

三、嘉義縣 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  (中 年級) 否

年級	中高年級	年級課程 主題名稱	扯鈴社團	課程 設計者	洪嘉林	總節數/學期 (上/下)	20/下學期
符合 彈性 課程 類型	<input type="checkbox"/> 第一類 跨領域統整性探究課程 <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題 <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 其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/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(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、透過體能的訓練，促進身心的健康。 二、藉由運動習慣之養成，培養運動之興趣，將運動成為生活之一部份，讓生活增添樂趣。 三、在技能學習過程中，透過同儕的互助讓學習更有效率，並懂得感恩同儕的協助並能進而再去協助同儕學習。 四、透過學習扯鈴的各項技巧，使學生擁有不同於正式課程的多元學習內容及更卓越的表現。			
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-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。 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、認識扯鈴運動，發展個人特質在扯鈴運動之潛能與身體保健之知能。 二、具備對扯鈴相關的感知和欣賞扯鈴動作的素養促進多元感官發展，並在平常的學習中，培養對扯鈴相關的美感體驗。 三、在扯鈴活動中能同理他人的感受，並樂於與人互動，積極參與團體扯鈴表演，促進身心健康。			
議題 融入	*應融入 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 安全教育(交通安全) <input type="checkbox"/> 戶外教育(至少擇一) 或 <input type="checkbox"/> 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	1. 扯鈴安全注意事項 2. 運鈴與調鈴	健體／1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 綜合／1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動	1. 運動傷害 2. 調鈴要領與動作。	1. 認識扯鈴動作，以保護身體，避免扯鈴造成意外傷害。 2. 選擇正確的調鈴要領及動作，維護運動安全	1. 能夠說出扯鈴時安全注意事項。 2. 能夠依教師口令進行調鈴。	1. 利用觸控電視講述扯鈴時應該注意的事項。 2. 運用影片講述扯鈴的運鈴和調鈴要領。 3. 透過示範來講解運鈴和調鈴時注意事項。	1. 教學影片 2. 扯鈴	1
第 (2) 週 - 第 (5) 週	扯鈴招式： 翻山越嶺	健體／1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體／1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 健體／3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 綜合／1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。	1. 「翻山越嶺」之正確動作要領。 2. 「翻山越嶺」易犯之錯誤 3. 扯鈴動作：「翻出越嶺」	1. 認識教師示範「翻山越嶺」之動作要領及並學會練習策略。 2. 能與他人互動，描述「翻山越嶺」之學習方法。 3. 選擇正確練習策略，在練習「翻山越嶺」時，避免常犯之錯誤。 4. 運用學習策略，選擇合宜的方法，成功學會「翻出越嶺」。	1. 能夠說出「翻山越嶺」之動作流程及要領。 2. 能夠成功的做出「翻山越嶺」之扯鈴動作。 3. 在觀看同學練習「翻山越嶺」的過程中，能夠說出失敗同學所犯之錯誤及自己所常犯之錯誤。	1. 運用教學影片認識扯鈴招式：翻山越嶺，了解動作要領及常犯之失誤。 2. 透過講解及示範等方式，指導學生學習「翻山越嶺」 3. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。 4. 觀看同學動作，以審視自己做的動作是否正確，或是指正同學所犯之錯誤。 5. 讓學生分享討論如何學會「翻山越嶺」	1. 教學影片 2. 扯鈴	4

<p>第 (6) 週 - 第 (9) 週</p>	<p>扯鈴招式：繞手</p>	<p>健體／1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體／1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 健體／3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 綜合／1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。</p>	<p>1. 「繞手」之正確動作要領。 2. 「繞手」易犯之錯誤 3. 扯鈴動作：「繞手」</p>	<p>1. 認識教師示範「繞手」之動作要領及並學會練習策略。 2. 能與他人互動，描述「繞手」之學習方法。 3. 運用學習策略，選擇合宜的方法，成功學會「繞手」。 4. 選擇正確練習策略，在練習「繞手」時，避免常犯之錯誤。</p>	<p>1. 能夠說出「繞手」之動作流程及要領。 2. 能夠成功的做出「繞手」之扯鈴動作。 3. 在觀看同學練習「繞手」的過程中，能夠說出失敗同學所犯之錯誤及自己所常犯之錯誤。</p>	<p>1. 運用教學影片認識扯鈴招式：繞手，了解動作要領及常犯之失誤。 2. 透過講解及示範等方式，指導學生學習「繞手」 3. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。 4. 觀看同學動作，以審視自己做的動作是否正確，或是指正同學所犯之錯誤。 5. 讓學生分享討論如何學會「繞手」</p>	<p>1. 教學影片 2. 扯鈴</p>	<p>4</p>
<p>第 (10) 週</p>	<p>扯鈴招式複習與演示</p>	<p>健體／3c-II-1 表現聯合性動作技能 綜合／1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處並表達自己的想法及感受。</p>	<p>1. 公開演式扯鈴動作：翻山越嶺、繞手。 2. 扯鈴動作：翻山越嶺及繞手。</p>	<p>1. 藉由公開展演扯鈴，表現不同扯鈴動作的技能。 2. 展現成功做出「翻山越嶺」和「繞手」之能力。並表達自己成功做出扯鈴動作後的感受。</p>	<p>1. 能夠在同儕面前表演扯鈴動作。 2. 能夠將兩個扯鈴動作一次做完，而不掉鈴。 3. 能在同儕面前，分享自己學習扯鈴的方法，及習得扯鈴動作後的感受。</p>	<p>1. 先各自練習扯鈴動作：翻山越嶺及繞手。 2. 集合所有學生，一一輪流表演「翻山越嶺」及「繞手」給其它同學觀看。 3. 台下觀看之同學發表觀看後想法，如同學失敗時，其所犯之錯誤為何？ 4. 表演同學發表自己學習的方法或策略或成功學得動作後之感受。</p>	<p>1. 扯鈴</p>	<p>1</p>

<p>第 (11) 週 - 第 (14) 週</p>	<p>扯鈴招式：二仙傳道</p>	<p>健體／1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體／1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 健體／3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 綜合／1b-II-1 選擇合宜的學習方法，落實學習行動。</p>	<p>1. 「二仙傳道」之正確動作要領。 2. 「二仙傳道」易犯之錯誤 3. 扯鈴動作：「二仙傳道」</p>	<p>1. 認識教師示範「二仙傳道」之動作要領及並學會練習策略。 2. 能與他人互動，描述「二仙傳道」之學習方法。 3. 運用正確練習策略，在練習「二仙傳道」時，避免常犯之錯誤。 4. 運用學習策略，選擇合宜的方法，成功學會「二仙傳道」。</p>	<p>1. 能夠說出「二仙傳道」之動作流程及要領。 2. 能夠成功的做出「二仙傳道」之扯鈴動作。 3. 在觀看同學練習「二仙傳道」的過程中，能夠說出失敗同學所犯之錯誤及自己所常犯之錯誤。</p>	<p>1. 運用教學影片認識扯鈴招式：二仙傳道，了解動作要領及常犯之失誤。 2. 透過講解及示範等方式，指導學生學習「二仙傳道」 3. 學生練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。 4. 觀看同學動作，以審視自己做的動作是否正確，或是指正同學所犯之錯誤。 5. 讓學生分享討論如何學會「二仙傳道」</p>	<p>1. 教學影片 2. 扯鈴</p>	<p>4</p>
<p>第 (15) 週 - 第 (18) 週</p>	<p>扯鈴招式：鈴走長線</p>	<p>健體／1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 健體／3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 綜合／2b-II-1 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊成員。</p>	<p>1. 「鈴走長線」之正確動作要領。 2. 「鈴走長線」易犯之錯誤 3. 扯鈴動作：「鈴走長線」</p>	<p>1. 認識教師示範「鈴走長線」之動作要領及並學會練習策略。 2. 體會學習「鈴走長線」時團隊合作之意義，並彼此關懷學習狀況。 3. 引導同組人員學習「鈴走長線」之方法，表現團隊合作精神，成功做出「鈴走長線」。</p>	<p>1. 能夠說出「鈴走長線」之動作流程和要領。 2. 在練習過程中，能關懷團隊成員的學習狀況，適時給予小組成員協助。 3. 小組互助合作成功做出「鈴走長線」。</p>	<p>1. 將學生分組練習「鈴走長線」，每組至少3人。 2. 透過講解及示範等方式，指導學生學習「鈴走長線」。 3. 小組練習時，教師在一旁巡視，並即時指導動作。 4. 小組分別討論練習時應注意的事項，及如何成功做出「鈴走長線」的策略。</p>	<p>1. 4公尺之長運鈴線 2. 扯鈴</p>	<p>4</p>

<p>第 (19) 週 - 第 (20) 週</p>	<p>捉鈴招式檢定</p>	<p>健康／2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 健康／4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 綜合／1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處並表達自己的想法及感受。</p>	<p>1. 本學期所學的扯鈴動作。 2. 扯鈴動作展演。</p>	<p>1. 了解自己對次本學期所學的扯鈴動作的學習狀況。 2. 在觀看同學檢定時，表現出專注與尊重的態度，保持安靜或為檢定者加油。 3. 在扯鈴檢定時，展現自己在扯鈴上的能力，能在不掉鈴的狀態下做出本學期所有的扯鈴動作。</p>	<p>1. 能在不掉鈴的狀態下成功做出本學期所學的扯鈴動作。 2. 觀賞他人展演時，能為其加油或保持安靜的觀看。</p>	<p>1. 讓學生複習本學期所有的扯鈴動作。 2. 複習完畢後，學生依序進行扯鈴展。 3. 檢定時，需在不掉鈴的狀態下，成功做出本學期學的所有的扯鈴動作，才算通過。 4. 未在不掉鈴的情況下完成所有動作的同學則在旁觀看，等待第二次機會。 5. 不掉鈴完成所有動作之學生給予獎勵。 6. 給予第二次機會能未完成不掉鈴完成所有動作之同學，鼓勵在假期間多多練習。</p>	<p>1. 扯鈴</p>	<p>2</p>
<p>教材來源</p>	<p><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)</p>							
<p>本主題是否融入資訊科技教學內容</p>	<p><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)</p>							
<p>特教需求學生課程調整</p>	<p>※身心障礙類學生: <input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有-智能障礙( )人、學習障礙( )人、情緒障礙( )人、自閉症( )人、( /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.使用視覺流程圖、白板列出今日課程步驟、動作範例圖片 2.每個教學活動控制在 5-10 分鐘內, 避免過久集中或等待。 3.將技巧分段, 循序引導, 允許替代動作。 4.以表現過程與參與態度為主, 降低結果壓力。</p> <p style="text-align: right;">特教老師姓名: 陳世鴻 普教老師姓名: 洪嘉林</p>							

