三、嘉義縣梅山國小 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	高年級	年級課程 主題名稱	跆拳道		課程設計者	黄國宇	總節數/學 期 (上/下)	40/上學期		
符彈課類	電腦 									
學校景	推動品格紮根、 品味永續之三品 樂活 LOHA	教育,建置	• • • • • • • • • • • • • • • • • • •	一、健康: 經由慢慢的訓練,提升反應力、協調力、柔軟品質的運動。 二、品格: 透過跆拳道課程,訓練學生左右腦協調、脊椎格。 三、終身學習: 學習跆拳道會帶給學生意外的驚喜,亦能增近味,並能健康樂活的學習。	主調整,並能 打	是升專注力,進亡	而培養孩子	身心健全的品		
總網心養	E-A1 具備良好的價,促進身心健 質,促進人特質 並認識個人特質 命潛能。 E-A3 具備擬定記 的能力,應日常生	全發展, ,發展生 計畫與實作 新思考方	課程目標	一、透過拳道運動的技術與基本知識,養成良能。。 二、經由跆拳道的學習,發展擬定計畫與實化 三、在小組活動潛移默化中,培養樂於與人至	作的能力,並	以創新思考方式	,因應日常	生活情境。		

	E-C2 具備同理他人感受, 在體育活動和健康生活中 樂於與人互動、公平競 爭,並與團隊成員合作, 促進身心健康。		
議題融入	 *是否融入 □生命教育 □安 	全教育 □	戶外教育 □其他議題
融議實內	說明:每個實質內涵均需與自	自訂學習內名	字連結,安排於學習目標中

教學 進度	單元名稱	領域學習表現 /議題連結實質 內涵	自訂 學習 內容	學習目標	表現任務 (評量內容)	學習活動 (教學活動)	教學資 源	節數	
----------	------	-------------------------	----------	------	-------------	----------------	----------	----	--

第		健體 1c-Ⅲ-1 了解運動技能 要素和基本運	介紹 及認 識跆 拳道	能了解動跆拳道的動作技能概念。	動的由來與基本構造。	簡介跆拳道運動由來。 活動二:跆拳道基本動作	電腦相關配備。	
・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	「道道一拳道」	動規範。 健體 2d-III- 3分析並解釋 多元性身體活動的特色	事 手基防動品勢本法	接受跆拳道的基本動作,樂於體驗多元性身體活動。	學生能 <mark>熟練</mark> 手部防禦 的基本動作。	基本構造講解 活動三:跆拳道練習動作 手部防禦動作。	投 機。 PPT。	8
第 5 週 - 第 8 週	踢法技巧	健體 1c-Ⅲ-1 了解運動技能 要素類範。 健體 2d-III- 3分析性身體活動的特色	踢技前抬腿踢技前踢踢技庞踢法巧。 法巧前法 多法巧	能 了解 踢法技巧能概念。 在踢法技巧的練習中,分析並解釋多元性身體活動。	學生能 了解 並做出踢 法技巧的動作。 學生能分析並熟練踢 法技巧的基礎動作。	活動一:前抬腳動作 來回各 20 次。 左右腳都要練習。 活動二:前錫練習 來回各 20 次。 左右腳都要練習。 活動三:旋踢練習 來回各 20 次。 左右腳都要練習。	護具	8 節

		that the	1111 #hm	I HII HITI /- F 되었다. 마하 나 그 사고 소. 기	42 1 11 - 1 TO 1 11 TO		-17 V	
		健體 1c-Ⅲ-1	踢靶	在踢靶練習挑戰中,了解動作	學生能了解並做出踢	活動一:踢靶練習-前抬腿挑戰	踢靶	
		了解運動技能	練習	練習的策略與要領。	靶練習的動作。	定點踢靶 20 下。		
第		要素和基本運	-前			左右腳都要練習。		
(9)		動規範。	抬腿			活動二:踢靶練習-前踢挑戰		
			踢靶	在踢靶練習挑戰中,透過分	學生能分析並熟練踢	定點踢靶 20 下。		
週	踢靶	健體 2d-III-	練習	析並解釋多元性身體活動的	靶練習的基礎動作。	左右腳都要練習。		8
- Ads	大挑	3分析並解釋	-前	特色,探索運動潛能。		活動三:踢靶練習-旋踢挑戰		節
第(10)	料	多元性身體活	踢			定點踢靶 20 下。		
(12)		動的特色	踢靶			左右腳都要練習。		
週			練習					
			-旋					
			踢					
		健體 3d-III-	品勢	在品勢太極—形的練習中,透	學生能 <mark>解決</mark> 所遭遇困	活動一: 品勢太極一章 1-6 動	影片輔	
		3透過體驗或	太極	過 <mark>體驗</mark> 身體活動,解決練習中	難,做出「品勢太極	依照要點演練 1-6 動。	助	
		實踐,解決練	一章	所遭遇的問題。	一章 1-18 動」分段動	放手前騎 80 公尺。		
		習或比賽的問	1-6		作。	活動二:品勢太極一章 7-12 動		
第		題。	動	在品勢太極—形的練習中,		依照要點演練 7-12 動。		
(13)	品勢	健體 2c-III-	品勢	運用同理心,表現出正向溝	透過正向溝通,學生	活動三:品勢太極一章 13-18 動		
週	大極	2表現同理	太極	通的團隊精神。	能 <mark>演練</mark> 完整「品勢太	依照要點演練 13-18 動。		
_	一形	心、正向溝通	一章		極一章 1-18 動 」。			8
第	的練	的團隊精神。	7-12					節
(16)	習		動					
週			品勢					
			太極					
			一章					
			13-					
			18 動					

		C中 Eth O J III	たに可ぐ	大咖瓜 海羽的公众训练。	超上知识的:明明的。	江和 · 心阳心阳	護具			
		健體 3d-III-	複習	在 體驗 複習與綜合測驗中,	學生解決所遭遇問題,	活動一:我踢我踢	设 共			
第		3透過體驗或	本學	解決所遭遇的問題。	做出踢的基本技巧。	踢法技巧				
		實踐,解決練	期課			活動二:我是形的高手				
(17)	我是	習或比賽的問	程			品勢太極一章 1-18 動				
週	小小	題。	綜合	在複習與綜合測驗中,運用				8		
- ***	跆拳		測驗	同理心,表現出正向溝通的				節		
第	道手	健體 2c-III-		團隊精神。	透過正向溝通,學生能					
(20)		2表現同理			完整演練品勢太極一					
週		心、正向溝通			章全部。					
		的團隊精神。								
教材	來源	□選用教材 (図自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)								
本主題是	否融入資	□無 融入資訊科技教學內容								
訊科技教	 数學內容	□有 融入資訊科技教學內容 共()節 (以連結資訊科技議題為主)								
		※身心障礙類學生:	☑無 □:	有-智能障礙()人、學習障礙()人、情經	緒障礙()人、自閉症()人、	(自行填入類型/人數)				
		 ※資賦優異學生:☑	※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)							
特教需求學生課程		※課程調整建議(特教老師填寫): 免調整								
調	整	1.	//							
				特	· 持教老師姓名:羅安珏					
		普教老師姓名:黃國宇								
		l								

填表說明:

- (1)依照年級或班群填寫。
- (2)分成上下學期,各20週,每個課程主題填寫一份,例如:一年級校訂課程每週3節,共開社區文化課程1節、社團1節、世界好好玩1節三種課程,每種課程寫一份,共 須填寫3份。

年級	高年級	年級課程 主題名稱	跆拳道		課程設計者	黄國宇	總節數/學 期 (上/下)	40/下學期	
符件 課程 類型	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。 □第二類 ☑社團課程 □技藝課程 □第四類 其他 □本上語文/臺灣手語/新住民語文 □服務學習 □戶外教育 □班際或校際交流								
學校願景	推動品格紮根、品品味永續之三品都 樂活 LOHAS	改育,建置	與學校願 景呼應之 說明	一、健康: 經由慢慢的訓練,提升反應力、協調力、柔軟品質的運動。 二、品格: 透過跆拳道課程,訓練學生左右腦協調、脊椎格。 三、終身學習: 學習跆拳道會帶給學生意外的驚喜,亦能增進味,並能健康樂活的學習。	主調整,並能 投	是升專注力,進	而培養孩子	身心健全的品	
總綱核素養	E-A1 具備良好的 價,促進身心健等 並認識個人特質 命潛能。 E-A3 具備擬定計 的能力,並以創新 式,因應日常生活	全發展, ,發展生 一畫與實作 新思考方	課程目標	一、透過拳道運動的技術與基本知識,養成良能。。 二、經由跆拳道的學習,發展擬定計畫與實化 三、在小組活動潛移默化中,培養樂於與人至	作的能力,並 L	以創新思考方式	弋 ,因應日常	生活情境。	

	E-C2 具備同理他人感受, 在體育活動和健康生活中 樂於與人互動、公平競 爭,並與團隊成員合作, 促進身心健康。		
議題融入	*是否融入 □生命教育 □安	全教育 □/	戶外教育 □其他議題
融議實內	說明: 每個實質內涵均需與自	訂學習內名	字連結,安排於學習目標中

教學進度	單元 名稱	領域學習表現 /議題連結實質 內涵	自 事 習 內容	學習目標	表現任務 (評量內容)	學習活動 (教學活動)	教學資 源	節數
		健體 1c-Ⅲ-1	跆拳	能了解動跆拳道的競賽規則	學生能回答跆拳道競	活動一:認識跆拳道競賽。	電腦相	
		了解運動技能	道競	與分析競賽得勝的策略。	賽基本規則。	跆拳道競賽基本規則講解。	關配	
第		要素和基本運	賽規			活動二:手部防禦動作基本動作	備。	
(1)		動規範。	則簡	接受跆拳道的基本動作,樂於	學生能熟練做出手部	手部防禦動作分解動作	投 影	
週	道道		介。	體驗多元性身體活動。	的基本動作。	活動三:手部防禦動作複習	機。	0
_	道非	健體 4a−III −				手部防禦動作連續動作	PPT。	8
第	常道	3	複習					即
(4)		主動地表現促	手部					
週		進健康的行	基本					
		動。	動					
			作。					

第 5 週 - 第 8 週	踢的高手	健體 1c-Ⅲ-1 了要動 健體 3d-III- 3 透 践 典 問 3 透 践 典 問 3	複踢動作習的。	能了解踢法技巧概念與分析動作練習的策略。 在踢法技巧的練習中,表現出跆拳道的基本動作,樂於體驗多元性身體活動,並解決練習中所產生的問題。	法技巧的動作要點。		護具	8 節
第 9 週 - 第 12 週	踢靶 大挑 戦	健體 1c-Ⅲ-1 了要素類 動規 動規 健體 4a-III - 3 主動 健康 進健 動	複踢動作	在踢靶練習挑戰中,了解動作 練習的策略與要領。 在接受踢靶練習挑戰中,透 過體驗多元性身體活動,探 索運動潛能。	學生能做出踢靶練習的動作。 學生能熟練踢靶練習的基礎動作。	活動一: 踢靶練習-前抬腿挑戰 前進踢靶 20 下。 左右腳都要練習。 活動二: 踢靶練習-前踢挑戰 前進踢靶 20 下。 左右腳都要練習。 活動三: 踢靶練習-旋踢挑戰 前進踢靶 20 下。 左右腳都要練習。	踢靶	8 節

		健體 3d-III-	品勢	在品勢太極—形的練習中,透	學生能 <mark>解決</mark> 所遭遇困	活動一:品勢太極一章 1-6 動	影片輔	
		3	太極	過 <u>體驗</u> 身體活動,解決練習中	難,做出「品勢太極一	依照要點演練 1-6 動。	助	
		透過體驗或實	一章	所遭遇的問題。	章 1-18 動」分段動作。	放手前騎 80 公尺。		
		踐,解決練習	1-6			活動二:品勢太極一章 7-12 動		
第		或比賽的問	動	在品勢太極—形的練習中,		依照要點演練 7-12 動。		
(13)	品勢	題。	品勢	運用同理心,表現出正向溝		活動三:品勢太極一章 13-18 動		
週	太極	健	太極	通的團隊精神。	透過正向溝通,學生能	依照要點演練 13-18 動。		8
_	—形	健體 2c-III-	一章		演練完整「品勢太極一			節
第	的複	2	7-12		章 1-18 動」。			即
(16)	뀰	表現同理心、	動					
週		正向溝通的團	品勢					
		隊精神。	太極					
			一章					
			12-					
			18 動					
		健體 3d-III-	複習	在體驗複習與綜合測驗中,	學生解決所遭遇問題,	活動一:我踢我踢	護具	
		3	本學	解決所遭遇的問題。	熟練做出踢的基本技	踢法技巧		
第		透過體驗或實	期課		巧。	活動二:我是形的高手		
(17)	化 日	踐,解決練習	程			品勢太極一章 1-18 動		
週	我是 小小	或比賽的問	綜合	在複習與綜合測驗中,運用				8
_	为	題。	測驗	同理心,表現出正向溝通的				節
第	道手	健體 2c-III-		團隊精神。	透過正向溝通,學生能			
(20)		2			完整 <mark>演練</mark> 品勢太極一			
週		表現同理心、			章全部。			
		正向溝通的團						
		隊精神。						
教材	來源	□選用教材	() ☑ 自 ※	扁教材(請按單元條列敘明	引於教學資源中)		

本主題是否融入資	□無 融入資訊科技教學內容								
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)								
	※ 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、(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)								
特教需求學生課程	※課程調整建議(特教老師填寫):免調整								
調整	1.								
	特教老師姓名:羅安珏								
	普教老師姓名:黃國宇								

填表說明:

- (1)依照年級或班群填寫。
- (2)分成上下學期,各20週,每個課程主題填寫一份,例如:一年級校訂課程每週3節,共開社區文化課程1節、社團1節、世界好好玩1節三種課程,每種課程寫一份,共 須填寫3份。