

嘉義縣北美國小 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	親水樂無窮	課程 設計者	呂孟勳	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 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。 <input checked="" type="checkbox"/> 第二類 <input 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	品格、健康、國際、科技、美感、在地		與學校願景呼 應之說明	喜歡親水活動，重視水域安全，並具備從事多元水域休閒活動的知識與技能。			
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. 能結合游泳教學，訓練學生自救能力。 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，培養良好的公民意識。 3. 透過課程活動，與同學互助合作學習，建立良好溝通與互動素養。			

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	青春啟航	國語文 1-II-1 聆聽時能讓對方充分表達意見。 健體領域 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。	1. 能運用相關的閱讀策略推論出文本中所蘊含的觀點。 2. 藉著文本的介紹能了解生長發育的影響因素與促進方法。 3. 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	一、運用自我提問、推論來了解文本中的觀點。 二、透過性教育，能認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 三、培養對異性的尊重，男、女生愉快相處，以愉快的心情一起迎接青春。	◎小組討論 ◎發表 ◎讀本愛的宣誓。	第二節：知性時間一、引起動機：1. 討論與發表：教師引導學生思考「性」是什麼？ 2. 請學生說出自己的看法。3. 教師說明：在現代社會中，由於風氣開放及網路發達，獲得性知識的來源也更多元，「性」成為可以討論的議題。 二、發展活動： 1. 「性」的定義很廣泛，包括兩性相處、生理發展和性行為等。 2. 愛是一種發自於內心的情感，以真心對待，凡事為對方著想，而性是建立在愛的基礎上。兩性交往，應以愛為基礎，充分了解性，並以謹慎的態度來面對。 3. 歸納結論：「性」是兩個成熟且相愛的人表達愛意的方式，具備正確的性知識並能以健康的心態面對，是每個人須學習的生活重要課題。 4. 問題探討： (1)影片中人物的對話，思考自己對「性」是否也有相同的疑問？ (2)全班共同討論如果對「性」有疑問，該怎麼做呢？ (3)教師說明：進入青春期後，透過性教育，可以讓我們具備正確的性知識，以健康的心態面對「性」，並學習如何與同性	青春啟航讀本	8

						或異性朋友相處，以建立親密和諧的人際關係。	
第 (5) 週 - 第 (8) 週	水中 蛟龍	健康與體育 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 能做徒手捷泳完成50公尺含轉身及握浮板打水前進不換氣練習。 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。	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。 6. 能捷泳完成50公尺。	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	【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—水中漂浮大賽	1. 備用蛙鏡及泳帽 2. 浮板 3. 長形板凳

					打水動作。 6. 能捷泳 完成50公尺。			
第 (9) 週 - 第 (12) 週	水中 蛟龍	健康與體育 2c-Ⅱ-3 表現主動 參與、樂於嘗試的 學習態度。 Bc-Ⅱ-2 運動與身 體活動的保健知 識。 Gb-Ⅱ-1 戶外戲水 安全知識、離地蹬 牆漂浮。	1. 能做能抓浮板踢 蛙、能以蛙手搭配蛙 腳前進及含轉身的練 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。	1. 能抓浮板踢蛙 前進25公尺。2. 能蛙手完成換氣 前進至少前進50 公尺。	1. 能做出水 母漂動作。 2. 能做出滑 水動作。 3. 能在划水 前進中換氣 兩次。	【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). 蛙泳:蛙泳要點在踢蛙腳合腿能產生動 力，讓身體盡量放鬆。 (4). 划水練習 4. 團體遊戲—水中跑步大戰	1. 備用蛙 鏡及泳帽 2. 浮板 3. 長形板 凳	8
第 (13) 週 - 第 (16) 週	如魚 得水	健康與體育 2c-Ⅱ-3 表現主動 參與、樂於嘗試的 學習態度。 Bc-Ⅱ-2 運動與身 體活動的保健知 識。 Gb-Ⅱ-2 打水前	1. 能做水母漂連續換 氣30 秒、能抓浮板以 仰式踢腳打水前進25 公尺及含轉身的練 習。 2. 能遵守上課規則和 團體運動比賽精神之 規範	1. 水母漂連續換 氣30 秒 2. 能抓浮板以仰 式踢腳打水前進 25公尺	1. 能做出 水母漂動作 並換氣30 秒。 2. 能抓浮板 以仰式踢腳 打水前進25 公尺	【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). 悶氣15秒	1. 備用蛙 鏡及泳帽 2. 浮板 3. 長形板 凳	8

	<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	※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、 <u>(/人數)</u>
學生	※資賦優異學生： <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有- <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u>
課程調整	※課程調整建議(特教老師填寫)： 1. 2.
	特教老師簽名：林秀鳳 普教老師簽名：呂孟勳

*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。