

嘉義縣大林國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	三年級	年級課程主題名稱	社團-游泳	課程設計者	古嘉弘	總節數/學期(上/下)	44/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 *是否融入 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input checked="" type="checkbox"/> 均未融入(供統計用，並非一定要融入) <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 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	健康---健康的成長 快樂---快樂的學習 積極---積極的態度 創新---創新的思考	與學校願景呼應之說明	一、透過探索與學習，陶冶身心快樂的成長並快樂的學習。 二、藉由資訊科技多媒體融入教學，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-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗黃實踐處理日常生活問題。 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、認識游泳比賽規則，發展運動與保健的潛能。 二、探索並熟練各項技術動作與技能策略，處理游泳運動中各項問題。 三、在游泳活動中，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(3)週	游泳教學課程、安全教育宣導及熟悉水性	健康與體育/ 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。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	1. 認識並遵守場地使用安全規則 2. 認識各種游泳不同姿式 運動傷害、處置及預防知識	1. 能探索認識並遵守場地使用安全規則 2. 能運用認識各種游泳不同姿式 能了解並認識運動傷害及處置防護知識、以維護自身與他人安全	1. 能說出游泳池使用規則 2. 能說出各種游泳姿態的不同 3. 能演示在日常生活預防及處理運動傷害的方式	活動 1: 認識環境及注意事項 活動 2: 暖身操 1. 水母漂 2. 蹬牆漂浮教學 3. 韻律呼吸 4. 調整動作 5. 分組完成上列動作,並樂於分享及討論並反思自己 和同學的優缺點 活動 3: 能在練習中確實預防運動傷害及維護自身 與他人安全	自編教材 &YOUTUBE 游泳教學運用	6
第(4)週 - 第(6)週	熟悉水性、基礎捷泳打水	健康與體育/ 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. 認識並水中環境適應	1. 能探索並認識水中環境適應	1. 能作出水中環境適應的漂浮動作步驟 2. 能遵守團體規範及	活動 1: 認識環境及注意事項 活動 2: 1. 分組完成上列動作,並樂於分享	自編教材	6

		<p>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p>	<p>2. 團隊合作及遵守團體規範</p> <p>3. 落實每日健身運動的習慣</p> <p>4. 基礎捷泳打水</p>	<p>2. 能運用團隊合作及遵守團體規範</p> <p>3. 能培養並落實每日健身運動的習慣</p> <p>4. 能運用基礎捷泳打水</p>	<p>自主反覆練習</p> <p>3. 能漂浮打水</p> <p>4. 能在水面下用鼻子吐氣</p>	<p>及討論並反思自己和同學的優缺點</p> <p>活動 3:</p> <p>1. 蹬牆漂浮練習</p> <p>2. 閉氣漂浮打水練習</p> <p>活動 4:</p> <p>1. 水中吐氣及站立調整動作</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

<p>第 (7) 週 - 第 (10) 週</p>	<p>漂浮、 基礎 捷泳 打水、 換氣</p>	<p>健康與體育/ 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。</p> <p>3d-II-2 運用 遊戲的合作和 競爭策略。</p> <p>4d-II-1 培養 規律運動的習 慣並分享身體 活動的益處。</p> <p>3d-II-1 運用 動作技能的練 習策略。</p>	<p>1. 認 識 並 水 中 環 境 適 應</p> <p>2. 團 隊 合 作 及 遵 守 團 體 規 範</p> <p>3. 落 實 每 日 健 身 運 動 的 習 慣</p> <p>4. 基 礎 捷 泳 打 水</p>	<p>1. 能探索並認識水中環境 適應</p> <p>2. 能運用團隊合作及遵守 團體規範</p> <p>3. 能培養並落實每日健身 運動的習慣</p> <p>4. 能運用基礎捷泳打水</p>	<p>1. 能作出水中環境適 應的漂浮動作步驟</p> <p>2. 能遵守團體規範及 自主反覆練習</p> <p>3. 能每日自主反覆練 習漂浮打水</p> <p>4. 能使用浮板打水，能 在水面下輕鬆吐氣</p> <p>5. 能使用浮板打水及 換氣</p>	<p>活動 1： 1. 暖身操 2. 連續韻律呼吸 10 次 3. 蹬牆漂浮練習 4. 閉氣漂浮打水練習 5. 水中吐氣及站立</p> <p>活動 2： 分組完成上列動作，並反覆練習。 且樂於分享及討論並反思自己和 同學的優缺點</p> <p>活動 3： 利用時間每日自主反覆練習漂浮 打水</p> <p>活動 4 浮板打水練習 調整動作</p>	<p>自編教材</p>	<p>8</p>
---	---	--	---	--	---	---	-------------	----------

<p>第 (11) 週 - 第 (14) 週</p>	<p>漂浮、 基礎 捷泳 打水、 換氣</p>	<p>健康與體育/ 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。</p> <p>3d-II-2 運用 遊戲的合作和 競爭策略。</p> <p>4d-II-1 培養 規律運動的習 慣並分享身體 活動的益處。</p> <p>3d-II-1 運用 動作技能的練 習策略。</p>	<p>1. 認 識 並 水 中 環 境 適 應</p> <p>2. 團 隊 合 作 及 遵 守 團 體 規 範</p> <p>3. 落 實 每 日 健 身 運 動 的 習 慣</p> <p>4. 基 礎 捷 泳 打 水</p>	<p>1. 能探索並認識水中環境 適應</p> <p>2. 能運用團隊合作及遵守 團體規範</p> <p>3. 能培養並落實每日健身 運動的習慣</p> <p>4. 能運用基礎捷泳打水</p>	<p>1. 能作出水中環境適 應的漂浮動作步驟</p> <p>2. 能遵守團體規範及 自主反覆練習</p> <p>3. 能漂浮打水、能使用 浮板打水</p> <p>4. 能在水面下輕鬆吐 氣</p> <p>5. 能使用浮板打水及 換氣，蹬牆出發、漂浮 打水</p>	<p>活動 1： 1. 暖身操及水母漂 2. 扶牆韻律呼吸 3 公尺 3. 蹬牆出發練習與觀摩</p> <p>活動 2： 分組完成上列動作，並反覆練習。 且樂於分享及討論並反思自己和 同學的優缺點，利用時間每日自主 反覆練習漂浮打水。</p> <p>活動 3: 浮板打水練習</p> <p>活動 4: 水中吐氣及站立</p> <p>活動 5: 蹬牆出發、漂浮打水練習 浮板打水及換氣 調整動作</p>	<p>自編教材 &YOUTUBE 游泳教學 運用</p>	<p>8</p>
--	---	--	---	--	--	--	--	----------

<p>第 (15) 週 - 第 (18) 週</p>	<p>漂浮、 基礎 捷泳 打水、 換氣 &資 訊融 入教 學</p>	<p>健康與體育/ 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。 3d-II-2 運用 遊戲的合作和 競爭策略。 4d-II-1 培養 規律運動的習 慣並分享身體 活動的益處。 3d-II-1 運用 動作技能的練 習策略。</p>	<p>1. 認 識 並 水 中 環 境 適 應 2. 團 隊 合 作 及 遵 守 團 體 規 範 3. 落 實 每 日 健 身 運 動 的 習 慣 4. 基 礎 捷 泳 打 水</p>	<p>1. 能探索並認識水中環境 適應 2. 能運用團隊合作及遵守 團體規範 3. 能培養並落實每日健身 運動的習慣 4. 能運用基礎捷泳打水</p>	<p>1. 能作出水中環境適 應的漂浮動作及水中 自救基本步驟 2. 能遵守團體規範 3. 能利用時間每日自 主反覆練習漂浮打水。 4. 能漂浮打水、能使用 浮板打水 能在水面下輕鬆吐氣 能使用浮板打水及換 氣 能蹬牆出發、漂浮打水</p>	<p>活動 1： 1. 暖身操及水母漂 2. 扶牆韻律呼吸 3 公尺 3. 蹬牆出發練習與觀摩 活動 2： 分組完成上列動作，並反覆練習。 且樂於分享及討論並反思自己和 同學的優缺點， 活動 3: 利用時間每日自主反覆練 習漂浮打水。 活動 4: 浮板打水練習 水中吐氣及站立 蹬牆出發、 漂浮打水練習浮板打水及換氣 調整動作</p>	<p>自編教材</p>	<p>8</p>
--	--	---	---	--	---	--	-------------	----------

<p>第 (19) 週 - 第 (22) 週</p>	<p>測驗 &水 中趣 味遊 戲</p>	<p>健康與體育/ 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。 3d-II-2 運用 遊戲的合作和 競爭策略。 4d-II-1 培養 規律運動的習 慣並分享身體 活動的益處。 3d-II-1 運用 動作技能的練 習策略。</p>	<p>1. 認 識 並 水 中 環 境 適 應 2. 團 隊 合 作 及 遵 守 團 體 規 範 3. 落 實 每 日 健 身 運 動 的 習 慣 4. 基 礎 捷 泳 打 水</p>	<p>1. 能探索並認識水中環境 適應 2. 能運用團隊合作及遵守 團體規範 3. 能培養並落實每日健身 運動的習慣 4. 能運用基礎捷泳打水</p>	<p>1. 能作出水中環境適 應的漂浮動作及水中 自救基本步驟 2. 能遵守團體規範 3. 能利用時間每日自 主反覆練習漂浮打水。 4. 能漂浮打水、能使用 浮板打水 能在水面下輕鬆吐氣 能使用浮板打水及換 氣 能蹬牆出發、漂浮打水</p>	<p>活動 1： 1. 暖身操及水母漂 2. 扶牆韻律呼吸 3 公尺 3. 蹬牆出發練習與觀摩 活動 2： 分組完成上列動作，並反覆練習。 且樂於分享及討論並反思自己和 同學的優缺點， 活動 3: 利用時間每日自主反覆練 習漂浮打水。 活動 4: 浮板打水練習，水中吐氣及 站立 蹬牆出發、漂浮打水練習浮板打水 及換氣 調整動作</p>	<p>自編教材</p>	<p>8</p>
<p>教材來源</p>	<p><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)</p>							
<p>本主題是否融入 資訊科技教學內 容</p>	<p><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)</p>							

<p>特教需求學生課程調整</p>	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-學習障礙(1)人、(共 1 人)</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> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學習內容:大多數教學內容均可依照教師所編制內容進行，但有時需要事先特別進行相關調整以利教學，例如進行減量、簡化、分解、替代等步驟。 2. 學習歷程:請在教學時，多由教師先提供舊經驗與範例的連結，再將教材以小份量呈現進行教學，最後特別注意學生的個別練習是否有效率。操作部分，請將其小步驟化並且加上大量示範。 3. 學習環境:請安排較為友善的同學坐在學習障礙學生身旁，並適時提供適當協助。 4. 學習評量:有鑑於學習障礙學生在書寫與寫作上通常具有困難，請讓其完成較為簡易的題目部分。或是在評量時，部分書寫題目改由讓其口頭評量。 <p style="text-align: right;">特教老師姓名：戴宏志 普教老師姓名：古嘉弘</p>
-------------------	--

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。

嘉義縣大林國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	三年級	年級課程主題名稱	社團-游泳	課程設計者	古嘉弘	總節數/學期(上/下)	42/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 *是否融入 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input checked="" type="checkbox"/> 均未融入(供統計用，並非一定要融入) <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 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	健康---健康的成長 快樂---快樂的學習 積極---積極的態度 創新---創新的思考	與學校願景呼應之說明	一、透過探索與學習，陶冶身心快樂的成長並快樂的學習。 二、藉由資訊科技多媒體融入教學，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-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗黃實踐處理日常生活問題。 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、認識游泳比賽規則，發展運動與保健的潛能。 二、探索並熟練各項技術動作與技能策略，處理游泳運動中各項問題。 三、在游泳活動中，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	漂浮、基礎捷泳打水、換氣&資訊融入教學	<p>健康與體育/ 3a-II-1 演練基本的健康技能。</p> <p>3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。</p> <p>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p> <p>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>1. 水中環境適應及自救能力</p> <p>2. 捷泳基本技能</p> <p>3. 遊戲合作培養團體規範</p> <p>4. 水中協調性訓練操作(水母漂、仰漂)</p> <p>5. 落實每日健身運動的習慣</p>	<p>1. 能演練並熟悉水中環境適應及自救能力</p> <p>2. 能操做捷泳基本技能</p> <p>3. 能運用遊戲合作培養團體規範</p> <p>4. 能了解水中協調性訓練操作(水母漂、仰漂)</p> <p>5. 能培養落實每日健身運動的習慣。</p>	<p>1. 能作出水中環境適應的漂浮動作及水中自救基本步驟</p> <p>2. 能漂浮打水、能使用浮板打水 能在水面下輕鬆吐氣 能使用浮板打水及能蹬牆出發、漂浮打水</p> <p>3. 能遵守團體規範及自主反覆練習</p> <p>4. 能操作水母漂仰漂及水中拾物</p> <p>5. 能利用時間每日自主反覆練習漂浮打水。</p>	<p>活動 1：暖身操及水母漂</p> <p>活動 2： 1. 扶牆韻律呼吸 3 公尺 2. 蹬牆出發練習與觀摩 3. 浮板打水練習，水中吐氣及站立</p> <p>活動 3： 分組完成上列動作，並反覆練習。且樂於分享及討論並反思自己和同學的優缺點。</p> <p>活動 4：操作水母漂仰漂及水中拾物</p> <p>活動 5：蹬牆出發、漂浮打水練習浮板打水及換氣 調整動作利用時間每日自主反覆練習漂浮打水</p>	自編教材 & YOUTUBE 游泳教學運用	8

<p>第 (5) 週 - 第 (8) 週</p>	<p>水中自救&基礎捷泳</p>	<p>健康與體育/ 3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>1. 水中環境適應及自救能力 2. 捷泳基本技能 3. 遊戲合作培養團體規範 4. 水中協調性訓練操作(水母漂、仰漂) 5. 落實每日健身運動的習慣。</p>	<p>1. 能演練並熟悉水中環境適應及自救能力 2. 能操做捷泳基本技能 3. 能運用遊戲合作培養團體規範 4. 能了解水中協調性訓練操作(水母漂、仰漂) 5. 能培養落實每日健身運動的習慣。</p>	<p>1. 能作出水中環境適應的漂浮動作及水中自救基本步驟 2. 能漂浮打水、能使用浮板打水 能在水面下輕鬆吐氣 能使用浮板打水及能蹬牆出發、漂浮打水 3. 能遵守團體規範及自主反覆練習 4. 能操作水母漂仰漂及水中拾物 5. 能利用時間每日自主反覆練習基礎捷泳打水。</p>	<p>活動 1：1. 暖身操及水母漂 2. 扶牆韻律呼吸 3 公尺 活動 2： 1. 蹬牆出發練習與觀摩 2. 浮板打水練習，水中吐氣及站立 活動 3： 分組完成上列動作，並反覆練習。且樂於分享及討論並反思自己和同學的優缺點。 活動 4：操作水母漂仰漂及水中拾物 活動 5：蹬牆出發、漂浮打水練習浮板打水及換氣 調整動作利用時間每日自主反覆練習漂浮打水</p>	<p>自編教材</p>	<p>8</p>
--	----------------------	--	---	--	---	--	-------------	----------

<p>第 (9) 週 - 第 (12) 週</p>	<p>水中 自救 &基 礎捷 泳</p>	<p>健康與體育/ 3a-Ⅱ-1 演練 基本的健康技 能。 3a-Ⅱ-2 能於 生活中獨立操 作基本的健康 技能。 3d-Ⅱ-2 運用 遊戲的合作和 競爭策略。 4c-Ⅱ-2 了解 個人體適能與 基本運動能力 表現。 4d-Ⅱ-1 培養 規律運動的習 慣並分享身體 活動的益處。</p>	<p>1. 水中 環境適 應及自 救能力 2. 捷泳 基本技 能 3. 遊戲 合作培 養團體 規範 4. 水中 協調性 訓練操 作(水母 漂、仰 漂) 5. 落實 每日健 身運動 的習慣。</p>	<p>1. 能演練並熟悉水中環境 適應及自救能力 2. 能操做捷泳基本技能 3. 能運用遊戲合作培養團 體規範 4. 能了解水中協調性訓練 操作(水母漂、仰漂) 5. 能培養落實每日健身運 動的習慣。</p>	<p>1. 能作出水中環境適 應的漂浮動作及水中 自救基本步驟 2. 能漂浮打水、能使 用浮板打水 能在水面下輕鬆吐氣 能使用浮板打水及能 蹬牆出發、漂浮打水 3. 能遵守團體規範及 自主反覆練習 4. 能操作水母漂仰漂 及水中拾物，及仰式練 習。 5. 能利用時間每日自 主反覆練習基礎捷泳 打水。</p>	<p>活動 1： 1. 暖身操及水母漂 2. 扶牆韻律呼吸 3 公尺 活動 2： 1. 蹬牆出發練習與觀摩 2. 浮板打水練習，水中吐氣及站立 3. 練習基礎捷泳打水。 活動 3： 分組完成上列動作，並反覆練習。 且樂於分享及討論並反思自己和 同學的優缺點。 活動 4：操作水母漂仰漂及水中拾 物及仰漂打水 活動 5：蹬牆出發、漂浮打水練習浮 板打水及換氣 調整動作利用時間每日自主反覆 練習漂浮打水</p>	<p>自編教材</p>	<p>8</p>
---	--	---	--	--	--	--	-------------	----------

<p>第 (13) 週 - 第 (15) 週</p>	<p>水中 自救 &基礎 捷泳& 資訊 融入 教學</p>	<p>健康與體育/ 3a-II-1 演練 基本的健康技 能。 3a-II-2 能於 生活中獨立操 作基本的健康 技能。 3d-II-2 運用 遊戲的合作和 競爭策略。 4c-II-2 了解 個人體適能與 基本運動能力 表現。 4d-II-1 培養 規律運動的習 慣並分享身體 活動的益處。</p>	<p>1. 水中 環境適 應及自 救能力 2. 捷泳 基本技 能 3. 遊戲 合作培 養團體 規範 4. 水中 協調性 訓練操 作(水母 漂、仰 漂) 5. 落實 每日健 身運動 的習慣。</p>	<p>1. 能演練並熟悉水中環境 適應及自救能力 2. 能操做捷泳基本技能 3. 能運用遊戲合作培養團 體規範 4. 能了解水中協調性訓練 操作(水母漂、仰漂) 5. 能培養落實每日健身運 動的習慣。</p>	<p>1. 能作出水中環境適 應的漂浮動作及水中 自救基本步驟 2. 能漂浮打水、能使 用浮板打水 能在水面下輕鬆吐氣 能使用浮板打水及能 蹬牆出發、漂浮打水 3. 能遵守團體規範及 自主反覆練習 4. 能操作水母漂仰漂 及水中拾物，及仰式練 習。 5. 能利用時間每日自 主反覆練習基礎捷泳 打水。</p>	<p>活動 1： 1. 暖身操及水母漂 2. 韻律呼吸 3 公尺 活動 2： 1. 蹬牆出發練習與觀摩 2. 浮板打水練習，水中吐氣轉頭換 氣 3. 練習基礎捷泳打水。 活動 3： 分組完成上列動作，並反覆練習。 且樂於分享及討論並反思自己和 同學的優缺點。 活動 4：操作水母漂仰漂及水中拾 物及仰漂打水 活動 5：蹬牆出發、漂浮打水練習浮 板打水及換氣 調整動作利用時間每日自主反覆 練習漂浮打水划手</p>	<p>自編教材 &YOUTUBE 游泳教學 運用</p>	<p>6</p>
--	---	--	--	--	--	--	--	----------

<p>第 (16) 週 - 第 (18) 週</p>	<p>測驗 &水 中趣 味遊 戲</p>	<p>健康與體育/ 3a-II-1 演練 基本的健康技 能。 3a-II-2 能於 生活中獨立操 作基本的健康 技能 。 3d-II-2 運用 遊戲的合作和 競爭策略。 4c-II-2 了解 個人體適能與 基本運動能力 表現。 4d-II-1 培養 規律運動的習 慣並分享身體 活動的益處。</p>	<p>1. 水中 環境適 應及自 救能力 2. 捷泳 基本技 能 3. 遊戲 合作培 養團體 規範 4. 水中 協調性 訓練操 作(水母 漂、仰 漂) 5. 落實 每日健 身運動 的習慣。</p>	<p>1. 能演練並熟悉水中環境 適應及自救能力 2. 能操做捷泳基本技能 3. 能運用遊戲合作培養團 體規範 4. 能了解水中協調性訓練 操作(水母漂、仰漂) 5. 能培養落實每日健身運 動的習慣。</p>	<p>1. 能作出水中環境適 應的漂浮動作及水中 自救基本步驟 2. 能漂浮打水、能使用 浮板打水 能在水面下輕鬆吐氣 能使用浮板打水及能 蹬牆出發、漂浮打水 3. 能遵守團體規範及 自主反覆練習 4. 能操作水母漂仰漂 及水中拾物，及仰式練 習。 5. 能利用時間每日自 主反覆練習基礎捷泳 打水。</p>	<p>活動 1： 1. 暖身操及水母漂 2. 韻律呼吸 3 公尺 活動 2： 1. 蹬牆出發練習與觀摩 2. 浮板打水練習，水中吐氣轉頭換 氣 3. 練習基礎捷泳打水。 活動 3： 分組完成上列動作，並反覆練習。 且樂於分享及討論並反思自己和 同學的優缺點。 活動 4：操作水母漂仰漂及水中拾 物及仰漂打水 活動 5：蹬牆出發、漂浮打水練習浮 板打水及換氣 調整動作利用時間每日自主反覆 練習漂浮打水並划手換氣</p>	<p>自編教材</p>	<p>6</p>
--	--	---	--	---	--	--	-------------	----------

<p>第 (19) 週 - 第 (21) 週</p>	<p>測驗 &水 中趣 味遊 戲</p>	<p>健康與體育/ 3a-II-1 演練 基本的健康技 能。 3a-II-2 能於 生活中獨立操 作基本的健康 技能 。 3d-II-2 運用 遊戲的合作和 競爭策略。 4c-II-2 了解 個人體適能與 基本運動能力 表現。 4d-II-1 培養 規律運動的習 慣並分享身體 活動的益處。</p>	<p>1. 水中 環境適 應及自 救能力 2. 捷泳 基本技 能 3. 遊戲 合作培 養團體 規範 4. 水中 協調性 訓練操 作(水母 漂、仰 漂) 5. 落實 每日健 身運動 的習慣。</p>	<p>1. 能演練並熟悉水中環境 適應及自救能力 2. 能操做捷泳基本技能 3. 能運用遊戲合作培養團 體規範 4. 能了解水中協調性訓練 操作(水母漂、仰漂) 5. 能培養落實每日健身運 動的習慣。</p>	<p>1. 能作出水中環境適 應的漂浮動作及水中 自救基本步驟 2. 能漂浮打水、能使用 浮板打水 能在水面下輕鬆吐氣 能使用浮板打水及能 蹬牆出發、漂浮打水 3. 能遵守團體規範及 自主反覆練習 4. 能操作水母漂仰漂 及水中拾物，及仰式練 習。 5. 能利用時間每日自 主反覆練習基礎捷泳 打水。</p>	<p>活動 1： 1. 暖身操及水母漂 2. 韻律呼吸 3 公尺 活動 2： 1. 蹬牆出發練習與觀摩 2. 浮板打水練習，水中吐氣轉頭換 氣 3. 練習基礎捷泳打水。 活動 3： 分組完成上列動作，並反覆練習。 且樂於分享及討論並反思自己和 同學的優缺點。 活動 4：操作水母漂仰漂及水中拾 物及仰漂打水 活動 5：蹬牆出發、漂浮打水練習浮 板打水及換氣 調整動作利用時間每日自主反覆 練習漂浮打水並划手換氣</p>	<p>自編教材</p>	<p>6</p>
--	--	---	--	--	--	---	-------------	----------

<p>教材來源</p>	<p><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)</p>
-------------	---

<p>本主題是否融入 資訊科技教學內</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/>無 融入資訊科技教學內容</p>
----------------------------	--

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 type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-學習障礙(1)人、(共1人)</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> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學習內容:大多數教學內容均可依照教師所編制內容進行，但有時需要事先特別進行相關調整以利教學，例如進行減量、簡化、分解、替代等步驟。 2. 學習歷程:請在教學時，多由教師先提供舊經驗與範例的連結，再將教材以小份量呈現進行教學，最後特別注意學生的個別練習是否有效率。操作部分，請將其小步驟化並且加上大量示範。 3. 學習環境:請安排較為友善的同學坐在學習障礙學生身旁，並適時提供適當協助。 4. 學習評量:有鑑於學習障礙學生在書寫與寫作上通常具有困難，請讓其完成較為簡易的題目部分。或是在評量時，部分書寫題目改由讓其口頭評量。 <p style="text-align: right;">特教老師姓名：戴宏志 普教老師姓名：古嘉弘</p>

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。