

三、嘉義縣 國小 114 學年度校訂課程教學內容規劃表(上/下學期，各一份。若為同一個課程主題則可合為一份)

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	四 年級	年級課程 主題名稱	社團-游泳	課程 設計者	古嘉弘	總節數/學期 (上/下)	40/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	健康---健康的成長 快樂---快樂的學習 積極---積極的態度 創新---創新的思考	與學校願 景呼應之 說明	一、透過探索與學習，陶冶身心快樂的成長並快樂的學習。 二、藉由資訊科技多媒體融入教學，提高學生參與課程的積極態度與興趣，循序漸進的，逐漸培養其創新力與終身學習的運動習慣。				
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。	課程 目標	一、認識游泳比賽規則，發展運動與保健的潛能。 二、探索並熟練各項技術動作與技能策略，處理游泳運動中各項問題。 三、在游泳活動中，積極參與、公平競爭、團隊合作、促進身心健康發展。				

	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。		
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 (學習評量)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節數
第(1)週 - 第(3)週	游泳教學課程、安全教育宣導及熟悉水性	健康與體育/ 1c-III-1 了解 運動技能要素和基本運動規範。 1c-III-2 應用 身體活動的防護知識，維護運動安全。 1d-III-1 了解 運動技能的要素和要領。	1. 場地安全 2. 運動傷害、處置及預防知識 3. 捷泳基本技能	1. 能 了解 游泳池場地使用基本運動規範 2. 能 應用 運動傷害及處置防護知識、以維護自身與他人安全 3. 能 了解 基礎捷泳技能的要素和要領。	1. 能了解並遵守游泳池場地安全注意事項 2. 能正確應用日常生活中預防及處理運動傷害的方法 3. 正確做出蹬牆出發、打水及站立的姿勢與動作 4. 確做出用浮板打水換氣的姿勢與動作 5. 確做出捷泳聯合動作	1. 暖身操 2. 仰漂 3. 韻律呼吸 25 公尺 4. 浮板打水 5. 浮板換氣 6. 扶牆捷泳划手（陸上） 7. 捷泳手部練習（陸上） 8. 捷泳打水練習 9. 捷泳手部及換氣練習 10. 捷泳聯合動作 11. 分組完成上列動作，並樂於分享及討論並反思自己和同學的優缺點	自編教材 &YOUTUBE 游泳教學運用	6

第 (4) 週 - 第 (6) 週	熟悉、 基礎 蛙泳 打水	健康與體育/ 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。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 認識並水中環境適應 2. 團隊合作及遵守團體規範 3. 落實每日健身運動的習慣 4. 基礎蛙式打水	1. 能探索並認識水中環境適應 2. 能運用團隊合作及遵守團體規範 3. 能培養並落實每日健身運動的習慣 4. 能運用蛙腳夾水	1. 能正確作出水中環境適應的漂浮動作步驟 2. 能遵守團體規範及自主反覆練習 3. 能用蛙腳漂浮打水 4. 能在水面下用鼻子吐氣	活動 1：認識環境及注意事項 活動 2： 1. 分組完成上列動作，並樂於分享及討論並反思自己和同學的優缺點 活動 3： 1. 蹬牆漂浮練習 2. 閉氣蛙腳漂浮打水練習 活動 4： 1. 水中吐氣及蛙腳調整動作	自編教材	6
-------------------------------------	-----------------------	---	--	---	---	--	------	---

第 (7) 週 - 第 (10) 週	漂浮、 基礎 蛙泳 打水、 換氣	健康與體育/ 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。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 認識並水中環境適應 2. 團隊合作及遵守團體規範 3. 落實每日健身運動的習慣 4. 基礎蛙腳打水	1. 能探索並認識水中環境適應 2. 能運用團隊合作及遵守團體規範 3. 能培養並落實每日健身運動的習慣 4. 能運用基礎蛙式夾水	1. 能作出水中環境適應的漂浮動作步驟 2. 能遵守團體規範及自主反覆練習 3. 能每日自主反覆練習漂浮蛙腳夾水 4. 能使用浮板打水，能在水面下輕鬆吐氣 5. 能使用蛙腳手持浮板夾水前進及換氣	活動 1： 1. 暖身操 2. 韻律呼吸 25 公尺 3. 蹬牆漂浮練習 4. 閉氣漂浮打水練習 5. 水中吐氣及站立 活動 2： 分組完成上列動作，並反覆練習。且樂於分享及討論並反思自己和同學的優缺點 活動 3： 利用時間每日自主反覆練習漂浮蛙腳夾水 活動 4 浮板蛙腳夾水練習 調整動作	自編教材	8
--------------------------------------	------------------------------	---	--	---	--	--	------	---

第 (11) 週 － 第 (14) 週	漂浮、 基礎 蛙泳 打水、 換氣	健康與體育/ 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。 3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-Ⅱ-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。	1. 認識並水中環境適應 2. 團隊合作及遵守團體規範 3. 落實每日健身運動的習慣 4. 基礎蛙腳夾水	1・能探索並認識水中環境適應 2・能運用團隊合作及遵守團體規範 3・能培養並落實每日健身運動的習慣 4. 能運用基礎蛙腳夾水前進	1. 能作出水中環境適應的漂浮動作步驟 2. 能遵守團體規範及自主反覆練習 3. 能蛙腳漂浮夾水、能使用浮板蛙腳夾水前進 4. 能在水面下輕鬆吐氣 5. 能使用浮板蛙腳打水及換氣，蹬牆出發、漂浮夾水	活動 1： 1. 暖身操及水母漂 2. 韻律呼吸 25 公尺 3. 蹬牆出發練習與觀摩 活動 2： 分組完成上列動作，並反覆練習。且樂於分享及討論並反思自己和同學的優缺點，利用時間每日自主反覆練習蛙腳漂浮夾水。 活動 3: 蛙腳浮板夾水練習 活動 4: 水中吐氣及站立 活動 5：蹬牆出發、浮板蛙腳漂浮夾水練習及換氣 調整動作	自編教材 &YOUTUBE 游泳教學 運用	8
---------------------------------------	------------------------------	---	--	--	--	---	--------------------------------	---

第 (15) 週 - 第 (17) 週	漂浮、 基礎 蛙泳 打水、 換氣 &資訊融 入教學	健康與體育/ 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。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 認識並水中環境適應 2. 團隊合作及遵守團體規範 3. 落實每日健身運動的習慣 4. 基礎蛙腳夾水前進	1. 能探索並認識水中環境適應 2. 能運用團隊合作及遵守團體規範 3. 能培養並落實每日健身運動的習慣 4. 能運用基礎蛙腳夾水	1. 能作出水中環境適應的漂浮動作及水中自救基本步驟 2. 能遵守團體規範 3. 能利用時間每日自主反覆練習蛙腳漂浮夾水。 4. 能蛙式漂浮蛙腳夾水前進 能在水面下輕鬆吐氣 能使用浮板蛙腳夾水及換氣 能蹬牆出發、漂浮打水	活動 1： 1. 暖身操及水母漂 2. 韻律呼吸 25 公尺 3. 蹬牆出發蛙腳夾水練習與觀摩 活動 2： 分組完成上列動作，並反覆練習。且樂於分享及討論並反思自己和同學的優缺點， 活動 3:利用時間每日自主反覆練習蛙腳漂浮夾水。 活動 4:浮板蛙腳夾水練習 水中吐氣及站立 蹬牆出發、 漂浮蛙式夾水練習，浮板蛙腳夾水及換氣調整動作	自編教材	6
---------------------------------------	---	---	--	---	--	--	------	---

- | | |
|--|--|
| | <p>3. 學習環境:請安排較為友善的同學坐在學習障礙學生身旁，並適時提供適當協助。請授課教師多注意自閉症學生情緒變化，若有情緒行為問題爆發時，必要時得請求行政支援。</p> <p>4. 學習評量:有鑑於學習障礙學生在書寫與寫作上通常具有困難，請讓其完成較為簡易的題目部分。或是在評量時，部分書寫題目改由讓其口頭評量。</p> <p>特教老師姓名：戴宏志
普教老師姓名：古嘉弘</p> |
|--|--|

填表說明：

1. 第一類課程需跨領域，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

2. 第四類其他類課程，在同一份設計中可以依照不同的週次需要，複選多種內容。例如:1-4 週為班級輔導，5-7 週為自治活動，8-10 週為班際交流，11-14 週為戶外教育，15-20 週為班級輔導。

3. 議題融入:性別平等教育、安全教育(交通安全)、戶外教育，以上三項議題至少需選擇一項，其他議題則是自由選擇。

三、嘉義縣 國小 114 學年度校訂課程教學內容規劃表(上/下學期，各一份。若為同一個課程主題則可合為一份)

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	四 年級	年級課程 主題名稱	社團-游泳	課程 設計者	古嘉弘	總節數/學期 (上/下)	40/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---健康的成長 快樂---快樂的學習 積極---積極的態度 創新---創新的思考	與學校願 景呼應之 說明	一、透過探索與學習，陶冶身心快樂的成長並快樂的學習。 二、藉由資訊科技多媒體融入教學，提高學生參與課程的積極態度與興趣，循序漸進的，逐漸培養其創新力與終身學習的運動習慣。				
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	一、認識游泳比賽規則，發展運動與保健的潛能。 二、探索並熟練各項技術動作與技能策略，處理游泳運動力中各項問題。 三、在游泳活動中，積極參與、公平競爭、團隊合作、促進身心健康發展。				

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 (學習評量)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節數
第(1)週 - 第(3)週	游泳教學課程、安全教育宣導及熟悉水性	健康與體育/ 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 1d-III-1 了解運動技能要素和要領。	1.場地安全 2.運動傷害、處置及預防知識 3.蛙泳基本技能	1.能了解游泳池場地使用基本運動規範 2.能應用運動傷害及處置防護知識，以維護自身與他人安全 3.能了解基礎蛙泳技能的要素和要領。	1.能了解並遵守游泳池場地安全注意事項 2.能正確應用日常生活中預防及處理運動傷害的方法 3.正確做出蹬牆出發、打水及站立的姿勢與動作 4.確做出用浮板打水換氣的姿勢與動作 5.確做出蛙泳聯合動作	1.暖身操 2.仰漂 3.韻律呼吸 25 公尺 4.捷泳聯合動作 5.扶牆蛙腳夾水練習 6.蛙泳手部練習 7.分組完成上列動作，並樂於分享及討論並反思自己和同學的優缺點	自編教材 &YOUTUBE 游泳教學運用	6

第 (4) 週 － 第 (6) 週	熟悉水性、 基礎蛙泳打水	健康與體育/ 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。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 認識並水中環境適應 2. 團隊合作及遵守團體規範 3. 落實每日健身運動的習慣 4. 基礎蛙式打水	1. 能探索並認識水中環境適應 2. 能運用團隊合作及遵守團體規範 3. 能培養並落實每日健身運動的習慣 4. 能運用蛙腳夾水	1. 能正確作出水中環境適應的漂浮動作步驟 2. 能遵守團體規範及自主反覆練習 3. 能用蛙腳漂浮打水 4. 能在水面下用鼻子吐氣	活動 1： 1. 暖身操 2. 仰漂 3. 韻律呼吸 25 公尺 4. 捷泳聯合動作 5. 扶牆蛙腳夾水練習 6. 蛙泳手部練習 活動 2： 1. 分組完成上列動作，並樂於分享及討論並反思自己和同學的優缺點 活動 3： 1. 蹬牆漂浮練習 2. 閉氣蛙腳漂浮打水練習 活動 4： 1. 水中吐氣及蛙腳調整動作	自編教材	6
-------------------------------------	-----------------	---	--	---	---	--	------	---

第 (7) 週 - 第 (10) 週	漂浮、 基礎 蛙泳 打水、 換氣	健康與體育/ 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。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 認識並水中環境適應 2. 團隊合作及遵守團體規範 3. 落實每日健身運動的習慣 4. 基礎蛙腳打水	1. 能探索並認識水中環境適應 2. 能運用團隊合作及遵守團體規範 3. 能培養並落實每日健身運動的習慣 4. 能運用基礎蛙式夾水	1. 能作出水中環境適應的漂浮動作步驟 2. 能遵守團體規範及自主反覆練習 3. 能每日自主反覆練習漂浮蛙腳夾水 4. 能使用浮板打水，能在水面下輕鬆吐氣 5. 能使用蛙腳手持浮板夾水前進及換氣	活動 1： 1. 暖身操 2. 韻律呼吸 25 公尺 3. 蹬牆漂浮練習 4. 閉氣漂浮打水練習 5. 水中吐氣及站立 活動 2： 分組完成上列動作，並反覆練習。且樂於分享及討論並反思自己和同學的優缺點 活動 3： 利用時間每日自主反覆練習漂浮蛙腳夾水 活動 4 浮板蛙腳夾水練習 調整動作	自編教材	8
--------------------------------------	------------------------------	---	--	---	--	--	------	---

第 (11) 週 - 第 (14) 週	漂浮、 基礎 蛙泳 打水、 換氣	健康與體育/ 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。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 認識並水中環境適應 2. 團隊合作及遵守團體規範 3. 落實每日健身運動的習慣 4. 基礎蛙腳夾水	1. 能探索並認識水中環境適應 2. 能運用團隊合作及遵守團體規範 3. 能培養並落實每日健身運動的習慣 4. 能運用基礎蛙腳夾水前進	1. 能作出水中環境適應的漂浮動作步驟 2. 能遵守團體規範及自主反覆練習 3. 能蛙腳漂浮夾水、能使用浮板蛙腳夾水前進 4. 能在水面下輕鬆吐氣 5. 能使用浮板蛙腳打水及換氣，蹬牆出發、漂浮夾水	活動 1： 1. 暖身操及水母漂 2. 韻律呼吸 25 公尺 3. 蹬牆出發練習與觀摩 活動 2： 分組完成上列動作，並反覆練習。且樂於分享及討論並反思自己和同學的優缺點，利用時間每日自主反覆練習蛙腳漂浮夾水。 活動 3: 蛙腳浮板夾水練習 活動 4: 水中吐氣及站立 活動 5：蹬牆出發、浮板蛙腳漂浮夾水練習及換氣 調整動作	自編教材 &YOUTUBE 游泳教學 運用	8
---------------------------------------	------------------------------	---	--	---	--	---	--------------------------------	---

第 (15) 週 - 第 (17) 週	漂浮、 基礎 蛙泳 打水、 換氣 &資訊融 入教學	健康與體育/ 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。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 認識並水中環境適應 2. 團隊合作及遵守團體規範 3. 落實每日健身運動的習慣 4. 蛙式划手換氣	1. 能探索並認識水中環境適應 2. 能運用團隊合作及遵守團體規範 3. 能培養並落實每日健身運動的習慣 4. 能運用蛙式划手換氣技巧	1. 能作出水中環境適應的漂浮動作及水中自救基本步驟 2. 能遵守團體規範 3. 能利用時間每日自主反覆練習蛙式划手夾腳換氣 4. 能利用蛙式划手換氣	活動 1： 1. 暖身操及水母漂 2. 韻律呼吸 25 公尺 3. 蹬牆出發蛙腳夾水練習與觀摩 活動 2： 分組完成上列動作，並反覆練習。且樂於分享及討論並反思自己和同學的優缺點， 活動 3： 利用時間每日自主反覆練習蛙式划手換氣。 活動 4： 蛙式划手換氣練習 調整動作	自編教材	6
---------------------------------------	---	---	--	---	---	--	------	---

- | | |
|--|--|
| | <p>3. 學習環境:請安排較為友善的同學坐在學習障礙學生身旁，並適時提供適當協助。請授課教師多注意自閉症學生情緒變化，若有情緒行為問題爆發時，必要時得請求行政支援。</p> <p>4. 學習評量:有鑑於學習障礙學生在書寫與寫作上通常具有困難，請讓其完成較為簡易的題目部分。或是在評量時，部分書寫題目改由讓其口頭評量。</p> <p>特教老師姓名：戴宏志
普教老師姓名：古嘉弘</p> |
|--|--|

填表說明：

4. 第一類課程需跨領域，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

5. 第四類其他類課程，在同一份設計中可以依照不同的週次需要，複選多種內容。例如:1-4 週為班級輔導，5-7 週為自治活動，8-10 週為班際交流，11-14 週為戶外教育，15-20 週為班級輔導。

6. 議題融入:性別平等教育、安全教育(交通安全)、戶外教育，以上三項議題至少需選擇一項，其他議題則是自由選擇。