

參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

114 學年度嘉義縣過溝國民中學七、八、九年級第一二學期彈性學習課程 角力社 教學計畫表 設計者：侯玠宏

一、課程四類規範(一類請填一張)

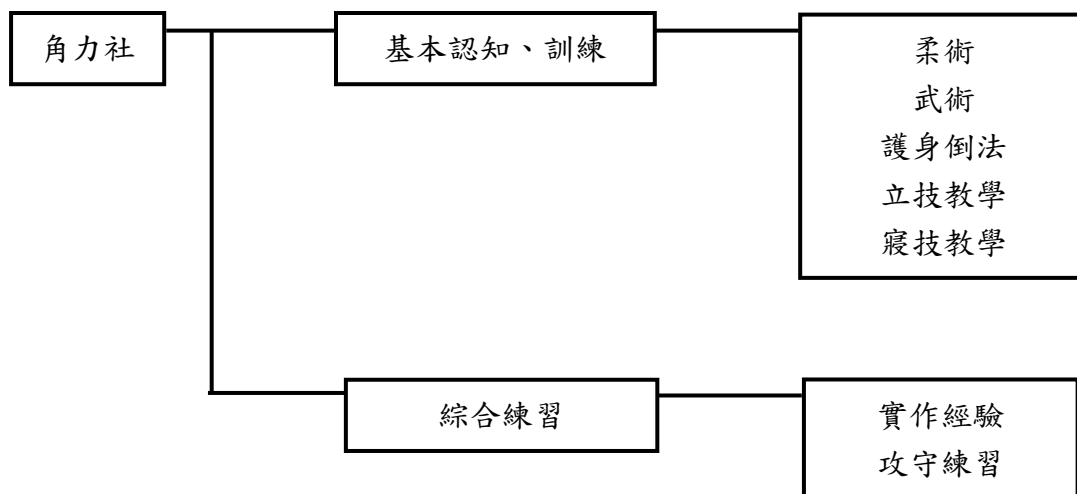
1. ☐ 統整性課程 (☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題探究)
2. ☒ 社團活動與技藝課程 (☒ 社團活動 ☐ 技藝課程)
3. ☐ 其他類課程

☐ 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

二、本課程每週學習節數：2

三、課程設計理念：藉由社團活動提供多元化的學習刺激，培養健康、品格、人文、合作、多元、創新，以達本校全人教育之目標。

四、課程架構：



五、本學期課程內涵

第一學期

教學進度	單元/主題 名稱	總綱核心素 養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點 (學習活動內容及實施方式)	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
第 1 週	開學週	J-A2 J-B3 J-C2	健體 1a-IV-1 健體 4c-IV-3 健體 2d-IV-3	能了解在模仿活動 中學習運動技能的 要領。	分組、講解上課規定、柔 術	問答	自編教 材
第 2-6 週	柔術 武術	J-A2 J-B3 J-C2	健體 1a-IV-1 健體 4c-IV-3 健體 2d-IV-3	能了解在模仿活動 中學習運動技能的 要領。	柔術、武術、護身倒法、 分組練習、表演、省思與 回饋	問答 學生自評	自編教 材
第 7 週	1. 段考 預定 週 2. 柔 術、 武術 複習 與檢 核	J-A2 J-B3 J-C2	健體 1a-IV-1 健體 4c-IV-3 健體 2d-IV-3	能了解在模仿活動 中學習運動技能的 要領。	柔術、武術、護身倒法、 分組練習、表演、省思與 回饋	問答 學生自評	自編教 材
第 8-13 週	護身倒法 立技教學	J-A2 J-B3 J-C2	健體 1a-IV-1 健體 4c-IV-3 健體 2d-IV-3	能做出相互學習與 演練護身倒法的動 作。	護身倒法、立技教學、寢 技教學、分組練習、表 演、省思與回饋	學生自評暨 互評	自編教 材
第 14 週	1. 段考 預定	J-A2 J-B3	健體 1a-IV-1 健體 4c-IV-3	能做出相互學習與 演練格鬥招式的動	動身倒法、立技教學、寢 技教學、分組練習、表	學生自評 暨互評	自編教 材

	週 2. 動身 倒法 及立 技檢 核	J-C2	健體 2d-IV-3	作。	演、省思與回饋。		
第 15-20 週	寢技教學 綜合立技 練習	J-A2 J-B3 J-C2	健體 1a-IV-1 健體 4c-IV-3 健體 2d-IV-3	能做出相互學習與 演練地板招式的動 作。	綜合立技練習、練合寢技 練習、綜合練習、分組練 習、表演、省思與回饋	學生自評暨 互評	自編教 材
第 21 週	1. 段考 預定 週 2. 立技 及綜 合寢 技檢 核	J-A2 J-B3 J-C2	健體 1a-IV-1 健體 4c-IV-3 健體 2d-IV-3	能做出相互學習與 演練地板招式的動 作。 能和同伴快樂參與 遊戲活動。	綜合立技練習、綜合寢技 練習、分組練習、表演、 省思與回饋	問答 教師講評	自編教 材
※身心障礙類學生: ☐無 ☒有-智能障礙(2)人、學習障礙(4)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/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 2 人) ※課程調整建議(特教老師填寫): 1. 學障學生無特別調整建議。 2. 智能障礙學生部分, 建議任課教師留意學生與同學進行體能活動的安全。 特教老師簽名: 吳貞瑩							

普教老師簽名：侯玠宏

第二學期

教學進度	單元/主題 名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
第 1 週	開學週	J-A2 J-B3 J-C2	健體 1a-IV-1 健體 4c-IV-3 健體 2d-IV-3	能了解在模仿活動中 學習運動技能的要 領。	分組、講解上課規定、 柔術	問答	自編教 材
第 2-6 週	蒙古角力	J-A2 J-B3 J-C2	健體 1a-IV-1 健體 4c-IV-3 健體 2d-IV-3	能了解在模仿活動中 學習運動技能的要 領。	分組練習、表演、省思 與回饋	問答、學生 自評與互評	自編教 材
第 7 週	1. 段考 預定 週 2. 柔 術、 武術 及護 身倒 法檢 核	J-A2 J-B3 J-C2	健體 1a-IV-1 健體 4c-IV-3 健體 2d-IV-3	能了解在莫仿活動中 學習運動技能的要 領。	柔術、武術、護身倒 法、分組練習、表演、 省思與回饋	問答、學生 自評	自編教 材
第 8-13 週	動作反擊 原理、擒 拿技巧	J-A2 J-B3 J-C2	健體 1a-IV-1 健體 4c-IV-3 健體 2d-IV-3	能了解在模仿活動中 學習運動技能的要 領。	分組練習、表演、省思 與回饋	問答、學生 自評暨互評	自編教 材

第 14 週	1. 段考 預定週 2. 護身 倒法、 立技 及寢 技檢 核	J-A2 J-B3 J-C2	健體 1a-IV-1 健體 4c-IV-3 健體 2d-IV-3	能做出相互學習與練 練格鬥招式的動作。	護身倒法、立技教學、 寢技教學、分組練習、 表演、省思與回饋	問答、學生 自評	自編教 材
第 15- 19 週	模擬近身 攻擊、練 合練習	J-A2 J-B3 J-C2	健體 1a-IV-1 健體 4c-IV-3 健體 2d-IV-3	能和同伴快樂參與遊 戲活動。	分組練習、表演、省思 與回饋	學生自評暨 互評	自編教 材
第 20 週	1. 段考 預定週 2. 綜合 攻擊 技術 檢核	J-A2 J-B3 J-C2	健體 1a-IV-1 健體 4c-IV-3 健體 2d-IV-3	能做出相互學習與演 練地板招式的動作。 能和同伴快樂參與遊 戲活動。	綜合立技練習、綜合寢 技練習、練合練習、分 組練習、表演、省思與 回饋	問答、教師 講評	自編教 材
※身心障礙類學生: ☐無 ☒有-智能障礙(2)人、學習障礙(4)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/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 2 人) ※課程調整建議(特教老師填寫): 1. 學障學生無特別調整建議。							

2. 智能障礙學生部分，建議任課教師留意學生與同學進行體能活動的安全。

特教老師簽名：吳貞瑩

普教老師簽名：侯玠宏

註：

1.請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

2.社團活動及技藝課程每學期至少規劃 4 個以上的單元活動。

