

三、嘉義縣 國小 114 學年度校訂課程教學內容規劃表(上/下學期，各一份。若為同一個課程主題則可合為一份)

表 14-3 校訂課程教學內容規劃表

全校學生人數未滿五十人需實施混齡，本課程是否實施混齡教學：是 ☒ (3 年級和 4 年級) 否 ☐

年級	中年級	年級課程 主題名稱	田徑	課程 設計者	賴世昌	總節數/學期 (上/下)	20/上學期
符合 彈性 課程 類型	☐ 第一類 跨領域統整性探究課程 ☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題 ☒ 第二類 ☒ 社團課程 ☐ 技藝課程 ☐ 第四類 其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學(可以複選)						
學校 願景	生態 創藝 品格 國際	與學校願 景呼應之 說明	1. 生態面向 課程中融入環境關懷理念，如選擇低碳運動裝備、舉辦戶外田徑活動時注重場地維護與垃圾分類，讓學生在運動中培養尊重自然、愛護環境的態度。 2. 創藝面向 結合田徑運動與創意表達，例如利用肢體動作設計創意熱身操、紀錄並分析個人表現數據進行圖像創作，激發學生的創意思考與表達能力。 3. 品格面向 透過田徑競賽與團隊合作練習，強調紀律、堅持、尊重與公平競爭精神，幫助學生建立正向的態度與良好品格，培養運動家精神。 4. 國際面向 引進國際田徑規則與選手故事，進行跨文化交流活動，提升學生的國際視野與英文應用能力，讓學生了解運動如何跨越國界、促進理解與和平。 透過田徑課程的多元設計與實踐，我們期望學生在身心發展的同時，亦能具備符合學校願景的核心素養。				

總綱 核心 素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-B2 具備科技與資訊應用的基本素養，並理解各類媒體內容的意義與影響。 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。	課程 目標	1. 能在學習中專心聆聽並遵從教師指導，學習各項田徑技能。 2. 能認識及發揮個人特質。 3. 能應用資訊觀賞各類運動比賽，並從中模仿學習。 4. 在進行團隊活動中，能與他人合作，並理解他人感受具同理心 5. 所對應的核心素養具備各項田徑運動與身心健全的發展素養，提昇運動競技能力，實現個人運動潛能，探索自我觀，肯定自我價值，有效規劃生涯，並透過自我精進與超越，追求健康與幸福的人生」。					
議題 融入	*應融入 ☐ 性別平等教育 ☐ 安全教育(交通安全) ☐ 戶外教育(至少擇一) 或 ☐ 其他議題_____ (非必選)							
融入 議題 實質 內涵								
教學 進度	單元 名稱	領域學習表現 /議題實質內涵	自訂 學習內容	學習目標	表現任務 (學習評量)	學習活動 (教學活動)	教學 資源	節 數

第 (1) 週 — 第 (5) 週	跑步 樂趣 多	1c-II-1 認識 身體活動的動作技能。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c-II-2 表現 增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-II-3 表現 主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 1d-II-1 認識 動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述 自己或他人動作技能的正確性。	- 暖身 - 動態伸展 - 關節活動 - 心肺活動準備 - 各式起跑動作 - 起跑加速技巧 - 起跑訓練 - 姿勢糾正 - 使用圓盤做敏捷動作教學 - 圓盤敏捷訓練 - 圓盤平衡訓練 - 跑步遊戲 - 遊戲化跑步訓練 - 技巧性跑步挑戰 - 運動後收操 - 身體放鬆練習 - 肌肉伸展 - 上課內容討論與省思器材歸還 - 學習內容回顧 - 學生反思與意見分享 - 器材清點與歸還	1 依據教師引導，能夠認識基本的健康常識並有效進行暖身。 2. 了解運動後，須正確收操能遵從老師指導，認真學習動作及正確擺手姿勢，並注意運動安全展示認識身體活動的動作技能，包括各式起跑動作。。 3. 在跑步遊戲中遵守上課規範和運動比賽規則。 4. 透過使用圓盤做敏捷動作教學，展現增進團隊合作、友善的互動行為。 5. 在運動後收操過程中，表現出主動參與、樂於嘗試的學習態度。 6. 進行上課內容討論與省思器材歸還時，運用遊戲的合作和競爭策略。	- 能正確做運動前身 - 能用各式起跑動作跑步 - 會做圓盤 S 形跑及併腳跳躍圓盤 - 能與同伴安全進行跑步遊戲 - 能正確做收操動作 - 能認真參與討論與發表 - 能與同學合作借還器材。	- 運動前暖身動作教學 - 跑的基本動作 - 起跑—身體重心與反應速度 - 體驗各式起跑動作（坐式、躺式、趴式、跳動式……） - 敏捷動作練習—圓盤 - 有趣的跑步遊戲 - 運動後收操動作教學 - 分組設計跑步遊戲 - 提出自己和別組遊戲檢討與省思 - 分組輪流收拾歸還器材	起 跑 架 圓 盤	5
--	------------------------	--	---	---	---	--	--------------------------	----------

第 (6) 週 - 第 (10) 週	跑步 樂趣 多	健體/ 1d-II-1 認識 動作技能概念 與動作練習的 策略。 2c-II-3 表現 主動參與、樂 於嘗試的學習 態度。 2c-II-2 表現 增進團隊合 作、友善的互 動行為。 3d-II-2 運用 遊戲的合作和 競爭策略。 1d-II-2 描述 自己或他人動 作技能的正確 性 2d-II-1 描述 參與身體活動 的感覺。	1. 暖身活動 2. 跑的基本動作— 擺手與抬腿 3. 障礙遊戲韻律節 奏與跨越—繩梯與 小跳欄 4. 站立式起跑-起 跑 5. 蹲踞式起跑一起 跑 6. 60 公尺短跑 7. 分組跑步動作示 範 8. 收操 9. 分組檢討與省思 10. 歸還器	1. 能認識跑步擺手 抬腿手腳之良好姿 勢與位置 2. 學習時能主動參與 並勇敢嘗試個個 練習動作 3. 能遵從老師指導， 認真學習各式起跑 動作及正確擺手姿 勢，並注意運動安全 4. 能與他人團隊合 作，爭取團隊最佳表現。 5. 透過障礙遊戲韻 律節奏與跨越—繩 梯與小跳欄，加強團 隊合作、友善的互動 行為。 6. 在蹲踞式起跑一 起跑過程中，描述動 作技能的正確性。 7. 在進行60公尺短 跑時，敘述參與身體 活動的感受。 8. 課前課後器材借 用及歸還	1. 能正確做運動前暖身 2. 能正確做出擺手抬腿 動作 3. 能在繩梯和小跳欄上 做有節奏性的跑跳 4. 能用站立式起跑動作 起跑 5. 能用蹲踞式起跑動作 起跑 6. 能認真跑完 60 公尺 7. 分組展示起跑動作 8. 能認真參與討論與發 表 9. 能與同學合作借還器 材。	1. 暖身活動 2. 跑的基本動作—擺手與抬 腿 3. 障礙遊戲韻律節奏與跨越 —繩梯與小跳欄 4. 站立式起跑-起跑 5. 蹲踞式起跑一起跑 6. 60 公尺短跑 7. 分組展示起跑流程 8. 收操 9. 分組檢討與省思 10. 分組歸還器材	繩 梯 和 小 跳 欄 皮 尺	5
---	------------------------	---	--	--	---	---	------------------------------------	----------

第 (11) 週 — 第 (15) 週	跑步 樂趣 多	健體/ 2c-II-1 遵守 上課規範和運 動比賽規則。 1d-II-1 認識 動作技能概念 與動作練習的 策略。 2d-II-2 表現 觀賞者的角色 和責任。 2c-II-2 表現 增進團隊合 作、友善的互 動行為 2c-II-3 表現 主動參與樂於 嘗試的學習態 度。 3d-II-2 運用 遊戲的合作和 競爭策略。 1d-II-2 描述 自己或他人動 作技能的正確 性。	1. 暖身活動 2. 跑的基本動作 3. 障礙遊戲韻律節 奏與跨越 4. 接力練習---傳 棒、助跑與接棒 5. 安全注意事項 6. 接力遊戲 7. 收操檢討	1. 在暖身活動中，遵 守上課規範和運動 比賽規則。 2. 能夠理解動作技 能概念，並在跑的基 本動作中有效應用。 3. 在障礙遊戲韻律 節奏與跨越中，展示 觀賞者的角色和責 任。 4. 在安全注意事項 中，展示積極參與、 樂於嘗試的學習態 度。 5. 在接力遊戲中， 應用遊戲中的合作 和競爭策略。 6. 在收操檢討過程 中，描述自己或他人 動作技能的正確性。 7. 課前課後器材借 用及歸還	1. 能正確做出跑的基本 動作 2. 能在繩梯和小跳欄上 做有節奏性的跑跳 3. 知道如何搜尋相關運 動影片 4. 能正確傳接棒 5. 會在接棒前進行助跑 6. 能注意跑步時的安全 7. 能正確做收操動作 8. 能認真參與討論與發 表接力活動 7. 能與同學合作借還器 材。	1. 暖身活動 2. 跑的基本動作—擺手抬腿 3. 障礙遊戲韻律節奏與跨越 —運用繩梯及小跳欄 4. 肌力訓練---繩梯 5. 觀賞接力賽影片 6. 接力練習---傳棒、助跑 與接棒 6. 安全注意事項 7. 分組設計接力遊戲 8. 檢討與省思 9. 歸還器材	繩梯 和 小 跳 欄 接 力 棒	5
--	------------------------	---	--	--	--	---	---	----------

特教需求學生課程調整	※身心障礙類學生：☐無 ☒有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、身體病弱(1)人 ※資賦優異學生：☒無 ☐有-<u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異2人)</u> ※課程調整建議(特教老師填寫)： 1. 特教老師姓名：許文馨 普教老師姓名：賴世昌
------------	---

年級	中年級	年級課程 主題名稱	田徑	課程 設計者	賴世昌	總節數/學期 (上/下)	20/下學期
符合 彈性 課程 類型	☐ 第一類 跨領域統整性探究課程 ☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題 ☒ 第二類 ☒ 社團課程 ☐ 技藝課程 ☐ 第四類 其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學(可以複選)						
學校 願景	生態 創藝 品格 英語	與學校願 景呼應之 說明	1. 生態面向 課程中融入環境關懷理念，如選擇低碳運動裝備、舉辦戶外田徑活動時注重場地維護與垃圾分類，讓學生在運動中培養尊重自然、愛護環境的態度。 2. 創藝面向 結合田徑運動與創意表達，例如利用肢體動作設計創意熱身操、紀錄並分析個人表現數據進行圖像創作，激發學生的創意思考與表達能力。 3. 品格面向 透過田徑競賽與團隊合作練習，強調紀律、堅持、尊重與公平競爭精神，幫助學生建立正向的態度與良好品格，培養運動家精神。 4. 國際面向 引進國際田徑規則與選手故事，進行跨文化交流活動，提升學生的國際視野與英文應用能力，讓學生了解運動如何跨越國界、促進理解與和平。 透過田徑課程的多元設計與實踐，我們期望學生在身心發展的同時，亦能具備符合學校願景的核心素養。				
總綱 核心 素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。	課程 目標	1. 能在學習中專心聆聽並遵從教師指導，學習各項田徑技能。 2. 能認識及發揮個人特質。 3. 能應用資訊觀賞各類運動比賽，並從中模仿學習。 4. 在進行團隊活動中，能與他人合作，並理解他人感受具同理心				

	E-B2 具備科技與資訊應用的基本素養，並理解各類媒體內容的意義與影響。 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。			5. 所對應的核心素養具備各項田徑運動與身心健全的發展素養，提昇運動競技能力，實現個人運動潛能，探索自我觀，肯定自我價值，有效規劃生涯，並透過自我精進與超越，追求健康與幸福的人生」。				
議題融入	*應融入 ☐ 性別平等教育 ☐ 安全教育(交通安全) ☐ 戶外教育(至少擇一) 或 ☐ 其他議題_____ (非必選)							
融入議題實質內涵								
教學進度	單元名稱	領域學習表現 /議題實質內涵	自訂學習內容	學習目標	表現任務 (學習評量)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節數

第 (1) 週 - 第 (5) 週	跑 步 樂 趣 多	1c-II-1 認識 身體活動的動作技能。 2c-II-1 遵守 上課規範和運動比賽規則。 2c-II-2 表現 增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-II-3 表現 主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3d-II-2 運用 遊戲的合作和競爭策略。 1d-II-1 認識 動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述 自己或他人動作技能的正確性。	1.跳河溝 - 跳躍技巧訓練 - 跨越訓練 2. 高跳 - 跳高訓練 - 技巧性跳躍 3. 通過障礙遊戲 - 障礙跨越 - 障礙競技 4. 跑格子跳 - 動作準確性練習 - 敏捷性跳躍 5. 助跑起跳練習(一) - 助跑訓練 - 起跳技巧 - 跳躍動作練習 6. 助跑起跳練習(二) - 進階助跑訓練 - 動態起跳技巧	1. 通過跳河溝，瞭解基本的健康常識。 2. 透過高跳，掌握身體活動的動作技能。 3.在通過障礙遊戲中，遵守上課規範和運動比賽規則。 4. 透過跑格子跳，提升團隊合作、友善的互動行為。 5. 在助跑起跳練習(一)中，展示積極參與、樂於嘗試的學習態度。 6. 在助跑起跳練習(二)中，應用遊戲中的合作和競爭策略。 7. 透過跳河溝，理解動作技能概念與練習策略。 8. 在高跳時，描述自己或他人動作技能的正確性。	1. 能做出跳河溝之單腳雙腳及交互跳動作 2. 能用跳箱、跳板起跳 3. 會準確踩板起跳 4. 會用助跑起跳並雙腳同時落地完成跳遠 5. 能專心聽講認真學習並分組設計跳遠活動 6. 能仔細觀察他人動作並與他人分享動作技能的正確性 能與同學合作借還器材	**疾行跳遠 1. 跳河溝 - 跨步跳(單腳起跳)·立定跳(兩腳起跳)·連續跨步跳(兩腳交互跳) 1. 高跳 - 利用跳箱第一層做高跳練習·兩腳交互高跳練習。 2. 通過障礙遊戲 (一)·從起跑線起跑，以單腳躍過橡皮筋，再從橡皮筋下鑽過跑回終點線，計時測驗·鑽的時候，不要碰到橡皮筋，高度可依學生年級、身高調整。 3. 跑格子跳 4. 助跑起跳練習 (一)·利用跳板、跳箱做起跳練習·兩腳交互輪流起跳練習。 5. 助跑起跳練習	起跑架 圓盤	5
--	----------------------------------	--	--	--	--	--	-------------------	----------

			跳躍高度 增強			(二)・利用石灰 畫圓圈(或呼拉 圈)及跳箱、助跳 板練習跳遠。・兩 種場地交互練習 並自我記錄得分。 7.分組設計跳遠練習 活動 8.收操 9.分組上課內容檢討 與省思 10.收拾歸還器材		
--	--	--	---	--	--	--	--	--

第 (6) 週 - 第 (10) 週	高 高 在 上	1d-II-1 認識 動作技能概念 與動作練習的 策略。 2c-II-3 表現 主動參與、樂 於嘗試的學習 態度。 2c-II-2 表現 增進團隊合 作、友善的互 動行為。 3d-II-2 運用 遊戲的合作和 競爭策略。 1d-II-2 描述 自己或他人動 作技能的正確 性 2d-II-1 描述 參與身體活動 的感覺。	**跳高遊戲 1. 兩腳跳上跳箱 2. 練習助跑單腳 跳上跳箱 3. 連續兩腳跳高 遊戲 4. 連續單腳跳高 遊戲 5. 跳躍遊戲 **跳高基本動作 6. 助跑練習 7. 起跑練習 8. 跑橡皮筋接力 9. 收操檢討與省 思 10. 歸還器材	1、透過跳高遊戲，理解動作 技能概念與練習策略。 2、在連續單腳跳高遊戲中， 展示積極參與、樂於嘗試的 學習態度。 3. 通過跳躍遊戲，提升團隊 合作、友善的互動行為。 4、在助跑練習中，應用遊戲 中的合作和競爭策略。 5. 在起跑練習時，描述自己 或他人動作技能的正確性。 6. 在收操檢討與省思時，描 述參與身體活動的感覺。	1. 能做出屈膝半蹲著地 2. 會助跑單腳跳上箱 3. 能連續兩腳跳過橡皮 筋並會兩臂用力向上 擺振 4. 單腳起跳時，前腳會 往上抬並雙臂用力上 擺 5. 能認真參與分組設計 活動及討論與發表 6. 能與同學合 作借還器材。	**跳高遊戲 1. 兩腳跳上跳箱 · 重心下降，屈膝半 蹲。 · 兩腳蹬地，兩臂下 擺。 · 屈膝半蹲著地。 2. 助跑單腳跳上跳箱 · 起跳腳用力踏板，兩 臂 往上擺。 · 前導腳高抬上箱。 · 著地時身體應屈膝半 蹲，以保平衡。 3. 連續兩腳跳高遊戲— 橡皮筋 · 起跳時兩腳用力蹬 地， 兩臂用力向上擺振。 4. 連續單腳跳高遊戲 · 起跳時起跳腳蹬地， 前 腳往上抬，兩臂用力 往 上擺振。 5. 跳躍遊戲 · 起跳腳用力踏地面	跳箱 跳板 跳墊 橡皮筋	5
---	----------------------------	---	--	---	--	--	---------------------------------	----------

						· 前 腳 屈 膝 抬 起 · 手臂伸高舉觸物 6. 跑橡皮筋接力 · 跨越橡皮筋。 · 腳著地後迅速鑽過 橡皮 筋回到原，換下一位 同 學。 7. 分組設計跳高遊戲 8. 收操、並檢討與省思 9. 歸還器材		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

第 (11) 週 - 第 (15) 週	高 高 在 上	2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為 2c-II-3 表現主動參與樂於嘗試的學習態度。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。	1. 暖身活動 輕度有氧運動 - 關節活動 - 心肺活動準備 2. 剪式跳高助跑 - 助跑準備 - 動態加速跑 - 技巧性起跳準備 3. 安全注意事項 - 安全指導 - 器材使用安全 - 活動場地安全 4. 接力遊戲 - 團隊接力競賽 - 接力棒傳遞 - 協作性遊戲 5. 收操檢討 - 身體放鬆練習 - 學習成果回顧 - 活動效果分析	1. 透過暖身活動，遵守上課規範和運動比賽規則。 2. 通過剪式跳高助跑，理解動作技能概念與練習策略。 3. 在接力遊戲中，展示觀賞者的角色和責任。 4. 透過接力遊戲，加強團隊合作、友善的互動行為。 5. 在剪式跳高助跑時，描述自己或他人動作技能的正確性。 6. 透過接力遊戲，應用遊戲中的合作和競爭策略。 7. 在收操檢討中，展示積極參與、樂於嘗試的學習態度。	1. 能做出助跑動作 2. 能運用助跑跳上墊 3. 起跳時雙手會用力上提 4. 能完成低高度剪式跳高 5. 能完成低高度腹式跳高 6. 能注意跳高時的安全 7. 分組擔任競賽組裁判組及觀眾組各一次 8. 能正確做收操動作及認真參與討論與發表 9 能與同學合作借還器材。	**剪式跳高 一、助跑練習 (一) 方法 - 屈膝抬腿跑，兩臂自然前擺振。 - 速度由慢加快，步幅由小而大。 - 起跳前兩步稍降低重心，上體微後傾。 (二) 方向 - 左腳起跳者，由橫竿右側助跑。 - 右腳起跳者，由橫竿左側助跑。 - 向橫竿成30度～45度方向助跑。 二、起跑練習 - 身體後傾，往上方垂直跳起。 - 前導腳向前上方擺振，大腿靠近胸部。	跳墊 跳高架 橡皮筋	5
--	----------------------------	---	--	---	---	---	---------------------------	----------

					· 兩臂向前上方擺振 提 高重心，將向前的 速 度變成向上的速 度。 · 起跳點視橫竿高 度， 和試跳姿勢而定。 三、剪式跳高 · 前導腳過竿後，即 向 下擺振。 · 起跳腳屈膝向胸部 抬，過竿後迅速收 腿 · 注意兩手舉高， 勿 碰到橫竿。 **腹式跳高 一、助跑起跳練習 · 助跑：5－7步，最 後2步，重心降低。 · 起跳：以慣用腳用力 蹬 地，兩手用力上提， 把 身體重心帶起。 二、過竿練習	
--	--	--	--	--	---	--

					· 依「過竿動作」練習竿上的動作。 · 橫竿可由低往上漸升：膝高一＞大腿高一＞腰高一＞胸高 三、過竿動作 · 起跳： a 前導腳往胸部抬高。 · 轉身： a 以橫竿為軸，俯臥側轉。 b 頭、右手、右腳（前半 身）先過竿。 c 前半身在竿上時，弓身收小腹。 · 踢腿： a 前半身過竿後，後腳立 即向後上方踢高（伸轉），以免碰落橫竿。 · 著地：兩手掌一＞屈臂一＞肩膀一＞側滾翻一＞背部。 分組輪流擔任競賽裁判觀眾三種角色並提出自己感想	
--	--	--	--	--	--	--

第 (16) 週 - 第 (20) 週		2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。	1. 跑跑跳跳闖關 2. 運動闖關挑戰 3. 跑跳技巧訓練 4. 障礙挑戰 5. 壘球投擲遊戲 6. 壘球比賽 7. 投擲技巧訓練 8. 團隊壘球 9. 期末省思分享 10. 結業反思 11. 學習心得分享 12. 成果檢討	1. 透過跑跑跳跳闖關，遵守上課規範和運動比賽規則。 2. 在壘球投擲遊戲中，增進團隊合作、友善的互動行為。 3. 通過期末省思分享，展示聯合性動作技能。 4. 在跑跑跳跳闖關中，應用遊戲中的合作和競爭策略。 5. 在期末省思分享中，展示觀賞者的角色和責任。 6. 在壘球投擲遊戲中，描述自己或他人動作技能的正確性。	1. 能運用蹲踞式起跑並認真跑完 60 公尺 2. 能在丟擲前做出助跑動作 3. 能藉由他人之丟擲動作說出其動作之優缺點 4. 能說出自己丟擲動作之優缺點及改進方法 5. 能設計遊戲活動並展示之 6. 期末發表自己設計活動心得	一、跑跑跳跳 1 肌力練習：跳繩 2. 跑跳闖關遊戲。 二、壘球擲遠---投擲遊戲 1. 持球動作 ． 拇指與小指緊撐著球 ． 不可把球貼於掌心。 ． 手腕放鬆握球。 2. 低手投擲 ． 向前投擲 ． 向後投擲 ． 以慣用手利用前後擺振的力量將壘（棒）球向前、後投出。 ． 左右手輪流投擲。 ． 向右投擲 ． 向左投擲 3. 肩上投擲 4. 投擲遊戲 ． 穿越擲準--呼拉圈 ． 目標擲準--靶心 4. 分組設計丟擲的遊戲並演示 5. 期末省思分享	壘球 跳繩	5
--	--	---	---	---	--	---	------------------	----------

教材來源	☐ 選用教材 () ☒ 自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)
本主題是否 融入資訊科技教學內容	☒ 無 融入資訊科技教學內容 ☐ 有 融入資訊科技教學內容 共()節 (以連結資訊科技議題為主)
特教需求學生課程調整	※身心障礙類學生: ☐ 無 ☒ 有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、身體病弱(1)人 ※資賦優異學生: ☒ 無 ☐ 有-(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異2人) ※課程調整建議(特教老師填寫): 1. 特教老師姓名：許文馨 普教老師姓名：賴世昌