

嘉義縣新港國民小學 109 學年度校訂課程教學內容規劃表-下學期

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/下學期
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 - 第(4)週	命運的糾纏	活動一：關渡大橋、大砲、反點水、反點水+拋接、纏繞串聯。	1. 健康與體育	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。	1. 關渡大橋 2. 大砲 3. 反點水 4. 拋接 5. 纏繞串聯	1. 認識關渡大橋、大砲、反點水、反點水+拋接、纏繞串聯等分解動作及技巧。 2. 藉由教師示範，學生模仿及實際操作方式，積極參與學習新技能。 3. 展現自己的能力，並分享操作後的感受及想法。	1. 能說出關渡大橋、大砲、反點水、反點水+拋接、纏繞串聯等招式流程及相連的基本動作。 2. 能做出關渡大橋、大砲、反點水、反點水+拋接、纏繞串聯的完整動作。 3. 能主動表達出自己在學習過程中所遇到的困難或成長。	扯鈴	8
		1. 藉由教師示範，讓學生討論或發現與哪些學過的動作相似，並實際操作互相協助，學會關渡大橋、大砲、反點水+拋接、纏繞串聯等動作。 2. 關渡大橋：將兩手棍頭對齊，右高左低方式把右棍向外向下對折，形成一個梯型。 3. 大砲：為關渡大橋延伸，先做一個逆時鐘的魚躍龍門，以左手完成一個關渡大橋，右手勾線左手放繩。 4. 反點水：類似蜻蜓點水，以反方向完成，並結合拋接。		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。					

第 (5) 週 - 第 (8) 週	繞腳 大聯 盟	<p>活動一：繞腳 0-30 下、單手繞腳、繞腳轉身、金龍回首、左右甩鈴。</p> <p>1. 藉由教師示範，讓學生討論或發現與哪些學過的動作相似，並實際操作互相協助，學會繞腳、單手繞腳、繞腳轉身、金龍回首、左右甩鈴等動作。</p> <p>2. 繞腳：開線亮相後、以右腳跨過線繩，左手拋右手接的方式完成動作，進而完成連續 50 下。</p> <p>3. 單手繞腳：延續繞腳，以單手掌棍完成</p> <p>4. 繞腳轉身：左手將鈴拋高，右手接鈴時順勢做一個半轉身的動作。</p> <p>5. 金龍回首：左手將鈴拋至肩高，甩到右邊掛棍，棍頭朝前後可上拋回到繞腳。</p> <p>6 左右甩鈴：右手壓鈴後，身體順時針半轉，鈴落下後再將鈴帶起順勢逆時針半轉回到繞腳。</p>	1. 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>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	<p>1. 繞腳</p> <p>2. 單手繞腳</p> <p>3. 繞腳轉身</p> <p>4. 金龍回首</p> <p>5. 左右甩鈴</p>	<p>1. 認識繞腳 0-50 下、單手繞腳、繞腳轉身、金龍回首、左右甩鈴等分解動作及技巧。</p> <p>2. 藉由教師示範，學生模仿及實際操作方式，積極參與學習新技能。</p> <p>3. 展現自己的能力及想法，並分享操作後的感受及想法。</p>	<p>1. 能說出繞腳、單手繞腳、繞腳轉身、金龍回首、左右甩鈴等招式流程及相連的基本動作。</p> <p>2. 能做出繞腳、單手繞腳、繞腳轉身、金龍回首、左右甩鈴等的完整動作。</p> <p>3. 能主動表達出自己在學習過程中所遇到的困難或成長。</p>	扯鈴	8
		2. 綜合活動	<p>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 (9) 週 - 第 (12) 週	繞手 有 一 套	<p>活動一：繞手 0-30 下、逆繞手、揸書包、甩肩、左右彈跳、繞手串聯。</p> <p>1. 藉由教師示範，讓學生討論或發現與哪些學過的動作相似，並實際操作互相協助，學會繞手、逆繞手、揸書包、甩肩、左右彈跳等動作。</p> <p>2. 繞手：右手腕向上、向後完成一個平常在背書包的動作，左手拋鈴右手接鈴，相似於繞腳的概念。</p> <p>3. 逆繞手：右手肘壓線、右手由下往上勾住扯鈴，左手線繩離開軸心，右手往上方甩開。</p> <p>4. 揸書包：同逆繞手換方向動作，右手改為由上往下蓋鈴，左手線繩離開軸心，右手往上方甩開。</p> <p>5. 甩肩：延續揸書包動作，往上方甩開後，身體向後轉身兩次，回到正面。</p> <p>6. 左右彈跳：與繞手動作相似，但扯鈴不繞圈，而是維持在線繩上做彈跳動作。</p>	1. 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>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	<p>1. 繞手</p> <p>2. 逆繞手</p> <p>3. 揸書包</p> <p>4. 左右彈跳</p> <p>5. 繞手串聯</p>	<p>1. 認識繞手 0-30 下、逆繞手、揸書包、甩肩、左右彈跳、繞手串聯等分解動作及技巧。</p> <p>2. 藉由教師示範，學生模仿及實際操作方式，積極參與學習新技能。</p> <p>3. 展現自己的能力及想法，並分享操作後的感受及想法。</p>	<p>1. 能說出繞手、逆繞手、揸書包、甩肩、左右彈跳、繞手串聯等招式流程及相連的基本動作。</p> <p>2. 能做出繞手、逆繞手、揸書包、甩肩、左右彈跳、繞手串聯等的完整動作。</p> <p>3. 能主動表達出自己在學習過程中所遇到的困難或成長。</p>	扯鈴	8
		2. 綜合活動	<p>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 (13) 週 - 第 (15) 週	鈴棍 放接 拉	<p>活動一：點水放棍、多層點水放棍、繞線放棍、2次繞線放棍。</p> <p>1. 藉由教師示範，讓學生討論或發現與哪些學過的動作相似，並實際操作互相協助，學會點水放棍、多層點水放棍、繞線放棍等動作。</p> <p>2. 點水放棍：一手完成蜻蜓點水、另一手棍頭朝向軸心並高過扯鈴後將棍子放掉。</p> <p>3. 多層點水放棍：連續疊3次蜻蜓點水後將另一手棍子放開，為點水放棍的延伸動作。</p> <p>4. 繞線放棍：省略點水的動作，一手直接放棍後接棍。</p> <p>5. 2次繞線放棍：繞線2圈後，放棍2圈並完成接棍，為繞線放棍的延伸動作。</p>	1. 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>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	<p>1. 點水放棍</p> <p>2. 多層點水放棍</p> <p>3. 繞線放棍</p> <p>4. 多次繞線放棍</p>	<p>1. 認識點水放棍、多層點水放棍、繞線放棍、2次繞線放棍等分解動作及技巧。</p> <p>2. 藉由教師示範，學生模仿及實際操作方式，積極參與學習新技能。</p> <p>3. 展現自己的能力及想法，並分享操作後的感受及想法。</p>	<p>1. 能說出點水放棍、多層點水放棍、繞線放棍、2次繞線放棍等招式流程及相連的基本動作。</p> <p>2. 能做出點水放棍、多層點水放棍、繞線放棍、2次繞線放棍等的完整動作。</p> <p>3. 能主動表達出自己在學習過程中所遇到的困難或成長。</p>	扯鈴	6
			2. 綜合活動	<p>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 (16) 週	小小 表演 家1	活動一：小組驗收、小組討論 期末表演方式及動作、小組 執行演練。	1. 健康 與體育	2c-II-3 表現主動參與、樂於 嘗試的學習態度。 2a-II-1 覺察自己的人際溝 通方式，展現合宜的 互動與溝通態度和 技巧。 3c-II-1 表現聯合性動作技 能。	1. 小組討論。 2. 小組驗收。 3. 小組合作。	1. 主動參與活動並樂於 表演自己拿手的動 作。 2. 能利用扯鈴動作與串 接，表現出小組合作 的行為及友善的態 度。 3. 能體會小組合作的用 意，並從中學會彼此 互相包容、溝通。 4. 遵守小組規範並執行 演練。	1. 學生能熟記本學期所學 的每個動作及名稱。 2. 學生能利用先前所學的 動作技能，小組合作完成 隨機5個動作並以連貫方 式呈現。 3. 小組成員討論期末表演 動作編排及反覆練習、修 正。	扯鈴	2
		1. 小組驗收：自選 5 個本學 期學過的動作，並以連貫 的方式完成。 2. 小組討論期末表演方式及 動作：依學生學習能力採 異質性分組，各小組自行 發想及討論，教師適時給 予協助或建議。 3. 小組執行演練：待各小組 方案討論完成後，剩餘時 間即可開始練習。		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。					
第 (17) 週 - 第 (19) 週	小小 表演 家2	活動一：小組執行演練。	1. 健康 與體育	2c-II-2 表現增進團隊合作、 友善的互動行為。 3c-II-1 表現聯合性動作技 能。	1. 小組討論。 2. 小組合作。 3. 小組演練。	1. 回顧前一堂課的小組 討論及演練，並反覆 練習。 2. 帶入本學期所學的動 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。 4. 遵守小組規範並執行 演練。	1. 能延續前一堂課小組所 討論的期末表演編排且 提升熟練度。 2. 能遵守小組規範並相互 配合，執行演練。	扯鈴	6
1. 小組執行演練：延續上週 的討論結果，持續溝通並 進行反覆演練及修正。 2. 教師鼓勵學生勇於表現自 己，並且能參與其中，共同 完成小小成果發表。		2a-II-1 覺察自己的人際溝 通方式，展現合宜的 互動與溝通態度和 技巧。							

第 (20) 週	小小 演家3	活動一：小小成果發表會、影片欣賞。 1. 小小成果發表：各小組呈現與成員間的練習成果，同心協力完成表演。 2. 學會欣賞他人表演及尊重表演者。 3. 影片欣賞：觀賞大專院校體育表演會的扯鈴表演。	1. 健康與體育 2. 綜合活動	2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。	1. 小小成果發表會 2. 體育表演會-扯鈴	1. 各小組按照順序，依序上前表演。 2. 表演者盡力展現自己及團隊的練習成果，合力完成表演。 3. 小組表演時，其他同學能遵守規範並做好觀賞者的角色。	1. 能順利完成表演。 2. 能扮演好欣賞者的角色。 3. 表演結束時能給予各小組回饋。 4. 專心欣賞體育表演會-扯鈴影片，並發表觀後感	1. 扯鈴 2. 影片欣賞：體育表演會-扯鈴 https://www.youtube.com/watch?v=n2rihfqBIG4	2
教材來源	<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)								
本主題是否融入資訊科技教學內容	<input checked="" type="checkbox"/> 無 融入資訊科技教學內容 <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)								
特教需求 學生 課程調整	※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 ※資賦優異學生： <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有- ※課程調整建議(特教老師填寫)： 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。 <div style="text-align: right;"> 特教老師簽名： 林君萍 普教老師簽名： 張簡姿均 </div>								