

嘉義縣大林國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	四 年級	年級課程 主題名稱	社團-游泳	課程 設計者	謝明真	總節數 /學期 (上/下)	40/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 <i>需跨領域，以主題/專題/議題的類型，進行統整性探究設計；且不得僅為部定課程單一領域或同一領域下科目之間的重複學習。</i> <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	健康---健康的成長 快樂---快樂的學習 積極---積極的態度 創新---創新的思考	與學校願景 呼應之說明	一、透過探索與學習，陶冶身心快樂的成長並快樂的學習。 二、藉由資訊科技多媒體融入教學，提高學生參與課程的積極態度與興趣，循序漸進的，逐漸培養其創新力與終身學習的運動習慣。				
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-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 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	一、認識游泳運動技能，發展運動與保健的潛能 二、探索並熟練各項技術動作與技能策略，處理游泳運動中各項問題 三、在游泳活動中，積極參與、公平競爭、團隊合作、促進身心健康發展				

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(02) - 第(04)週	游泳教學課程、安全教育宣導	健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護觀念。	Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮 1. 場地安全 2. 游泳運動介紹 3. 運動傷害、處置及預防知識	1. 能認識並遵守場地使用規則 2. 能認識各種游泳不同姿式 3. 能認識運動傷害及處置防護知識，以維護自身與他人安全	1. 能說出游泳池使用規則 2. 能說出各種游泳姿態的不同 3. 能演示在日常生活中預防及處理運動傷害的方式	1. 認識環境及注意事項 2. 暖身操 3. 分程度編班(會蹬牆漂浮者) 4. 水母漂 5. 蹬牆漂浮 6. 韻律呼吸	各式泳具	6
第(05) - 第(07)週	熟悉水性、基礎打水	健體 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-2 表現增進團體合作、友善的互助行為 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮 1. 分組完成(韻律呼吸及漂浮打水練習) 2. 分享及討論並反思自己和同學的優缺點 3. 團體規範	1. 能認識並熟悉適應水中環境 2. 能作出水中環境適應及自救的動作步驟 3. 能學會游泳基本動作技能	1. 能作出水中環境適應的動作步驟 2. 能遵守團體規範	1. 暖身操 2. 韻律呼吸 3. 蹬牆漂浮練習(3公尺) 3. 漂浮打水練習 4. 輔助仰漂	各式泳具	6
第(08) - 第(11)週	漂浮	健體 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-2 表現增進團體合作、友善的互助行為 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮 1. 分組完成(韻律呼吸及仰漂練習) 2. 分享及討論並反思自己和同學的優缺點 3. 團體規範	1. 能認識並熟悉適應水中環境 2. 能作出水中環境適應及自救的動作步驟 3. 能學會游泳基本動作技能	1. 能作出水中環境適應及自救的動作步驟 2. 能遵守團體規範	1. 暖身操 2. 韻律呼吸(十次) 3. 漂浮打水練習(5公尺) 4. 仰漂練習	各式泳具	8

第 (12) - 第 (15) 週	漂浮 打水	健體 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-2 表現增進團體合作、友善的互助行為 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮 1. 分組完成(運呂呼吸及仰漂練習) 2. 分享及討論並反思自己和同學的優缺點 3. 團體規範	1. 能認識並熟悉適應水中環境 2. 能作出水中環境適應及自救的動作步驟 3. 能學會游泳基本動作技能	1. 能作出水中環境適應及自救的動作步驟 2. 能遵守團體規範	1. 暖身操 2. 韻律呼吸 3. 漂浮打水練習(8公尺) 4. 仰漂練習	各式泳具	8
第 (16) - 第 (19) 週	悶氣 自由 式	健體 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-2 表現增進團體合作、友善的互助行為 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮 1. 分組完成(韻律呼吸及悶氣自由式) 2. 分享及討論並反思自己和同學的優缺點 3. 團體規範	1. 能認識並熟悉適應水中環境 2. 能作出水中環境適應及自救的動作步驟 3. 能學會游泳基本動作技能	1. 能作出水中環境適應及自救的動作步驟 2. 能遵守團體規範	1. 暖身操 2. 韻律呼吸 3. 漂浮打水練習(8公尺) 4. 悶氣自由式練習 5. 仰式打水練習	各式泳具	8
第 (20) - 第 (21) 週	測驗	健體 2c-II-2 表現增進團體合作、友善的互助行為 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮 1. 分組完成(漂浮打水及悶氣自由式) 2. 分享及討論並反思自己和同學的優缺點 3. 團體規範	1. 能認識並熟悉適應水中環境 2. 能作出水中環境適應及自救的動作步驟 3. 能作出游泳基本動作技能	1. 能作出水中環境適應及自救的動作步驟 2. 能遵守團體規範	1. 漂浮打水10公尺 2. 悶氣自由式 3. 仰式打水	各式泳具	4
教材來源		<input type="checkbox"/> 選用教材 () <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		<input checked="" type="checkbox"/> 無 融入資訊科技教學內容						

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-學習障礙(2)人 (2人)</p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有- (創造力資優優異1人)</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>身障部分</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學習內容:大多數教學內容均可依照教師所編制內容進行，除非學生在學習上有極大困難，方考慮進行減量、簡化、分解、替代。 2. 學習歷程:請在教學時，多由教師先提供舊經驗與範例的連結，再將教材以小份量呈現進行教學，最後特別注意學生的個別練習是否有效率。 3. 學習環境:請安排較為友善的同學在學習障礙學生身旁，並適時提供適當協助。 4. 學習評量:有鑑於學習障礙學生在操作上無太大問題，但在書寫與寫作上通常具有困難，請讓其完成較為簡易的題目部分。或是在評量時，部分書寫題目改由讓其口頭評量。 <p>資優部分</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.學習內容:運用加深、加廣、跨科／跨領域統整等策略提供較為複雜、提供區分性的學習教材。 2.學習歷程: 提供高層次思考、開放式問題等方法、彈性的教學進度、多樣性的歷程。促進學生進行獨立、自我導向與深度的學習。 3.學習環境:營造友善可接納多元討論與想法的學習環境，並指派資賦優異學生擔任組長，訓練該生學習承擔責任與協助同儕。 4.學習評量:提供多元評量與分性的評量標準，提高目標層次，引導自我設定目標的獨立學習或自我評鑑。 <p style="text-align: right;">特教老師簽名：戴宏志 普教老師簽名：謝明真</p>

嘉義縣大林國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	四 年級	年級課程 主題名稱	社團-游泳	課程 設計者	謝明真	總節數 /學期 (上/下)	40/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 <i>需跨領域，以主題/專題/議題的類型，進行統整性探究設計；且不得僅為部定課程單一領域或同一領域下科目之間的重複學習。</i> <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	健康---健康的成長 快樂---快樂的學習 積極---積極的態度 創新---創新的思考	與學校願景 呼應之說明	一、透過探索與學習，陶冶身心快樂的成長並快樂的學習。 二、藉由資訊科技多媒體融入教學，提高學生參與課程的積極態度與興趣，循序漸進的，逐漸培養其創新力與終身學習的運動習慣。				
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-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 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	一、認識游泳運動技能，發展運動與保健的潛能 二、探索並熟練各項技術動作與技能策略，處理游泳運動中各項問題 三、在游泳活動中，積極參與、公平競爭、團隊合作、促進身心健康發展				

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) - 第(4)週	熟悉水性、基礎打水	健體 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-2 表現增進團體合作、友善的互助行為 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮 1. 分組完成(韻律呼吸及自由式換氣練習) 2. 分享及討論並反思自己和同學的優缺點 3. 團體規範	1. 能認識並熟悉適應水中環境 2. 能作出水中自救的動作步驟 3. 能學會游泳運動的各種動作技能	1. 能作出水中環境適應及自救的動作步驟 2. 能作出游泳運動的各種動作技巧 3. 能遵守團體規範	1. 暖身操 2. 韻律呼吸 3. 漂浮打水練習(8公尺) 4. 悶氣自由式練習 5. 仰式打水練習	各式泳具	8
第(5) - 第(8)週	漂浮打水	健體 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-2 表現增進團體合作、友善的互助行為 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲 1. 分組完成(韻律呼吸及自由式換氣練習) 2. 分享及討論並反思自己和同學的優缺點 3. 團體規範	1. 能認識並熟悉適應水中環境 2. 能作出水中自救的動作步驟 3. 能學會游泳運動的各種動作技能	1. 能作出水中環境適應及自救的動作步驟 2. 能作出游泳運動的各種動作技巧 3. 能遵守團體規範	1. 暖身操 2. 韻律呼吸 3. 漂浮打水練習(8公尺) 4. 悶氣自由式練習(8公尺) 5. 自由式換氣練習 6. 仰式打水練習	各式泳具	8
第(9) - 第(12)週	自由式換氣	健體 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-2 表現增進團體合作、友善的互助行為 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的	Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲 1. 分組完成(韻律呼吸及自由式換氣練習) 2. 分享及討論並反思自己和同學的優缺點 3. 團體規範	1. 能認識並熟悉適應水中環境 2. 能作出水中自救的動作步驟 3. 能學會游泳運動的各種動作技能	1. 能作出水中環境適應及自救的動作步驟 2. 能作出游泳運動的各種動作技巧 3. 能遵守團體規範	1. 暖身操 2. 韻律呼吸 3. 漂浮打水練習(10公尺) 4. 悶氣自由式練習(10公尺) 5. 自由式換氣練習 6. 仰式打水練習	各式泳具	8

<p>學生</p> <p>課程調整</p>	<p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>身障部分</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. 學習內容:大多數教學內容均可依照教師所編制內容進行，除非學生在學習上有極大困難，方考慮進行減量、簡化、分解、替代。 2. 學習歷程:請在教學時，多由教師先提供舊經驗與範例的連結，再將教材以小份量呈現進行教學，最後特別注意學生的個別練習是否有效率。 3. 學習環境:請安排較為友善的同學在學習障礙學生身旁，並適時提供適當協助。 4. 學習評量:有鑑於學習障礙學生在操作上無太大問題，但在書寫與寫作上通常具有困難，請讓其完成較為簡易的題目部分。或是在評量時，部分書寫題目改由讓其口頭評量。 <p>資優部分</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學習內容:運用加深、加廣、跨科／跨領域統整等策略提供較為為複雜、提供區分性的學習教材。 2. 學習歷程: 提供高層次思考、開放式問題等方法、彈性的教學進度、多樣性的歷程。促進學生進行獨立、自我導向與深度的學習。 3. 學習環境:營造友善可接納多元討論與想法的學習環境，並指派資賦優異學生擔任組長，訓練該生學習承擔責任與協助同儕。 4. 學習評量:提供多元評量與分性的評量標準，提高目標層次，引導自我設定目標的獨立學習或自我評鑑。 <p>特教老師簽名：戴宏志</p> <p>普教老師簽名：謝明真</p>
-----------------------	---