

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/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 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
下學期 第(1)週 - 第(4)週	一、足球運球與射門 1. 運球穿越障礙射門。 2. 運球過人與攻防。	健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體 1d-III-1/了解運動技能的要素和要領。 健體 3d-III-1/應用學習策略,提高運動技能學習效能。 健體 3d-III-2/演練比賽中的進攻和防守策略。 健體 2c-III-3/表	1. 熟練運球轉身技巧。 2.1 對1 攻防練習比賽。 3. 4 對4 攻防練習比賽。	1. 了解運球轉身動作與運球過人技能要素與足球運動規範。 2. 了解運球轉身技能的要素和要領。 3. 應用1 對1 攻防對抗學習策略,提高運球轉身技能學習效能。 3. 演練4 對4 攻防練習比賽中的運球進攻和防守策略。 4. 表現積極參與足球運動、接受挑戰的學習態度。 5. 透過4 對4 攻防練習比賽,表現出過人與小組配合進攻的正向溝通的團隊精神。	1. 能做出自由帶球的轉向過人。 2 在1 對1 攻防對抗中,能做出帶球過人,並表現出積極參與、接受挑戰的學習態度。 3. 在4 對4 攻防練習中,能做出具有創造力的小組傳接球進攻模組。 4. 能熟練進攻和防守策略,展現個人與小組配合的團隊精神。	1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回運球(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. 腳下控球:2 人1 組,球1 顆,在指定區域內傳控。 方式:一人以拋球方式投球,另一人則彈性的將球接於腳下,控球後將球由指定區域內用各種踢法正確地傳球給對方。 關鍵要領:眼盯著球,自我控自腳的柔軟度。 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. 穿越障礙與轉向過人運球練習。 6. 帶球過人或障礙物並射門。 7. 1 對1 攻防練習比賽。 8. 4 對4 攻防練習比賽。 遊戲規則: 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。 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,改由對方從球場中線發球,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。	8

		現積極參與、接受挑戰的學習態度。 健體 2c-III-2/表現同理心、正向溝通的團隊精神。						
第(5)週 - 第(8)週	二、傳接球與射門 1. 傳接球連續動作與內外側停球。 2. 運球穿越障礙、傳球與射門。 3. 雙人、三人、四人攻防射門練習	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	1. 熟練左、右腳，內、外側傳接球動作。 2. 分組搶球遊戲。 3. 4 對 4 邊線球(傳、接)比賽。 4. 分組對抗比賽。	1. 了解左、右腳，內、外側傳接球動作技能和傳球運動規範。 2. 應用分組搶球遊戲比賽學習策略，提高具創造力的小組配合進攻技能學習效能。 3. 了解 4 對 4 邊線球(傳、接)比賽中的進攻和防守策略。 4. 了解左、右腳，內、外側傳接球動作技能要素和要領。 4. 表現分組對抗比賽中的正向溝通及團隊精神。	1. 能做出熟練的左、右腳，內、外側傳接球動作。 2. 能做出具有創造力的小組配合進攻。 3. 能在比賽中表現出進攻和防守策略。 4. 能在分組對抗比賽中，表現出團隊正向溝通的團隊合作精神。	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. 腳下控球:3 對 3 或 2 對 2 以足網球方式，在指定區域內傳控。 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. 運用繩梯或訓練盤練習腳步移動。 6. 運用訓練盤練習帶球、傳球與射門組合練習，(雙人或三人或四人交互傳球帶球射門。 7. 4 對 4 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	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。	

		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-2/表現同理心、正向溝通的團隊精神。				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。 8. 分組足球對抗比賽。 規則:五人制足球比賽規則。		
第(9)週 - 第(12)週	三、足球的進攻與防守 1. 進攻隊形與原則。 2. 防守隊形與原則	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-	1. 腳下控球練習。 2. 3 對 3 邊線球比賽。 3. 4 對 4 比賽(設 4 個小球門)。 4. 分組 5 對 5 攻防對抗比賽。	1. 了解腳下控球的動作技能要素和足球運動規範。 2. 了解腳下控球技能的要素和要領。 3. 應用 3 對 3 邊線球比賽學習策略，提高腳下控球技能學習效能。 4. 了解 4 對 4 邊線球比賽(設 4 個小球門)，進行比賽的進攻和防守策略演練。 4. 經由參與足球比賽的體驗，養成規律運動習慣，並持續維	1. 能熟練腳下控球的動作要領。 2. 能了解 3 對 3 邊線球比賽的進攻和防守策略。 3. 能熟練 4 對 4 邊線球比賽的進攻和防守策略。 4. 能養成規律運動習慣，並持續維持動態生活。	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. 腳下控球:2 人 1 組，球 1 顆，在指定區域內傳控。 方式:一人以拋球方式投球，另一人則彈性的將球接於腳下，控球後將球由指定區域內用各種踢法正確地傳球給對方。 關鍵要領:眼盯著球，自我控自腳的柔軟度。 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. 二人或三人一組跑位傳接球進攻練習。 5. 一二一隊形變化進攻練習(防守者守則:近球者搶球、嚴守責任區)。 6. 隊形變化進攻練習(防守者守則:近球者搶球、嚴守	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。	8

		<p>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 4d-III-1/養成規律運動習慣，維持動態生活。</p>		<p>持動態生活。</p>		<p>責任區)。</p> <p>7. 防守轉進攻跑位變化練習： 3 對 3 邊線球比賽</p> <p>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。</p> <p>8. 分組足球對抗比賽。 規則：五人制足球比賽規則。 4 對 4 比賽</p> <p>遊戲規則： 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。 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，改由對方從球場中線發球，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>8. 足球比賽練習。 規則：五人制足球比賽規則。</p>		
<p>第(13)週</p> <p>-</p> <p>第(16)週</p>	<p>四、邊線球處理</p> <p>1. 邊線球進攻與防守策略。</p>	<p>健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動</p>	<p>1. 邊線球進攻防守演練。</p> <p>2. 角球進攻防守演練。</p> <p>3. 4 對 4 比</p>	<p>1. 了解邊線球進攻防守演練技能要素和足球運動規範。</p> <p>2. 了解邊線球進攻防守技能的要素和要領。</p>	<p>1. 能做出不同位置邊線球，進攻與防守的站位要領。</p> <p>2. 能做出角球小組配合，且具創造力的進攻策略。</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. 腳下控球：3 對 3 或 2 對 2 以足網球方式，在指定區域內傳控。 關鍵要領：接觸球的部位要固定，頭部保持平穩看著球。</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>2.角球進攻與防守策略。</p>	<p>規範。 健體 1d-III-1/了解運動技能的要素和要領。 健體 3d-III-1/應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 2c-III-2/表現同理心、正向溝通的團隊精神。</p>	<p>賽(設4個小球門)。 4.5對5攻防練習比賽。</p>	<p>3.應用4對4邊線球比賽(設4個小球門)學習策略，提高比賽的角球進攻和防守技能學習效能。 4.表現5對5攻防練習比賽中的正向溝通團隊精神。</p>	<p>3.能熟練4對4邊線球比賽的進攻和防守策略。 4.能在5對5攻防練習比賽中，表現出團隊正向溝通的團隊精神。</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)。 4.運用訓練盤練習帶球、傳球與射門。 6.角球進攻站位與發球方法。 7.角球防守站位與搶球要領。 8.靠近己方球門邊線球的進攻發球、站位處理。 9.靠近中線邊線球的進攻發球、站位處理。 10.靠近對方球門邊線球的進攻發球、站位處理。 11.足球對抗賽。 規則:五人制足球比賽規則。</p>		
<p>第(17)週 - 第(18)週</p>	<p>五、自由球、球門球的處理 1.自由球進攻與防守策略。 2.球門球進</p>	<p>健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體 1d-III-1/了</p>	<p>1.自由球進攻、防守演練。 2.球門球進攻、防守演練。 3.5對5攻防練習比賽。</p>	<p>1.了解自由球技能要素和足球運動規範。 2.了解自由球技能的要素和要領。 3.應用自由球進攻防守學習策略，提高比賽的球門進攻技能學習效能。</p>	<p>1.能做出自由球進攻和防守策略要領。 2.能做出熟練的球門球進攻和防守策略。 3.能表現積極參與和接受挑戰的學習態度。 4.能養成規律運動習慣，並持續維持動態生活。</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.腳下控球:2人1組，球1顆，在指定區域內傳控。 方式:一人以拋球方式投球，另一人則彈性的將球接於腳下，控球後將球由指定區域內用各種踢法正確地傳球給對方。 關鍵要領:眼盯著球，自我控自腳的柔軟度。 3.Z字型運球:設1~6個標示筒，前5個間隔1m，第5、</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>6</p>

	<p>攻與防守策略。</p>	<p>解運動技能的要素和要領。 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-3/了解比賽的進攻和防守策略。 健體 2c-III-3/表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 健體 4d-III-1/養成規律運動習慣，維持動態生</p>		<p>4. 應用球門球的進攻和防守學習策略，提高比賽的球門防守技能學習效能。 3. 表現對 5 對 5 攻防練習比賽的積極參與和接受挑戰的學習態度。 4. 透過參與 5 對 5 攻防比賽的體驗，養成規律運動習慣，並持續維持動態生活。</p>		<p>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. 靠近己方自由球進攻與防守的要領練習。 5. 靠近中線自由球進攻與防守的要領練習。 6. 靠近對方球門自由球進攻與防守的要領。 7. 足球對抗賽 規則：五人制足球比賽規則。</p>		
--	----------------	---	--	--	--	---	--	--

		活。						
第(19)週 - 第(20)週	六、綜合複習 1. 運球、傳球與射門綜合練習。 2.	健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體 1d-III-1/了解運動技能的要素和要領。 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-3/了解比賽的進攻和防守策略。 健體 2c-	1. 2人、3人、4人、4人小組配合練習，(運球、傳球與射門)綜合練習。 2. 4對4邊線球比賽。 3. 分組對抗比賽。	1. 了解2人、3人、4人小組運球、傳球與射門技能要素和足球運動規範。 2. 了解運球、傳球與射門技能的要素和要領。 3. 應用4對4邊線球學習策略，提高運球、傳球與射門技能學習效能。 3. 了解4對4邊線球比賽的進攻和防守策略。 4. 透過分組對抗比賽，表現積極參與和接受挑戰的學習態度。 4. 透過參與5對5攻防比賽的體驗，養成規律運動習慣，並持續維持動態生活。	1. 能做出具有創造力的小組配合，進攻組合。 2. 能做出熟練的4對4邊線球比賽攻、守策略。 3. 能表現積極參與和接受挑戰的學習態度。 4. 能養成規律運動習慣，並持續維持動態生活。	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. 腳下控球:2人1組，球1顆，在指定區域內傳控。 方式:一人以拋球方式投球，另一人則彈性的將球接於腳下，控球後將球由指定區域內用各種踢法正確地傳球給對方。 關鍵要領:眼盯著球，自我控自腳的柔軟度。 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. 2人、3人、4人小組配合練習，(運球、傳球與射門)綜合練習。 5. 4對4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。 6. 分組對抗賽 規則:五人制足球比賽規則。	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。	

		III-3/表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 健體 4d-III-1/養成規律運動習慣，維持動態生活。					
--	--	---	--	--	--	--	--

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：</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。