

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)	36 節/下學期
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17~18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	4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 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						