

嘉義縣 朴子國小 111 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	三、四年級	年級課程 主題名稱	舞蹈	課程 設計者	吳旂容	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 <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 <input type="checkbox"/> 本土語文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學							
學校 願景	知書 健康 護鄉土	與學校願景呼應之說明	一、透過體能陶冶與健康行為促進身心健康發展。 二、能由課程中體會身心健康的重要性，並培養正向樂觀的思考模式。 三、藉由運動實踐之態度，養成終身學習的運動習慣，增進體適能增進，形塑健康生活型態。					
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-B3 具備 藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展， 培養 生活環境中的美感體驗。 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、 具備 運動的生活習慣， 認識 個人特質，發展生命潛能。 二、 具備 舞蹈各項技術動作與技能，透過舞蹈課程學習以結合肢體與音樂，欣賞藝術之美， 並培養 生活中美的體驗。 三、透過舞蹈課程的學習， 培養 公平競爭、團隊合作之素養。					
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)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節數
第(1) 週 - 第(4) 週	探索 身體 肢體 律動	健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 健體 3a-II-1 演練基本的健康技能。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 認識身體部位。 2. 節奏練習。 3. 單一動作的反覆訓練。 4. 身體律動與音樂結合 5. 律動技巧動作的 模仿與學 習。	1. 能透過探索活動認識身體部位。 2. 能藉由身體部位與動作結合，認識身體部位所使用範圍。 3. 能透過模仿演練表現律動技巧的基本動作與模仿力。	1. 能說出身體各部位的名稱。 2. 能透過探索知道身體各部位正確的運動方法及使用範圍。 3. 能作出教師示範的動作，訓練認識身體。 4. 能完成指定動作的模仿。	1. 身體探索活動並認識身體構造。 2. 分析躺姿、坐姿、站姿動作的方法。 3. 躺姿、坐姿、站姿動作訓練認識身體。 4. 觀察教師的分解動作，能確實的作出動作。 5. 搭配音樂與老師的節拍，將音樂的節奏強弱拍帶入動作。 6. 整理活動及緩和運動。	音響	8

第(5)週 - 第(6)週	墊上翻滾一	健體 1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 健體 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。	1. 了解動作的危險性與安全維護 2. 墊上翻滾動作分析	1. 認識正確的墊上翻滾動作做好安全維護。 2. 透過墊上翻滾動作分析，表現正確的身體活動。	1. 能知道危險動作對身體的傷害。 2. 能分辨動作的安全練習方式。 3. 能在老師的引導下，完成前滾翻、後滾翻、側滾翻等墊上翻滾動作。	1. 教師示範，引導學生在動作練習中，如何避免同學與自己受傷。 2. 認識前滾翻、後滾翻、側滾翻，並能確實的作出動作。 3. 整理活動及緩和運動。	音響、巧拼	4
第(7)週 - 第(8)週	墊上翻滾二	健體 1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 健體 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。	1. 了解動作的危險性與安全維護 2. 墊上翻滾動作分析	1. 認識正確的墊上翻滾動作做好安全維護。 2. 透過墊上翻滾動作分析，表現正確的身體活動。	1. 能知道危險動作對身體的傷害。 2. 能分辨動作的安全練習方式。 3. 能在老師的引導下，完成前滾翻、後滾翻、側滾翻等墊上翻滾動作。	1. 教師示範，引導學生在動作練習中，如何避免同學與自己受傷。 2. 青蛙跳躍 3. 側翻 4. 倒立 5. 整理活動及緩和運動	音響、巧拼	4
第(9)週 - 第(10)週	柔軟度訓練一	健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 腿部柔軟度 2. 髖部柔軟度	1. 認識正確的腿部、髖部柔軟度伸展動作並執行動作練習策略。 2. 透過腿部、髖部柔軟度的練習，表現正確的身體活動。 3. 運用柔軟度動作技能練習，完成動作方向的變化。	1. 能完成腿部的劈腿動作並做不同方向的練習。 2. 能完成單腳站立拔腿等正確動作。 3. 能正確完成站姿動作並做出站姿的方向變化。	1. 劈腿不同方向練習 2. 單腳站立拔腿 3. 站姿動作結合方向變化	音響、把杆	4
第(11)週 - 第(12)週	柔軟度訓練二	健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 軀幹柔軟度 2. 肩部柔軟度	1. 認識正確的軀幹、肩部柔軟度伸展動作並執行動作練習策略。 2. 透過軀幹、肩部柔軟度的練習，表現正確的身體活動。 3. 運用柔軟度動作技能練習，完成動作方向的變化。	1. 能在老師引導下分段完成跪下腰及進階下腰等動作。 2. 能達成前彎下腰的連貫動作。 3. 能正確達成腿部和軀幹的動作結合。	1. 跪下腰進階下腰 2. 前彎下腰連貫動作 3. 腿部動作加上軀幹動作結合	音響、把杆	4
第(13)週 - 第(14)週	方位認識	健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 芭蕾舞基本方位認識 2. 方向辨認走位 3. 動作與方位搭配	1. 認識芭蕾舞基本方位並完成正確的方向辨認走位動作練習。 2. 運用動作與方位搭配，結合基本動作與方向走位。	1. 能認識芭蕾舞基本方位並做出正確的動作。 2. 能正確完成直線、橫向、斜線的走位。 3. 能在老師的引導下正確達成芭蕾舞基本動作加上方向走位。	1. 方位：一到六的認識 2. 直線、橫向、斜線的走位 3. 基本動作加上方向走位	音響、把杆	8
第(15)週 - 第(18)週	舞曲練習	健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 健體 3c-II-1	1. 舞曲 Shiver 的基本動作練習編排與排練。 2. 能結合音樂編排舞蹈。	1. 認識舞曲 Shiver 的基本動作並練習。 2. 運用動作技能，完整表現出舞曲的舞蹈內容。	1. 能正確做出舞曲 Shiver 的基本動作 2. 能分組在同學面前，自信展演舞蹈動作。	1. 播放舞曲 Shiver 的教學影片。 2. 主歌和副歌的動作解說。 3. 舞曲位子編排、走位解說。 4. 播放音樂練習 Shive 舞蹈的基本動作。	音響	4

		表現聯合性動作技能。						
第 (19) 週 - 第 (20) 週	舞 蹈 成 果 展 演	健體 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 綜合 2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。	1. 舞曲 Shiver 的舞碼編排與排練。2. 欣賞他人的舞蹈表演。	1. 能嘗試練習用基本技巧表現創作舞曲成果。 2. 能專注觀賞舞蹈表演並體會團隊合作的意義。	1. 能完整地跳出成果舞曲。 2. 能以簡短的圖文向人宣傳成果展或現出個人心得。 3. 能對同儕舞蹈動作表現給予正面建議與回饋。	1. 播放舞曲 Shiver 的教學影片。 2. 舞曲 Shiver 主副歌動作及走位練習。 3. 主副歌動作練習。 4. 舞曲 Shiver 舞蹈動作完整呈現。	音響	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>【三、四年級】</p> <p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有 學習障礙(8)人</p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有一般智能資優生(1)人</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <p>1. 課程內容不須調整。</p> <p>2. 簡化舞蹈動作指導語，教師多示範並個別指導，以學生利吸收理解。</p> <p>3. 鼓勵學生多練習，增進舞蹈動作熟練度。</p> <p style="text-align: right;">特教老師姓名：黃慧華、王贊喻</p> <p style="text-align: right;">普教老師姓名：吳旋容</p>							

嘉義縣 朴子國小 111 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	三、四年級	年級課程 主題名稱	舞蹈	課程 設計者	吳旂容	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 <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 <input type="checkbox"/> 本土語文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學						
學校 願景	知書 健康 護鄉土		與學校願景 呼應之說明	一、透過體能陶冶與健康行為促進身心健康發展。 二、能由課程中體會身心健康的重要性，並培養正向樂觀的思考模式。 三、藉由運動實踐之態度，養成終身學習的運動習慣，增進體適能增進，形塑健康生活型態。			
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-B3 具備 藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展， 培養 生活環境中的美感體驗。 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、 具備 運動的生活習慣， 認識 個人特質，發展生命潛能。 二、 具備 舞蹈各項技術動作與技能，透過舞蹈課程學習以結合肢體與音樂，欣賞藝術之美，並 培養 生活中美的體驗。 三、透過舞蹈課程的學習， 培養 公平競爭、團隊合作之素養。			

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)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節數
第(1) 週 - 第(4) 週	跳躍 練習	健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 肌肉活動 2. 彈跳力 3. 身體延展	1. 認識正確的肌肉活動並執行動作練習策略。 2. 運用彈跳力、身體延展練習，完成動作技能的練習策略。	1. 能在老師指導下，正確完成兔子跳動作。 2. 能完成青蛙跳正確動作。 3. 能正確完成跳躍轉動作並做出方向變化。	活動一： 1. 兔子跳 2. 青蛙跳 3. 跳躍轉	音響	8
第(5)週 - 第(6)週	肌耐 力練 習一	健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 肌肉運用 2. 肌肉延展 3. 動作與肌肉關係	1. 認識正確的肌肉活動並執行動作練習策略。 2. 運用肌肉延展練習，完成動作技能的練習策略。 3. 能認識動作與肌肉的關係並達成練習策略。	1. 能在老師指導下，正確完成正踢、旁踢、後踢等動作。 2. 能能在老師指導下，正確完成手支撐、單腳支撐正確動作。 3. 能正確達成小牛拉車的動作。	活動二： 1. 正踢、旁踢、後踢 2. 手支撐、單腳支撐 3. 小牛拉車	音響	4

第(7)週 - 第(8)週	肌耐力練習二	健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 肌肉運用 2. 肌肉延展 3. 動作與肌肉關係	1. 認識正確的肌肉活動並執行動作練習策略。 2. 運用肌肉延展練習，完成動作技能的練習策略。 3. 能認識動作與肌肉的關係並達成練習策略。	1. 能在老師指導下，正確完成倒立、倒立後踢等動作。 2. 能在老師指導下，正確完成弓箭步、馬步等動作。	活動三： 1. 倒立 2. 倒立後踢 3. 弓箭步 4. 馬步	音響	4
第(9)週 - 第(10)週	流動一	健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 教室方向 2. 前後左右方向	1. 認識正確的方向流動技能。 2. 運用動作技能的練習策略，完成流動走位的方位練習。	1. 能在老師指導下，正確完成前後左右、曲線路線的走位動作 2. 能在老師指導下，正確完成弓穿插走位的動作練習。	活動四： 1. 前後左右路線 2. 曲線路線 3. 穿插走位	音響	4
第(11)週 - 第(12)週	流動二	健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 健體 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。	1. 教室方向 2. 前後左右方向	1. 認識正確的方向流動技能。 2. 運用動作技能的練習策略，完成流動走位的方位練習。 3. 能體會團隊合作的意義，與團隊成員合作，完成走位練習。	1. 能在老師指導下，正確完成團體走位。 2. 能在老師指導下，正確完成雙人穿插走位。	活動五： 1. 團體走位 2. 雙人穿插走位	音響	4
第(13)週 - 第(14)週	動作組合	健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 健體 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	地板動作串連組合練習	1. 運用動作技能的練習策略，完成本學期所學之基本動作串連練習。 2. 能表現出地板動作與方位流動組合等聯合性動作技能。	1. 能正確展現出本學期所學之基本動作。 2. 在老師的引導下，將地板動作與方位流動組合練習。	活動六： 將地板動作與方位流動組合 本學期所學之基本動作串連	音響	8
第(17)週 - 第(18)週	舞曲練習	健體 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 健體 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	1. 舞曲 MAMMA MIA 的基本動作練習編排與排練。 2. 能結合音樂編排舞蹈。	1. 認識舞曲 MAMMA MIA 的基本動作並練習。 2. 運用動作技能，完整表現出舞曲的舞蹈內容。	1. 能正確做出舞曲 MAMMA MIA 的基本動作 2. 能分組在同學面前，自信展演舞蹈動作。	活動七： 1. 播放舞曲 MAMMA MIA 的教學影片。 2. 主歌和副歌的動作解說。 3. 舞曲位子編排、走位解說。 4. 播放音樂練習 Shive 舞蹈的基本動作。	音響	4
第(19)週 - 第(20)週	舞曲練習	健體 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 綜合 2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。	1. 舞曲 MAMMA MIA 的舞碼編排與排練。 2. 欣賞他人的舞蹈表演。	1. 能嘗試練習用基本技巧表現創作舞曲成果。 2. 能專注觀賞舞蹈表演並體會團隊合作的意義。	1. 能完整地跳出成果舞曲。 2. 能以簡短的圖文向人宣傳成果展或現出個人心得。 3. 能對同儕舞蹈動作表現給予正面建議與回饋。	活動八： 1. 播放舞曲 MAMMA MIA 的教學影片。 2. 舞曲 MAMMA MIA 主副歌動作及走位練習。 3. 主副歌動作練習。 4. 舞曲 MAMMA MIA 舞蹈動作完整呈現。	音響	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>【三、四年級】</p> <p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有 學習障礙(8)人</p> <p>※資賦優異學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有一般智能資優生(1)人</p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 課程內容不須調整。 2. 簡化舞蹈動作指導語，教師多示範並個別指導，以學生利吸收理解。 3. 鼓勵學生多練習，增進舞蹈動作熟練度。 <p style="text-align: center;">特教老師姓名：黃慧華、王贊喻</p> <p style="text-align: center;">普教老師姓名：吳旋容</p>