

三、嘉義縣 中埔鄉社口國小 114 學年度校訂課程教學內容規劃表

表 14-3 校訂課程教學內容規劃表 全校學生人數未滿五十人需實施混齡，本課程是否實施混齡教學：是 ☐ (____ 年級和 ____ 年級) 否 ☒

年級	一 年級	年級課程 主題名稱	活力好小子	課程 設計者	陳雅菁	總節數 /學期 (上/下)	20/上學期
符合 彈性課 程類型	☒ 第一類 跨領域統整性探究課程 ☒ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題 ☐ 第二類 ☐ 社團課程 ☐ 技藝課程 ☐ 第四類 其他類課程 ☐ 本土語文/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(可以複選)						
學校 願景	聲形友藝 社口美力 智慧科技・健康活力・國際關懷・創藝美力		與學校願景呼 應之說明	1. 透過活力課程實施能具備良好的生活習慣，啟發智能與身心健康發展。 2. 在活力課程的體驗探索下能認識個人特質，與團隊一同創意合作。 3. 活力課程進行中學習體察他人的感受，能以同理心應用在生活與人際溝通，成為社口的健康活力好小子。			
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，並透過體驗與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	1. 藉由課程設計讓學生認識身體部位，探索自我，具備良好的生活習慣。 2. 本課程希望學生透過觀察、探索、模仿，習得活動技能，學會處理日常生活問題發展個人潛能。 3. 透過課程規劃，與人互動合作，理解同學想法，共同完成任務，培養樂於與人互動的隊素養。			

議題融入	*應融入 ☒ 性別平等教育 ☒ 安全教育(交通安全) ☐ 戶外教育(至少擇一) 或 ☐ 其他議題_____ (非必選)
融入議題實質內涵	安 E6 了解自己的身體。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。

教學進度	單元名稱	領域學習表現 / 議題實質內涵	自訂學習內容	學習目標	表現任務 (評量內容)	教學活動 (學習活動)	教學資源	節數
第 (1) 週 - 第 (5) 週	我的身體我知道	健體 1c- I -1 認識 身體活動的基本動作。	身體部位的名稱	1. 明白課程內容與任務。	1. 能說出本學期課程安排及學習任務。	課程介紹: 1. 說明活力課程內容並做小隊分組。 2. 期末總結性任務為運動會表演及完成大隊接力比賽。	1. 人體圖 2. 身體歌影片	5 節
		安全教育 E6 了解自己的身體。		2. 認識 身體各部位名稱。	2. 能說出身體部位名稱。	活動一:認識身體的名稱 1. 教師利用人體圖，帶領學生認識身體各部位的名稱。 2. 利用「身體歌」的影片，跟著音樂表現律動，讓學生確實認識肢體部位。		
		健體 1c- I -1 認識 身體活動的基本動作。		3. 了解 自己的身體部位，並掌握身體的律動。 4. 了解 部位，依照指令作出動作。	3. 能完成「身體歌」的律動表演。 4. 能根據指令，做出身體動作。	3. 透過「老師說」遊戲，聽指令，如:搖頭、拉長脖子、手臂繞圈等，操作自己的肢體動		

	生活 4-I-1 利用各種生活的媒介與素材進行 表現與創作 ，喚起豐富的想像力。	「長高體操」影片的伸展動作	5. 認識 身體部位的伸展動作。	5. 做出各部位的伸展動作。	作。	3. 長高體操影片
	健體 2a- I -1 發覺 影響健康的生活態度與行為。		6. 表現 出身體的想像 創作 。	6. 能完成身體伸展的想像動作。	活動二：身體伸展動作 1. 藉由「長高體操」影片，讓學生學習舉起雙手、兩腳一跳、側腰彎、胸口擴的動作。 2. 讓學生想像自己由種子長大成大樹，從蹲下□半蹲□站起□腳張開□手打直□手張開□身體變到最大。 3. 小組輪流上台表演。	
			7. 學會「長高體操」影片的伸展 動作 。	7. 能跟著影片做出伸展動作。		
			8. 發覺 個人對招呼方式產生的感受。	8. 能完成打招呼動作，並說出感受。		
性別平等教育 E4 認識 身體界限與 尊重 他人的身體自主權。	各國打招呼方式	9. 認識 自我身體的界限， 尊重 每個人的自主權。	9. 檢視學生與人相處時，是否能尊重他人的身體界限。	活動三：身體打招呼(性侵害犯罪防治教育) 1. 教師先介紹各種不同國家的打招呼方式，並示範如：握手、親臉、勾臂、碰臀、碰足尖等動作。 2. 兩人一組讓學生做不同的打招呼方式，倆倆分享彼此對招呼方式的喜惡。 3. 覺察到做伸展動作時不與人觸碰到，造成對方的不喜歡。 4. 結論：每個人的身體感覺不同，要尊重他 人的身體自主權。	4. 各國打招呼的影片	

第(6)週 — 第(11)週	大家來做操	健體 2d- I -1 專注觀賞他人的動作表現。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 生活 7-I-5 透過一起工作的過程，感受合作的重要。 健體 2c- I -2 表現認真參與的學習態度。 語文 2- I -2 說出所聽聞的內容。	健身操動作	1. 專注觀賞健身操動作，並能模仿表現出動作技能。 2. 與小組隊員合作完成健身操練習。 3. 認真參與健身操表演與票選活動。 4. 說出不夠確實的動作，並做修正。	1. 能熟練健身操動作。 2. 能與組員一起跳完健身操。 3. 能表現認真參與活動的態度。 4. 能說出意見並修正自我的動作。	活動一:健身操動作演練 1. 4 人為單位分成小組，每組至少 4 人，若有落單以+1 方式分入。 2. 利用影片播放□老師示範講解□小組同儕演練等方式，指導學生學會健康操基本動作技能。 3. 以小組為單位，熟練健身操動作。 4. 練習期間，請表現優異的小組先示範，激起同儕學習火花。 活動二:活力小組評選 1. 老師以錄影的方式，將各小組表演的健身操錄下。 2. 由老師與學生根據觀看的影片進行投票，選出最有活力的表演小組，給予鼓勵。 活動三:省思討論 1. 評論活力小組獲選的原因，並用影片討論個人動作不夠確實的原因，如:伸展做得不到位，動作不夠熟練等。 2. 提醒學生檢視與修正自己的動作。	健身操影片 票選單	6 節
-------------------------------	--------------	--	--------------	--	--	--	-------------------------	------------

第(12)週 - 第(17)週	迎風快跑	健體 3c-I-1 表現 基本動作與 模仿 的能力。	腿部伸展及跑走動作	1. 能 模仿 老師做出腿部的伸展動作。 2. 能嘗試 模仿 拿不同物品練習。	1. 能完成腿部伸展。 2. 會拿著物品快跑。	活動一:迎風快跑 1. 先做腿部肌肉的伸展操。 2. 將紙條拿在手上、報紙貼在胸前跑步，讓物品不掉落，體驗快跑的速度。 3. 以慢走、慢跑、快跑三種方式比賽 30 公尺競賽。	紙條、報紙	6 節
		語文 2-I-2 說出 所聽聞的內容。	3 種跑步動作 跑步動作	3. 表現 不同跑步動作的技能。 4. 說出 觀看到的跑步動作。 5. 模仿 跑步動作， 表現 快跑技能。	3. 做出 3 種跑步的相關技能動作跑步。 4. 能觀察到跑者的跑步動作。 5. 能表現快跑技能。	活動二: 最佳跑者 1. 老師播放奧運短跑影片，讓學生觀察跑者跑步動作，並發表觀看心得。 2. 模仿最佳跑者的跑步動作，做出快跑的動作。 3. 會透過觀察、模仿修正自己的動作。	跑步比賽影片	
		生活 7-I-5 透過一起工作的過程，感受 合作 的重要。	紙棒製作教學	6. 合作 完成紙棒。 7. 認真參與 練習，並嘗試完成動作。 8. 認真 觀看教師示範， 表現 接棒動作技巧。	6. 能覺察並修正自己的動作。 7. 能與同學一起做出紙棒。 8. 能表現認真聽講的學習態度。 9. 能做出正確的接棒動作，並跑完自己的棒次。	活動三:接力練習 1. 兩人合作用報紙、膠帶做出紙棒。 2. 老師示範接力棒握棒及接棒的動作，兩兩用紙棒先做練習，再個別練習。	報紙、膠帶	
		健體 2c-I-2 表現認真 參與的學習態度。	接棒技巧	8. 透過 一起合作 ，完成接力賽跑，感受團隊合作的重要。	10. 能與全班一起合作，完成接力賽跑。	3. 拿出接力棒，分成兩隊，練習接力賽跑。 4. 能於運動會時，展現學習技能，完成班級的大隊接力比賽。	接力棒	

第(18)週 - 第(20)週	我有絕招	語文 1-I-2 能學習聆聽不同的媒材，說出聆聽的內容。 2-I-2 說出所聽聞的內容。 健體 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。	我有絕招故事 自我保護三部曲 危險情境狀況圖卡	1. 聆聽「我有絕招」的文本內容，並回答故事內容的提問。 2. 說出自我保護三部曲內容。 3. 感受危險情境威脅，並做出安全回應。	1. 能聆聽老師的分享，並能依據內容，回答提問。 2. 能完整介紹自我保護三部曲。 3. 能做出適切的狀況回應。	活動一：我有絕招 1. 「我有絕招」故事分享與提問。 活動二：自我保護三部曲(性侵害犯罪防治教育) 1. 自我保護三部曲「不、跑、說」介紹與說明。 2. 設計幾張危險情境狀況圖卡，討論情境應變措施。	1. 「我有絕招」故事書 2. 自我保護三部曲ppt 3. 危險情境狀況圖卡	3
教材來源	☐ 選用教材 () ☒ 自編教材							
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 ☐ 有 融入資訊科技教學內容 共()節							
特教需求學生課程調整	※身心障礙類學生：☒無 ☐有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、(/數) ※資賦優異學生：☐無 ☐有- (自行填入類/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)： 無特教生不需要調整 特教老師簽名：張玉巍 普教老師簽名：陳雅菁							