

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/下
年級 課程主題名稱	水中樂悠「遊」		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	青春啟航	<p>第二節：知性時間</p> <p>一、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 討論與發表：教師引導學生思考「性」是什麼？</li> <li>2. 請學生說出自己的看法。</li> <li>3. 教師說明：在現代社會中，由於風氣開放及網路發達，獲得性知識的來源也更多元，「性」成為可以討論的議題。</li> </ol> <p>二、發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 「性」的定義很廣泛，包括兩性相處、生理發展和性行為等。</li> <li>2. 愛是一種發自於內心的情感，以真心對待，凡事為對方著想，而性是建立在愛的基礎上。兩性交往，應以愛為基礎，充分了解性，並以謹慎的態度來面對。</li> <li>3. 歸納結論：「性」是兩個成熟且相愛的人表達愛意的方式，具備正確的性知識並能以健康的心態面對，是每個人須學習的生活重要課題。</li> <li>4. 問題探討： <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 影片中人物的對話，思考自己對「性」是否也有相同的疑問？</li> <li>(2) 全班共同討論如果對「性」有疑問，該怎麼做呢？</li> <li>(3) 教師說明：進入青春期後，透過性教育，可以讓我們具備正確的性知識，以健康的心態面對「性」，並學習如何與同性或異性朋友相處，以建立親密和諧的人際關係。</li> </ol> </li> </ol>	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的方法、資源與規範。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能運用相關的閱讀策略推論出文本中所蘊含的觀點。</li> <li>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。</li> <li>3. 能在討論過程中理解到如何促進健康生活的的方法與相關資源</li> </ol>	<p>一、了解青春 期生理及心理 的變化。</p> <p>二、透過性教育，能減少在 青春期對生理 和心理發展的 困惑。</p> <p>三、培養對異 性的尊重， 男、女生愉快 相處，以愉快 的心情一起迎 接青春。</p>	<p>◎小組討論</p> <p>◎發表</p> <p>◎讀本愛的宣 誓。</p>	青春啟 航讀本	4



		<p>(2). 韻律呼吸 20 次</p> <p>(3). 蛙泳: 蛙泳要點在踢蛙腳合腿能產生動力，讓身體盡量放鬆。</p> <p>(4). 划水練習</p> <p>4. 團體遊戲—水中跑步大戰</p>	綜合	<p>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>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>第 (13) 週 - 第 (16) 週</p>	海豚	<p><b>【準備活動】</b></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 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). 悶氣 15 秒</p> <p>(3). 水母漂連續換氣</p> <p>(4). 漂浮打水 8m</p> <p>(5). 划水練習</p> <p>4. 團體遊戲—水中接力賽</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. 能做水母漂連續換氣 30 秒、能抓浮板以仰式踢腳打水前進 25 公尺及含轉身的練習。</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</p>	<p>1. 水母漂連續換氣 30 秒</p> <p>2. 能抓浮板以仰式踢腳打水前進 25 公尺</p>	<p>1. 能做出水母漂動作並換氣 30 秒。</p> <p>2. 能抓浮板以仰式踢腳打水前進 25 公尺</p>	<p>1. 備用蛙鏡及泳帽</p> <p>2. 浮板</p> <p>3. 長形板凳</p>	4

					促進健康的方法 心得分享。				
第 (17) 週 - 第 (20) 週	海豚	<p><b>【準備活動】</b></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 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： (1). 暖身操 (2). 漂浮打水 10m (3). 划水練習 (4). 水母漂換氣練習 (5). 游泳能力測驗</p> <p>4. 團體遊戲—水中籃球賽</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>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. 能做練習水母漂連續換氣 60 秒、捷、蛙、仰三式皆能換氣前進及仰漂的練習</p> <p>3. 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. 水母漂連續換氣 60 秒。</p> <p>2. 捷、蛙、仰三式皆能換氣前進至少 25 公尺。</p> <p>3. 能夠仰漂 60 秒</p>	<p>1. 能做出水母漂並連續換氣 60 秒。</p> <p>2. 捷、蛙、仰三式皆能換氣前進至少 25 公尺。</p> <p>3. 通過仰漂 60 秒</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	<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)								

<p>訊科技教 學內容</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(2)人、情緒障礙( )人、自閉症( )人          ※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)          ※課程調整建議(特教老師填寫)：          1. 給予游泳課程的指令盡量簡單清楚明確          2. 能視學生個別學習程度差異給予進階式教學          3. 可由表現優異之學生協助同儕指導</p> <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>