

南投縣互助國民小學 114 學年度彈性學習課程計畫

【第一學期】

課程名稱	彈性課程/文化課-山林織語-山林智慧		年級/班級	6 年級/ 甲班
彈性學習課程類別	■統整性(■主題□專題□議題)探究課程 □社團活動與技藝課程 □特殊需求領域課程 □其他類課程		上課節數	10
			設計教師	蔡窈靜
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	□國語文 □英語文(不含國小低年級) □本土語文□臺灣手語 □新住民語文 □數學 □生活課程 □健康與體育 ■社會 ■自然科學 □藝術 □綜合活動 □資訊科技(國小) □科技(國中)		□人權教育 □環境教育 □海洋教育 □品德教育 □生命教育 □法治教育 □科技教育 □資訊教育 □能源教育 ■安全教育 □防災教育 □閱讀素養 □家庭教育 □戶外教育 ■原住民教育□國際教育 □性別平等教育 □多元文化教育 □生涯規劃教育 ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※ ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點， 例：交 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	健康:健康成長 多元:多元學習 傳薪:薪傳文化 卓越:卓越創新	與學校願景 呼應之說明	以健康成長，多元學習，薪傳文化、卓越創新的理念，透過對話行動和決策，讓師生有所感，期待重塑校園核心價值與文化薪傳文化：持續賽德克族、泰雅族民族精神，制度，生活與藝術的傳承，讓傳統文化生生不息。	
設計理念	為了讓學生能傳承賽德克族、泰雅文化，使祖先傳統文化生生不息，透過以山林智慧為主題，學習編織文化及技術，以培養學生團隊成員合作之素養體、驗生活環境中的美感同並能同理心應用在生活與人際溝通。			
總綱核心素養具體內涵	B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。	領綱核心素養具體內涵	社-E-B1 透過語言、文字 及圖像等表徵符 號，理解人類生 活的豐富面貌， 並能運用多樣的 表徵符號解釋相 關訊息，達成溝 通的目的，促進 相互間的理解。 社-E-C2 建立良好的人際 互動關係，養成 尊重差異、關懷 他人及團隊合作 的態度。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

	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。		自-E-C2 透過探索科學的合作學習，培養與同儕溝通表達、團隊合作及和諧相處的能力。
課程目標	1 認識原住民族的狩獵文化與其社會意義 2 理解法律規範對原住民狩獵的限制與產生的衝突 3 思考文化多元與法律制度如何共存與對話。 4. 學習常見植物的辨識技巧。 5. 認識植物在自然環境與原住民生活中的應用。 6. 培養觀察自然的能力與尊重自然的態度。 7. 學生能夠瞭解射箭活動中的安全原則和注意事項。 8. 學生能夠掌握正確的射箭姿勢，包括站姿、握弓方式和身體平衡，並瞭解箭矢的發射動作。 9. 學生能夠認識和了解射箭所使用的器材，包括弓、箭和其他配件，並能夠正確地使用和保養這些器材。		

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
一	單元一	社 Af- III -1 為了確保基本人權、維護生態環境的永續發展，全球須共同關心許多議題。	社 Af- III -1 為了確保基本人權、維護生態環境的永續發展，全球須共同關心許多議題。	1 認識原住民族的狩獵文化與其社會意義 2 理解法律規範對原住民狩獵的限制與產生的衝突 3 思考文化多元與法律制度如何共存與對話。	第一節課 一、引起動機 (5 分鐘)： 1. 王光祿孝親狩獵遭判刑 布農族人聲援 https://www.youtube.com/watch?v=tKfoXfME4xE 二、發展活動 (20 分鐘)： 1. 台灣槍砲彈藥刀械管制條例的說明。 https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?pcode=D0080047 2. 原住民狩獵管理辦法	學習單	自編教材
二	(2) 狩獵文化探討	原 E10 原住民族音樂、舞蹈、服	自 INf-III-3 自然界生物的特徵與原				

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		飾、建築與各種工藝技藝實作。	理在人類生活上的應用。		https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?pcode=M0120007 3. 原住民族獵捕宰殺利用野生動物 申辦檢查表三、統整活動 (10 分鐘) : 狩獵文化抵觸國家法令的探討: https://www.youtube.com/watch?v=6DdCVCvdhVs https://www.youtube.com/watch?v=pmRtr0BtQLE 原住民狩獵與法律的衝突學習單習寫		
三	單元二: 植物辨識	社 1b-III-3 解析特定人物、族群與事件在所處時間、空間脈絡中的位置與意義。	社 Af-III-1 為了確保基本人權、維護生態環境的永續發展，全球須共同關心許多議題。	1. 學習常見植物的辨識技巧。 2. 認識植物在自然環境與原住民生活中的應用。 3. 培養觀察自然的能力與尊重自然的態度。	一、引起動機 (10 分鐘) : 1. 帶至後山，實際觀察、展示常見野生植物(動物會吃食的植物)，引起學生對植物的興趣。 2. 問答互動：提問學生對於植物的認識和應用，激發他們對植物辨識的興趣。 二、發展活動 (20 分鐘) : 1. 教學植物辨識技巧：介紹植物的一般特徵，如葉子、花朵、果實等，並示範如何辨識植物。 2. 實地觀察：帶領學生到校園後山環境進行實地觀察，讓他們練習辨識植物。 3. 後山常見植物介紹 三、統整活動 (5 分鐘) : 1.. 總結討論：老師總結植物辨識的基本概念和技巧，並強調植物在原住民文化中的應用和價值。	1 口語評量: 學生能說出植物圖片名稱 2 口語評量: 學生說出植物的一般特徵 3. 食農教育: 學生體驗將常見	自編教材
四		自 ai-III-1 透過科學探索了解現象發生的原因或機制，滿足好奇心。	自 INf-III-3 自然科學領域界生物的特徵與原理在人類生活上的應用。				
五							

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		原 E10 原住民族音樂、舞蹈、服飾、建築與各種工藝技藝實作。				植物放入食材，並品嚐。(學生參與程度)	
六	單元三： 強射手- 射箭	社 Bc-III-1 族群或地區的文化特色，各有其產生的背景因素，因而形塑臺灣多元豐富的文化內涵。	社 Bc-III-1 族群或地區的文化特色，各有其產生的背景因素，因而形塑臺灣多元豐富的文化內涵。	1. 學生能夠瞭解射箭活動中的安全原則和注意事項。	第一節課 引起動機 (10 分鐘)： 1. 展示一些與射箭相關的影片片段或圖片，介紹射箭在原住民文化中的重要性和傳統。 2. 問答互動：提問學生對射箭的了解和興趣，激發他們的思考和參與。 二、發展活動)： 1. 示範射箭基本技術：老師示範正確的射箭姿勢、握弓方式和箭矢的發射動作，讓學生理解射箭的基本技巧。 2. 學生練習：讓學生分組進行射箭基本技術的練習，老師逐一指導，確保學生掌握正確的射箭姿勢和動作。 三、統整活動 (10 分鐘)：	1. 能說出射箭的安全規定	自編教材
七		自 ai-III-1 透過科學探索了解現象發生的原因或機制，滿足好奇心。	自 INf-III-3 自然科學領域界生物的特徵與原理在人類生活上的應用。	2. 學生能夠掌握正確的射箭姿勢，包括站姿、握弓方式和身體平衡，並瞭解箭矢的發射動作。			
八				3. 學生能夠認識和了解射箭所使用的器材，包括弓、箭和其他配件，並能夠正確地使用和保養這些器材。			
九							

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
十		原 E10 原住民族音樂、舞蹈、服飾、建築與各種工藝技藝實作。 安 E2 了解危機與安全。			1. 小組比賽：組織射箭比賽，讓學生應用所學的射箭基本技術進行比賽，並鼓勵彼此合作和互相鼓勵。 2. 總結討論：老師總結射箭的基本技術和姿勢，強調射箭在原住民文化中的重要性和價值。 第二節課 一、引起動機（10 分鐘）： 1. 回顧上一堂課學到的射箭基本技術，讓學生感受到自己的進步和成就。 2. 問答互動：提問學生對於進一步提高射箭技術的想法和看法，激發他們的參與和討論。 二、發展活動（20 分鐘）： 1. 示範進階射箭技術：老師示範一些進階的射箭技術，如精準瞄準、控制射箭力度和角度等，讓學生了解不同的射箭策略。 2. 學生練習：讓學生分組進行進階射箭技術的練習，老師提供個別指導和建議，幫助他們提高射箭技術。 三、統整活動（10 分鐘）： 1. 安全講解：強調射箭活動中的安全原則和注意事項，並確保學生理解和遵守這些規定。 2. 學生表現展示：每個小組展示他們練習的成果，並分享彼此的射箭技術和體驗。	2. 能認識基本握弓姿勢的技能概念與動作練習的策略。 3. 能運用正確拉弓動作的練習策略。 4. 能做出正確的拉弓射擊動作。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
					3. 總結討論：老師總結進階射箭技術的重點和技巧，並強調尊重和安全在射箭活動中的重要性。 第三節課 一、引發動機（10 分鐘）： 1. 展示原住民射箭的圖片或影片，介紹射箭在原住民文化中的重要性和傳統價值。 2. 問答互動：提問學生對射箭的印象和了解，激發他們對射箭技術的興趣。 二、發展活動（20 分鐘）： 1. 示範射箭基本姿勢：老師示範正確的射箭姿勢、握弓方式和拉弓技巧，讓學生了解射箭的基本要素。 2. 學生練習：學生進行射箭基本姿勢的模擬練習，老師個別指導並給予反饋，幫助學生熟練掌握基本姿勢。 三、統整活動（10 分鐘）： 1. 學生表現展示：幾位學生上台展示他們學習到的射箭基本姿勢，並彼此給予評價和建議。 2. 總結討論：老師總結射箭基本姿勢的重要性的技術要點，強調射箭在原住民文化中的應用和價值。 第四節課	5. 能正確做出裸弓瞄準姿勢。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
					一、引發動機（10 分鐘）： 1. 回顧上一堂課的學習內容，強調射箭技術的重要性和應用價值。2. 問答互動：提問學生對射箭技術的進一步學習興趣和期望，激發他們的參與和討論。 三、發展活動（20 分鐘）： 1. 示範射箭進階技術：老師示範一些進階的射箭技術，如瞄準精確度的提高、射箭力度的控制等，讓學生瞭解不同的射箭策略和技術。 2. 學生練習：學生進行射箭進階技術的模擬練習，老師個別指導並提供技術指導，幫助學生提高射箭技術。 三、統整活動（10 分鐘）： 1. 學生表現展示：幾位學生上台展示他們學習到的射箭進階技術，並彼此分享心得和感受。 2. 總結討論：老師總結射箭進階技術的重點和技巧，強調射箭在原住民生活中的角色和意義。 第五節課 一、引發動機（10 分鐘）： 1. 回顧上兩堂課的學習內容，強調射箭活動中的安全和倫理問題。2. 問答互動：提問學生對射箭安全和倫理的理解和看法，激發他們的討論和參與。 二、發展活動（20 分鐘）：	6. 標靶射箭成績統計	

附件 3-3（國中小各年級適用）

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				
					1. 安全講解：老師向學生詳細介紹射箭活動中的安全原則和注意事項，並強調射箭器材的正確使用和保養。 2. 環保教育：老師和學生討論射箭活動對自然科學領域環境的影響，並提出保護環境的建議和方法。 三、統整活動（10 分鐘）： 1. 安全測驗：進行射箭安全知識的測驗，確保學生理解並遵守射箭活動中的安全認知		自選/編教材須經課發會審查通過

【第二學期】

課程名稱	彈性課程/文化課-山林織語-山林智慧		年級/班級	6 年級/ 甲班
彈性學習課程類別	☒ 統整性(☒ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題)探究課程 ☐ 社團活動與技藝課程 ☐ 特殊需求領域課程 ☐ 其他類課程		上課節數	8
			設計教師	蔡窈靜
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	☐ 國語文 ☐ 英語文(不含國小低年級) ☐ 本土語文 ☐ 臺灣手語 ☐ 新住民語文 ☐ 數學 ☐ 生活課程 ☐ 健康與體育 ☒ 社會 ☒ 自然科學 ☐ 藝術 ☐ 綜合活動 ☐ 資訊科技(國小) ☐ 科技(國中)		☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☒ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 家庭教育 ☐ 戶外教育 ☒ 原住民教育 ☐ 國際教育 ☐ 性別平等教育 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※ ☒ 交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點， 例：交 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	健康:健康成長 多元:多元學習 傳薪:薪傳文化 卓越:卓越創新	與學校願景 呼應之說明	以健康成長，多元學習，薪傳文化、卓越創新的理念，透過對話行動和決策，讓師生有所感，期待重塑校園核心價值與文化薪傳文化：持續賽德克族、泰雅族民族精神，制度，生活與藝術的傳承，讓傳統文化生生不息。	
設計理念	為了讓學生能傳承賽德克族、泰雅文化，使祖先傳統文化生生不息，透過以 山林智慧 為主題，學習編織文化及技術，以培養學生團隊成員 合作之素養體、驗生活環境中的美感同並能同理心應用在生活與人際溝通。			
總綱核心素養具體內涵	B1 具備「聽、說、讀、寫、作」的基本語文素養，並具有生活所需的基礎數理、肢體及藝術等符號知能，能以同理心應用在生活與人際溝通。	領綱核心素養具體內涵	社-E-B1 透過語言、文字 及圖像等表徵符 號，理解人類生 活的豐富面貌， 並能運用多樣的 表徵符號解釋相 關訊息，達成溝 通的目的，促進 相互間的理解。 社-E-C2 建立良好的人際 互動關係，養成 尊重差異、關懷 他人及團隊合作 的態度。	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

	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。		自-E-C2 透過探索科學的合作學習，培養與同儕溝通表達、團隊合作及和諧相處的能力。
課程目標	1. 認識四種原住民常用的狩獵陷阱。 2. 能分辨不同陷阱適合設置的場域及其設計原理。 3. 實際操作並成功架設一種繩索陷阱，體驗傳統狩獵智慧。 4. 理解射箭在原住民文化中的重要性和歷史背景。 5. 學習射箭的基本姿勢和技術，包括握弓方式、拉弓動作、瞄準和發射等。3. 掌握射箭器材的基本構造和使用方法，如弓、箭、箭靶等。		

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
一	單元一 (2) 獵物在哪裡-陷阱	社 1b-III-3 解析特定人物、族群與事件在所處時間、空間脈絡中的位置與意義。	社 Af-III-1 為了確保基本人權、維護生態環境的永續發展，全球須共同關心許多議題。	1. 認識四種原住民常用的狩獵陷阱。 2. 能分辨不同陷阱適合設置的場域及其設計原理。 3. 實際操作並成功架設一種繩索陷阱，體驗傳統狩獵智慧。	第一節課：體驗簡易陷阱(四種) 一. 引起動機： 情境說明： 賽德克族是個擅長打獵的民族，而狩獵是本族男子必備的技能。狩獵活動更是太魯閣族的榮耀與尊嚴、團結與合作的象徵。一個好獵人，不只要懂		自編教材
二		自 ai-III-1 透過科學探索了解現象發生的原因或機制，滿足好奇心。	自 INF-III-3 自然科學領域界生物的特徵與原理在人類生活上的應用。				

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		原 E10 原住民族音樂、舞蹈、服飾、建築與各種工藝技藝實作。			得狩獵技能及嚴守狩獵規範，還要能掌握獵場的動植物生態，以擅用狩獵技術。本單元是狩獵技的入門課，低年級的學生在本單元要學會認識不同種類的陷阱，並知道架設陷阱的適當場域，以及能實作架設至少一種繩索陷阱。 二. 發展活動： 1. 使用簡易陷阱展示、說明介紹不同種類的陷阱及其所採用的材料。 (1)套腳陷阱。 (2)夾棍陷阱。 (3)石板陷阱。 (4)套頭陷阱。	能說出認識四種原住民常用的狩獵陷阱	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少 含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
					2. 學生體驗簡易陷阱展示：讓學生觀察、操作和體驗不同的狩獵工具，了解其使用方法和效果。 三、統整活動： 1. 知識回顧：老師總結本節課學習的重點，強調狩獵工具在原住民文化中的重要性和應用價值。 第二節課：能在校園內成功架設自己的陷阱。 一、引起動機： 1. 老師在後山先指導學生就地取材製作陷阱所需要的材料。 二、發展活動：	能製作出套腳狩獵陷阱	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂，若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
					1. 老師示範 (1) 初步整理架設現場 (2) 架設陷阱-套腳陷阱 (3) 偽裝現場 2、小小獵人開始架設陷阱(獵人教師從旁指導並注意學生安全) 小試身手-學生體驗，教師從旁指導。 三、統整活動： 1. 能在校園內成功架設自己的陷阱，並欣賞同學製作的陷阱。		
三	單元二：神射手-射箭(6)	社 Bc-III-1 族群或地區的文化特色，各有其產生的背景因素，因而形塑臺灣多元豐富的文化內涵。	社 Bc-III-1 族群或地區的文化特色，各有其產生的背景因素，因而形塑臺灣多元豐富的文化內涵。 自 INf-III-3 自然科學領域界生物的特徵	1. 理解射箭在原住民文化中的重要性和歷史背景。 2. 學習射箭的基本姿勢和技術，包括握弓方式、拉弓動作、瞄準和發射等。	第一節課 一、引起動機(10 分鐘)： 1. 展示一些射箭比賽的影片或圖片，介紹射箭運動的魅力和技術。2. 問答互動：提問學生對射箭的認識和興趣，激發他們對射箭技術的學習動機。 二、發展活動(20 分鐘)：	口語評量能說出射箭的安全規定	自編教材
四							

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容 可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源 自選/編教材 須經課發 會審查通過
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」					
五		自 ai-III-1 透過科學探索 了解現象發生的原因或機制，滿足好奇心。	與原理在人類生活上的應用。	3. 掌握射箭器材的基本構造和使用方法，如弓、箭、箭靶等。	1. 示範基本姿勢：老師示範射箭的基本姿勢，包括站姿、握弓方式、拉弓動作等。 2. 學生實踐：讓學生模仿示範，進行射箭基本姿勢的練習，並逐步調整至正確姿勢。 3. 弓箭器材介紹：介紹射箭器材的基本結構和使用方法，讓學生了解各個部分的功能和操作方式。 三、統整活動（10 分鐘）： 1. 知識回顧：複習本節課學習的射箭基本姿勢和動作，強調其重要性和應用。 2. 問答環節：學生提出對射箭姿勢和器材的問題和想法，老師進行解答和補充說明。 第二節課 一、引起動機（10 分鐘）： 1. 回顧上一節課學習的射箭基本姿勢和動作，強調瞄準的重要性。2. 問答互動：提問學生對射箭瞄準技巧的理解和興	實作評量 能認識基本握弓姿勢的技能概念與動作練習的策略。 能運用正確拉弓動作的練習策略。	
六		原 E10 原住民族音樂、舞蹈、服飾、建築與各種工藝技藝實作。					
七		安 E2 了解危機與安全。					
八							

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	學習內容 可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源 自選/編教材須經課發會審查通過
週次	單元名稱 /節數						
					趣，激發他們對射箭準心的學習動機。 二、發展活動（20 分鐘）： 1. 準心訓練：介紹射箭準心的基本原理和技巧，如眼睛對準、目標距離等，並進行示範和練習。 2. 瞄準練習：讓學生進行瞄準練習，使用箭靶進行實際射擊，並個別指導和調整瞄準姿勢。 3. 射箭比賽：進行小型射箭比賽，讓學生應用所學技巧進行比賽，並鼓勵相互交流和學習。 三、統整活動（10 分鐘）： 1. 知識擴展：通過閱讀相關資料或觀看射箭比賽的影片，擴展學生對射箭準心和瞄準 第三節課 一、引起動機（10 分鐘）：	能正確做出裸弓瞄準姿勢。 實作評量 標靶射箭成績統計	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	學習內容 可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源 自選/編教材須經課發會審查通過
週次	單元名稱 / 節數						
					1. 回顧上一節課學習的射箭準心和瞄準技巧，強調技術細節對準確性的影響。 2. 問答互動：提問學生對射箭技術細節的理解和興趣，激發他們對技術精進的動機。 二、發展活動（20 分鐘）： 1. 技術細節示範：老師示範手指的放置和拉弓的力度等射箭技術細節，並進行解說和演示。 2. 學生練習：讓學生進行射箭技術細節的練習，觀察和感受各個動作的影響。 3. 射箭練習：讓學生進行射箭練習，著重技術細節的應用和調整，並個別指導和調整。 三、統整活動（10 分鐘）： 1. 知識擴展：通過討論射箭技術細節對射箭準確性的影響，加深學生對技術細節的理解。	實作評量： 能瞄準準新技巧 口語評量 能說出箭技術細節對射箭準確性的影響	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	學習內容 可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源 自選/編教材須經課發會審查通過
週次	單元名稱 /節數						
					2. 問答環節：學生提出對射箭技術細節的問題和疑惑，老師進行解答和補充說明。 一、引起動機（10 分鐘）： 1. 展示一些射箭比賽的影片或圖片，介紹射箭比賽的競爭激烈和技巧要求。 2. 問答互動：提問學生對射箭比賽的了解和期待，激發他們對比賽技巧的學習動機。 二、發展活動（20 分鐘）： 1. 比賽技巧介紹：講解射箭比賽的技巧和策略，如時間控制、心理準備和比賽策略等。 2. 模擬比賽：進行射箭比賽的模擬練習，讓學生在模擬比賽中應用所學技巧和策略，並進行實際比賽。 3. 比賽回顧：評估模擬比賽的表現，討論比賽中的優勢和不足，並提出改進建議和策略調整。 三、統整活動（10 分鐘）：	口語評量 能說出 射箭比賽的 技巧和策略	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	學習內容 可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源 自選/編教材須經課發會審查通過
週次	單元名稱 /節數						
					1. 知識擴展：通過閱讀相關資料或觀看射箭比賽的精彩片段，加深學生對射箭比賽技巧的理解和應用。 2. 問答環節：學生提出對射箭比賽技巧的問題和疑惑，老師進行解答和補充說明。 第五節課 一、引起動機（10 分鐘）： 1. 回顧上一節課學習的射箭比賽技巧和策略，強調心理素質對比賽表現的重要性。 2. 問答互動：提問學生對射箭比賽心理準備的理解和期待，激發他們對心理素質的學習動機。 二、發展活動（20 分鐘）： 1. 比賽心理準備：介紹射箭比賽前的心理準備工作，包括放鬆訓練、集中注意力和設定目標等。 2. 壓力管理技巧：講解射箭比賽中的壓力來源和應對策略，	口語評量 能說出射箭比賽的技巧和策略 實作評量 能做出放鬆練習、專注訓練和壓力測試	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	學習內容 可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源 自選/編教材須經課發會審查通過
週次	單元名稱 /節數						
					如正面思考、深呼吸和放鬆身心等。 3. 心理訓練：進行射箭比賽心理準備的訓練，包括放鬆練習、專注訓練和壓力測試等。 三、統整活動（10 分鐘）： 1. 知識擴展：通過閱讀相關資料或觀看射箭比賽心理準備的案例，加深學生對心理素質的理解和應用。 2. 問答環節：學生提出對射箭比賽心理準備的問題和疑惑，老師進行解答和補充說明。 第六節課 一、引起動機（10 分鐘）： 1. 回顧上一節課學習的射箭比賽心理準備和壓力管理技巧，強調反思和改進的重要性。 2. 問答互動：提問學生對射箭比賽後的反思和改進的看法和期待，激發他們對自我提升的動機。 二、發展活動（20 分鐘）：	實作評量 能做出放鬆練習、專注訓練和壓力測試	

附件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	學習內容 可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源 自選/編教材須經課發會審查通過
週次	單元名稱 /節數						
					1. 比賽成績分析：評估學生在模擬比賽中的表現和成績，找出問題和改進空間。 2. 改進計劃制定：根據分析結果，制定射箭技術和比賽策略的改進計劃，設定具體目標和行動計劃。 3. 學生討論：讓學生進行小組討論，分享自己的改進計劃和想法，並互相交流和反饋。 三、統整活動（10 分鐘）： 1. 知識擴展：通過討論案例或閱讀資料，擴展學生對射箭比賽後反思和改進的理解和應用。 2. 問答環節：學生提出對改進計劃的問題和疑惑，老師進行解答		

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。
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. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。