

嘉義縣布袋鎮布袋國民小學 109 學年度特殊教育學生健體領域教學進度總表 設計者：蕭嘉興

- 一、教材來源：■自編 □編選-參考教材 二、每週學習節數：3 節 三、教學對象：智障重度 4 年級 1 人、多障極重度 4 年級 1 人，合計 2 人
 四、安置類型：集中式特教班
 五、核心素養/學習重點（能力指標）/學年目標/評量方式

領域核心素養	領綱學習重點/調整後領綱學習重點	學年目標	評量方式 (含調整)
<p>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。</p> <p>健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。</p> <p>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、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>	<p>【學習表現】 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。<u>簡化</u>認識影響身心健康的相關行為 1a-II-2 了解促進健康生活的<u>簡化</u>方法。<u>簡化</u>建立日常生活的良好習慣 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<u>不調整</u> 2b-II-1 遵守健康的生活規範。<u>不調整</u> 2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。<u>不調整</u> 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。<u>簡化</u>模仿老師示範的基本動作 4a-II-2 展現促進健康的行為。<u>不調整</u> 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。<u>簡化</u>在教師協助下參與</p> <p>【學習內容】 Ab-II-1 體適能活動。<u>不調整</u> Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。<u>簡化</u>在教師引導下體認 Bc-II-1 暖身、伸展動作原則。<u>不調整</u> Da-II-1 良好的衛生習慣。<u>不調整</u> Db-II-1 男女生殖器官的基本功能與差異。<u>簡化</u>在教師引導下認識 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。<u>不調整</u> Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。<u>簡化</u>教師引導下完成</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在協助下能培養個人良好衛生習慣。 2. 在協助下能認識日常生活中的危險事物。 3. 在協助下能欣賞體育競賽活動。 4. 在協助下能分辨並建立兩性間合宜的行為。 5. 在協助下能做出體適能相關基本動作。 6. 在協助下能參與團體健體活動。 	<p>課程之評量方式採課程本位評量方式評量，以問答、指認、觀察和實作為主。</p>

五、本學期課程內涵：

第一學期

週次	單元名稱/學習內容	週次	單元名稱/學習內容
第 1~5 週	用餐高手 1. 用餐前要先洗手。 2. 用餐過程不挑食 3. 與同學一同推餐車抬餐桶。 4. 用餐完會自己洗臉。	第 6-10 週	認識安全 1. 認識危險的遊戲動作。 2. 認識安全的遊戲環境與設施。 3. 認識正確的遊戲安全行為。
第 11~15 週	性別平等 1. 認識男生和女生在外在特徵。 2. 認識男生和女生在外在與內在上的差異。 3. 瞭解他人不可隨意觸碰自己的身體。 4. 在團體中知道正向的互動行為。 5. 知道在危機發生時尋求幫助。	第 16-21 週	當個好觀眾 1. 學習做個好好觀眾，學習體育活動欣賞基本禮節。 2. 學習體驗校內體適能活動，當個優質好選手。

第二學期

週次	單元名稱/學習內容	週次	單元名稱/學習內容
第 1~5 週	我會注意安全 1. 認識家庭生活中會產生的危險，並進而預防，例如記得關瓦斯桶等。 2. 認識校園生活中會產生的危險因子，並進而預防，例如校園的死角、陌生人到校園騷擾。 3. 學習認識社區中會產生的危險因子，並知道如何協助處理，例如發現失火打 119、發現小偷打 110 等。	第 6-10 週	手眼協調一極棒 1. 能完成跑、跳與行進間投擲的基本動作。 2. 做拍球、滾球、擊球、踢球等簡單的基本動作。 3. 能在教師協助下完成滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。
第 11~15 週	男生女生好朋友 1. 認識自我成長的明顯特徵 2. 認識男生女生的第二性徵。 3. 認識男生女生的差異性。 4. 知道對於異性要互相接納、彼此尊重。 5. 認識性侵害與性騷擾。 6. 知道他人碰觸或侵害自己的身體能拒絕並尋求幫助。	第 16-21 週	運動高手 1. 認識簡單的球類規則。 2. 了解團體活動應遵守的規則。 3. 了解團體活動中能與他人一起合作