

112 學年度嘉義縣竹崎高級中學國中部特殊教育班第一二學期健康與體育領域(體育) 教學計畫表 設計者: 吳鎧丞 (表十二之二)

- 一、教材來源：□自編 ■編選-參考教材奇鼎健康與體育 1-6 冊
 二、本領域每週學習節數：2 節
 三、教學對象：中度智障九年級 1 人、中度智障七年級 1 人，共 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
健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。	Cb-IV-1 運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。 Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	1. 認識運動前健康評估與體適能檢測。 2. 了解運動處方設計原則。 3. 建立使用運動設施安全意識。 4. 培養自我挑戰、自我精進的態度。 5. 認識籃球的單、雙手及上籃投籃技巧。 6. 認識飛盤擲盤及接盤技巧等技巧。 8. 認識迷你網球發球、接發球技巧。	問答 藉由與學生的問答內容，評量學生學習成效。 觀察 藉由學生上課表現的態度，評量學生學習成效。 實作 藉由學生實際操作任務，評量學生學習成效

素養。				效。
-----	--	--	--	----

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 1-5 週	敏捷性訓練	1. 能理解敏捷性步伐的重要性 2. 能做出不同的步伐與節奏 3. 能模仿出敏捷訓練動作	1. 說出敏捷性步伐的好處 2. 嘗試完成不同規律的步伐動作 3. 依序做出敏捷性訓練動作
第 6-10 週	陣地攻守型運動-籃球	1. 能理解上籃跟投籃的差異 2. 能理解單手運球雙手運球的不同 3. 能模仿出單手運球雙手運球的動作	1. 能做出籃球上籃跟投籃 2. 能說出單手運球雙手運球的不同 3. 能依序做出單手運球雙手運球的動作
第 11-15 週	標的性運動-飛盤	1. 能理解不同飛盤間的差異 2. 能學會接住飛行中的飛盤	1. 能說出實心空心飛盤的不同 2. 完成徒手接下飛行中的飛盤

		3. 能模仿出接丟飛盤的動作	3. 能依序做出接丟非凡的動作
第 16-20 週	網牆性運動-迷你網球	1. 能理解持拍的要領 2. 能學會用球拍中心擊中球 3. 能模仿出球拍擊球的動作	1. 正確的方式握住球拍 2. 完成球拍擊球的動作 3. 能依序做出球拍及球的動作

第二學期

教學進度	單元名稱	學習目標	教學重點
第 1-5 週	敏捷性訓練	1. 能掌握不同節奏的步伐動作 2. 能做出 3 拍/4 拍以上規律動作 3. 能模仿敏捷訓練中的動作	1. 學會不同節奏的步伐動作 2. 完成 3 拍/4 拍以上規律動作 3. 能依序做出敏捷性訓練的動作
第 6-10 週	網牆性運動-排球	1. 能理解排球基本手勢跟動作 2. 能分辨低手/高手接球的動作 3. 能模仿低手高手接球的動作	1. 做出排球接球手勢跟動作 2. 學會低手/高手接球的動作 3. 能依序做出低手高手接球動作

第 11-15 週	陣地攻守型運動-籃球	1. 能理解空心球跟擦板球的差異 2. 能理解傳球的重要性 3. 能模仿傳球的動作	1. 說出空心球跟擦板球的差異 2. 說出傳球的重要性 3. 能依序做出傳球動作
第 16-20 週	標的性運動-飛盤	1. 能理解飛盤行進會因風向而改變 2. 能學會觀察風向擲出飛盤到定點 3. 能模仿出順風丟擲飛盤的動作	1. 觀察出飛盤行進會因風向而改變 2. 做出觀察風向擲出飛盤到定點 3. 能依序做出順風丟擲飛盤的動作

備註：請分別列出第一學期及第二學期八個學習領域（語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技及健康與體育領域之教學計畫表。