

嘉義縣六美國小 110 學年度校訂課程教學內容規劃表( 109.11.2)

年級	五年級	年級課程 主題名稱	足球社團	課程 設計者	陳盈霖	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 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	健康活力 良好態度	國際接軌 生態永續	與學校願景呼 應之說明	1. 透過足球運動訓練體能，促進身心健康與活力。 2. 藉由足球運動培養團體合作、健康休閒運動的動態生活。 3. 養成愛好足球與運動的習慣，知悉國際足球運動狀況。			
總綱 核心素 養	E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。		課程 目標	1. 經由參與足球運動，培養優質身體活動與健康休閒的生活習慣，促進身心健全發展，透過足球運動訓練，發展個人運動的潛能。 2. 學習足球運動技能，探索身體活動潛能，並透過足球運動的體驗與實踐，培養正確的運動技巧與競賽行為。 3. 具備良好的運動競賽態度與行為，透過足球競賽學習樂於與人互動、公平競爭，並養成與團隊成員合作的精神，促進全人的身心健康。			

教學進度	單元名稱	連結領域/議題	自訂學習內容	學習目標	表現任務(評量內容)	教學活動	教學資源	節數
上學期  第(1)週 - 第(3)週	一、足球介紹 1. 安全踢球與運球。 2. 場地與比賽規則。 3. 五人制邊線球比賽。	健體1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體3d-III-1/應用學習策略,提高運動技能學習效能。 健體1d-III-1/了解運動技能要素和要領。 健體1d-III-3/了解比賽的進攻和防守策略。 健體2c-III-1/表現基本運動精神和道德規範。 健體4d-III-1/養成規律運動習慣,維持動態生活。	1. 學習傳、接球的動作要領。 2. 能正確地做出運球動作。 3. 五人制邊線球練習比賽(傳、接)。	1. 了解傳、接球的動作技能與足球運動規範。 2. 應用學習足球動作策略,進行五人制邊線球練習與比賽,提高傳接球學習效能。 3. 了解傳接球技能的要素和要領。 4. 應用五人制練習比賽的學習,進行演練進攻和防守策略。 5. 表現足球運動精神和道德規範。 6. 養成規律足球運動習慣,維持動態生活。	1. 能做出正確的傳、接球的動作要領。 2. 能做出正確的運球的動作要領。 3. 能參與五人制邊線球比賽,並遵守規則,不傷害他人或避免被傷害。 4. 能養成規律運動習慣與運動精神,並持續維持動態生活。	1. 說明及示範足球踢擊部位(教師動作示範)。 2. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。 3. 挑球:1人1顆球,單獨地以各種方法,將球往上踢看看。 關鍵要領:接觸球的部位要固定,頭部保持平穩看著球。 4. Z字型運球:設1-6個標示筒,前5個間隔1m,第5、第6個標示筒間隔5m。玩球者在兩標示筒間用(內側、外側、右腳、左腳交替使用運球)。 5. 踢球基本動作練習: 2人1組,球1顆,用內側、外側、右腳、左腳交替使用停球或傳球。 6. 說明部分簡易比賽規則。 7. 五人制邊線球(傳、接)比賽。 遊戲規則: 1. 攻擊的一方,以運球或帶球跑方式越過指定區域的邊線得一分。 2. 得分多的一方獲勝。 3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。 4. 防守得一方搶到球,馬上進攻。 5. 得分後,從得分處改由對方發球,比賽在繼續。 關鍵要領:判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。	1. 足球指導教材(中華民國足球協會)。 2. 五人制足球比賽規則文本。	6

<p>第(4)週 - 第(7)週</p>	<p>二、足球運球 1. 左右單腳運球。 2. 雙腳運球。 3. 足球遊戲~雙人搶球與大魚吃小魚。 4. 足球分組競賽</p>	<p>健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體3d-III-1/應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體1d-III-1/了解運動技能的要素和要領。 健體 3d-III-2/演練比賽中的進攻和防守策略。</p>	<p>1. 熟練左、右腳，內、外側運球。 2. 練習各種帶球轉身方法。 3. 五人制邊練習比賽(有設2個小球門)。</p>	<p>1. 了解左、右腳，內、外側運球運動技能要素和足球運動規範。 2. 了解左、右腳，內、外側運球的技能要素和要領。 3. 應用帶球轉身的學習策略，培養身體控制和協調能力，提高正確的停球、傳球學習效能。 4. 了解各種帶球轉身的要素和要領。 5. 演練五人制比賽中的進攻和防守策略。</p>	<p>1. 能做出正確的運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球動作技能。 2. 能做出身體協調的帶球轉身動作。 3. 能在五人制邊線球比賽中，表現出積極參與、接受挑戰的學習態度。 4. 能在五人制邊線球比賽中，了解進攻和防守策略的方法。</p>	<p>1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。 2. 挑球:1人1顆球，單獨地以各種方法，將球往上踢看看。 關鍵要領:接觸球的部位要固定，頭部保持平穩看著球。 3. Z字型運球:設1~6個標示筒，前5個間隔1m，第5、第6個標示筒間隔5m。玩球者在兩標示筒間用(內側、外側、右腳、左腳交替使用運球)。 4. 踢球基本動作練習: 2人1組，球1顆，用內側、外側、右腳、左腳交替使用停球或傳球。 5. 單腳及雙腳內外側固定距離來回運球。 6. 運用訓練盤練習單腳及雙腳運球。 7. 五人制邊練習比賽。 遊戲規則: 1. 攻擊的一方，以傳接球或帶球跑方式，踢球進對方球門得一分。 2. 得分多的一方獲勝。 3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。 4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。 5. 得分後，從得分處改由對方發球，比賽在繼續。 關鍵要領:判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。</p>	<p>1. 足球指導教材(中華民國足球協會)。 2. 五人制足球比賽規則文本。</p>	<p>8</p>
------------------------------	---	---	---	--	--	--	---	----------

<p>第(8)週 - 第(12)週</p>	<p>三、傳接球 1. 兩人固定位置傳接球。 2. 兩人跑步傳接球 3. 足球傳接球、搶球遊戲</p>	<p>健體 1c-III -1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體 3d-III -1/應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 1d-III -1/了解運動技能的要素和要領。 健體 1d-III -3/了解比賽的進攻和防守策略。 健體 2c-III -1/表現基本運動精神和道德規範。</p>	<p>1. 練習 2 人或 3 人跑位左、右腳，內、外側傳接球動作。 2. 分組搶球遊戲。 3. 4 對 4 邊線球練習比賽(有設 4 個小球門)。</p>	<p>1. 了解 2 人或 3 人跑位左、右腳，內、外側傳接球動作的要素和足球運動規範。 2. 應用 2 人或 3 人跑位左、右腳，內、外側傳接球動作的學習策略，提高身體控制和協調能力。 3. 了解外側傳接球動作的要素和要領。 4. 了解 4 對 4 邊線球練習比賽的學習，進行進攻和防守策略。 5. 透過分組搶球遊戲比賽，表現出積極參與、接受挑戰的運動精神和道德規範。</p>	<p>1. 能做出正確熟練的 2 人或 3 人跑位左、右腳，內、外側傳接球動作的動作要領。 2. 能做出熟練的 2 人或 3 人跑位左、右腳，內、外側傳接球的動作技能。 3. 能在分組搶球遊戲比賽中，表現出積極參與、接受挑戰的學習態度。 4. 能在 4 對 4 邊線球練習比賽中，了解進攻和防守策略的方法，並遵守規則參與競賽。</p>	<p>1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。 2. 挑球: 2 人 1 顆球，以各種方法，將球往上踢控球後，以空對空互傳。 關鍵要領: 接觸球的部位要固定，頭部保持平穩看著球。 3. Z 字型運球: 設 1~6 個標示筒，前 5 個間隔 1m，第 5、第 6 個標示筒間隔 5m。玩球者在兩標示筒間用(內側、外側、右腳、左腳交替使用運球)。 4. 踢球基本動作練習: 2 人或 3 人 1 組，球 1 顆，用內側、外側、右腳、左腳交替使用停球或傳球。 5. 雙人四角(長方形)跑步位傳接球。 6. 三或四人分 1 組，足球傳接、球搶球遊戲。 遊戲規則: 1. 攻擊的一方，以傳接球或帶球跑方式，踢球進對方球門得一分。 2. 得分多的一方獲勝。 3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。 4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。 5. 得分後，從得分處改由對方發球，比賽在繼續。 關鍵要領: 判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。</p>	<p>1. 足球指導教材(中華民國足球協會)。 2. 五人制足球比賽規則文本。</p>	<p>10</p>
-----------------------	---	--	--	---	---	--	---	-----------

<p style="text-align: center;">第 ( 13 ) 週 - 第 ( 15 ) 週</p>	<p>四、射門</p> <p>1. 六碼線定點射門。</p> <p>2. 帶球射球門。</p> <p>3. 足球比賽</p>	<p>健體 1c-III -1/了解運動技能要素和基本運動規範。</p> <p>健體 3d-III -1/應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>健體 1d-III -1/了解運動技能的要素和要領。</p> <p>健體 3d-III -2/演練比賽中的進攻和防守策略。</p> <p>健體 2c-III -3/表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p> <p>健體 1d-III -2/比較自己或他人運動技能的正確性。</p> <p>健體 4a-III</p>	<p>1. 熟練左、右腳，內、外側傳接球動作。</p> <p>2. 定點射門(站位、助跑射門、轉身射門)。</p> <p>3. 分組帶球障礙跑步競賽練習。</p> <p>4. 分組比賽練習。</p>	<p>1. 了解熟練左、右腳，內、外側傳接球動作技能要素。</p> <p>2. 應用定點射門(站位、助跑射門、轉身射門)的學習策略，提高定點射門動作技能學習效能。</p> <p>3. 了解定點射門技能的要素和要領。</p> <p>3. 透過分組帶球障礙跑步競賽練習，演練足球比賽中進攻與防守策略。</p> <p>4. 表現積極參與足球運動、接受挑戰的學習態度。</p> <p>4. 比較觀察自己或隊友的運動技能表現與正確性</p> <p>5. 自我反省修正自我技能的改進。</p>	<p>1. 能做出熟練的左、右腳，內、外側傳接球動作要領。</p> <p>2. 能做出正確的定點射門(站位、助跑射門、轉身射門)動作要領。</p> <p>3. 能經由分組帶球障礙跑步競賽練習，培養出積極參與、接受挑戰的學習態度。</p> <p>4. 能經由分組比賽練習觀察，說出隊友的美技優點，反思自我技能的改進。</p>	<p>1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。</p> <p>2. 挑球:2人1顆球，以各種方法，將球往上踢控球後，以空對空互傳。</p> <p>關鍵要領:接觸球的部位要固定，頭部保持平穩看著球。</p> <p>3. Z字型運球:設1~6個標示筒，前5個間隔1m，第5、第6個標示筒間隔5m。玩球者在兩標示筒間用(內側、外側、右腳、左腳交替使用運球)。</p> <p>4. 定點射門三要領:站對方向、助跑、轉身射門。</p> <p>5. 帶球跑步三要領:快跑、輕踢、內外側。</p> <p>6. 帶球射門三要領:推、追、射</p> <p>7. 足球競賽遊戲~保護、搶球與傳球要領。</p> <p>遊戲規則:</p> <p>1. 攻擊的一方，由球場中線發球，以傳接球或帶球跑方式，踢球進對方球門得一分。</p> <p>2. 得分多的一方獲勝。</p> <p>3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。</p> <p>4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。</p> <p>5. 得分後，改由對方從球場中線發球，比賽在繼續。</p> <p>關鍵要領:判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。</p>	<p>1. 足球指導教材(中華民國足球協會。</p> <p>2. 五人制足球比賽規則文本。</p>	<p style="text-align: center;">6</p>
--	--	--	---	--	---	--	---	--------------------------------------

		-2/自我反省與修正促進健康的行動。						
第 (16) 週 - 第 (18) 週	<p>五、守門員</p> <p>1. 守門員移位接球要領：伸、緩、抱。</p> <p>2. 守門員移位接滾地球要領：等、捲、抱。</p> <p>3. 高飛球接球要領：跳、捲、抱、提。</p> <p>4. 足球競賽遊戲</p>	<p>健體 1c-III -1/了解運動技能要素和基本運動規範。</p> <p>健體 3d-III -1/應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>健體 3c-III -1/表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>健體 1d-III -3/了解比賽的進攻和防守策略。</p> <p>健體 1c-III -2/應用身體活動的防護知識，維護運動安全。</p>	<p>1. 守門員接球練習。</p> <p>2. 守門員反應訓練。</p> <p>3. 守門員擲球練習。</p> <p>4. 分組比賽練習。</p>	<p>1. 了解守門員接球的動作技能要領與足球運動規範。</p> <p>2. 應用守門員反應訓練學習策略，提高守門員接球動作技能學習效能。</p> <p>3. 表現守門員擲球動作技能身體控制與協調能力。</p> <p>4. 了解守門員比賽中的防守策略演練。</p> <p>5. 應用守門員身體活動的防護知識，維護足球競賽中的運動安全。</p>	<p>1. 能做出正確的守門員接球動作要領。</p> <p>2. 能做出正確的守門員動作，參與足球競賽，並能維護運動安全避免受傷。</p> <p>3. 能做出身體協調的守門員擲球動作。</p> <p>4. 能做出正確的守門員動作技能，並能在比賽中，應用進攻和防守策略。</p> <p>5. 參與足球競賽，並能維護運動安全避免受傷。</p>	<p>1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。</p> <p>2. 挑球:1人1顆球，單獨地以各種方法，將球往上踢看看。</p> <p>關鍵要領:接觸球的部位要固定，頭部保持平穩看著球。</p> <p>3. 守門員移位要領練習：踏併與踩飛</p> <p>4. 雙人練習守門員移位接球動作要領。</p> <p>5. 雙人練習守門員移位接滾地球動作要領。</p> <p>6. 雙人互拋高球練習高飛球接球動作要領。</p> <p>7. 雙人練習守門員擲球動作要領。</p> <p>7. 守門員靈敏度遊戲練習。</p> <p>8. 守門員原地移位注視全場要領。</p> <p>9. 分組比賽練習。</p> <p>遊戲規則:</p> <p>1. 攻擊的一方，由球場中線發球，以傳接球或帶球跑方式，踢球進對方球門得一分。</p> <p>2. 得分多的一方獲勝。</p> <p>3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。</p> <p>4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。</p> <p>5. 得分後，改由對方從球場中線發球，比賽在繼續。</p> <p>關鍵要領:判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。</p>	<p>1. 足球指導教材(中華民國足球協會。</p> <p>2. 五人制足球比賽規則文本。</p>	6

<p style="text-align: center;">第 ( 19 ) 週 - 第 ( 20 ) 週</p>	<p>六、綜合複習</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 運球</li> <li>2. 傳接球</li> <li>3. 射門</li> <li>4. 守門</li> </ol>	<p>健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。</p> <p>健體 3d-III-1/應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>健體 1d-III-1/了解運動技能的要素和要領。</p> <p>健體 1d-III-3/了解比賽的進攻和防守策略。</p> <p>健體 2c-III-1/表現基本運動精神和道德規範。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 四角 2 人跑位傳、接球練習。</li> <li>2. 四角 3 人跑位傳、接球練習。</li> <li>3. 五人制邊線球比賽(傳、接球)。</li> <li>4. 分組對抗賽。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解四角 2 人跑位傳接球練習，和跑位傳、接球技能要素與運動規範。</li> <li>2. 了解四角 3 人跑位傳、接球技能的要素和要領。</li> <li>3. 應用四角 3 人跑位傳、接球學習策略，提高運動技能學習效能。</li> <li>4. 了解組合運球、傳接球、射門等動作技能，在五人制邊線球比賽活動中找出進攻和防守策略。</li> <li>4. 在分組對抗比賽中，表現出遵守競賽規則的行為與精神。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能做出雙人、多人四角移位傳接球動作要領。</li> <li>2. 能應用控制身體協調力，組合運球、傳接球、射門的動作模式。</li> <li>3. 能應用進攻和防守策略，在競賽活動中找出贏的策略。</li> <li>4. 能在比賽中，遵守規則參與競賽，並表現出良好的運動精神。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。</li> <li>2. 挑球:2 人 1 顆球，以各種方法，將球往上踢控球後，以空對空互傳。 關鍵要領:接觸球的部位要固定，頭部保持平穩看著球。</li> <li>3. 障礙運球練習~左右單腳及左右腳互換。</li> <li>4. 四角 2 人跑位傳、接球練習，雙人對練與移位傳接球練習:內側傳球、腳底及內側接球。</li> <li>5. 四角 3 人跑位傳、接球練習，3 人移位傳接球練習:內側傳球、腳底及內側接球。</li> <li>6. 守門員動作要領練習。</li> <li>7. 五人制邊線球比賽。 遊戲規則: 1. 攻擊的一方，以運球或帶球跑方式越過指定區域的邊線得一分。 2. 得分多的一方獲勝。 3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。 4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。 5. 得分後，從得分處改由對方發球，比賽在繼續。 關鍵要領:判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。</li> <li>8. 足球比賽練習。 規則:五人制足球比賽規則。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 足球指導教材(中華民國足球協會)。</li> <li>2. 五人制足球比賽規則文本。</li> </ol>	<p style="text-align: center;">4</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)
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 checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有-智能障礙( )人、學習障礙( )人、情緒障礙( )人、自閉症( )人、( / 人數)</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>1.</p> <p>2.</p> <p style="text-align: right;">特教老師簽名： 普教老師簽名：陳盈霖</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。