

### 南投縣新豐國民小 110 學年度校訂課程計畫

#### 【第一學期】

課程名稱	律動	年級/班級	二年級／甲、乙班
類別	<input type="checkbox"/> 統整性( <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題) 探究課程 <input checked="" type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他類課程	上課節數	每週 1 節，21 週，共 21 節
教師	陳玟君		
設計理念	1. 運用『身體律動』的遊戲，提升學習的樂趣。 2. 藉由身體律動的方式，讓學生喜愛自己。 3. 讓學生互相觀摩，覺察自己的動作與同儕間的異同處。 4. 在律動中培養學生自我表達、社交技巧、觀察同儕的能力。 5. 多元的律動遊戲，培養學生的創造思考、發展良好的團隊合作方式。		
總綱核心素養	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 健體-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。		
課程目標	1. 運用良好身體律動提升體適能，促進身心健全發展。 2. 在身體律動中展現各種基本運動技能，發展個人運動潛能。 3. 在學習情境的活動中樂於與人互動，並能培養與團隊成員合作的能力。 4. 學習的過程能欣賞並尊重個別差異，表達自己的意見，接納同儕的想法。		

附件 3-3 (九年一貫／十二年國教並用)

教學進度		學習表現	校訂 學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材 學習資源
週次	單元/主題 名稱/節數						
一	身體探索 (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	能探索身體活動的律動遊戲	大肌肉的運用及啟發	實作評量	播放器
二	身體探索 (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	能探索身體活動的律動遊戲	小肌肉的運用及啟發	實作評量	播放器
三	身體探索 (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	能探索身體活動的律動遊戲	大小肌肉的運用所引發的連貫效應	實作評量	播放器

附件 3-3 (九年一貫／十二年國教並用)

教學進度		學習表現	校訂 學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材 學習資源
週次	單元/主題 名稱/節數						
四	身體探索 (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	能探索身體活動的律動遊戲	從頭到腳的肢體運用及協調性(一)	實作評量	播放器
五	身體探索 (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	能探索身體活動的律動遊戲	從頭到腳的肢體運用及協調性(一)	實作評量	播放器
六	魔鏡啊！魔鏡 (一)(1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能自由舞動身體 2. 能分享律動遊戲心情	請學生隨著不同的音樂節奏自由舞動，並分享舞動時的心情。	口頭發表 實作評量	播放器

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	校訂 學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材 學習資源
週次	單元/主題 名稱/節數						
七	魔鏡啊！魔鏡 (二) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能分組活動 2. 能模仿律動遊戲	學生分組，請學生隨著音樂的節奏，分別模仿蝴蝶、小鳥、蜜蜂、烏龜、兔子...等動作，依序用不同的方式律動。	實作評量	播放器
八	我有一個小木偶 (一) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	能體驗肢體律動	透過 123 木頭人的遊戲，引導學生控制自我的肢體動作，並培養專注力。	學生互評	播放器
九	我有一個小木偶 (二) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	能體驗數拍遊戲	透過數拍遊戲，讓學生明白節奏與律動的關係，並會利用肢體動作來表現。	實作評量	播放器

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	校訂 學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材 學習資源
週次	單元/主題 名稱/節數						
十	如果我是… (一) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能體驗想像空間的律動遊戲 2. 能口頭說出感受	運用周遭的人、事、物，去激發孩子們的想像空間	口頭發表	播放器
十一	如果我是… (二) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能分組活動 2. 能提升肢體動作的活動	分組活動 讓孩子學習觀察，進而懂得如何學習並且改進，讓自己的肢體動作更佳提升	口頭發表 實作評量	播放器
十二	聲音舞蹈創作 (一) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能變化舞蹈動作 2. 能聽聲變化	聽聲變化舞蹈動作(初級)	實作評量	播放器

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	校訂 學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材 學習資源
週次	單元/主題 名稱/節數						
十三	聲音舞蹈創作 (二)(1節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能變化舞蹈動作 2. 能聽聲變化	聽聲變化舞蹈動作(中階)	實作評量	播放器
十四	聲音舞蹈創作 (三)(1節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能變化舞蹈動作 2. 能聽聲變化	聽聲變化舞蹈動作(進階)	實作評量	播放器
十五	聲音舞蹈創作 (四)(1節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能變化舞蹈動作 2. 能聽聲變化	聽聲變化舞蹈動作(進階)	實作評量	播放器

附件 3-3 (九年一貫／十二年國教並用)

教學進度		學習表現	校訂 學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材 學習資源
週次	單元/主題 名稱/節數						
十六	舞碼編排(一) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	學習舞蹈動作	能學習舞蹈律動	我是大明星	實作評量	播放器
十七	舞碼編排(二) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	學習舞蹈動作	能學習舞蹈律動	我是大明星	實作評量	播放器
十八	舞碼編排(三) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	學習舞蹈動作	能學習舞蹈律動	我是大明星	實作評量	播放器

附件 3-3 (九年一貫／十二年國教並用)

教學進度		學習表現	校訂 學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材 學習資源
週次	單元/主題 名稱/節數						
十九	舞碼編排(四) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	學習舞蹈動作	能學習舞蹈律動	我是大明星	實作評量	播放器
二十	舞碼編排(五) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	學習舞蹈動作	能學習舞蹈律動	我是大明星	實作評量	播放器
二十一	成果驗收(1 節)	健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。	1. 學習舞蹈動作 2. 培養團隊精神	1. 能專注欣賞表演 2. 能認真完成演出	1. 結合舞蹈動作、音樂、表情及道具 2. 發揮團隊精神完成演出	實作評量	播放器



【第二學期】

課程名稱	律動	年級/班級	二年級／甲、乙班
類別	<input type="checkbox"/> 統整性( <input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)探究課程 <input checked="" type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他類課程	上課節數	每週 1 節，21 週，共 21 節
教師	陳玟君		
設計理念	1. 運用『身體律動』的遊戲，提升學習的樂趣。 2. 藉由身體律動的方式，讓學生喜愛自己。 3. 讓學生互相觀摩，覺察自己的動作與同儕間的異同處。 4. 在律動中培養學生自我表達、社交技巧、觀察同儕的能力。 5. 多元的律動遊戲，培養學生的創造思考、發展良好的團隊合作方式。		
總綱核心素養	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 健體-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。		
課程目標	1. 運用良好身體律動提升體適能，促進身心健全發展。 2. 在身體律動中展現各種基本運動技能，發展個人運動潛能。 3. 在學習情境的活動中樂於與人互動，並能培養與團隊成員合作的能力。 4. 學習的過程能欣賞並尊重個別差異，表達自己的意見，接納同儕的想法。		

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	校訂 學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材 學習資源
週次	單元/主題 名稱/節數						
一	身體探索 (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	能探索身體活動的律動遊戲	大肌肉的運用及啟發	實作評量	播放器
二	身體探索 (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	能探索身體活動的律動遊戲	小肌肉的運用及啟發	實作評量	播放器
三	身體探索 (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	能探索身體活動的律動遊戲	大小肌肉的運用所引發的連貫效應	實作評量	播放器

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	校訂 學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材 學習資源
週次	單元/主題 名稱/節數						
四	身體探索 (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	能探索身體活動的律動遊戲	從頭到腳的肢體運用及協調性(一)	實作評量	播放器
五	身體探索 (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	能探索身體活動的律動遊戲	從頭到腳的肢體運用及協調性(一)	實作評量	播放器
六	律動好心情 (一) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能自由舞動身體 2. 能口頭說出感受	請學生隨著不同的音樂節奏自由舞動，並分享舞動時的心情。	口頭發表 實作評量	播放器

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	校訂 學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材 學習資源
週次	單元/主題 名稱/節數						
七	律動好心情 (二) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能分組活動 2. 能模仿律動遊戲	學生分組，請學生隨著音樂的節奏，分別模仿蝴蝶、小鳥、蜜蜂、烏龜、兔子…等動作，依序用不同的方式律動。	實作評量	播放器
八	123 木頭人 (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	能體驗肢體律動	透過 123 木頭人的遊戲，引導學生控制自我的肢體動作，並培養專注力。	學生互評	播放器
九	我是小小音樂家 (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	能體驗數拍遊戲	透過數拍遊戲，讓學生明白節奏與律動的關係，並會利用肢體動作來表現。	實作評量	播放器

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	校訂 學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材 學習資源
週次	單元/主題 名稱/節數						
十	如果我是… (一) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能體驗想像空間的律動遊戲 2. 能口頭說出感受	運用周遭的人、事、物，去激發孩子們的想像空間	口頭發表	播放器
十一	如果我是… (二) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能分組活動 2. 能提升肢體動作的活動	分組活動 讓孩子學習觀察，進而懂得如何學習並且改進，讓自己的肢體動作更佳提升	口頭發表 實作評量	播放器
十二	聲音舞蹈創作 (一) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能變化舞蹈動作 2. 能聽聲變化	聽聲變化舞蹈動作(初級)	實作評量	播放器

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	校訂 學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材 學習資源
週次	單元/主題 名稱/節數						
十三	聲音舞蹈創作 (二)(1節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能變化舞蹈動作 2. 能聽聲變化	聽聲變化舞蹈動作(中階)	實作評量	播放器
十四	聲音舞蹈創作 (三)(1節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能變化舞蹈動作 2. 能聽聲變化	聽聲變化舞蹈動作(進階)	實作評量	播放器
十五	聲音舞蹈創作 (四)(1節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	1. 探索身體活動 2. 體驗律動遊戲	1. 能變化舞蹈動作 2. 能聽聲變化	聽聲變化舞蹈動作(進階)	實作評量	播放器

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	校訂 學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材 學習資源
週次	單元/主題 名稱/節數						
十六	舞碼編排(一) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	學習舞蹈動作	能學習舞蹈律動	我是大明星	實作評量	播放器
十七	舞碼編排(二) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	學習舞蹈動作	能學習舞蹈律動	我是大明星	實作評量	播放器
十八	舞碼編排(三) (1 節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	學習舞蹈動作	能學習舞蹈律動	我是大明星	實作評量	播放器

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教並用)

教學進度		學習表現	校訂 學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	教材 學習資源
週次	單元/主題 名稱/節數						
十九	舞碼編排(四) (1節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	學習舞蹈動作	能學習舞蹈律動	我是大明星	實作評量	播放器
二十	舞碼編排(五) (1節)	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	學習舞蹈動作	能學習舞蹈律動	我是大明星	實作評量	播放器
二十一	成果驗收 (1節)	健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。	1. 學習舞蹈動作 2. 培養團隊精神	1. 能專注欣賞表演 2. 能認真完成演出	1. 結合舞蹈動作、音樂、表情及道具 2. 發揮團隊精神完成演出	實作評量	播放器

註：

1. 本表格係依〈國民中學及國民小學課程計畫備查作業參考原則〉設計而成。



附件 3-3 (九年一貫／十二年國教並用)

2. 依課程設計理念，可採擇高度相關之總綱各教育階段核心素養或各領域/科目核心素養，以敘寫課程目標。
3. 本表格舉例係以一至三年級為例，倘四至六年級欲辦理十二年國教之彈性課程者，其上課『節數』請依照「九年一貫課程各學習領域學習節數一覽表」填寫。
4. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。