

嘉義縣 祥和 國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表( 109.11.2)

年級	六年級	年級課程 主題名稱	泳池小蛟龍	課程 設計者	六年級教師群	總節數 /學期 (上/下)	20/上學期
符合 彈性課 程類型	<input checked="" type="checkbox"/> <b>第一類</b> 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 type="checkbox"/> <b>第二類</b> <input type="checkbox"/> 社團課程 <input type="checkbox"/> 技藝課程 <input type="checkbox"/> <b>第四類</b> 其他						
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	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。 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。			
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-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。 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. 透過模仿與實際練習，學習到游泳的技能，能夠促進健康發展。 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。 3. 透過課程活動，與同學互助學習，建立良好的溝通與互動。			

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(4)週	青春之鑰	<p>國語文 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>健康與體育 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 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"> <li>能運用相關的閱讀策略推論出文本中所蘊含的觀點。</li> <li>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>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</li> </ol>	<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"> <li>能專心聆聽他人發表。</li> <li>能專注參與討論並發表自己的看法。</li> </ol>	<p>一、引起動機：</p> <p>(一)「男女生第二性徵」情境圖做情境教學</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>你會怎麼看待每個人身體外觀的不同呢？</li> <li>進入青春期的男、女生會出現哪些「第二性徵」？</li> <li>身體上的變化，是否會造成你的困擾或煩惱？</li> <li>如果你的第二性徵比別人早或晚出現，會有什麼感想呢？</li> <li>面對青春期，你會和誰分享你的感覺和想法？為什麼？</li> </ol> <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"> <li>女生「月經」的形成原因</li> <li>女孩生理期應該注意事項 <ol style="list-style-type: none"> <li>生活作息要有規律。</li> <li>多吃含鐵質的食物。</li> <li>正確使用衛生棉：可以請教師長或校護。</li> <li>以淋浴代替盆浴。</li> <li>記錄經期。</li> </ol> </li> <li>男生「夢遺」的形成原因及青春期男孩應該注意事項</li> </ol> <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>	1. 青春啟航讀本	4

<p>第(5)週 - 第(8)週</p>	<p>海龜</p>	<p>健康與體育 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範 2c-III-1 表現基本運動精神 and 道德規範。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。  綜合活動 2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>【準備活動】 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</p>	<p>1. 備用蛙鏡及泳帽 2. 浮板 3. 長形板凳</p>	<p>4</p>
<p>第(9)週 - 第(12)週</p>	<p>海龜</p>	<p>健康與體育 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範 2c-III-1 表現基本運動精神 and 道德規範。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。</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 30 秒，每 10 秒換氣一次。</p>	<p>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。</p>	<p>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)。 4. 能找到水中的寶物</p>	<p>【準備活動】 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</p>	<p>1. 備用蛙鏡及泳帽 2. 浮板 3. 水中物品數個</p>	<p>4</p>

		<p>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>綜合活動</p> <p>2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。</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>(4)持浮板蹬牆壁打水手持浮板，腳尖打直打水練習。</p> <p>4. 團體遊戲—水中尋寶</p>	
<p>第 (13) 週 - 第 (16) 週</p>	<p>健康與體育</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>綜合活動</p> <p>2b-III-1 參與各項活動，適切表現自己在團體中的角色，協同合作達成共同目標。</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公尺及水母漂、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>1. 能持浮板蹬後，雙腳打水前進以右手 25公尺來回。</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。3. 能持浮板蹬牆打水前進 25公尺（中間可停下）</p> <p>4. 能積極參與團體遊戲</p>	<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 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)悶氣 15秒 (3)漂浮打水:手夾著頭往前伸直，腳尖打直打水練習。體會打水的推進力。手夾著頭可以使身體的重心往下部移動，有助於身體浮起。 (4)划水練習</p> <p>4. 團體遊戲—水中平衡大挑戰</p>	<p>1. 備用蛙鏡及泳帽</p> <p>2. 浮板</p> <p>3. 長形板凳</p>	4

			<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>			1.	
第 (17) 週 - 第 (20) 週	「拒菸」勇士	<p>健康與體育</p> <p>1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響</p> <p>1a-III-3 理解促進健康生活的的方法、資源與規範。</p> <p>2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。</p> <p>2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。</p> <p>藝術領域</p> <p>1-III-6 能學習設計思考，進行創意發想和實作。</p>	<p>1. 在觀賞影片時能專注地聆聽與欣賞，並能在觀賞後闡述個人的觀點。</p> <p>2. 能在團體探究的過程中專注到健康議題會受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。</p> <p>3. 能察覺到菸害的議題對於健康所造成的威脅。</p> <p>3. 能使用創作力與想像力豐富自己的作品。</p> <p>4. 能在分享作品時描述和欣賞自己和同儕的作品特徵。</p>	<p>1. 認真參與學習活動、工作及遊戲，展現積極投入的行為。</p> <p>2. 能透過討論，了解與整理自己與他人的意見。</p> <p>3. 能夠依做決定的步驟，選擇對個人、家庭及社會有益的決定。</p> <p>4. 能依照討論結果創作出拒菸海報</p>	<p>1. 能正確說出禁菸標誌、一手菸、二手菸和三手菸的意義。</p> <p>2. 能專注參與討論並發表自己的看法。</p> <p>3. 能依照做決定的步驟，做出有益健康的決定，選擇拒絕吸菸。</p> <p>4. 能完成拒菸海報的製作</p>	<p>1. 將禁菸標誌貼於黑板上，請學生發表標誌的意義。</p> <p>2. 影片觀賞 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=iNiGNkuVB0I&amp;list=PL76B7644A6AFF685E&amp;index=4&amp;t=0s">https://www.youtube.com/watch?v=iNiGNkuVB0I&amp;list=PL76B7644A6AFF685E&amp;index=4&amp;t=0s</a></p> <p>3. 請學生就關於菸害的相關報導，針對個人、家庭及社會造成的影響進行小組討論。</p> <p>4. 在求學或成長的過程之中，可能會面臨抉擇的情境，例如朋友請你一起吸煙時，你會選擇一起抽，還是拒絕？當所處的環境有人抽菸時，你會選擇什麼處理方式？</p> <p>5. 教師說明能夠帶給自己、家庭及社會健康的才是好的決定，同時也是尊重自己及他人並符合社會規範。</p> <p>6. 拒菸英雄海報製作與分享</p>	<p>1. 菸害防制影片 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=iNiGNkuVB0I&amp;list=PL76B7644A6AFF685E&amp;index=4&amp;t=0s">https://www.youtube.com/watch?v=iNiGNkuVB0I&amp;list=PL76B7644A6AFF685E&amp;index=4&amp;t=0s</a></p> <p>2. 海報紙</p>
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)						

<b>本主題是否融入資訊科技教學內容</b>	<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)
<b>特教需求學生課程調整</b>	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無    <input checked="" type="checkbox"/>有-智能障礙(1)人</p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無    <input checked="" type="checkbox"/>有-<u>一般資優</u> 3人</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課程進行一小段落後，可以就上課內容或影片內容進行簡單提問，或請學生協助拿取課程用品，提升學生自信心及提高課堂參與度。</li> <li>2. 提供生活化、圖像化範例與說明；範例需明確清楚。<span style="float: right;">特教老師簽名：徐尚筠、賴亭好</span></li> <li>3. 複習上一節課的動作時，建議仍是 1-2 個動作即讓學生進行操作。<span style="float: right;">普教老師簽名：</span></li> <li>4. 可視學生能力給予更高層次的學習目標或任務。</li> <li>5. 可讓學生分享自身知曉或曾看過的課程相關事件，將生活經驗與課程進行連結。</li> </ol>

**\*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。