

嘉義縣南興國小 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■（_一_年級和_二_年級） 否□

年級		低年級	年級課程 主題名稱	扯鈴		課程 設計者	楊衣宸	總節數/學期 (上/下)	20/下學期		
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		健康 快樂 感恩 卓越			與學校願景 呼應之說明	一、營造友善的校園環境，讓學生在快樂氛圍下，透過扯鈴的實際操作，進而成為積極向上、身心均健康的兒童。 二、學生經由扯鈴運動，感恩老師及學長姊的指導，感恩同學的陪伴，達成延續文化傳統、讓自己的表現朝向更卓越的目標。					
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。 E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。			課程 目標	一、透過體能的訓練促進身心的健康，並養成健康生活的習慣。 二、認識民俗傳統技藝，了解本土文化，並學會扯鈴技巧，探索且熟練各項招式動作，透過一連串的體驗與實踐，發展生命潛能。 三、於扯鈴活動中積極參與練習、展演，切搓技巧，並樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作。 四、藉由扯鈴活動，習得欣賞他人表演的運動與健康基本素養，促進手眼協調的多元感官發展，於生活中培養運動與健康有關的美感體驗					
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											
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	上下 運鈴 調鈴 與圓 形運 鈴調 鈴動 作複 習	健體/ 3d- I -1 應用基本動作常識， 處理練習或遊戲問題。 3c- I -1 表現基本動作與模仿 的能力。 2c- I -2 表現認真參與的學習 態度。		上下運鈴調鈴、圓形 運鈴調鈴複習	1. 運用基礎的上下運鈴調鈴與 圓形運鈴調鈴方法，來複習上 學期所習得的技巧與步驟。 2. 能表演並仿照教學影片之動 作，將上下運鈴調鈴與圓形運 鈴調鈴動作做出。 3. 於每次練習時，都能認真學習 並參與活動。	1. 能做出上下運鈴調鈴與圓形運鈴 調鈴之基本動作。 2. 能表演並模仿上下運鈴調鈴與圓 形運鈴調鈴之基本動作。 3. 能用心觀賞與聆聽並實際操作每 一動作。		活動一：學生複習學過的動作 1. 上下運鈴調鈴。 2. 圓形運鈴調鈴。 活動二： 1. 學生個人展演，教師檢視並修正錯誤動作。		扯鈴	1

第(2)週	基礎拋鈴 低中高、圓形拋鈴 低中高動作複習	健體/ 3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 2c- I -2 表現認真參與的學習態度。	基礎拋鈴低中高、圓形拋鈴低中高複習	1. 複習並修正基礎拋鈴低中高、圓形拋鈴低中高的動作技巧。 2. 能表現出基礎拋鈴低中高、圓形拋鈴低中高的基本動作模仿能力。 3. 於每次練習時，都能認真學習並參與活動。	1. 能做出基礎拋鈴低中高與圓形拋鈴低中高基本動作。 2. 能表演並模仿基礎拋鈴低中高與圓形拋鈴低中高之基本動作，並遵守拋鈴時應注意的人身安全。 3. 能用心觀賞與聆聽並實際操作每一動作。	活動一：學生複習學過的動作 1. 基礎拋鈴低中高。 2. 圓形拋鈴低中高。 活動二： 1. 學生個人展演，教師檢視並修正錯誤動作。	扯鈴	1
第(3)週－第(8)週	雙人互拋	健體/ 3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 2c- I -2 表現認真參與的學習態度。	1. 雙人互拋	1. 透過教學影片，知悉且利用雙人互拋要注意的安全與方法步驟來練習，並完成動作。 2. 根據影片提到的雙人互拋技巧與常犯錯之處能有效展現與防範。 3. 於每次練習時，都能認真學習並參與活動。	1. 能與他人合作正確做出雙人互拋的動作。 2. 能與他人共同合作達成雙人互拋的基本動作與美感，並根據教學影片所提及常犯錯之處，以減少失誤的機率。 3. 能用心觀賞與聆聽並實際操作每一動作。也能注意雙人拋鈴時要注意的安全保護措施。	活動一： 1. 運用教學影片認識雙人互拋，並說明動作要領及常犯之失誤。 活動二： 1. 透過教師講解、示範等方式，指導學生動作步驟。 2. 學生實際練習操作。	扯鈴教學影片、扯鈴	6
第(9)週－第(11)週	蜻蜓點水	健體/ 3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 2c- I -2 表現認真參與的學習態度。	蜻蜓點水	1. 透過教學影片，善用之前所習得的扯鈴經驗，做出蜻蜓點水的基本動作與要領。 2. 展示蜻蜓點水動作要領的模仿能力。 3. 於每次練習時，都能認真學習並參與活動。	1. 能正確做出蜻蜓點水的動作。 2. 能運用教學影片所提到的技巧，表現出蜻蜓點水的基本動作，並加以仿學。 3. 能用心觀賞與聆聽並實際操作每一動作。	活動一： 1. 運用教學影片認識蜻蜓點水的分解動作。 活動二： 1. 透過教師示範，並指導學生蜻蜓點水動作步驟與技巧。 2. 學生實際練習操作，老師給予適時指導。	扯鈴教學影片、扯鈴	3
第(12)週－第(14)週	猴子翻筋斗	健體/ 3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 2c- I -2 表現認真參與的學習態度。	猴子翻筋斗	1. 應用扯鈴基本動作學習猴子翻筋斗的技巧。 2. 體會、專注、觀察，並主動參與表演猴子翻筋斗之動作模仿能力。 3. 於每次練習時，都能認真學習並參與活動。	1. 能正確做出猴子翻筋斗的動作。 2. 能掌握要領並將猴子翻筋斗的基本動作展現出來並加以仿學。 3. 能用心觀賞與聆聽並實際操作每一動作	活動一： 1. 運用教學影片認識猴子翻筋斗的分解動作。 2. 透過教師講解、示範並指導學生猴子翻筋斗的動作步驟與技巧。 活動二： 1. 學生實際練習操作。 2. 教師在一旁巡視，並即時指導動作。	扯鈴教學影片、扯鈴	3
第(15)週	蜻蜓點水與猴子翻筋斗	健體/ 3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 2c- I -2 表現認真參與的學習態度。	蜻蜓點水與猴子翻筋斗之組合。	1. 善用基本動作常識，學習蜻蜓點水與猴子翻筋斗的技巧運用。 2. 體會並專注觀察，將猴子翻筋斗與蜻蜓點水之組合動作加以仿學，呈現出來。 3. 認真複習所學的各項動作要領並積極參與活動展演。	1. 能運用教學技巧做出猴子翻筋斗和蜻蜓點水之組合性動作。 2. 能展示蜻蜓點水與猴子翻筋斗之組合性動作。 3. 能積極參與活動進行，能修正錯誤動作。	活動一： 1. 學生實際複習蜻蜓點水與猴子翻筋斗之招式。 2. 教師在一旁巡視，並即時指導學生的動作。 3. 個別進行檢定，其它人則在旁觀看檢定同學之動作。	扯鈴	1

第 (16) 週 - 第 (18) 週	金雞 上 架	健康與體育/ 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。	金雞上架。	1. 應用教學影片教學的技巧學習金雞上架的基本動作。 2. 表現出老師示範的金雞上架基本動作與模仿的能力。 3. 於每次練習時，都能認真學習並參與活動。	1. 能正確做出金雞上架的動作。 2. 能依要求做出影片所示範的金雞上架基本動作技巧。 3. 能用心觀賞與聆聽並實際操作每一動作。	活動一： 1. 運用教學影片認識金雞上架的分解動作。 活動二： 1. 透過教師講解、示範等方式，指導學生金雞上架的動作步驟。 2. 學生實際練習操作。	扯鈴 教學 影 片、 扯鈴	3
第 (19) 週 - (20) 週	扯鈴 總複 習與 成果 驗收	健體/ 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。	蜻蜓點水、猴子翻筋斗、金雞上架、雙人互拋成果驗收。	1. 善用影片教學與實際演練，學習蜻蜓點水、猴子翻筋斗、金雞上架、雙人互拋組合動作之秘訣。 2. 體會專注觀察並主動參與，表現蜻蜓點水、猴子翻筋斗、金雞上架、雙人互拋基本動作與模仿的能力。 3. 認真複習所學的各項動作要領並積極參與活動展演。 4. 專注欣賞他人展演之動作表現。	1. 能正確做出蜻蜓點水、猴子翻筋斗、金雞上架、雙人互拋等動作。 2. 能展演蜻蜓點水、猴子翻筋斗、金雞上架、雙人互拋之組合性的組合動作。 3. 能依照教學影片與老師口令的動作要領步驟，認真學習並於展演時表現出來。 4. 能以欣賞的角度觀賞他人表演，並給予掌聲。	活動一：複習 1. 複習蜻蜓點水、猴子翻筋斗、金雞上架、雙人互拋、等動作。 活動二：成果展 1. 學生個人展演，教師檢視並修正錯誤動作。	扯鈴	2
教材來源		☐ 選用教科書（ ） ☒ 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		☒ 無 融入資訊科技教學內容 ☐ 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： ☐ 無 ☒ 有-智能障礙()人、學習障礙(1)人、情緒障礙()人、自閉症()人、(/人數) ※資賦優異學生： ☒ 無 ☐ 有-（自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 人） ※課程調整建議(特教老師填寫)： 1. 拆解步驟：每堂課的教學重點不要太多，將技能拆解為小單元。 2. 目標明確：設計小目標（如成功扯3秒、接住1次）建立成就感。 3. 逐步練習：一次只學一到兩個技巧，配合短時間練習。 4. 固定座位：安排座位遠離分心來源（窗戶、門、話多的同學）。 特教老師簽名：陳世鴻 普教老師簽名：楊衣宸						