

嘉義縣 朴子市祥和國民小學 109 學年度彈性學習課程(校訂課程)教學內容規劃表

年級	六年級	課程設計者	黃淑娥、蔡明蒔、姜怡如、蕭惠方	教學總節數/學期(上/下)	20 節/上
年級課程主題名稱	泳池小蛟龍	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	國際寰宇展視野 人文科技 show 時代	與學校願景呼應之說明	<p>1. 本課程以游泳教學為主，讓學生學習游泳技能與強健體魄。</p> <p>2. 培養良好的運動習慣，養成健康的生活態度，show 出健康的一面，展現新一代的活力。</p>		
核心素養	<p>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。</p> <p>E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。</p> <p>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。</p>	課程目標	<p>1. 透過模仿與實際練習，學習到游泳的技能，能夠促進健康發展。</p> <p>2. 透過課程，認識水域安全知識，在生活中能判別水域安全與否，遵守水域活動的相關規定。</p> <p>3. 透過課程活動，與同學互助學習，建立良好的溝通與互動。</p>		

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	青春之鑰	<p>一、引起動機： (一)「男女生第二性徵」情境圖做情境教學</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 你會怎麼看待每個人身體外觀的不同呢？ 2. 進入青春期的男、女生會出現哪些「第二性徵」？ 3. 身體上的變化，是否會造成你的困擾或煩惱？ 4. 如果你的第二性徵比別人早或晚出現，會有什麼感想呢？ 5. 面對青春期，你會和誰分享你的感覺和想法？為什麼？ <p>(二)教師總結：教師說明青春期的意義，第二性徵的出現是健康的指標，應以喜悅的心情迎接青春期。</p> <p>二、發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 女生「月經」的形成原因 2. 女孩生理期應該注意事項 <ol style="list-style-type: none"> (1) 生活作息要有規律。 (2) 多吃含鐵質的食物。 (3) 正確使用衛生棉：可以請教師長或校護。 (4) 以淋浴代替盆浴。 (5) 記錄經期。 3. 男生「夢遺」的形成原因及青春期男孩應該注意事項 <p>三、統整活動</p> <p>經由老師的介紹與分組分享能建立正向的態度面對青春期</p>	國語文 健體領域	<p>5-III-8 運用自我提問、推論等策略，推論文本隱含的因果訊息或觀點。</p> <p>1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <p>1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能運用相關的閱讀策略推論出文本中所蘊含的觀點。 2. 藉著文本的介紹能了解生長發育的影響因素與促進方法。 3. 能在討論過程中理解到如何促進健康生活的方法與相關資源 	<p>一、認識青春期及其意義。</p> <p>二、了解生理期的保健及夢遺的處理。</p> <p>三、以健康的心態面對青春期的生理變化。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能專心聆聽他人發表。 2. 能專注參與討論並發表自己的看法。 	1. 青春啟航讀本	4

第(5)週 - 第(8)週	海龜	<p>【準備活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 泳池安全注意事項。 2. 事前準備水中活動用具:浮板 3. 教師先複習戲水活動的注意事項，引起學生動機。 4. 分組練習: (1)暖身操 (2)宣導游泳安全知識 (3)韻律呼吸 (4)仰漂練習 (5)踩水練習 5. 團體遊戲—水中漫步 	健康與體育 綜合	<p>1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範</p> <p>2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。</p> <p>1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。</p> <p>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>Bb-II-3 團體活動的參與態度。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能做握浮板打水前進不換氣 25 公尺及徒手游泳可換氣五次以上前進 25 公尺練習。 2. 能遵守上課規則和團體運動比賽精神之規範 3. 能透由個人的安全維護知識練習身體活動的技巧 4. 運用學習策略以提高運動技能 5. 參與團體遊戲競賽活動並了解促進健康的方法心得分享。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能辨認游泳池的環境。 2. 能說出在泳池中需要注意的安全事項。 3. 能做出水下悶氣 5 秒。 4. 能做出韻律呼吸。 5. 能做出打水動作。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能說出游泳池環境各個區域的作用。 2. 能做到在泳池內遵守安全知識。 3. 能在水下悶氣 5 秒。 4. 能做出韻律呼吸。 5. 能做出打水動作。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 備用蛙鏡及泳帽 2. 浮板 3. 長形板凳 	4
第(9)週 - 第(12)週	海龜	<p>【準備活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 動作複習前一節課教學內容，加深記憶。 2. 事前準備水中活動用具:浮板 教師先複習戲水活動的注意事項，引起學生動機。 3. 分組練習: (1)暖身操 (2)韻律呼吸 20 次 (3)岸邊打水 	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>2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。</p> <p>1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能做出基本的運動技能要素:握浮板打水前進不換氣 25 公尺、徒手游泳可換氣五次以上、前進 25 公尺水母漂 30 秒，每 10 秒換氣一次。 2. 能遵守上課規則和團體運動比賽精神之規範 3. 能透由個人的安全維護知識練習身體活動的技巧 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 打水時腳能伸直不彎曲。 2. 能做出正確打水動作。 3. 能持浮板打水前進 25 公尺。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能夠認識正確的泳姿。 2. 能做到在泳池內遵守安全知識。 3. 能完成持浮板蹬牆打水前進 25 公尺(中間可停下)。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 備用蛙鏡及泳帽 2. 浮板 3. 水中物品數個 	4

第 (17) 週 - 第 (20) 週	海龜	<p>【準備活動】</p> <p>1. 動作複習前一節課教學內容，加深記憶。</p> <p>2. 事前準備水中活動用具：浮板</p> <p>教師先複習戲水活動的注意事項，引起學生動機。</p> <p>3. 分組練習：</p> <p>(1) 暖身操</p> <p>(2) 漂浮打水</p> <p>(3) 划水練習</p> <p>(4) 換氣練習：頭不可以壓在手臂上，手臂是靠在耳朵後面。</p> <p>4. 團體遊戲—水中尋寶大作戰</p>	<p>健康與體育</p> <p>綜合</p>	<p>1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範</p> <p>2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。</p> <p>1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。</p> <p>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>Bb-II-3 團體活動的參與態度。</p>	<p>1. 能做出基本的運動技能要素：握浮板打水前進不換氣 25 公尺、徒手游泳可換氣五次以上前進 25 公尺、水母漂及仰漂各 30 秒，每 10 秒換氣一次。</p> <p>2. 能遵守上課規則和團體運動比賽精神之規範</p> <p>3. 能透由個人的安全維護知識練習身體活動的技巧</p> <p>4. 運用學習策略以提高運動技能</p> <p>5. 參與團體遊戲競賽活動並了解促進健康的方法心得分享。</p>	<p>1. 能持浮板蹬後，雙腳打水前進，並以左右划手各兩次後換氣一次。</p>	<p>1. 能夠認識正確的泳姿。</p> <p>2. 能做到在泳池內遵守安全知識。</p> <p>3. 能持浮板蹬後，雙腳打水前進，並以左右划手各兩次後換氣一次。</p> <p>4. 能積極參與團體遊戲</p>	<p>1. 備用蛙鏡及泳帽</p> <p>2. 浮板</p> <p>3. 長形板凳</p>	4
教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教科書 () <input checked="" type="checkbox"/> 自編教材								
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	<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(2)人、情緒障礙()人、自閉症()人</p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-(一般智能資優優異 2 人、創造力 3 人、藝才資優 2 人)</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p>								

- | | | |
|--|--|--|
| | | <ol style="list-style-type: none">1. 兩性課程可提供生活化的舉例，並以圖片加以解釋2. 游泳課程的指令盡量簡單清楚明確3. 可視學生個別練習進度，給予彈性調整時間4. 可由表現優異之學生協助同儕指導 <p style="text-align: right;">特教老師簽名：劉瑞德 賴亭好
普教老師簽名：姜怡如</p> |
|--|--|--|