

嘉義縣南興國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表

年級	中高年級	年級課程 主題名稱	扯鈴社團	課程 設計者	洪嘉林	總節數/學期 (上/下)	40 節 / 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 checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 均未融入 <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、快樂、感恩、卓越		與學校願景呼應之 說明	一、透過體能的訓練，促進身心的健康。 二、藉由運動習慣之養成，培養運動之興趣，將運動成為生活之一部份，讓生活增添樂趣。 三、在技能學習過程中，透過同儕的互助讓學習更有效率，並懂得感恩同儕的協助並能進而再去協助同儕學習。 四、透過學習扯鈴的各項技巧，使學生擁有不同於正式課程的多元學習內容及更卓越的表現。			
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、認識扯鈴運動，發展個人特質在扯鈴運動之潛能與身體保健之知能。 二、具備對扯鈴相關的感知和欣賞扯鈴動作的素養促進多元感官發展，並在平常的學習中，培養對扯鈴相關的美感體驗。 三、在扯鈴活動中能同理他人的感受，並樂於與人互動，積極參與團體扯鈴表演，促進身心健康。			

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 (2) 週	1. 扯鈴安全注意事項 2. 運鈴與調鈴	健體/1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 健體/1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略 健體/1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。	1. 扯鈴安全注意事項。 2. 扯鈴運鈴與調鈴要領。 3. 避免墜落傷害	1. 認識並遵守扯鈴的安全事項，以避免運動傷害及防護他人安全。 2. 認識運鈴及調鈴動作要領，並透過練習熟練技能。 3. 應用防護知識來避免在扯鈴所造成的墜落傷害。	1. 能說出扯鈴時應該注意的事項。 2. 能夠運鈴不掉鈴。 3. 能依照教師的口令調整鈴的方向。 4. 在掉鈴時能遵守不慌不亂，避免踩踏所造成的墜落傷害。	1. 利用大尺寸觸控電視講述扯鈴時應該注意的事項。 2. 運用影片講述扯鈴的運鈴和調鈴要領。 3. 透過示範來講解運鈴和調鈴時注意事項。 4. 教師示範扯鈴時，容易造成墜落傷害的情況。 5. 教師設計情境，由學生演練如何避免墜落傷害。	教學影片、扯鈴	4
第 (3) 週 - 第 (5) 週	扯鈴招式： 金雞上架	健體/1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體/1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 健體/2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。	1. 「金雞上架」動作要領。 2. 「金雞上架」易犯之失錯誤。 3. 成功做出「金雞上架」。	1. 認識並能描述「金雞上架」之動作要領與易犯之錯誤。 2. 能與他人互動，樂於向他人描述成功做出「金雞上架」之方法。 3. 分享並欣賞他人「金雞上架」動作之美感。	1. 能講述「金雞上架」之動作要領。 2. 能成功的做出「金雞上架」之動作。 3. 能在團體中展演「金雞上架」之動作。	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：金雞上架，動作要領及常犯之失誤。 2. 透過講解及示範等方式，指導學生學習「金雞上架」。 3. 學生口述「金雞上架」之動作要領。 4. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。	教學影片、扯鈴	6

第(6)週 - 第(8)週	扯鈴招式：螞蟻上樹	健體/1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體/1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 健體/2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。	1. 「螞蟻上樹」動作要領。 2. 「螞蟻上樹」動作易犯之錯誤。 3. 成功做出「螞蟻上樹」	1. 認識並能描述「螞蟻上樹」之動作要領與易犯錯誤。 2. 能與他人互動，樂於向他人描述成功做出「螞蟻上樹」之方法。 3. 分享並欣賞他人「螞蟻上樹」動作之美感。	1. 能講述「螞蟻上樹」之動作要領。 2. 能成功的做出「螞蟻上樹」之動作。 3. 能在眾人面前展演「螞蟻上樹」之動作。	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：螞蟻上樹，動作要領及常犯之失誤。 2. 透過講解及示範等方式，指導學生學習「螞蟻上樹」。 3. 學生口述「螞蟻上樹」之動作要領。 4. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。	教學影片、扯鈴	6
第(9)週 - 第(11)週	扯鈴招式：金蟬脫殼	健體/1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體/1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 健體/2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 健體/3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。	1. 「金蟬脫殼」動作要領。 2. 「金蟬脫殼」動作易犯之錯誤。 3. 成功做出「金蟬脫殼」	1. 認識並能描述「金蟬脫殼」之動作要領與易犯之錯誤。 2. 能與他人互動，樂於向他人描述成功做出「金蟬脫殼」之方法。 3. 分享並欣賞他人「金蟬脫殼」動作之美感。 4. 應用學習策略成功的做出「金蟬脫殼」。	1. 能講述「金蟬脫殼」之動作要領。 2. 能成功的做出「金蟬脫殼」之動作。 3. 能在眾人面前展演「金蟬脫殼」之動作。	運用教學影片認識扯鈴招式：金蟬脫殼，動作要領及常犯之失誤。 2. 透過講解及示範等方式，指導學生學習「金蟬脫殼」 3. 學生口述「金蟬脫殼」之動作要領。 4. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。	教學影片、扯鈴	6
第(12)週 - 第(13)週	架時間競賽 1、金雞上架、螞蟻上樹和金蟬脫殼招式展示。 2、金雞上架	健體/2c-II-3 表現主動參與，樂於嘗試的學習態度。 健體/2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。 健體/3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。	1. 「金雞上架」、「螞蟻上樹」及「金蟬脫殼」動作展演 2. 「金雞上架」時間競賽。	1. 能表現出扯鈴招式的美感並勇於嘗試在眾人面前表現自己所學。 2. 能夠參與扯鈴動作演示並欣賞別人的扯鈴演出。 3. 能夠應用所學技巧在金雞上架競賽中獲得好表現。	1. 「金雞上架」能夠維持 10 秒以上。 2. 能在眾人演出「金雞上架」、「螞蟻上樹」及「金蟬脫殼」等三個招式。	1. 複習金雞上架、螞蟻上樹及金蟬脫殼。 2. 所有學生進行金雞上架競賽，鈴在鈴棍上最久者優勝。 3. 學生分成三組演練金雞上架、螞蟻上樹及金蟬脫殼。	扯鈴	4
第(14)週 - 第(16)週	扯鈴招式：青雲直上	健體/1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體/1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 健體/2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 健體/3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。	1. 「青雲直上」動作要領。 2. 「青雲直上」動作易犯之錯誤。 3. 成功做出「青雲直上」	1. 認識並能描述「青雲直上」之動作要領與易犯之錯誤。 2. 能與他人互動，樂於向他人描述成功做出「青雲直上」之方法。 3. 分享並欣賞他人「青雲直上」動作之美感。 4. 應用學習策略成功的做出「青雲直上」。	1. 能講述「青雲直上」之動作要領。 2. 能成功的做出「青雲直上」之動作。 3. 能在眾人面前展演「青雲直上」之動作。	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：青雲直上，動作要領及常犯之失誤。 2. 透過講解及示範等方式，指導學生學習「青雲直上」。 3. 學生口述「青雲直上」之動作要領。 4. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。	教學影片、扯鈴	6

第 (17) 週 - 第 (20) 週	扯 鈴 招 式 ： 平 沙 落 雁	健體／1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體／1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 健體／2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 健體／3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。	1. 「平沙落雁」動作要領。 2. 「平沙落雁」動作易犯之錯誤。 3. 成功做出「平沙落雁」	1. 認識並能描述「平沙落雁」之動作要領與注意事項。 2. 能與他人互動，樂於向他人描述成功做出「平沙落雁」之方法。 3. 分享並欣賞他人「平沙落雁」動作之美感。 4. 應用學習策略成功的做出「平沙落雁」。	1. 能講述「平沙落雁」之動作要領。 2. 能成功的做出「平沙落雁」之動作。 3. 能在眾人面前展演「平沙落雁」之動作。	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：平沙落雁，動作要領及常犯之失誤。 2. 透過講解及示範等方式，指導學生學習「平沙落雁」。 3. 學生口述「平沙落雁」之動作要領。 4. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。	教學影片、扯鈴	8
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	※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、(自行填入類型/人數) ※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) ※課程調整建議(特教老師填寫)： 1. 2. 特教老師姓名： 普教老師姓名：洪嘉林							

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。