

嘉義縣布袋鎮布袋國民小學 110 學年度特殊教育學生健體領域教學進度總表 設計者：陳家鈺

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 5 級 1 人、多障極重度 5 年級 1 人，合計 2 人
 四、核心素養、學年目標、評量方式

領域核心素養	調整後領綱學習表現	調整後領綱學習內容	學年目標	評量方式
<p>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。</p> <p>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。</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>1b-III-1 理解健康技能和生 活技能對健康維護的重要 性。</p> <p>1c-III-1 了解運動技能要素 和基本運動規範。</p> <p>1d-III-1 了解運動技能的要 素和要領。</p> <p>2a-III-1 關注健康議題受到 個人、家庭、學校與社區等 因素的交互作用之影響。</p> <p>2b-III-1 認同健康的生活規 範、態度與價值觀。</p> <p>2c-III-1 表現基本運動精神</p> <p>2d-III-2 分辨運動賽事中選 手和觀眾的角色與責任。</p> <p>3a-III-1 流暢地操作基礎健 康技能。</p> <p>簡化演練基礎健康技能。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控 制和協調能力。</p> <p>4d-III-1 養成規律運動習 慣，維持動態生活。</p>	<p>Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核 心能力與用藥諮詢。 簡化在協助下能認識常見藥物的 種類及用藥應注意事項。</p> <p>Bc-III-1 基礎運動傷害預防與 處理方法。</p> <p>Cb-III-1 運動安全教育、運動精 神與運動養知識。</p> <p>Da-III-1 衛生保健習慣的改進方 法。 簡化建立良好的身體保健習慣。</p> <p>Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基 本動作及基礎戰術。 簡化球類運動基本動作運用。</p> <p>Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋 轉與騰躍動作。 簡化能進行伸展基本動作。</p>	<p>一、在協助下能認識常見藥物的 種類及用藥應注意事項。</p> <p>二、在協助下能避免運動傷害與 認識處理方法。</p> <p>三、在協助下能認識運動安全教 育、運動精神與運動知識。</p> <p>四、建立良好的身體保健習慣。</p> <p>五、能進行球類運動基本動作運 用。</p> <p>六、能進行肢體的伸展基本動 作。</p>	<p>一、 操作：學生能拿 出正確的圖卡。</p> <p>二、 指認：學生能正 確指認圖卡。</p> <p>三、 觀察：學生表現 能達到教師要 求</p> <p>四、 實作：學生實 作能達到教師 基本要求</p>

五、本學期課程內涵：第一學期

教學進度	單元名稱	學習目標	教學重點
第 1-6 週	我會照顧自己	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在協助下能認識常見藥物的基本分類。 2. 在協助下能瞭解用藥注意事項並乖乖吃藥。 3. 在協助下能認識如何照顧自己的口腔健康。 4. 在協助下能認識如何照顧自己的身體健康。 	<p>認識生活中常見藥物</p> <p>瞭解用藥注意事項</p> <p>配合因生病而服用藥物</p> <p>口腔健康照顧</p>
第 7-12 週	認識傳染病	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在協助下能認識常見的傳染疾病。 2. 在協助下能認識常見的疾病傳染的途徑。 3. 在協助下能知道常見傳染疾病的預防方法。 	<p>認識常見的傳染疾病</p> <p>認識常見的疾病傳染的途徑</p> <p>認識傳染疾病的預防方法</p>
第 13-20 週	運動傷害與運動安全	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在協助下能認識常見的運動傷害。 2. 在協助下能瞭解避免運動傷害的方法。 3. 在協助下能認識危險的運動肢體動作。 4. 在協助下學習做個好觀眾，培養體育活動欣賞禮節。 5. 能學習體驗校內體適能活動，當個優質好選手。 	<p>認識常見的運動傷害</p> <p>學習避免運動傷害</p> <p>認識危險的運動肢體動作</p> <p>體驗校內體適能活動</p> <p>培養體育活動欣賞禮節</p>

第二學期

教學進度	單元名稱	學習目標	教學重點
第 1-6 週	玩球小高手	1. 在協助下能完成跑與跳的基本肢體動作。 2. 在協助下能做以手拍大球等簡單的基本動作。 3. 在協助下能做滾大球等簡單的基本動作。 4. 在協助下能做踢大球等簡單的基本動作。 5. 在協助下能與同儕玩傳接球的遊戲。	學會跑與跳的基本肢體動作 學會拍球等簡單的基本動作 學會滾球等簡單的基本動作 學會踢球等簡單的基本動作
第 7-12 週	翻滾吧! 男孩	1. 能在教師肢體協助下進行身體的滾翻動作。 2. 能在教師肢體協助下做出上肢伸展運動。 3. 能在教師肢體協助下做出上肢伸展運動。	學會身體的滾翻動作 學會上肢伸展運動 學會下肢伸展運動
第 13-20 週	瑜珈高手	1. 能在教師肢體協助下進行身體的支撐動作。 2. 能在教師肢體協助下進行身體的平衡動作。 3. 能在教師肢體協助下進行身體的擺盪動作。	學習身體的支撐動作。 學習身體的平衡動作。 學習身體的擺盪動作。

註 1：請分別列出第一學期及第二學期學習領域（語文、數學、自然科學、綜合、藝術、健體、社會等領域）之教學計畫表。

註 2：接受巡迴輔導學生領域課程亦使用本表格，請巡迴輔導教師填寫後交給受巡迴輔導學校併入該校課程計畫。

註 3：4-6 年級採用九年一貫課程者，領域核心素養無需填寫，領綱學習重點/調整後領綱學習重點請自行修改為能力指標/調整後的能力指標