

嘉義縣義竹國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

年級		六年級	年級課程主題名稱	角力社團	課程設計者	黃永舜	總節數/學期(上/下)	44 節/上學期
符合彈性課程類型		☐ 第一類 統整性探究課程 ☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題 ☒ 第二類 ☒ 社團課程 ☐ 技藝課程 ☐ 第四類 其他 ☐ 本土語文/臺灣手語/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學						
學校願景		卓越、感恩		與學校願景呼應之說明	1. 透過探索與學習，陶冶身心快樂的成長並快樂的學習。 2. 藉由遊戲設計，提高學生參與課程的積極態度與興趣，循序漸進的，逐漸培養其創新力與終身學習的運動習慣。			
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-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. 認識角力運動，促進身心發展及運動與保健的潛能。 2. 具備運動的生活習慣，認識個人特質，發展生命潛能。 3. 在角力課程中，具備理解他人感受並積極參與、公平競爭、團隊合作、促進身心健康發展。			
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	角力活動場域宣導、基本操	健體/1d-III-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體/3a- III-1 演練基本的健康技能。 綜合 2b- III-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。	1. 介紹角力運動、場地 2. 角力基本動作操練習 3 團體規範說明	1. 能仔細聆聽認識角力運動和場地。 2. 透過演練能完成角力基本動作操練習，達成角力動作技能之正確性。 3. 能明瞭團體規範說明並遵守紀律，展現運動家精神。	1. 能簡單說出角力運動。 2. 能正確做出角力基本操動作。 3. 能遵守團體規範。	1. 場地介紹及注意事項 2. 介紹角力運動 3. 暖身操 4. 地板伸展動作 5. 基本操：四腳走、匍匐前進、蚯蚓爬、前滾翻、前金黃包車、後退黃包車、膝部走、後滾翻、單腳跳、點地跳、 6. 猜拳遊戲 7. 單點折返跑 8. 動作調整	角力場地、	8 節
第 5~8 週	角力基本防護、體能遊戲	健體/ 3c- III-1 表現聯合性動作技能。 健體/3c- III-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動 綜合 1b- III-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動	1. 護身倒法練習 2. 體能訓練 3. 前迴轉倒法練習	1. 能透過身體活動練習，表現出護身倒法、前迴轉倒法等聯合性動作技能之正確性(靜、動態)。 2. 能選擇適宜的動作、口令，進行體能訓練，並落實學習行動。	1. 能正確做出膝部走連續動作。 2. 能正確做出護身倒法練習：正面、左邊、右邊。〈完成靜態各 30 下、動態各 20 下〉。 3. 能正確做出前迴轉倒法〈左手、右手〉單一及連續動作。	1. 暖身操、 2. 角力基本操 3. 前迴轉倒法(左手、右手) 4. 護身倒法練習(靜態)：正面、左邊、右邊 蹲姿護身倒法(動態)：正面、左邊、右邊 5. 停電遊戲 6. 多點折返跑練習 7. 速度遊戲 8. 動作調整	角力場地、	8 節

第 9~12 週	簡 易 肌 力 練 習	健體/3c- III-1 表現 聯合性動作 技能 健體/ 3c- III-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- III-1 運用 動作技能的 練習策略 。	1. 肌力 練習 2. 肌耐力 練習 3. 循環練習	1. 透過 跑階動作完成 肌力 及 肌耐力 練習。 2. 運用 循環練習策略，表現 肌力 、 肌耐力 等聯合性動作技能。	1. 能正確完成跑階動作。 2. 能正確做出肌力訓練動作：完成高跳(30 下)、波比(30 下)、跪姿伏地挺身(10 下)。	1. 基本操 2. 跑階訓練 3. 簡易肌力訓練動作：高跳、波比、伏地挺身、背人、手推車練習 4. 角力基本操循環練習 5. 停電遊戲 6. 傳染病追逐遊戲(三、雙人) 7. 動作調整	角力場地、 學校樓梯	8 節
第 13~16 週	角 力 基 本 防 禦 動 作	健體/ 3a-III-1 演練 基本的健康 技能 。 綜合 2b-III-1 體會 團隊合作的 意義 ，並能關懷團隊的成員。	1. 防禦 動作練習 2. 塔庫魯 練習	1. 透過 演練並 充分 練習 防禦動作 、塔庫魯動作(假人、雙人)空步、抱單、雙腳<摔倒、沒摔倒>等 正確動作 。 2. 體會 團隊合作的 意義 ， 關懷 團隊的成員並 展現 團隊精神。	1. 能正確做出防禦動作。 2. 能正確做出塔庫魯動作(假人、雙人)空步、抱單、雙腳<摔倒、沒摔倒>。	1. 基本操 2. 膝部走手球賽 3. 防禦動作練習<站姿> 4. 塔庫魯練習(假人、雙人)空步、抱單、雙腳<摔倒、沒摔倒> 5. 飛盤躲避遊戲 6. 動作調整	角力場地、 軟式飛盤 假人	8 節
第 17~22 週	友 誼 賽 & 綜 合 測 驗	健體/ 3c- III-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- III-1 運用 動作技能的 練習策略 。 綜合 2b- III-2 參加 團體活動，遵守紀律、重視 榮譽感 ，並 展現 負責的 態度 。	1. 抓 尾巴 活動練習 2. 友誼賽 3. 測驗	1. 運用 並 表現 角力比賽 動作技巧 及抓尾巴動作要領之 策略 。 2. 參加 友誼賽能 展現 運動家 精神 ，學會 尊重 個別差異，並 展現 負責的 態度 。 3. 能 運用 角力比賽基本動作及技巧完成 測驗 ， 展現 榮譽感。	1. 能正確做出角力比賽技巧及抓尾巴動作要領。 2. 能遵守團體規範、不論輸贏，均能展現運動家精神。	1. 基本操 2. 跑繩梯 3. 趣味角力比賽：抓尾巴比賽規則介紹 4. 停電遊戲 5. 測驗：膝步走、前迴轉倒法、塔庫魯(抱腳) 6. 測驗 7. 抓尾巴個人、團體賽	角力場地、 繩子	12 節
教材來源		■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		■無 融入資訊科技教學內容						
特教需求學生課程調整		※身心障礙類學生：□無 ■有-智能障礙(2)人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症(1)人、(/人數) 資源班學生： ○婷(六，智)、○昱(六，智) 1. 學習內容調整:按照學生能力現況，降低難度或減少部分學習內容。(○婷) 將冗長的教材切割成數個較短的段落。(共同) 2. 學習評量調整:老師提示或分步驟說明題目。(共同) 依據學習目標及學生表現調整評量標準。(○婷) 3. 學習環境調整:固定明確的流程步驟指示，讓學生清楚知道要做什麼及如何完成。(共同) 如有臨時性的調課或教室更動要事先告知。 4. 學習歷程調整:引導學生共同學習完成任務，避免競爭學習模式。(共同) 讚美學生特殊優良的行為，以維持動力。(共同) 特教老師簽名：侯怡岑、杜芳馨 普教老師簽名：黃永舜						