

嘉義縣民和國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	二年級	年級課程主題名稱	舞藝民和	課程設計者	莊麗燕、柳志達	總節數 / 學期 (上/下)	20/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	和諧、快樂、卓越、自然		與學校願景呼應之說明	一、透過律動課程的實施，快樂養成運動習慣，增進體能與健全身心發展。 二、在舞蹈的練習當中，組合隊形變化練習，表現團隊合作精神，增加學生自信及舞台表演的經驗。			
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-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。 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	一、養成運動習慣，增進肢體協調、身心健全發展。 二、能掌控肢體運作，培養學生音樂節奏的認識，提升心肺耐力與力肌耐力。 三、提升學生的肢體美感和合作性，增加學生自信及舞台表演的經驗。			

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)週 - 第(5)週	球的應用	<p>健體 1d- I -1 描述動作技能基本常識。</p> <p>健體 3c- I -2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>健體 3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	<p>利用彈力球，鍛鍊身體的肌肉與伸展</p> <p>1. 暖身運動</p> <p>2. 鍛鍊核心肌群</p> <p>3. 放鬆伸展</p>	<p>1. 能藉由平常容易取的球類，操作暖身、拉筋、肌力訓練、放鬆等各種動作。</p> <p>2. 在操作過程表現安全的身體活動行為。</p> <p>3. 應用球類與簡單的肢體動作達到運動健身的目的。</p>	<p>根據下列評分標準給予評分</p> <p>1. 動作正確度 20%</p> <p>2 動作熟練度 20%</p> <p>3. 節奏準確度 30%</p> <p>4. 流暢度 30%</p>	<p>活動一： 暖身運動： 藉由彈力球的趣味變化，活動關節，溫暖身體。</p> <p>活動二： 主運動： 藉由球的引導，鍛鍊核心肌群，提升肌力、肌耐力，減少彎腰駝背的機率。</p> <p>活動三： 緩和運動： 1. 藉由球的輔助，放鬆伸展，提升柔軟度，讓身體得到很好的舒展 2. 放鬆休息： 確實讓學童背部放鬆休息 3. 能遵守遊戲規則並注意安全。</p>	彈力球、安全地墊	5
第(6)週 - 第(10)週	花式跳繩	<p>健體 1c- I -1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>健體 2d- I -1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>健體 4d- I -1 願意從事規律身體活動。</p>	<p>1. 透過講解、示範、練習，讓學生熟悉花式跳繩動作。</p> <p>2. 學生能知道跳繩運動對兒童</p>	<p>1. 認識跳繩的各種花式動作。</p> <p>2. 表現主動參與、樂於嘗試花式跳繩的學習態度。</p> <p>3. 透過跳繩運動提高體適能與基本運動能力的體活動，並</p>	<p>根據下列評分標準給予評分</p> <p>1. 動作正確度 30%</p> <p>2. 動作熟練度 30%</p> <p>3. 節奏準確度 20%</p> <p>4. 流暢度 20%</p>	<p>活動一： 暖身運動:暖身操、拉筋</p> <p>活動二： 主運動： 第一節 雙腳跳 4×8 拍 第二節 單腳跳 4 拍換腳 4×8 第三節 跑步跳 4×8 拍 活動三：主運動[二]</p>	跳繩	5

			成長的助益。	養成願意從事規律身體活動的習慣。		<p>第四節 交叉跳 4×8 拍</p> <p>第五節 滾石跳 4×8 拍</p> <p>第六節 跳躍前勾腳 4 拍換腳</p> <p>4×8 拍</p> <p>活動三：</p> <p>緩和運動</p> <p>全身性伸展</p>		
第(11)週 - 第(15)週	<p>跆拳道</p> <p>有氧</p> <p>健體 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>健體 1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>健體 4d-I-1 願意從事規律身體活動。</p>	<p>1. 透過講解、示範、模仿，引導學生練習拳擊有氧動作。</p> <p>2. 特別提醒學生在操作過程，務必遵守安全規範與避免意外及運動傷害。</p> <p>3. 引導學生體會有氧運動對身</p>	<p>1. 認識跆拳道與有氧運動的動作技能。</p> <p>2. 表現跆拳道與有氧運動聯合性動作技能。</p> <p>3. 提升心肺耐力與肌力、肌耐力等體適能與基本運動能力，並養成願意從事規律身體活動的習慣。</p>	<p>根據下列評分標準給予評分</p> <p>1. 動作正確度 20%</p> <p>2. 動作熟練度 20%</p> <p>3. 節奏準確度 20%</p> <p>4. 流暢度 20%</p> <p>5. 口號 20%</p>	<p>活動一：</p> <p>暖身運動：功能性踏步操</p> <p>活動二：</p> <p>主運動：</p> <p>第一組合</p> <p>1. 蹲點 4x8</p> <p>2. 蹲點直拳 4x8</p> <p>3. 蹲點上鉤拳 4x8</p> <p>4. 前(後)位移蹲點直拳 8x8</p> <p>5. 前(後)位移蹲點上鉤拳 8/8</p> <p>6. 雙踏併步直拳 8x8</p> <p>7. 雙踏併步側踢 8x8</p> <p>第二組合</p> <p>1 雙腳跳加右全左拳 8x8</p> <p>2. 肘擊加抬膝 8x8</p> <p>3. 側踢往後點 8x8</p> <p>第三組合</p> <p>花式組合 8x8</p> <p>(1.2.3.哈' 蹲一蹲，前點側點踢蹲)</p> <p>活動三：</p>	音樂 CD、音響		

3. 個案為情緒行為障礙，行為較為固執、無法控制自己，建議安排小老師協助個案加入團體活動，能跟著一起做動作。

特教老師簽名：張玉巍、吳如婷

普教老師簽名：莊麗燕、柳志達

***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。