

嘉義縣東石國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	一年級	年級課程主題名稱	社團—足球	課程設計者	吳惠雯 蔡佩芸	總節數/學期(上/下)	40 節/上學期
符合彈性課程類型	<input type="checkbox"/> 第一類 統整性探究課程 <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 <input checked="" type="checkbox"/> 第二類 <input checked="" type="checkbox"/> 社團課程 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> 第四類 其他						
學校願景	活力、自信、勤僕、感恩		與學校願景呼應之說明	1. 以學生為中心，重視多元學習，透過學習足球運動，提升學生自身的健康活力與涵養自信的學習精神態度。 2. 透過足球社團課程分組運動規劃，了解團隊溝通、互助的重要性，進而培養勤僕、積極努力的態度，感恩自身具備的強健體態。			
總綱核心素養	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 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. 透過學習足球，具備良好身體活動與健康生活的習慣，透過運動促進身心健全發展。 2. 透過學習足球，認識個人不同特質，發展運動潛能。 3. 積極參與社團足球學習活動，並樂於與人互動，培養團隊合作精神。 4. 具備同理他人感受，在足球活動和健康生活中能公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。			

教學進度	單元名稱	連結領域(議題)/學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務(評量內容)	教學活動(學習活動)	教學資源	節數
第1-2週	球感訓練(一)	健康與體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 健康與體育 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	進行腳底球感活動，並分組進行比賽。 進行腳內側球感活動，並分組進行比賽。	1. 能認識腳內側、腳底的基本動作 2. 能表現腳內側、腳底的動作能力 3. 能專注觀賞他人的動作表現 4. 願意從事球感訓練活動	80%的學生能完成腳內側、腳底、的球感活動	一、腳底球感活動 1. 重心放在右腳，左腳尖輕點足球。 2. 交換雙腳時，盡量兩腳同時踩地與踩足球。再以前後左右的方向來練習。 二、腳內側球感活動 1. 雙眼直視前方重心放低。 2. 利用雙腳的內側左右運球。	足球 足球門 足球教學 https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226	4
第3-5週	球感訓練(二)	健康與體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 健康與體育 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	進行大腿挑球球感活動並分組進行比賽。 進行胸部停球球感活動並分組進行比賽。 進行頭部頂球的球感活動並分組進行比賽	1. 能認識大腿挑球、胸部停球、頭部頂球的基本動作 2. 能表現大腿挑球、胸部停球、頭部頂球的動作能力 3. 能專注觀賞他人的動作表現 4. 願意從事球感訓練活動	80%的學生能完成大腿挑球、胸部停球、頭部頂球的球感活動	一、大腿挑球球感活動 1. 雙手拿球往下放，大腿往上踢。 2. 左右腳交換挑球。 二、胸部停球球感活動 1. 將足球往上輕拋，以胸部停球。 2. 兩人一組，用手將足球以拋物線互拋停球。 三、頭部頂球球感活動 1. 將足球往上輕拋，以頭部停球。2. 兩人一組，丟的人用手將足球以拋物線輕輕拋向對方，距離勿太遠。	足球 足球門 足球教學 https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226	6

						3. 利用額頭中間停球，身體放鬆往前傾，輕輕往前推。		
第 6-7 週	球感訓練 (三)	健康與體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 健康與體育 1c-I-2 認識基本的運動常識。	進行腳內側餵球練習並進行分組傳球比賽。	1. 能認識腳內側餵球的基本動作。 2. 能表現腳內側餵球的動作能力。 3. 能專注觀賞他人的動作表現。 4. 願意從事腳內側餵球的活動。	80%的學生完成腳內側餵球的基本動作	一、腳內側餵球練習 1. 兩人一組，餵球者不動，把球滾地左右丟向踢球者。 2. 踢球者以腳內側往回踢，盡量踢回餵球者的位置。 3. 熟練後，兩人可直接以腳內側互踢傳球。	足球 足球門 足球教學 https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226	4
第 8-10 週	球感訓練 (四)	健康與體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 健康與體育 1c-I-2 認識基本的運動常識。	進行射門練習，並進行分組射門比賽。 進行盤球練習並分組進行盤球比賽。 3. 進行足保齡球練習並分組進行足保齡球比賽比賽。 4. 分組比賽	1. 能認識射門、盤球、足保齡球的基本動作。 2. 能表現射門、盤球、足保齡球的動作能力。 3. 能專注觀賞他人的動作表現。 4. 願意從事射門練習盤球練習與組保齡球的活動。	80%的學生完成射門、盤球、足保齡球的基本動作	一、射門訓練 (一)高球射門 1. 教導孩子踢高球射門。 2. 45 度斜跑至球門前，重心往後傾。 3. 以腳內側前半部，踢球的下方射門。 (二)低球射門 1. 教導孩子踢低球射門。 2. 45 度斜跑至球門前，重心往前傾。 3. 腳踝往下壓，以腳背踢球的中間射門。	足球 足球門 足球教學 https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226	6

						二、盤球訓練 1. 直線盤球 2. S型盤球 四、足保齡球 五、分組比賽		
第 11 - 12 週	球感 訓練 (五)	健康與體育 1c- I-1 認識身體 活動的基本動 作。 健康與體育 1c- I-2 認識基本 的運動常識。	1. 複習腳內側、 腳底、大腿挑 球、胸部停球、 頭部頂球的球感 訓練。	1. 複習腳內側、腳 底、大腿挑球、胸部 停球、頭部頂球、足 內側傳球、射門、盤 球的球感訓練。	80%的學生 完成腳內 側、腳底、 大腿挑球、 胸部停球、 頭部頂球、 足內側傳 球、射門、 盤球的基 本動作	一、複習之前所學的球感訓練、足 內側傳球、射門、盤球。	足球 足球門 足球教學 https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226	4
第 13 - 15 週	分組 比賽 球感 訓練 (六)	健康與體育 1c- I-1 認識身體 活動的基本動 作。 健康與體育 1c- I-2 認識基本 的運動常識。	1. 進行分組比 賽。 2. 練習足內側控 球、大腿控球、 正足背控球，並 分組推選同學出 來演練足內側控 球、大腿控球、 正足背控球動 作。	1. 能認識足內側控 球、大腿控球、正足 背控球的基本動作 2. 能表現足內側控 球、大腿控球、正足 背控球的動作能力。 3. 能專注觀賞他人 的動作表現。	80%的學生 能完成 足內側控 球、大腿控 球、正足背 控球的基本 動作	一、分組比賽 1. 男子組與女子 組，分別進行比賽。 2. 男子組與女子組以異質分組方式 比賽，一組約七人，比賽賽制為五 人制。 3. 每隊上場比賽球員四人，其中一 人為守門員。 4. 上下半場各五分鐘。 二、球感訓練 1. 足內側控球	足球 足球門 足球教學 https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226	6

				4. 願意從事足內側控球、大腿控球、正足背控球練習。		2. 大腿控球 3. 正足背控球		
第 16-17 週	球感 訓練 (七) 分組 比賽	健康與體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 健康與體育 1c-I-2 認識基本的運動常識。	1. 練習腳底停球球感訓練，並分組推選同學出來演練腳底停球動作。 2. 練習運球球感訓練，並分組推選同學出來演練足外側運球、足外側運球動作。	1. 能認識腳底停球、運球的基本動作 2. 能表現腳底停球、運球的動作能力。 3. 能專注觀賞他人的動作表現。 4. 願腳底停球、運球練習。	80%的學生能完成腳底停球、運球的基本動作	一、腳底停球運球 1 足內側運球 2. 足外側運球	足球 足球門 足球教學 https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226	4
第 18-20 週	球感 訓練 (八) 分組 比賽	健康與體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 健康與體育 1c-I-2 認識基本的運動常識。	1. 練習正足背踢高飛球訓練，並分組推選同學出來演練正足背踢高飛球動作。 2. 練習正足背踢滾地球訓練，並分組推選同學出來演練正足背踢滾地球動作。	1. 能認識正足背踢球的基本動作 2. 能表現正足背踢球的動作能力。 3. 能專注觀賞他人的動作表現。 4. 願正足背踢球練習。	80%的學生能完成正足背踢球的基本動作	一、足背踢高飛球法 二、正足背踢滾地球 三、正足背踢空中球 四、正足背踢反彈球	足球 足球門 足球教學 https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226	6

嘉義縣東石國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	一年級	年級課程 主題名稱	社團—足球	課程 設計者	吳惠雯 蔡佩芸	總節數 /學期 (上/下)	40 節/下學期
符合 彈性課 程類型	<input type="checkbox"/> 第一類 統整性探究課程 <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 <input checked="" type="checkbox"/> 第二類 <input checked="" type="checkbox"/> 社團課程 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> 第四類 其他						
學校 願景	活力、自信、勤儉、感恩		與學校願景呼 應之說明	1. 以學生為中心，重視多元學習，透過學習足球運動，提升學生自身的健康活力與涵養自信的學習精神態度。 2. 透過足球社團課程分組運動規劃，了解團隊溝通、互助的重要性，進而培養勤儉、積極努力的態度，感恩自身具備的強健體態。			
總綱 核心素 養	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 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. 透過學習足球，具備良好身體活動與健康生活的習慣，透過運動促進身心健全發展。 2. 透過學習足球，認識個人不同特質，發展運動潛能。增進學生對足球的認識與技能學習。 3. 積極參與社團足球學習活動，並樂於與人互動，培養團隊合作精神。 4. 具備同理他人感受，在足球活動和健康生活中能公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。			

教學進度	單元名稱	連結領域(議題)/學習表現	自訂學習內容	教學目標	表現任務(評量內容)	教學活動(學習活動)	教學資源	節數
第 1-2 週	射門	健康與體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 健康與體育 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	1. 進行射門活動，並分組進行比賽。	1. 能認識射門的基本動作 2. 能表現射門的動作能力 3. 能專注觀賞他人的動作表現 4. 願意從事射門訓練活動。	80%的學生能完成射門活動	一、射門 1. 足外側射門 2. 正足背射門	足球 足球門 足球教學 https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226	4
第 3-5 週	傳接球	健康與體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 健康與體育 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	1. 進行傳接球活動，並分組進行比賽。 2. 進行定點射門活動並分組進行比賽。 3. 進行帶球射門活動並分組進行比賽。	1. 能認識傳接球、定點射門、帶球射門的基本動作 2. 能表現傳接球、定點射門、帶球射門的動作能力 3. 能專注觀賞他人的動作表現 4. 願意從事傳接球、定點射門、帶球射門訓練活動。	80%的學生能完成傳接球、定點射門、帶球射門活動	一、傳接球 1. 兩人原地傳接球 2. 兩人前進後退傳接 3. 兩人跑動中傳球 二、定點射門 三、帶球射門	足球 足球門 足球教學 https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226	6
第 6-7 週	足球活動 足球規則	健康與體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 健康與體育 1c-I-2 認識基本	1. 進行足球球感活動，並分組進行比賽。 2. 進行五人制足球講解，並分組進行比賽。	1. 能認識足球球感活動的基本動作 2. 能表現足球球感活動的動作能力 3. 能專注觀賞他人的動作表現 4. 願意從事足球球感訓練活動。	80%的學生能完成足球球感活動	一、足球球感活動： 1. 仙鶴起舞：坐在地下腳伸直，球繞身體腳底、球置於胸前或背部夾球側跑遊戲。 2. 轉移陣地：球員在 A 區域內裡盤球，聽到哨音時球員運球至 B 區域。 3. 足球保齡球：學生用足球代替保齡球，用腳內側將球瓶踢倒。 4. 鬼抓球：四位學生站成一個正方形互相傳球，一個學生去搶這顆球。 5. 終極保鏢：將 10 個三角錐排成一排，	足球 足球門 足球教學 https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226	4

		的運動常識。				<p>並將學生分成兩隊，一隊保護三角錐不被踢倒，一隊攻擊三角錐。</p> <p>6. 我的子彈會轉彎：將學生分成兩組，把 10 個三角錐排成一排，指導學生運用腳內側、外側帶球繞行三角錐。</p> <p>7. 圓陣足球遊戲：分成三組，排成圓圈，用一個球或兩個球，依照 1-2-3-1 的方向練習踢球。</p> <p>二、五人制、七人制足球規則講解。</p> <p>三、五人制足球分組對抗</p>		
第 8-10 週	足球活動 足球規則	<p>健康與體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>健康與體育 1c-I-2 認識基本的運動常識。</p>	<p>1. 進行足球球感活動，並分組進行比賽。</p> <p>2. 進行五人制足球講解，並分組進行比賽。</p>	<p>1. 能認識足球球感活動的基本動作</p> <p>2. 能表現足球球感活動的動作能力</p> <p>3. 能專注觀賞他人的動作表現</p> <p>4. 願意從事足球球感訓練活動。</p>	80%的學生能完成足球球感活動	<p>一、足球球感活動：</p> <p>1. 仙鶴起舞：坐在地下腳伸直，球繞身體腳底、球置於胸前或背部夾球側跑遊戲。</p> <p>2. 轉移陣地：球員在 A 區域內裡盤球，聽到哨音時球員運球至 B 區域。</p> <p>3. 足球保齡球：學生用足球代替保齡球，用腳內側將球瓶踢倒。</p> <p>4. 鬼抓球：四位學生站成一個正方形互相傳球，一個學生去搶這顆球。</p> <p>5. 終極保鏢：將 10 個三角錐排成一排，並將學生分成兩隊，一隊保護三角錐不被踢倒，一隊攻擊三角錐。</p> <p>6. 我的子彈會轉彎：將學生分成兩組，把 10 個三角錐排成一排，指導學生運用腳內側、外側帶球繞行三角錐。</p> <p>7. 圓陣足球遊戲：分成三組，排成圓圈，用一個球或兩個球，依照 1-2-3-1 的方向練習踢球。</p> <p>二、五人制、七人制足球規則講解。</p> <p>三、五人制足球分組對抗</p>	<p>足球</p> <p>足球門</p> <p>足球教學</p> <p>https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226</p>	6

第 11-12 週	球感訓練 (九)	健康與體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 健康與體育 1c-I-2 認識基本的運動常識。	1. 進行足內側踢法練習，並分組進行比賽。 2. 進行足球球感活動，並分組進行比賽。	1. 能認識足內側踢法、足球球感活動的基本動作 2. 能表現足內側踢法、足球球感活動的動作能力 3. 能專注觀賞他人的動作表現 4. 願意從事足內側踢法、足球球感活動、訓練活動。	80%的學生能完成足內側踢法、足球球感活動活動	一、足內側踢法 二、足球球感活動 1. 球感練習：二人二球距離三公呎，一人空中傳球，訓練反應。 2. 猜拳過關：球員 A 與球員 C 運球在中間碰面，A 球員和 C 球員猜拳，輸的人要回到自己隊，贏的人可以繼續運球前進。	足球 足球門 足球教學 https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226	4
第 13-15 週	球感訓練 (十)	健康與體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 健康與體育 1c-I-2 認識基本的運動常識。	1. 進行擲球練習，並分組進行比賽。 2. 進行足壘球練習，並分組進行比賽。 3. 進行頂球練習，並分組進行比賽。	1. 能認識擲球、頂球的基本動作 2. 能表現擲球、頂球的動作能力 3. 能專注觀賞他人的動作表現 4. 願意從事擲球、頂球訓練活動。	80%的學生能完成擲球、頂球球感活動活動	一、擲球練習 二、足壘球競賽 三、頂球練習	足球 足球門 足球教學 https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226	6
第 16-17 週	球感訓練 (十一)	健康與體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 健康與體育 1c-I-2 認識基本的運動常識。	1. 進行射門練習，並分組進行比賽。 2. 進行足球球感活動，並分組進行比賽。	1. 能認識射門、足球球感活動的基本動作 2. 能表現射門、足球球感活動的動作能力 3. 能專注觀賞他人的動作表現 4. 願意從事射門、足球球感活動訓練活動。	80%的學生能完射門、足球球感活動活動	一、射門練習 1. 黃金貝克漢(足球九宮格) 2. 足內側、足外側、正足背的射門 二、足球球感活動 1. 背對背傳接球：請學生兩人一組背對背站立，不同方向由左右、上下接球。 2. 袋鼠後跳：右腳踏球，左腳在地向後進行拉球，往後前進。 3. 後拉挑球：單腳把球後拉挑起，用手接住。	足球 足球門 足球教學 https://sportsbox.sa.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226	4
第 18-20 週	球感訓練 (十二)	健康與體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 健康與體育 1c-I-2 認識基本的運動常識。	1. 進行傳球練習，並分組進行比賽。 2. 進行盤球換方向練習，並分組進行比賽。	1. 能認識傳球、盤球換方向的基本動作 2. 能表現傳球、盤球換方向的動作能力	80%的學生能完傳球、盤球換方向活動	一、傳球練習 1. 頭頂傳球：兩人一組，一人手持球舉高，另一人練習頭頂動作。 2. 頭頂上網：學生自行拋球頭頂，將球頂	足球 足球門	6

	活動的基本動作。 健康與體育 1c-I-2 認識基本的運動常識。		3. 能專注觀賞他人的動作表現 4. 願意從事傳球、盤球換方向訓練活動。		進網中。 二、盤球換方向練習： 1. 內側鉤球：球置於身前兩腳中央，利用左右腳內側來回鉤球變換方向。 2. 外側鉤球：球置於身前兩腳中央，利用左右腳外側鉤球變換方向	足球教學 https://sportsbox.sao.gov.tw/site/download/484?m=material&p=226
--	-------------------------------------	--	---	--	---	---

教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教材 () <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(0)人、學習障礙(0)人、情緒障礙(0)人、自閉症(1)人</p> <p>※資賦優異學生：<input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>◎因許生動做協調及理解能力較同儕落後，故：</p> <p>1. 許生在團體活動中，會因專注力較不集中而出現跟不上步調的情形，需老師多給予提醒。</p> <p>2. 因理解能力較弱，無法理解教師指令時，建議可安排小天使協助，增加其學習模仿的機會。</p> <p style="text-align: right;">特教老師簽名：連翎均 普教老師簽名：吳惠雯、蔡佩芸</p>
----------------------------	--

*各校可視需求自行增減表格

填表說明：

(1)依照年級或班群填寫。

(2)分成上下學期，每個課程主題填寫一份，例如：一年級校訂課程每週 3 節，共開社區文化課程 1 節、社團 1 節、世界好好玩 1 節三種課程，每種課程寫一份，共須填寫 3 份。