

三、嘉義縣月眉國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

年級	中 年級	年級課程 主題名稱	民俗體育社團	課程 設計者	中年級學群	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"/> 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	多元 創意 樂學 卓越 ~ 打造一所全人發展的優質學園	與學校願景呼應 之說明	本民俗體育社團課程將介紹扯鈴、花式跳繩、陀螺等民俗運動讓學生有 多元 學習經驗，並實際操作及分組活動使學生 樂於學習 進而培養健康體適能 卓越 人格。				
總綱 核心素 養	E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以 促進 身心健全發展，並認識個人特質， 發展 運動與保健的潛能。 E-A2 具備 探索 身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過 體驗 與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 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	1.學生認識，也藉由每個運動動作的多樣變化， 促進 身體活動力，進而 發展 個人特質及潛能。 2.學生從實際操作 體驗 中， 探索 扯鈴、花式跳繩、陀螺等民俗體育，從中發現進行該運動會發生的問題並解決問題，培養良好的學習態度。 3.學生在分組活動中重視團隊參與，藉由互相 合作 中 理解 他人感受並相互尊重，培養健全身心發展。				

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	認識 扯鈴	健 2c-II-1 遵守 上課規範及比賽規則。 綜 1b-II-1 選擇 合宜的學習方法，落實學習行動。	1.課堂需知 2.扯鈴的種類、耗材的選取及更換	1. 遵守 課堂需知及注意事項。 2.了解扯鈴種類，並 選擇 適合的扯鈴。	1.學生能明白課堂需知。 2.能知道扯鈴的種類及後續選材。	活動一：介紹扯鈴種類及應用、課堂注意事項。 1.透過實際接觸、拿取扯鈴等方式，了解不同種類扯鈴以及找到適合自己的扯鈴。 2.介紹不同扯鈴所需的線繩及更換耗材，並實際操作。	影片： 「扯鈴器材」	2
第 2 週 到 第 4 週	基礎 運鈴	健 3c-II-1 表現 聯合性動作技能。 綜 1a-II-1 展現 自己能力、興趣與長處，並表 達自己的想法和感受。	1.溜鈴 2.地上起鈴 3.來回運鈴	1.能 表現 出溜鈴、地上起鈴、來回運鈴的扯鈴基礎動作技巧。 2.在課堂中 展現 自己的能力及想法，並分享初次使用扯鈴來溜鈴、地上起鈴、來回運鈴的感受及想法。	1.學生能完成溜鈴、地上起鈴、來回運鈴之基礎運鈴動作。 2.分享自身在學習過程中所遇到的挫折，如何突破。 3.能主動協助學習進度較慢的同學。	活動一：溜鈴、地上起鈴、來回運鈴。 藉由教師示範，讓學生實際操作，理解運鈴原則，並學會基礎運鈴。 2.溜鈴：利用棍、繩拖帶的方式，使扯鈴能在地上來回滾動。 3.地上起鈴：延續溜鈴的方式，將扯鈴從地板帶離地面。 3.來回運鈴：慣用手由下往上做抽繩收放動作，左手隨抽繩力道自然	扯鈴一組	6

						擺動，順利將扯鈴運起。		
第5週到第7週	基礎調鈴	健3c-II-1 表現 聯合性動作技能。 綜1a-II-1 展現 自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。	1.前後調鈴 2.左右調鈴 3.上下運鈴	1.能 表現 出前後調鈴、左右調鈴、上下運鈴的動作技巧。 2. 展現 自己控制扯鈴前後調鈴、左右調鈴、上下運鈴的能力，並分享操作後的感後及想法。	1.學生能說出前後調鈴、左右調鈴及上下運鈴之用意。 2.學生能完成前後調鈴、左右調鈴及上下運鈴之動作。 3.分享自身在學習過程中所遇到的挫折，如何突破。 4.能主動協助學習進度較慢的同學。	活動一：前後調鈴、左右調鈴、上下運鈴。 藉由教師示範，讓學生實際操作，並學會基礎調鈴。 前後調鈴：運鈴過程中加入前後調鈴，減少扯鈴傾斜狀態。 左右調鈴：改變扯鈴方向。	扯鈴一組	6
第8週到第10週	小試身手	健1d-II-1 認識 動作技能概念與動作練習的策略。 健3c-II-1 表現 聯合性動作技能。 綜1a-II-1 展現 自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。	1.開線亮相 2.魚躍龍門 3.蜻蜓點水 4.木蘭飛彈 5.拋鈴	1. 認識 此開線亮相、魚躍龍門、蜻蜓點水、木蘭飛彈、拋鈴扯鈴動作技能並進行動作練習。 2. 表現 開線亮相、魚躍龍門、蜻蜓點水、木蘭飛彈、拋鈴扯鈴動作 3. 展現 自己熱於分享開線亮相、魚躍龍門、蜻蜓點水、木蘭飛彈、拋鈴學習心得。	1.學生能說出拋鈴動作的要領及注意事項。 2.學生能完成開線亮相 5 秒、魚躍龍門、蜻蜓點水、木蘭飛彈、拋鈴等動作。 3.分享自身在學習過程中所遇到的挫折，如何突破。 4.能主動協助學習進度較慢的同學。	活動一：開線亮相、魚躍龍門、蜻蜓點水、木蘭飛彈、拋鈴 藉由教師示範，讓學生實際操作，並學會開線亮相、魚躍龍門、蜻蜓點水、木蘭飛彈、拋鈴等基本功。 開線亮相：運鈴過程中將纏繞的線繩解開，並停留 5 秒。 魚躍龍門：將扯鈴順時鐘及逆時鐘甩一圈。 蜻蜓點水：利用棍子壓線繩的方式，使扯鈴停留在兩條線上。 木蘭飛彈：以扯鈴為中心，身體移動 90 度，利用線繩纏繞扯鈴的方式，右手繞鈴左手拋出。 拋鈴：說明拋鈴的危險性及接鈴技巧。	扯鈴一組	6
第11週到第12週	小小扯鈴家	健2c-II-3 表現主動參與 、樂於嘗試的學習態度。 健2c-II-2 表現增進 團隊合作、友善的互動行為。 綜2b-II-1 體會 團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。	1.動作技能的熟悉度 2.團隊合作 3.互相討論	1. 主動參與 團隊動作技能練習活動，並樂於表演自己拿手的動作。 2. 小組 表現增進 團隊合作互相討論表演項目動作安排。 3. 在活動過程中， 體會 團隊合作，並能 關懷 小組成員，彼此互相包容、溝通。	1.學生能熟記每個動作及名稱。 2. 學生分組討論表演項目動作安排。 3.學生合力完成串聯表演，互相配合及溝通。	活動一：小組表演及驗收 1.學生分組，討論棒次安排，每人表演兩個動作，下一位表演的同學需先重複完成上一位同學的第二個動作，才可接續自己想表演的動作。 2.表演結束後，各組給回饋，表演組分享心得。	扯鈴一組	4

第13週到第15週	棍上小丑	<p>健1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>健3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>綜1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。</p>	<p>1.仰觀星斗</p> <p>2.大衛魔術</p> <p>3.金雞上樹</p> <p>4.提燈籠</p> <p>5</p>	<p>1.回顧先前基本動作，進而認識新技能-仰觀星斗、大衛魔術、金雞上樹、提燈籠的概念並反覆練習。</p> <p>2.帶入先前所學的動作，表現出加上仰觀星斗、大衛魔術、金雞上樹、提燈籠聯合性的動作技能。</p> <p>3.願意展現自己的能力，並主動表達練習仰觀星斗、大衛魔術、金雞上樹、提燈籠時自身感受及想法。</p>	<p>1.學生能說出大衛魔術的基本功：(木蘭飛彈)。</p> <p>2.學生能延續前一堂課所學，完成此次課程的動作。</p> <p>3.分享自身在學習過程中所遇到的挫折，如何突破。</p> <p>4.能主動協助學習進度較慢的同學。</p>	<p>活動一：仰觀星斗、大衛魔術、金雞上架、提燈籠</p> <p>藉由教師示範，讓學生實際操作，並學會仰觀星斗、大衛魔術、金雞上架、提燈籠等動作。</p> <p>仰觀星斗：將運轉中的扯鈴舉高，從右後方移動至左後方，接續做一個魚躍龍門使扯鈴回位。</p> <p>大衛魔術：藉由纏繞變化讓扯鈴與線脫節。</p> <p>金雞上架：身體轉 90 度，棍頭朝向軸心，將扯鈴輕輕拋起停留在扯鈴棍上。</p> <p>提燈籠：將扯鈴棍放至同一手後，將先繩攤開扯鈴輕拋，完成小拋接後將先繩套在棍頭即可。</p>	扯鈴一組	6
第16週到第18週	跳躍精靈	<p>健1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>健3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>綜1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。</p>	<p>1.蜘蛛結網</p> <p>2.鑽石結網</p> <p>3.金蟬脫殼</p>	<p>1.回顧前次動作技能，進而認識新技能-蜘蛛結網、鑽石結網、金蟬脫殼的概念並反覆練習。</p> <p>2.帶入先前所學的動作，表現出加上蜘蛛結網、鑽石結網、金蟬脫殼聯合性的動作技能。</p> <p>3.鼓勵展現自己的能力，並主動表達練習蜘蛛結網、鑽石結網、金蟬脫殼時自身感受及想法。</p>	<p>1.學生能說出蜘蛛結網有幾種變化。</p> <p>2.學生能說出金蟬脫殼所需的基本功：(木蘭飛彈、大衛魔術)</p> <p>3.學生能延續前一堂課所學，完成此次課程的動作。</p> <p>4.分享自身在學習過程中所遇到的挫折，如何突破。</p> <p>1.能主動協助學習進度較慢的同學。</p>	<p>活動一：蜘蛛結網、鑽石結網、金蟬脫殼、銀手指、金手指</p> <p>藉由教師示範，讓學生實際操作，並學會蜘蛛結網、鑽石結網、金蟬脫殼等動作。</p> <p>1.蜘蛛結網：以蜻蜓點水方式，將棍頭套進線繩圈後向外展，行成一個網狀，拋起後將扯鈴停留於線上。</p> <p>2.鑽石結網：為提燈籠的進階動作</p> <p>3.金蟬脫殼：為木蘭飛彈及大衛魔術纏繞變化的應用。</p> <p>4.銀手指：扯鈴拋起後，以虎口前側食指將扯鈴接住。</p>	扯鈴一組	6

						5. 金手指：為銀手指延伸動作，利用食指與中指併攏的方式，將扯鈴頂出線繩並維持 3 秒鐘。		
第 19 週到第 22 週	小小扯鈴家	健2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 健2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 社3c-II-1 聆聽他人的意見，並表達自己的看法。	1. 團隊合作 2. 團體規範 3. 人際互動	1. 能利用本學期所學之動作技能，表現出團隊合作的動作並保持友善的態度。 2. 討論表演過程中，符合人際互動聆聽他人的意見，並表達自己的看法。 3. 遵守團體規範，小組表演時，表現觀賞者的角色和責任	1. 學生能熟記每個動作及名稱。 5. 學生能利用本學期所學的動作技能，合作完成隨機 6 個以上動作的串聯表演。	活動一：小組表演及驗收、團體表演 1.3-4 人一組，每人隨機表演兩個動作，下一位表演的同學需先重複完成上一位同學的第二個動作，才可接續自己想表演的動作。 2. 依照學生程度分組、討論，利用簡單的旋律，將各小組所討論的扯鈴動作在歌曲中呈現演出。	扯鈴一組	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 type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> 有-智能障礙()人、學習障礙(1)人、情緒障礙()人、自閉症()人、肢體障礙(1)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. 針對肢體障礙，需手部操作及肢體活動的部分由授課教師及助理人員進行協助調整。 2. 針對學習障礙，將活動拆成簡單的步驟來協助學習。 特教老師姓名：張宏竹 普教老師姓名：魏嘉利							

三、嘉義縣月眉國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3)

年級	中 年級	年級課程 主題名稱	民俗體育社團	課程 設計者	中年級學群	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 type="checkbox"/> 均未融入(供統計用，並非一定要融入) <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	多元 創意 樂學 卓越 ~ 打造一所全人發展的優質學園	與學校願景呼應 之說明	本民俗體育社團課程將介紹扯鈴、花式跳繩、陀螺等民俗運動讓學生有 多元 學習經驗，並實際操作及分組活動使學生 樂於學習 進而培養健康體適能 卓越 人格。				
總綱 核心素 養	E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以 促進 身心健全發展，並認識個人特質， 發展 運動與保健的潛能。 E-A2 具備 探索 身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過 體驗 與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 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	1.學生認識，也藉由每個運動動作的多樣變化， 促進 身體活動力，進而 發展 個人特質及潛能。 2.學生從實際操作 體驗 中， 探索 扯鈴、花式跳繩、陀螺等民俗體育，從中發現進行該運動會發生的問題並解決問題，培養良好的學習態度。 3.學生在分組活動中重視團隊參與，藉由互相 合作 中 理解 他人感受並相互尊重，培養健全身心發展。				

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	古 早 的 童 玩 - 千 樂	語1-II-2具備 聆聽 不同媒材的基本能力。 語5-II-4 掌握 句子和段落的意義與主要概念。 語 2-II-4樂於參加討論， 提供 個人的觀點和意見。	1. 陀螺起源 2. 陀螺的製作與材料 3. 陀螺的外型 4. 陀螺的打法	1. 聆聽 陀螺起源、陀螺的製作與材料、陀螺的打法介紹， 掌握 介紹陀螺內容的主要概念。 2. 樂於參與討論 提供 個人對陀螺的外型的觀點。	1. 能仔細聆聽陀螺的介紹，並且理解陀螺的起源、製作方式、多元的外型及打法。 2. 能說出對不同陀螺造型、打法的特色及感覺。 能完成圖文對照。 3. 能參與討論及回答老師的提問。	1. 以講義資料做成 PPT 講述讓學生認識陀螺的起源、製作方式、外型及各種玩法。 2. 透過影片的觀賞，讓學生知道陀螺精湛的表演方式。 3. 以問答及圖文對照的方式，評量學生對陀螺的了解程度。	陀螺PPT https://youtu.be/zQEEViDvYI0	2
第 2 週 到 第 3 週	陀 螺 的 纏 線 與 手 執 方 式	健1d-II-1 認識 動作技能概念與動作練習的策略。 綜1a-II-1 展現 自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。	1. 陀螺繩纏繞法 2. 陀螺繩固定法 3. 陀螺的拿法 4. 陀螺的拋擲法	1. 認識 陀螺繩纏繞、固定、拿法及拋擲的動作技能概念與動作練習的方法。 2. 展現 陀螺繩運用與陀螺執拋的正確動作，並能表達練習過程中所得到的感受。	1. 能知道正確的陀螺繩纏繞方法，並且完成妥善的纏繞動作。 2. 能知道正確的陀螺繩牽引端固定於手指的方法，並且完成正確的固定動作。 3. 能知道不同的陀螺拿法，並且完成手持陀螺的動作。 4. 能知道正確的拋擲陀螺法，並且完成拋擲的動作，讓陀螺穩定的旋	活動一：陀螺繩纏繞陀螺 分成兩種，若是右撇子則左手握陀螺，釘朝右，繩頭一端以左手大拇指壓在距釘 4 公分處，以釘面順時鐘向外繞 2 圈後，再拉回釘面以順時鐘向內（靠左手端）依次螺旋纏繞緊實。 若是左撇子，則是右手握陀螺，纏	陀螺、解說圖卡	4

					<p>轉。</p> <p>讓學生口頭發表練習動作時的心得。</p>	<p>繩以左手握繩依逆時鐘方向纏繞緊實。</p> <ol style="list-style-type: none"> 讓學生一面看操作的解說圖，一面示範講解。 讓學生模仿老師纏繞陀螺方式。 逐一檢查每位學生的纏繞方式是否正確；並請學習力強的學生教學學習較弱的學生。 <p>活動二：陀螺繩牽引端固定法</p> <ol style="list-style-type: none"> 讓學生一面看操作的解說圖，一面示範講解。 讓學生模仿老師固定陀螺方式（雙指固定法、單指固定法）。 逐一檢查每位學生的固定方式是否正確；並請學習力強的學生教學學習較弱的學生。 <p>活動三：陀螺的拿法</p> <p>手握陀螺，分成釘朝左與釘朝前兩種拿法，若是左撇子，則釘朝左要改為朝右，纏繩改為以釘面逆時鐘方向纏繞。</p> <ol style="list-style-type: none"> 讓學生一面看操作的解說圖，一面示範講解。 讓學生模仿老師拿陀螺方式。 請學生互相檢查持陀螺方式是否正確。 <p>活動四：陀螺的拋擲法</p> <ol style="list-style-type: none"> 讓學生一面看操作的解說圖，一面示範講解。讓學生模仿老師拋擲陀螺方式。 老師適時糾正學生的姿勢，使其動作正確優美。 		
第4週到第6週	陀螺的玩法	<p>健1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>綜1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 拉陀螺 側拉陀螺 	<ol style="list-style-type: none"> 認識拉陀螺及側拉陀螺的動作技能概念與動作練習的方法。 展現拉陀螺使其達到各種玩法設定的正確動作，並能表達練習過程中所得到的感受。 	<ol style="list-style-type: none"> 能知道正確的拉動陀螺方法，並且完成陀螺旋轉的動作。 能知道正確的拉動陀螺的方法，並且完成正確的動作。 能完成各種側拉陀螺的動作及完成比賽。 能口頭分享比賽的心得。 	<p>活動一：拉陀螺玩法</p> <ol style="list-style-type: none"> 示範蹲拉方式，並讓學生模仿動作，檢視並修正其動作。 示範躬身拉方式，並讓學生模仿動作，檢視並修正其動作。 <p>活動二：側拉陀螺玩法變化將陀螺釘朝內放於左腳前，兩腳開立彎腰，成右弓狀，右手朝右下方振臂一揮，讓陀螺朝身體平行方向奔馳。</p>	陀螺、解說圖卡	6

					<p>側拉比遠</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 示範側拉比遠動作，並讓學生模仿動作，檢視並修正其動作。 2. 排排站，比賽誰側拉得遠。 <p>將陀螺撞出圈外</p> <p>將陀螺 6 個堆在直徑40-60 公分的圈內，在於4-6 公尺外側拉陀螺撞擊之。比賽誰側拉可以將更多的陀螺撞出圈外。</p> <p>學打保齡球</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 以陀螺代替保齡球瓶和保齡球，看看可以一次打翻多少個陀螺。 2. 比賽把全部的陀螺打翻時，誰用的次數最少。 <p>過山洞</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 一個人雙腳打開當目標，打者要利用側拉陀螺的方式讓陀螺穿越胯下。 2. 比賽看看誰過山洞的次數最多。 			
第7週到第10週	陀螺遊戲	<p>健1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>健3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>綜 1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處,並表達自己的想法和感受。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 帶陀螺溜達 2. 陪陀螺跳繩 3. 舉陀螺 4. 捧陀螺 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識陀螺遊戲-帶陀螺溜達、陪陀螺跳繩、舉陀螺、捧陀螺的動作技能概念與動作練習的方法。 2. 表現各種陀螺遊戲-帶陀螺溜達、陪陀螺跳繩、舉陀螺、捧陀螺的動作技能。 3. 展現陀螺遊戲-帶陀螺溜達、陪陀螺跳繩、舉陀螺、捧陀螺的正確動作，並能表達練習過程中所得到的感受。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能認識各種陀螺遊戲的動作要領，並完成正確的動作。 2. 能熟練各種陀螺遊戲的動作技能。 3. 能依照自己的能力找到表現最好的陀螺遊戲，並能參與表演，口頭發表自己的想法和心得。 	<p>活動一：帶陀螺溜達</p> <p>將陀螺任意打轉後，雙手各持繩子末端，套上運轉中的陀螺，帶它到處走動。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 示範帶陀螺溜達的動作，讓學生模仿動作，並檢視修正學生的動作。 2. 比賽看看誰能完成各種指定的溜達路徑。 <p>活動二：陪陀螺跳繩</p> <p>以最熟悉的打法，使陀螺運轉，在於另側以陀螺繩當跳繩用，比一比在自己陀螺停止時誰跳繩次數最多。</p> <p>活動三：舉陀螺</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 示範舉陀螺的動作，讓學生模仿動作，並檢視修正學生的動作。 2. 比賽看看誰成功舉起的次數最多。 3. 比賽誰的陀螺轉得最久。 <p>活動四：捧陀螺</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 示範帶捧陀螺的動作，讓學生模仿動作，並檢視修正學生的動作。 2. 比賽看看誰成功的次數最多。 3. 比賽誰的陀螺在手心上轉得最 	陀螺、解說圖卡	8

第11週到第12週	雙人合作	<p>健1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>健2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>綜2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。</p>	<p>1. 二人一繩單側迴旋跳</p> <p>2. 朋友跳</p>	<p>1. 認識二人一繩單側迴旋跳、朋友跳的動作技能。</p> <p>2. 在進行二人一繩單側迴旋跳、朋友跳時，表現友善的互動行為。</p> <p>3. 在進行二人一繩單側迴旋跳、朋友跳時，體會團隊合作的意義。</p>	<p>1. 能認識二人一繩單側迴旋跳、朋友跳的動作要領。</p> <p>2. 能分組完成二人一繩單側迴旋跳、朋友跳的動作技能。</p> <p>3. 能參與分組雙人跳繩表演，口頭發表自己的想法和心得。</p>	<p>久。</p> <p>一、前導活動</p> <p>(一) 安全注意事項提醒。</p> <p>(二) 排隊：讓學生取適當距離成體操隊形。</p> <p>(三) 動態節奏熱身： 拍手、手腕腳踝關節活動、併腿跳、前踏跳、後踏跳、開合跳。</p> <p>二、主要活動</p> <p>兩人一繩單側迴旋跳：</p> <p>1. 兩人甩繩練習：雙人面向同一方向，均以同邊手(右/左)進行甩繩，甩繩過繩注意甩動繩子的速度配合。教師可提醒學生跳躍配合的要訣，輔助者須配合操作者(跳躍者)動作，亦或者雙方各數著節拍1.2.3.4.5.6.7. 喊出數字來配合彼此的速度。</p> <p>2. 不同腳步練習：學會連續跳20下以上學生，可以嘗試不同腳步變化，如單腳跳、跑步、抬腿等。</p> <p>朋友跳：</p> <p>1. 相向朋友跳(母子跳)。使用雙人繩，由一個人跳前(後)迴旋。</p> <p>2. 正向朋友跳：另一人由前或側方加入跳繩，但二人面相向。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1. 分組進行兩人一繩單側迴旋跳、相向朋友跳、正向朋友跳展演。</p> <p>2. 請2組派組員上臺分享練習及表演心得。(合作的配合時間，如何與夥伴間互相搭配?)聆聽者給予回饋。</p>	跳繩	4
第13週到第14週	團體合作	<p>健1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>健2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>綜2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。</p>	<p>1. 高跳</p> <p>2. 輕跳</p> <p>3. 蹲跳</p> <p>4. 長繩過山洞</p>	<p>1. 認識高跳、輕跳、蹲跳、長繩過山洞的動作技能。</p> <p>2. 在進行長繩過山洞團體跳繩時，表現友善的互動行為。</p> <p>3. 在進行長繩過山洞團體跳繩時，體會團隊合作的意義。</p>	<p>1. 能認識高跳、輕跳、蹲跳、長繩過山洞的動作要領。</p> <p>2. 能分組完成長繩過山洞團體跳繩。</p> <p>3. 能參與長繩過山洞團體跳繩，口頭發表自己的想法和心得。</p>	<p>一、前導活動</p> <p>(一) 安全注意事項提醒。</p> <p>(二) 排隊：讓學生取適當距離成體操隊形。</p> <p>(三) 動態節奏熱身： 拍手、手腕腳踝關節活動、併腿跳、前踏跳、後踏跳、開合跳。</p> <p>二、衝鋒陷陣：</p> <p>1. 請學生示範在原地動作中的動作空間使用要素：跳高、平走、趴/蹲低。</p>	長繩	4

						<p>2. 轉換為跳繩動作：高跳、輕跳、蹲跳</p> <p>3. 分成2組後，分組進行城繩過山洞挑戰，分組討論分配工作級棒次。</p> <p>1. 2人用長繩，其於嘗試衝過長繩。挑戰在長繩中連續跳3下再離開。</p>		
第15週到第17週	跳跳大富翁	<p>健1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>綜1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。</p> <p>綜2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。</p>	<p>1. 轉身迴旋跳</p> <p>2. 兩臂交叉前後迴旋跳</p> <p>3. 蹲迴旋跳</p>	<p>1. 認識轉身迴旋跳、兩臂交叉前後迴旋跳、蹲迴旋跳跳繩活動的動作技能。</p> <p>2. 展現轉身迴旋跳、兩臂交叉前後迴旋跳、蹲迴旋跳，並表達自己的想法和感受。</p> <p>3. 進行討論大富翁活動時體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。</p>	<p>1. 能認識轉身迴旋跳、兩臂交叉前後迴旋跳、蹲迴旋跳跳繩活動的動作技能。</p> <p>2. 能完成轉身迴旋跳、兩臂交叉前後迴旋跳、蹲迴旋跳</p> <p>3. 能參與大富翁活動，口頭發表自己的想法和心得。</p>	<p>一、前導活動</p> <p>(一) 安全注意事項提醒。</p> <p>(二) 排隊：讓學生取適當距離成體操隊形。</p> <p>(三) 動態節奏熱身：拍手、手腕腳踝關節活動、併腿跳、前踏跳、後踏跳、開合跳。</p> <p>二、賽前練習</p> <p>1. 老師示範轉身迴旋跳、兩臂交叉前後迴旋跳、蹲迴旋跳動作</p> <p>2. 兩兩一組，互相進行身迴旋跳、兩臂交叉前後迴旋跳、蹲迴旋跳動作，並一起練習。</p> <p>三、跳跳大富翁</p> <p>1. 設計大富翁玩法跳跳大富翁(附件：跳繩大富翁)：擲骰子前進到定點完成該點指定跳繩任務即得該站分數。完成一圈後得分最多的學生獲勝(可分數組同時實施)</p> <p>2. 進行跳跳大富翁後，最獲勝者進行練習及遊戲心得，其餘給回饋。</p>	跳繩	6
第18週到第21週	舞繩	<p>健2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>綜1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。</p> <p>綜2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。</p> <p>健2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。</p> <p>社3c-II-1 聆聽他人的意見，並表達自</p>	<p>1. 舞蹈編排</p> <p>2. 隊形變化</p> <p>3. 舞繩表演</p>	<p>1. 在進行舞蹈編排、隊形變化時表現友善的互動行為。</p> <p>2. 分組進行舞繩大亂鬥，表現觀賞者的角色和責任。</p> <p>3. 在進行舞蹈編排、隊形變化時展現自己能力並表達自己的想法。</p> <p>4. 參加舞繩表演團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。</p> <p>5. 參加舞繩表演團體活動時，表現出觀賞者的角色和責任，會聆聽他人的意見，並表達自己的看法。</p>	<p>1. 分組完成舞蹈編排、隊形變化</p> <p>2. 參與舞繩大亂鬥，並表達自己的想法。</p> <p>3. 欣賞舞繩大亂鬥，並聆聽他人意見。</p>	<p>一、前導活動</p> <p>(一) 安全注意事項提醒。</p> <p>(二) 排隊：讓學生取適當距離成體操隊形。</p> <p>(三) 動態節奏熱身：拍手、手腕腳踝關節活動、併腿跳、前踏跳、後踏跳、開合跳。</p> <p>二、舞繩編排</p> <p>1. 分成2組進行舞蹈編排、隊形變化討論。</p> <p>2. 老師提供舞蹈編排、隊形變化建議。</p>	跳繩、小角錐、圓盤、曬衣夾、跳繩分站卡、音響	8

	己的看法。				3. 進行舞繩練習。 三、舞繩 1. 分組進行舞繩表演。 2. 舞繩表演後，進行分享練習及表演心得。(合作的配合時間，如何與夥伴間互相搭配?)聆聽者給予回饋。		
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>※身心障礙類學生: <input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有-智能障礙()人、學習障礙(1)人、情緒障礙()人、自閉症()人、肢體障礙(1)人(自行填入類型/人數)</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> <p>1. 針對肢體障礙,需手部操作及肢體活動的部分由授課教師及助理人員進行協助調整。</p> <p>2. 針對學習障礙,將活動拆成簡單的步驟來協助學習。</p> <p style="text-align: right;">特教老師姓名:張宏竹 普教老師姓名:魏嘉利</p>						