

三、嘉義縣和順國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 11-3) (上/下學期，各一份。若為同一個課程主題則可合為一份)

年級	中、高 年級	年級課程 主題名稱	跆拳道社團	課程 設計者	謝景堯	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 type="checkbox"/> 均未融入(供統計用，並非一定要融入) 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。 <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	有品 有才	與學校願 景呼應之 說明	透過跆拳道的學習與訓練，讓學生在健康、體能、品格和技術上全面發展，培養堅毅不拔的精神，成為品學兼優的好學生。				
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. 透過運動參與具備生活中有關運動與健康的道德知識，促進是非判斷能力，認識並遵守相關的道德規範，發展公民意識，關懷社會。 2. 透過運動參與具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，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(5)週	跆拳道入門	健體 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。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 綜 1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。 3c-III-2 在身體活	1. 跆拳道對打拳法 2. 跆拳道對打步法 3. 正拳基本動作。	1. 能表現跆拳道對打步法結合對打拳法。 2. 運用動作技能的組合，完成正拳基本動作。 3. 選擇合宜的方法，落實正拳基本動作。	口頭評量：能分組上台分享跆拳道對打基本步法和手法的認識【分組合作】【分享表達】。 實作評量：各組能做出正確的跆拳道基本步法動作【分享表達】【具體作品】【知識應用】。 實作評量：各組能做出正確的跆拳道基本手法動作【分享表達】【具體作品】【知識應用】【總結性成果報告】。	活動一、準備對打基本動作(2節) 教師帶領學生進行熱身運動，包含基本拉伸和體能活動【體驗】。 教師介紹跆拳道對打的基本概念和馬步的要領，並示範正確的馬步姿勢。 學生分組練習馬步，教師巡視並指導學生的姿勢【實作練習】。 活動二、正拳基本動作練習(2節) 教師提問： (1) 對打中馬步為何重要？ (2) 如何發揮正拳的力量？ 教師示範正拳的基本動作，	跆拳道教室、護具。	10

		<p>動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p>			<p>實作評量：能參與跆拳道對打練習，並展示基本步法和手法【分享表達】【具體作品】【知識應用】。</p> <p>能專心聆聽並給予展示同學回饋【反思活動】。</p>	<p>說明左右拳的打法和發力技巧。</p> <p>學生兩兩一組練習左右拳打法，教師巡視並個別指導【實作練習】。</p> <p>各組學生展示左右拳打法，並分享練習心得【分享表達】。</p> <p>活動三、三拳組合練習（3節）</p> <p>教師介紹三拳（上、中、下）的基本概念和應用。教師示範三拳的連續動作，並說明每個動作的要點。學生分組練習三拳組合動作，教師巡視並個別指導【實作練習】。</p> <p>各組學生依次展示三拳組合動作，並分享練習心得【分享表達】【合作討論】。</p> <p>教師統整並歸納三拳組合的重點和注意事項。</p> <p>活動四、綜合對打練習（3</p>		
--	--	------------------------------------	--	--	---	--	--	--

						節) 教師將之前學習的基本動作整合，帶領學生進行綜合對打練習。 學生兩兩一組進行實戰演練，運用所學的馬步、正拳和三拳組合動作【實作練習】。 各組學生展示綜合對打的練習成果，並分享學習心得【分享表達】【和學生生活脈絡連結】。 教師統整歸納對打練習的要點和改善建議。	
第(5)週-第(9)週	踢擊入門	健體 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。 健體 3d-II-1 運用動作	1.跆拳道的发展演变 2.跆拳道踢擊動作。	1. 能探索跆拳道的歷史 2. 能運用跆拳道踢擊預備之動作。 3. 能表現跆拳道基本踢擊之動作。	口頭評量：能說出跆拳道的歷史【分組合作】【分享表達】。 實作評量：各組能做出正確的踢擊預備動作及基本踢擊動作【分享表達】【具體作品】【知識應用】。	活動一、認識跆拳道的歷史(2節) 教師帶領學生了解跆拳道的歷史與發展【體驗】。 教師播放有關跆拳道的紀錄片或影片，並介紹跆拳道的基本理念和精神。 學生上台分享對跆拳道歷史的基本認識【分享表達】。 活動二、踢擊預備動作練習(2節)	跆拳道教室、護具。

		<p>技能的練習策略。</p> <p>3c-III-2</p> <p>在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p>			<p>實作評量：各組能做出正確的基本防預手法【分享表達】【具體作品】【知識應用】【總結性成果報告】。</p> <p>實作評量：各組能踢出正確的基本動作組合踢擊【分享表達】【具體作品】【知識應用】。</p> <p>能專心聆聽並給予展示同學回饋【反思活動】。</p>	<p>教師提問：</p> <p>(1) 為什麼踢擊動作需要預備動作？</p> <p>(2) 預備動作如何影響踢擊的效果？</p> <p>學生分組，三人一組。（「社團課程，皆按照此次分組來進行活動。」）</p> <p>教師示範並說明踢擊的預備動作，讓學生了解每個動作的要點。</p> <p>各組依序完成踢擊預備動作的練習，並分享練習心得【合作討論】【和學生生活脈絡連結】。</p> <p>教師統整歸納預備動作的重點和注意事項。</p> <p>活動三、基本踢擊動作練習(2節)</p> <p>教師示範基本踢擊動作，包括前抬腳、前踢和旋踢。</p> <p>學生兩兩一組練習基本踢擊動作，教師巡視並個別指導【實作練習】。</p> <p>各組學生展示基本踢擊動作，並分享練習心得【分享表達】。</p> <p>教師統整歸納基本踢擊動作的重點和注意事項。</p> <p>活動四、基本防預手法練習(2節)</p>		
--	--	--	--	--	---	--	--	--

					<p>教師示範基本防預手法，包括下防、中防和上防。</p> <p>學生分組練習基本防預手法，教師巡視並個別指導【實作練習】。</p> <p>各組學生展示基本防預手法，並分享練習心得【分享表達】。</p> <p>教師統整歸納基本防預手法的重點和注意事項。</p> <p>活動五、基本動作組合踢擊練習（2節）</p> <p>教師將之前學習的踢擊和防預手法動作整合，帶領學生進行組合練習。</p> <p>學生兩兩一組進行基本動作組合踢擊練習，教師巡視並個別指導【實作練習】。</p> <p>各組學生展示基本動作組合踢擊的練習成果，並分享學習心得【分享表達】【合作討論】。</p> <p>教師統整並歸納基本動作組合踢擊的重點和改善建議。</p>			
第 (10) 週 - 第 (16) 週	品 式 入 門	健體 3c- II-2 透過身體 活動，探 索運動潛 能與表現 正確的身	跆拳道晉 級規則 跆拳道品	1. 能探索跆拳道正式晉級規則。 2. 能運用跆拳道品勢太極一章之動作。	口頭評量：能分組上台分享跆拳道晉級的方法 【分組合作】 【分享表達】。	活動一、認識跆拳道晉級方法（2節） 教師講解跆拳道的晉級方法，介紹各級別的要求和考核標準【體驗】。	品式太極一章影片、跆拳道教室、護具。	12

		<p>體活動。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p>	<p>勢太極一章之動作。</p>		<p>實作評量：各組能做出正確的跆拳道品勢太極一章的動作【分享表達】【具體作品】【知識應用】【總結性成果報告】。</p> <p>實作評量：能參與跆拳道品勢太極一章的綜合練習，並展示完整的動作【分享表達】【具體作品】【知識應用】。</p> <p>能專心聆聽並給予展示同學回饋【反思活動】。</p>	<p>教師播放跆拳道晉級考試的影片，讓學生了解考試過程和評分標準。 學生分組討論並分享對跆拳道晉級方法的認識和理解【分享表達】。</p> <p>活動二、跆拳道品勢訓練（2節）</p> <p>教師介紹跆拳道品勢的概念和重要性。 教師示範品勢的基本動作，讓學生了解每個動作的要點和細節。 學生兩兩一組練習品勢的基本動作，教師巡視並個別指導【實作練習】。 各組學生展示品勢的基本動作，並分享練習心得【分享表達】。</p> <p>活動三、太極一章（1-6動）練習（2節）</p> <p>教師示範太極一章的前六個動作，並詳細講解每個動作的要點。 學生分組練習太極一章的前六個動作，教師巡視並個別指導【實作練習】。</p>	
--	--	---	------------------	--	---	---	--

各組學生展示前六個動作，並分享練習心得【分享表達】。

活動四、太極一章（7-12動）練習（2節）

教師示範太極一章的中間六個動作，並詳細講解每個動作的要點。

學生分組練習太極一章的中間六個動作，教師巡視並個別指導【實作練習】。

各組學生展示中間六個動作，並分享練習心得【分享表達】。

活動五、太極一章（13-18動）練習（2節）

教師示範太極一章的最後六個動作，並詳細講解每個動作的要點。

學生分組練習太極一章的最後六個動作，教師巡視並個別指導【實作練習】。

各組學生展示最後六個動作，並分享練習心得【分享表達】。

活動六、太極一章綜合練習（2節）

						<p>教師帶領學生回顧太極一章的所有動作，並進行整體示範。</p> <p>學生分組練習太極一章的全部動作，教師巡視並個別指導【實作練習】。</p> <p>各組學生進行太極一章的綜合展示，並分享學習心得【分享表達】【合作討論】。</p> <p>教師統整並歸納太極一章的重點和注意事項，提供改進建議。</p>		
<p>第 (17) 週 - 第 (22) 週</p>	<p>踢 擊 入 門 (2)</p>	<p>健體 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。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 3c-III-2</p>	<p>1. 跆拳道競賽護具功能與用途 2. 踢擊與踢靶動作</p>	<p>1. 能探索並認識跆拳道護具的功能與用途。 2. 能運用踢擊踢靶動作。</p>	<p>實作評量：各組能應用基本動作相互組合搭配踢擊【分享表達】【具體作品】【知識應用】。</p> <p>實作評量：各組能做出正確的踢擊踢靶動作【分享表達】【具體作品】【知識應用】【總結性成果報告】。</p>	<p>活動一、認識跆拳道比賽裝備（2節）</p> <p>教師介紹跆拳道比賽中的常用裝備，包括護具、頭盔、護手、護腳等【體驗】。</p> <p>教師展示各種裝備的實物，說明它們的用途和使用方法。</p> <p>學生分組討論並分享對跆拳道比賽裝備的認識和理解【分享表達】。</p> <p>活動二、基本動作組合踢擊練習（2節）</p>	<p>跆拳道教室、踢靶、護具。</p>	12

		<p>在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p>			<p>能專心聆聽並給予展示同學回饋【反思活動】。</p>	<p>教師提問： (1) 為什麼在跆拳道比賽中，基本動作組合踢擊很重要？ (2) 旋踢與下壓動作的要點有哪些？ 教師示範基本動作組合踢擊，介紹旋踢+旋踢、旋踢+下壓、下壓+旋踢的組合動作【體驗】。 學生兩兩一組練習基本動作組合踢擊，教師巡視並個別指導【實作練習】。 各組學生展示基本動作組合踢擊，並分享練習心得【分享表達】。 活動三、踢靶踢擊練習(2節)</p> <p>教師示範踢靶踢擊的正確動作，包括單腳前踢和旋踢【體驗】。 學生分組進行踢靶踢擊練習，教師巡視並個別指導【實作練習】。 各組學生依次展示單腳前踢和旋踢的動作，並分享練習心得【分享表達】。 教師統整並歸納踢靶踢擊的重點和注意事項，提供改進建議。</p>		
--	--	--	--	--	------------------------------	--	--	--

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、(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> <ol style="list-style-type: none"> 1.學生專注力弱,上課時桌上僅放該堂課需要的學用品。座位安排上需遠離出入口、接近老師,避免較多的干擾,並方便老師給予提醒。 2.老師課程進行一小段落後,可提問,確認學生是否理解課程重點。 3.課程中,老師可將重點寫在黑板,或畫圖解說,給予學生視覺提示。 4.分組活動時,可安排穩定性高、能力較好的同儕提供協助。 <p style="text-align: right;">特教老師姓名: 許文馨 普教老師姓名: 謝景堯</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 和順 國小 113 學年度校訂課程教學內容規劃表(113.5.5)

年級	中、高 年級	年級課程 主題名稱	跆拳道社團	課程 設計者	謝景堯	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) 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。 <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	有品 有才	與學校願景呼 應之說明	透過跆拳道的學習與訓練，讓學生在健康、體能、品格和技術上全面發展，培養堅毅不拔的精神，成為品學兼優的好學生。					
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. 透過運動參與具備生活中有關運動與健康的道德知識，促進是非判斷能力，認識並遵守相關的道德規範，發展公民意識，關懷社會。 2. 透過運動參與具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，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

<p style="text-align: center;">第 (1) 週 - 第(5) 週</p>	<p>踢擊入門(3)</p>	<p>健體 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>健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> <p>綜 1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。</p> <p>3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p>	<p>1. 跆拳道踢擊預備動作。</p> <p>2. 跆拳道組合踢擊動作。</p>	<p>1. 能表現跆拳道踢擊預備之動作。</p> <p>2. 能運用跆拳道基本踢擊之組合動作。</p> <p>3. 選擇合宜學習方法，落實跆拳道組合踢擊動作。</p>	<p>實作評量：各組能做出正確的踢擊預備動作及基本踢擊動作【分享表達】【具體作品】【知識應用】。</p> <p>實作評量：各組能做出正確的基本防預手法【分享表達】【具體作品】【知識應用】。</p> <p>實作評量：各組能踢出正確的基本動作組合踢擊【分享表達】【具體作品】【知識應用】【總結性成果報告】。</p> <p>能專心聆聽並給予展示同學回饋【反思活動】。</p>	<p>活動一、踢擊預備動作(2節)</p> <p>教師講解並示範踢擊的預備動作，強調每個動作的重點和細節【體驗】。</p> <p>學生分組進行踢擊預備動作的練習，教師巡視並個別指導【實作練習】。</p> <p>學生上台展示踢擊預備動作，並分享練習心得【分享表達】。</p> <p>活動二、基本踢擊動作練習(2節)</p> <p>教師提問：</p> <p>(1) 踢擊動作有哪些基本要點？</p> <p>(2) 如何確保踢擊動作的準確性和穩定性？</p> <p>教師示範基本踢擊動作，包括前抬腳、前踢和旋踢【體驗】。</p> <p>學生兩兩一組練習基本踢擊動作，教師巡視並個別指導【實作練習】。</p> <p>各組依次展示基本踢擊動作，並分享練習心得【分享表達】。</p> <p>活動三、基本防預手法練習(3節)</p> <p>教師示範基本防預手法，包括下防、中防和上防，詳細講解每個動作的要點【體驗】。</p>	<p>跆拳道教室</p> <p style="text-align: right;">10</p>
---	----------------	---	---	---	--	---	---

					<p>學生分組進行基本防預手法的練習，教師巡視並個別指導【實作練習】。</p> <p>各組學生展示基本防預手法，並分享練習心得【分享表達】。</p> <p>教師統整並歸納基本防預手法的重點和注意事項，提供改進建議。</p> <p>活動四、基本動作組合踢擊練習(3節)</p> <p>教師將之前學習的踢擊和防預手法動作整合，示範基本動作組合踢擊【體驗】。</p> <p>學生分組練習基本動作組合踢擊，教師巡視並個別指導【實作練習】。</p> <p>各組依次展示基本動作組合踢擊的練習成果，並分享學習心得【分享表達】【合作討論】。</p> <p>教師統整並歸納基本動作組合踢擊的重點和注意事項，提供改進建議。</p>	
--	--	--	--	--	--	--

<p style="text-align: center;">第 (6) 週 - 第(10) 週</p>	<p>對打練習</p>	<p>健體 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>健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> <p>3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p>	<p>1. 跆拳道對打拳法與步法。</p> <p>2. 跆拳道的防守技巧。</p>	<p>1. 表現出跆拳道的拳法與步法。</p> <p>2. 運用跆拳道的防守技巧。</p>	<p>口頭評量：能分組上台分享跆拳道對打基本步法、手法之動作【分組合作】【分享表達】。</p> <p>實作評量：各組能演示正確的跆拳道對打基本步法，並進行跨步動作練習【分享表達】【具體作品】【知識應用】。</p> <p>實作評量：各組能演示正確的跆拳道對打起手式動作，並進行起跑動作的模擬練習【分享表達】【具體作品】【知識應用】【總結性成果報告】。</p> <p>實作評量：能參與跆拳道對打分組模擬比賽，並展示基本步法和手法的運用【分享表達】【具體作品】【知識應用】。</p> <p>能專心聆聽其他組別的演示，並提供有建設性的回饋【反思活動】。</p>	<p>活動一、跆拳道基本動作介紹及練習（2節）</p> <p>教師引導學生了解跆拳道的基本動作，包括馬步和正拳基本動作，並解釋其重要性和應用場景【知識介紹】。</p> <p>學生進行跆拳道基本動作的練習，教師指導學生正確的動作技巧和姿勢【實作練習】。</p> <p>活動二、跆拳道基本攻擊動作訓練（2節）</p> <p>教師詳細講解左右拳打法和三拳（上、中、下）基本打法，並示範每個動作【知識應用】。</p> <p>學生在教師的指導下，逐步練習不同的基本攻擊動作，包括前抬腳、前踢和旋踢等【實作練習】。</p> <p>活動三、跆拳道基本防守動作訓練（3節）</p> <p>教師示範和解釋基本防守手法，包括下防、中防和上防的使用方法和技巧【知識介紹】。</p> <p>學生在教師的帶領下，進行基本防守動作的訓練和熟練度提升【實作練習】。</p>	<p>國語日報</p>
--	-------------	--	---	---	--	---	-------------

活動四、跆拳道基本動作組合訓練
(3 節)

教師將學習的基本攻擊和防守動作進行組合，並示範如何在對打中運用這些組合【知識應用】。

學生進行基本動作組合的練習，並與同伴進行模擬對打，以鞏固技巧和反應能力【實作練習】。

<p>第(11)週 - 第(16)週</p>	<p>踢靶入門(2)</p>	<p>健體 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>健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> <p>3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p>	<p>1. 跆拳道踢靶(速度靶、防禦靶、龜靶)</p> <p>2. 踢靶的步伐與動作。</p>	<p>1. 探索認識跆拳道踢靶(速度靶、防禦靶、龜靶)。</p> <p>2. 表現踢靶的步伐與動作。</p> <p>3. 運用踢靶的步伐與動作於實戰演練中。</p>	<p>口頭評量：能分組上台分享不同步伐動作的基本要點【分組合作】【分享表達】。</p> <p>實作評量：各組能做出正確的前進步伐動作【分享表達】【具體作品】【知識應用】。</p> <p>實作評量：各組能做出正確的後退步伐動作【分享表達】【具體作品】【知識應用】。</p> <p>實作評量：各組能做出正確的步伐交換步動作【分享表達】【具體作品】【知識應用】【總結性成果報告】。</p> <p>實作評量：能在競賽中準確地應用所學的步伐動作【分享表達】【具體作品】【知識應用】。</p> <p>能專心聆聽並給予報告同學回饋【反思活動】。</p>	<p>活動一：認識步伐動作(2節)</p> <p>教師帶領學生觀察並模仿不同的步伐動作【體驗】：</p> <p>前進步伐：前腳為啟動腳，帶動後腳，身體重心順勢往前移後，雙腳繼續保持跳動。</p> <p>後退步伐：後腳為啟動腳，帶動前腳，身體重心順勢往後移後，雙腳繼續保持跳動。</p> <p>步伐交換步：由後腳啟動順勢往前帶變成前腳，身體180度轉向，形成交換步姿勢後，雙腳繼續保持跳動。</p> <p>教師示範這些步伐動作並說明要點【示範講解】。</p> <p>活動二：基本步伐動作練習(2節)</p> <p>教師提問：</p> <p>為什麼正確的步伐對運動表現很重要？</p> <p>這些步伐動作可以在哪些運動中應用？</p> <p>學生分組，三人一組。(「社團課程，皆按照此次分組來進行活動。」)</p>	<p>跆拳道教室、踢靶</p>	<p>12</p>
------------------------	----------------	--	---	--	---	---	-----------------	-----------

					<p>教師帶領學生進行步伐動作的分組練習，並進行動作矯正【合作討論】【實踐練習】。</p> <p>各組完成練習後，分享學習心得【分享表達】【與生活脈絡連結】。教師統整歸納，總結各種步伐動作的重點和應用場景【統整歸納】。</p> <p>活動三：步伐動作競賽（2節）</p> <p>分組進行步伐動作的競賽活動，包括前進步伐、後退步伐及步伐交換步，評比標準包括動作的正確性和流暢度【競賽】。</p> <p>每組學生輪流上台展示，教師和學生共同評分並給予反饋【評比與反饋】。</p> <p>活動四：步伐動作應用實踐（2節）</p> <p>教師設計一系列包含不同步伐動作的趣味競技遊戲，如障礙賽和接力賽【趣味競技】。</p> <p>學生以小組為單位參加這些活動，並在活動後進行反思與討論【實踐應用】【反思討論】。</p> <p>教師總結本次活動的學習成果，強調步伐動作在日常運動和生活中的應用【總結與提升】。</p>	
--	--	--	--	--	---	--

<p>第 (17) 週 - 第 (21) 週</p>	<p>模擬 對打</p>	<p>健體 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。 健體 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p>	<p>1. 學會跆拳道比賽規則。 2. 跆拳道踢擊組合。</p>	<p>1. 探索並認識比賽規則與攻防動作。 2. 在實戰中運用並表現跆拳道踢擊組合。</p>	<p>口頭評量：能分組上台分享不同踢擊動作的基本要點【分組合作】【分享表達】。 實作評量：各組能做出正確的前抬腳動作，每次完成得一分【分享表達】【具體作品】【知識應用】。 實作評量：各組能做出正確的前踢動作，每次完成得一分【分享表達】【具體作品】【知識應用】。 實作評量：各組能做出正確的旋踢動作，每次完成得兩分【分享表達】【具體作品】【知識應用】【總結性成果報告】。 能在賽前賽後表現出運動家精神，並給予同學回饋【反思活動】【運動精神】。</p>	<p>活動一：「道」草人踢擊比賽（2節） 教師講解「道」草人踢擊比賽的規則和目的，並展示基本動作【體驗與示範】： 旋踢、前踢、前抬腳。 活動二：看懂局(2節) 教師提問： 為什麼踢擊動作的準確性和力度很重要？ 如何才能在比賽中取得高分？ 學生分成兩組，每組人數均等，每個學生只能用兩腳踢擊【分組活動】。 活動三：模擬競賽(4節) 比賽過程： 每組輪流進行一分鐘的踢擊比賽，依次完成旋踢、前踢和前抬腳動作。教師計分，根據每次踢擊的準確性和力度給予相應分數【計分與競賽】。 比賽結束後，各組分享比賽心得，討論踢擊動作的技巧和改進方法【分享表達】【反思討論】。 活動四：總結回饋(2節) 教師總結過去幾堂課比賽中的表</p>	<p>跆拳道教室、護具</p>	<p>10 節</p>
--	------------------	--	--------------------------------------	--	--	---	-----------------	-----------------

						現，強調踢擊動作在體育運動中的應用和重要性，帶學生以回饋後的調整動作，再次進行模擬對戰【總結與提升】。		
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、(/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> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生專注力弱，上課時桌上僅放該堂課需要的學用品。座位安排上需遠離出入口、接近老師，避免較多的干擾，並方便老師給予提醒。 2. 老師課程進行一小段落後，可提問，確認學生是否理解課程重點。 3. 課程中，老師可將重點寫在黑板，或畫圖解說，給予學生視覺提示。 4. 分組活動時，可安排穩定性高、能力較好的同儕提供協助。 <p style="text-align: right;">特教老師簽名：許文馨 普教老師簽名：謝景堯</p>							

*各校可視需求自行增減表格