抽繩力道自然擺動，順利將扯鈴運起。	1. 健康與體育	3c-II-1 表現聯合性動作技能。	1. 溜鈴 2. 地上起鈴 3. 來回運鈴	1. 能表現出扯鈴基礎動作技巧。 2. 在課堂中展現自己的能力及想法，並分享初次使用扯鈴的感受及想法。	1. 學生能完成溜鈴、地上起鈴、來回運鈴之基礎運鈴動作。 2. 分享自身在學習過程中所遇到的挫折，如何突破。 3. 能主動協助學習進度較慢的同學。	扯鈴	6
2. 綜合活動	1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。								

<p>第 (5) 週 - 第 (7) 週</p>	<p>基礎 調鈴</p>	<p>活動一：前後調鈴、左右調鈴、上下運鈴。(6節) 1. 藉由教師示範，讓學生實際操作，並學會基礎調鈴。 2. 前後調鈴：運鈴過程中加入前後調鈴，減少扯鈴傾斜狀態。 3. 左右調鈴：改變扯鈴方向</p>	<p>健康與體育</p>	<p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	<p>1. 前後調鈴 2. 左右調鈴 3. 上下運鈴</p>	<p>1. 能表現出調鈴的動作技巧。 2. 展現自己控制扯鈴方向的能力，並分享操作後的感後及想法。</p>	<p>1. 學生能說出前後調鈴、左右調鈴及上下運鈴之用意。 2. 學生能完成前後調鈴、左右調鈴及上下運鈴之動作。 3. 分享自身在學習過程中所遇到的挫折，如何突破。 4. 能主動協助學習進度較慢的同學。</p>	<p>扯鈴</p>	<p>6</p>
<p>第 (8) 週 - 第 (10) 週</p>	<p>小試 身手</p>	<p>活動一：開線亮相、魚躍龍門、蜻蜓點水、木蘭飛彈、拋鈴(6節) 1. 藉由教師示範，讓學生實際操作，並學會開線亮相、魚躍龍門、蜻蜓點水、木蘭飛彈、拋鈴等基本功。 2. 開線亮相：運鈴過程中將纏繞的線繩解開，並停留5秒。 3. 魚躍龍門：將扯鈴順時鐘及逆時鐘甩一圈。 4. 蜻蜓點水：利用棍子壓線繩的方式，使扯鈴停留在兩條線上。 5. 木蘭飛彈：以扯鈴為中心，身體移動90度，利用線繩纏繞扯鈴的方式，右手繞鈴左手拋出。 6. 拋鈴：說明拋鈴的危險性及接鈴技巧。</p>	<p>健康與體育</p>	<p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	<p>1. 開線亮相 2. 魚躍龍門 3. 蜻蜓點水 4. 木蘭飛彈 5. 拋鈴</p>	<p>1. 認識此動作技能在扯鈴活動中所扮演的重 要性，並反覆練習。 2. 能學會扯鈴基本技巧。</p>	<p>1. 學生能說出拋鈴動作的要領及注意事項。 2. 學生能完成開線亮相5秒、魚躍龍門、蜻蜓點水、木蘭飛彈、拋鈴等動作。 3. 分享自身在學習過程中所遇到的挫折，如何突破。 4. 能主動協助學習進度較慢的同學。</p>	<p>扯鈴</p>	<p>6</p>

第 (11) 週	小小 扯鈴 家	<p>活動一：小組表演及驗收(2節)</p> <p>1. 3-4 人一組，每人隨機表演兩個動作，下一位表演的同學需先重複完成上一位同學的第二個動作，才可接續自己想表演的動作。</p>	健康與體育	<p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p>	<p>1. 動作技能的熟悉度。</p> <p>2. 團隊合作。</p> <p>3. 互相討論。</p>	<p>1. 主動參與活動並樂於表演自己拿手的動作。</p> <p>2. 能利用扯鈴基本動作與串接，表現出團隊合作的行為及友善的態度。</p> <p>3. 能體會團隊合作的用意，並從中學會彼此互相包容、溝通。</p>	<p>1. 學生能熟記每個動作及名稱。</p> <p>2. 學生能利用先前所學的动作技能，合力完成串聯表演。</p>	扯鈴	2
第 (12) 週 - 第 (14) 週	棍上 小丑	<p>活動一：仰觀星斗、大衛魔術、金雞上架、提燈籠(6節)</p> <p>1. 藉由教師示範，讓學生實際操作，並學會仰觀星斗、大衛魔術、金雞上架、提燈籠等動作。</p> <p>2. 仰觀星斗：將運轉中的扯鈴舉高，從右後方移動至左後方，接續做一個魚躍龍門使扯鈴回位。</p> <p>3. 大衛魔術：藉由纏繞變化讓扯鈴與線脫節。</p> <p>4. 金雞上架：身體轉 90 度，棍頭朝向軸心，將扯鈴輕輕拋起停留在扯鈴棍上。</p> <p>5. 提燈籠：將扯鈴棍放至同一手後，將先繩攤開扯鈴輕輕拋，完成小拋接後將先繩套在棍頭即可。</p>	健康與體育	<p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	<p>1. 仰觀星斗</p> <p>2. 大衛魔術</p> <p>3. 金雞上架</p> <p>4. 提燈籠</p>	<p>1. 回顧先前基本動作，進而認識新技能的概念並反覆練習。</p> <p>2. 帶入先前所學的动作，表現出聯合性的動作技能。</p> <p>3. 鼓勵展現自己的能力，並主動表達自身感受及想法。</p>	<p>1. 學生能說出大衛魔術的基本功：(木蘭飛彈)。</p> <p>2. 學生能延續前一堂課所學，完成此次課程的動作。</p> <p>3. 分享自身在學習過程中所遇到的挫折，如何突破。</p> <p>4. 能主動協助學習進度較慢的同學。</p>	扯鈴	6

第 (15) 週 - 第 (17) 週	跳躍 精靈	活動一：蜘蛛結網、鑽石結網、金蟬脫殼、銀手指、金手指(6節)	健康與體育	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	1. 蜘蛛結網 2. 鑽石結網 3. 金蟬脫殼	1. 回顧前次動作技能，進而認識新技能的概念並反覆練習。 2. 帶入先前所學的動作，表現出聯合性的動作技能。 3. 鼓勵展現自己的能力，並主動表達自身感受及想法。	1. 學生能說出蜘蛛結網有幾種變化。 2. 學生能說出金蟬脫殼所需的基本功：(木蘭飛彈、大衛魔術) 3. 學生能延續前一堂課所學，完成此次課程的動作。 4. 分享自身在學習過程中所遇到的挫折，如何突破。 5. 能主動協助學習進度較慢的同學。	扯鈴	6
		1. 藉由教師示範，讓學生實際操作，並學會蜘蛛結網、鑽石結網、金蟬脫殼等動作。 2. 蜘蛛結網：以蜻蜓點水方式，將棍頭套進線繩圈後向外展，行成一個網狀，拋起後將扯鈴停留於線上。 3. 鑽石結網：為提燈籠的進階動作 4. 金蟬脫殼：為木蘭飛彈及大衛魔術纏繞變化的應用。 5. 銀手指：扯鈴拋起後，以虎口前側食指將扯鈴接住。 6. 金手指：為銀手指延伸動作，利用食指與中指併攏的方式，將扯鈴頂出線繩並維持3秒鐘。	綜合活動	1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。					

<p>第 (18) 週 - 第 (20) 週</p>	<p>小小 扯鈴 家</p>	<p>活動一：小組表演及驗收、團體表演(6節)</p> <p>1.3-4人一組，每人隨機表演三個動作，下一位表演的同學需先重複完成上一位同學的第二個動作，才可接續自己想表演的動作。</p> <p>2.依照學生程度分組、討論，利用一首歌曲的時間，將各小組所討論的扯鈴動作在歌曲中呈現演出。</p>	<p>健康與體育</p>	<p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。</p>	<p>1.團隊合作 2.團體規範 3.人際互動</p>	<p>1.能利用本學期所學之動作技能，討論表現出團隊合作的行為並討論及友善的態度。</p> <p>2.學會民俗運動基本動作與串聯。</p>	<p>1.學生能熟記每個動作及名稱。</p> <p>2.學生能利用本學期所學的動作技能，合作完成隨機10個以上動作的串聯表演。</p>	<p>扯鈴</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(請按單元條列敘明於教學資源中)</p>							
<p>本主題是否融入資訊科技教學內容</p>		<p><input checked="" type="checkbox"/>無 融入資訊科技教學內容</p> <p><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)</p>							
<p>特教需求 學生 課程調整</p>		<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()人、情緒障礙()人、自閉症(2)人</p> <p>※資賦優異學生：<input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有-</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>1.針對精細動作不佳的特殊生給予動作分解並降低動作標準的要求。</p> <p style="text-align: right;">特教老師簽名： 林君萍 普教老師簽名： 張簡姿均</p>							