

臺南市公立學甲區學甲國民小學 108 學年度第一學期 四 年級彈性學習 功能性動作訓練 課程計畫(普通班 / 特教班 / 資源班)

教材來源	南一	教學節數	每週 (1) 節 本學期共 (22) 節
課程目標			<ol style="list-style-type: none"> 1. 能於活動中盡力展現本身體能。 2. 能積極的參與活動，提升個人體適能。 3. 能了解並說出各種動作要領及方法。 4. 能在活動中放鬆身體完成動作。 5. 能快樂的進行活動。 6. 能積極參與並和他人互相合作並完成活動。 7. 能了解手部擺臂動作及腿部快跑和跑步速度的關係。 8. 能做出正確擺臂動作與腿部快跑的動作。 9. 能遵守遊戲規則，並和同學一起進行各項學習活動。 10. 透過活動認識樂樂棒球的基礎活動能力。 11. 能學習樂樂棒球活動規則並遵守。 12. 能培養樂樂棒球的基礎球感。 13. 能完成教師示範的樂樂棒球傳接球動作。 14. 能完成樂樂棒球基礎的打擊練習活動。 15. 能知道跑壘的方法、方向及注意事項。 16. 能遵守樂樂棒球比賽活動規則，並和同學合作進行。 17. 認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。 18. 能說出躲避的基本動作要領。 19. 能知道基礎的躲避球傳接動作。 20. 能操控身體做出閃躲球的動作。 21. 能在教師協助下，完成躲避球投球動作。 22. 能了解躲避球活動規則，並和同學合作進行躲避遊戲。

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

	<p>23. 能与他人互助合作，注意遊戲安全並關心他人。</p> <p>24. 能拿出正面與積極的態度從事活動。</p> <p>25. 能了解各種單人、雙人、多人跳繩的技巧。</p> <p>26. 能做出向前甩繩的動作。</p> <p>27. 能做出向前跳，向前連續跳的動作。</p> <p>28. 能在活動中體會跳躍的樂趣。</p>				
相關領域					
能力指標 (總綱核心素養)	<p>特功 A1 發展並強化身體活動能力及功能性動作技能。</p> <p>特功 A2 運用身體活動能力及功能性動作技能，發展並提升參與學校生活的能力，實踐及因應生活環境中的各種挑戰。</p> <p>特功 A3 具備身體活動能力及功能性動作技能，以因應經常性及非經常性的學校生活。</p> <p>特功 V-11 跑步。</p> <p>特功 V-12 雙腳或單腳的原地跳躍。</p> <p>特功 V-13 雙腳或單腳的向前跳。</p> <p>特功 V-14 雙腳或單腳的連續前跳</p> <p>特功 VII-5 物品的拋丟或接住。</p> <p>特功 X-3 指令下簡單或單一動作的執行。</p> <p>特功 X-4 指令下複雜或連續二個以上動作的執行。</p>				
融入議題之能力指標 (議題實質內涵)					
教學期程	能力指標-代號 (學習內容、學習表現)	單元名稱	節數	表現任務(評量方式)	備註 融入議題能力指標
第一週 8/30	特功 A1 特功 A2	體適能加油站	1	實作評量 觀察評量 自我評量	
第二週	特功 A3		1		

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

9/02-9/06					
第三週 9/09-9/12 9/13(五)中秋節放假一天			1		
第四週 9/16-9/20			1		
第五週 9/23-9/27			1		
第六週 9/30-10/05 10/5(六)補 10/11(五)上課			1		
第七週 10/07-10/09 10/10(四)國慶日放假一天 10/11(五)彈性放假	特功 A1 特功 A2 特功 A3 特功 V-11	擺臂快跑	1	實作評量 觀察評量 自我評量	
第八週 10/14-10/18			1		
第九週 10/21-10/25			1		
第十週 10/28-11/01	特功 A1 特功 A2 特功 A3		1	實作評量 觀察評量 自我評量	
第十一週 11/04-11/08 11/07-11/08 第一次學習評量	特功 X-3 特功 X-4	歡樂棒球	1		
第十二週			1		

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

11/11-11/15					
第十三週 11/18-11/22			1		
第十四週 11/25-11/29	特功 A1 特功 A2 特功 A3 特功 VII-5 特功 X-3 特功 X-4	熱血躲避球	1	實作評量 觀察評量 自我評量	
第十五週 12/02-12/06			1		
第十六週 12/09-12/13			1		
第十七週 12/16-12/20			1		
第十八週 12/23-12/27			1		
第十九週 12/30-1/03 1/1(三)元旦放假一天			特功 A1 特功 A2 特功 A3 特功 V-12 特功 V-13 特功 V-14 特功 X-3 特功 X-4		
第二十週 1/06-1/10 1/9-1/10 第二次學習評量	1				
第二十一週 1/13-1/17	1				
第二十二週 1/20-1/23 1/20(一)結業式	1				

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

- ◎「備註」欄請填入可融入教學之重大議題的「能力指標（學習重點）序號」，及是否為「自編」單元，或主題課程。
- ◎表現任務(評量方式)請具體敘寫。
- ◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

臺南市公立學甲區學甲國民小學 108 學年度第二學期 四 年級彈性學習 功能性動作訓練 課程計畫(普通班 / 特教班 / 資源班)

教材來源	南一	教學節數	每週 (1) 節 本學期共 (21) 節
課程目標			<ol style="list-style-type: none"> 1. 能於活動中盡力展現本身體能。 2. 能積極的參與活動，提升個人體適能。 3. 能了解並說出各種動作要領及方法。 4. 能在活動中放鬆身體完成動作。 5. 能快樂的進行活動。 6. 能積極參與並和他人互相合作並完成活動。 7. 學童能運用自製紙棒，做出伸展、平衡等操作身體能力的動作。 8. 學童能了解如何維持紙棒平衡。 9. 學童能認真參與活動。 10. 能明瞭並說出紙棒拋接的動作要領。 11. 能與同學一起完成遊戲動作。 12. 能對紙棒遊戲發生興趣，並認真練習。 13. 能學習正面接棒動作。 14. 能學會正確的反手傳接棒。 15. 能學會及練習彈跳動作。 16. 能學會及練習撐住身體的動作。 17. 能藉由活動，練習培養籃球運球的基礎能力。 18. 能藉由活動，練習培養基礎籃球傳接球的能力。 19. 能完成羽球拋接的動作。 20. 能藉由活動練習體驗羽球的樂趣。 21. 能知道羽球正手握拍的動作要領，並完成羽球正拍握拍動作。 22. 能用正確的用正手握拍動作進行活動。

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

	23. 能順暢的將球連續向上拍擊兩次。 24. 教師協助下完成正手發高球動作。				
相關領域					
能力指標 (總綱核心素養)	特功 A1 發展並強化身體活動能力及功能性動作技能。 特功 A2 運用身體活動能力及功能性動作技能，發展並提升參與學校生活的能力，實踐及因應生活環境中的各種挑戰。 特功 A3 具備身體活動能力及功能性動作技能，以因應經常性及非經常性的學校生活。 特功 V-11 跑步。 特功 V-12 雙腳或單腳的原地跳躍。 特功 V-13 雙腳或單腳的向前跳。 特功 V-14 雙腳或單腳的連續前跳 特功 VI-1 物品的舉起或放下。 特功 VI-2 物品的搬移。 特功 VI-3 物品的踢或推。 特功 VII-5 物品的拋丟或接住。 特功 X-3 指令下簡單或單一動作的執行。 特功 X-4 指令下複雜或連續二個以上動作的執行。				
融入議題之能力指標 (議題實質內涵)					
教學期程	能力指標-代號 (學習內容、學習表現)	單元名稱	節數	表現任務(評量方式)	備註 融入議題能力指標
第一週 2/11-2/14	特功 A1	體適能我最行	1	實作評量 觀察評量 自我評量	
第二週 2/17-2/21	特功 A2 特功 A3		1		

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

第三週 2/24-2/27 2/28(五)和平紀念日放假一天			1		
第四週 3/02-3/06			1		
第五週 3/09-3/13			1		
第六週 3/16-3/20	特功 A1 特功 A2 特功 A3 特功 VI-1 特功 VI-2 特功 VI-3 特功 VII-5	神奇魔棒	1	實作評量 觀察評量 自我評量	
第七週 3/23-3/27 3/28(六)校慶			1		
第八週 3/30-4/01 3/30(一)補假一日 4/02(四)-4/03(五) 兒童節及民族掃墓節放假			1		
第九週 4/07-4/10			1		
第十週 4/13-4/17	特功 A1 特功 A2 特功 A3 特功 V-11 特功 V-12 特功 VI-1 特功 VI-2 特功 VII-5	籃球好小子	1	實作評量 觀察評量 自我評量	
第十一週 4/20-4/24 4/23-4/24 第一次學習評量			1		
第十二週			1		

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

4/27-5/01	特功 X-3				
第十三週 5/04-5/08	特功 X-4		1		
第十四週 5/11-5/15			1		
第十五週 5/18-5/22	特功 A1	羽毛飛球	1	實作評量 觀察評量 自我評量	
第十六週 5/25-5/29	特功 A2 特功 A3 特功 VI-1		1		
第十七週 6/01-6/05	特功 X-3 特功 X-4		1		
第十八週 6/08-6/12			1		
第十九週 6/15-6/20			1		
6/18-6/19 第二次學習評量 6/20(六)補 6/26(五)					
第二十週 6/22-6/26	特功 A1 特功 A2 特功 A3 特功 V-12 特功 V-13 特功 V-14	跳躍遊戲	1	實作評量 觀察評量 自我評量	
6/25(四)-6/26(五) 端午節放假					
第二十一週 6/29-6/30			1		
6/30(二)結業式					

◎「備註」欄請填入可融入教學之重大議題的「能力指標(學習重點)序號」,及是否為「自編」單元,或主題課程。

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

◎表現任務(評量方式)請具體敘寫。

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。