

嘉義縣六腳鄉蒜頭國民小學 114 學年度

表 13-2 特殊教育學生集中式特教班健康與體育領域(體育)A 組、B 組課程教學進度總表

設計者： 闕好甄、劉瑞德

一、教材來源：□自編 ■編選-康軒版、南一版健康與體育教材以及網路資源

二、本領域每週學習節數：□外加 ■抽離 1 節

三、教學對象：A 組：智能障礙 6 年級 1 人、自閉症 5 年級 1 人(與普班融合)、自閉症 4 年級 1 人(與普班融合)，共 3 人。

B 組：多重障礙 4 年級 1 人、自閉症 3 年級 1 人(與普班融合)、多重障礙 1 年級 1 人，共 3 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
A 自主行動： 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。 C 社會參與： 健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。 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。	第一學習階段 1d-I-1 認識身體活動的基本動作。(簡化) 2c-I-2 表現參與的學習態度。(簡化) 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。(保留) 3c-I-2 能於引導下，表現安全的身體活動行為。(簡化) 4d-I-1 願意從事日常身體活動。(簡化)	第一學習階段 Bc-I-1 簡單的暖身動作。(簡化) Cb-I-2 常見班級性體育活動。(簡化) Ga-I-1 走與跑的簡易動作。(簡化、減量) Hb-I-1 球類運動的簡易擲、滾及踢之手眼、手腳動作協調。(重整) Ib-I-1 簡易唱、跳與模仿性律動遊戲。(簡化)	A 組 1. 能依規則進行滾球運動並注意運動安全。 2. 能進行舞蹈律動、跳繩、大隊接力、模仿動物等活動，鍛鍊手臂、臀腿、腹部力量，增加體適能。 3. 能進行健康操、簡易球類運動，提升大肢體動作技能、手眼協調與肌耐力。 4. 能遵守運動規則，並學習團隊合作。	觀察、實作評量： 1. 平時行為表現 2. 學習態度 3. 實物操作 檔案評量： 1. 學習單 2. 照片 1.
	第二學習階段 1b-II-1 認識日常生活中基本健康技能和生活技能。(簡化) 2c-II-1 遵守上課規範和運動項目的簡易規則。(簡化) 2c-II-2 表現配合團隊合作、友善的互動行為。(簡化) 4d-II-1 培養規律運動的習慣。(減量)	第二學習階段 Ab-II-1 簡易體適能遊戲。(簡化) Bc-II-1 暖身、活動部位伸展。(簡化) Cb-II-3 學校運動會的認識與參與。(重整) Ga-II-1 走與跑的簡易動作。(簡化、減量) Hb-II-1 球類運動的擲球及踢球、停	B 組 1. 在人力或輔具協助下，能依規則進行滾球運動並注意運動安全。 2. 在人力或輔具協助下，能進行舞蹈律動、跳繩、大隊接力、模仿動物等活動，鍛鍊手臂、臀腿、腹部力量，增加體適能。 3. 在人力或輔具協助下，能進行健	

	第三學習階段 1c-III-1在引導下，認識動作技能要素和基本運動規範。(簡化) 2b-III-2願意培養良好的健康生活習慣。(簡化) 2c-III-3 表現積極參與的學習態度。(減量) 3c-III-1表現穩定的身體控制和協調能力(簡化) 4d-III-1 養成個人規律運動習慣。(簡化)	球之手眼動作協調、力量及準確的控制。(重整) Ib-II-1 簡易音樂律動與模仿性舞蹈。(簡化) 第三學習階段 Ba-III-2-2休閒活動安全須知。(分解) Cb-III-1運動安全規則的認識。(簡化) Ga-III-1跑、跳與投擲的基本動作。(保留) Hb-III-1球類運動的擲球及踢球、停球之基本動作。(重整) Ib-III-1簡易的模仿性舞蹈(重整)。	康操、簡易球類運動，提升大肢體動作技能、手眼協調與肌耐力。 4. 能遵守運動規則，並學習團隊合作。	
--	--	--	---	--

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	一起來滾球	A 組 - 能丟擲小白球。 - 能將藍色滾球丟到指定位置。 - 能將紅色滾球丟到指定位置。 - 能聽從教師的指示，進行團體練習賽。	- 進行運動前的暖身活動。 - 認識滾球比賽的規則以及所需工具。 - 教導使用正確姿勢投擲目標球(小白球)，能將目標球擲至 10 公尺遠的定點。 - 教導用雙手擲球的動作技巧，擲球時雙手不超過腰部。 - 練習以正確姿勢將藍色、紅色球擲至目標球，越靠近越好。 - 在教師的指令下，一起進行滾球練習賽。 - 練習過程須強調運動安全、預防運動傷害，並且遵守比賽規則。
		B 組 - 在協助下，能做出丟擲小白球的動作。 - 在協助下，能將藍色滾球丟到指定位置。 - 在協助下，能將紅色滾球丟到指定位置。 - 在協助下，能進行團體練習賽。	- 在協助下進行運動前的暖身活動。 - 認識滾球比賽的規則以及所需工具。 - 在協助下使用正確姿勢投擲目標球(小白球)，能將目標球擲至 5 公尺遠的定點。 ※多重障礙學生坐在輪椅上，使用輔助軌道將目標球推出去。

		※多重障礙學生使用輪椅、輔助軌道等輔具協助。	4. 在協助下做出用雙手擲球的動作技巧，擲球時雙手不超過腰部。 5. 在協助下練習以正確姿勢將藍色、紅色球擲至目標球，越靠近越好。 ※多重障礙學生坐在輪椅上，使用輔助軌道將藍色、紅色球推向目標球。 6. 在教師/教助員協助下，一起進行滾球練習賽。 7. 練習過程須強調運動安全、預防運動傷害，並且遵守比賽規則。
第 6-10 週	身體動一動	A 組 1. 能跟著教師的示範，做出不同的動作。 2. 能跟著 0.75 倍速的影片跳舞。 3. 能跟著正常速度的影片跳舞。	1. 在教師示範下，能跟著做出左右擺頭、聳肩、扭腰、抬腿、拍手、搖擺身體、轉圈、手臂伸展、弓箭步等動作。 2. 透過舞蹈教學的影片，由教師分段示範並教導學生「快樂動一動」的舞蹈動作。 3. 播放 0.75 倍速的「快樂動一動」影片，帶領學生一起跳。 4. 播放正常速度的「快樂動一動」影片，帶領學生一起跳。
		B 組 1. 在協助下，能跟著教師的示範，做出不同的動作。 2. 在協助下，能跟著 0.75 倍速的影片做出舞蹈動作。 3. 在協助下，能跟著正常速度的影片跳舞做出舞蹈動作。 ※多重障礙學生使用助行器，並由教師助理員協助，做出部分動作。	1. 在教師/教助員協助下，能跟著教師做出左右擺頭、聳肩、扭腰、抬腿、拍手、搖擺身體、轉圈、手臂伸展、弓箭步等動作。 2. 在教師/教助員協助下，透過舞蹈教學的影片，由教師分段示範並教導學生「快樂動一動」的舞蹈動作。 3. 播放 0.75 倍速的「快樂動一動」影片，在教師/教助員協助下，做出舞蹈動作。 4. 播放正常速度的「快樂動一動」影片，在教師/教助員協助下，做出舞蹈動作。 ※多重障礙學生使用助行器協助站立，並在教師助理員協助下能做出舉手、揮手、擺頭、抬腳等簡單的舞蹈動作。
第 11-16 週	大家來跳繩	A 組 1. 能做出雙手握拳、手腕環繞的動作。 2. 能用雙腳原地跳、左右跳、前後跳。 3. 在教師示範下，能進行跳繩運動。 4. 能獨立進行跳繩運動。	1. 在教師的示範及指導下，能做出雙手握拳、手腕環繞的動作。(模擬轉動跳繩的動作) 2. 在教師的示範及指導下，能有節奏的用雙腳原地跳、左右跳或前後跳，落地時膝蓋微彎、用前腳掌著地，並保持平衡。 3. 由教師及教師助理員各拿跳繩的一邊，左右輕輕搖晃跳繩，學生原地跳 10 下。 4. 在教師的示範及指導下，學生能模仿教師做出跳繩的動作。 5. 在教師的示範及指導下，學生能獨立進行跳繩運動，原地跳 5 下。

		B 組 1. 在協助下，能做出雙手握拳、手腕環繞的動作。 2. 在協助下，能用雙腳原地跳、左右跳、前後跳。 3. 在協助下，能進行跳繩運動。 ※多重障礙學生使用助在教助員扶助下，能做出踏步、跨步的動作。	1. 在教師/教助員協助下，能做出雙手握拳、手腕環繞的動作。(模擬轉動跳繩的動作) 2. 在教師/教助員協助下，能有節奏的用雙腳原地跳、左右跳或前後跳，落地時膝蓋微彎、用前腳掌著地，並保持平衡。 ※多重障礙學生在教助員扶助下，能原地踏步、左右跨步、前後跨步。 3. 由教師及教師助理員各拿跳繩的一邊，左右輕輕搖晃跳繩，學生原地跳 5 下。 ※多重障礙學生在教助員扶助下，能左右跨越靜止放在地上的跳繩，來回 5 次。 4. 在教師/教助員協助下，學生能模仿教師做出跳繩的動作。
第 17-21 週	輕鬆玩籃球	A 組 1. 能原地拍球。 2. 能運球前進。 3. 能做出投籃的動作。	1. 在教師示範下，能跟著教師原地拍球連續 10 下。 2. 在教師示範下，能跟著教師運球前進，從 1 公尺、3 公尺漸漸拉長距離到籃球場外圍白線(界線)。 3. 在教師示範下，能做出正確的投籃動作：雙手持球、瞄準籃框、雙手舉高(高於頭)、左手扶球右手將球往斜上方推出去。 4. 能獨立投籃。
		B 組 1. 在協助下，能原地拍球。 2. 在協助下，能運球前進。 3. 能在協助下，做出投籃的動作。 ※多重障礙學生使用輪椅、彈力球及教助員協助，將球往前丟。	1. 在教師/教助員協助下，能原地拍球連續 5 下。 2. 在教師/教助員協助下，能運球前進 1 公尺，漸漸拉長到 2 公尺。 3. 在教師/教助員協助下，能做出投籃的動作。 4. 在教師/教助員協助下，能將球投向可調式籃框。 ※多重障礙學生坐在輪椅上，在教助員協助下，能將彈力球往前丟，丟給教師或丟進前方籃子裡。

第二學期

教學進度	單元名稱	學習目標	教學重點
第 1-5 週	輕鬆打羽球	A 組 1. 能以正確姿勢握住羽球拍。 2. 能做出揮拍的動作。 3. 能接住羽球。	1. 在教師示範下，能以正確姿勢握住羽球拍，並注意球拍拍面的方向。 2. 能模仿教師的揮拍動作，原地揮拍 10 下。 3. 由教助員發球，學生在教師的協助下，揮拍將羽球打回去，擊中 1 球即可。 4. 由教助員發球，學生揮拍將羽球打回去，擊中 1 球即可。

		B 組 1. 在協助下，能以正確姿勢握住羽球拍。 2. 在協助下，能做出揮拍的動作。 3. 在協助下，能接住羽球。 ※多重障礙學生使用助行器及教助員協助，做出揮拍的動作。	1. 在教師/教助員協助下，能以正確姿勢握住羽球拍，並注意球拍拍面的方向。 2. 在教師/教助員協助下，能原地揮拍 10 下。 3. 由教助員發球，學生在教師的協助下，揮拍將羽球打回去，擊中 1 球即可。 ※多重障礙學生使用助行器協助站立，在教助員協助下揮拍碰到羽球即可。
第 6-10 週	大隊接力	A 組 1. 能跑半圈操場。 2. 能手持接力棒跑半圈操場並完成接棒。 3. 能在校慶運動會時參與大隊接力比賽。	1. 在教師陪同下，能跑半圈操場(100 公尺)，中途不休息。 2. 在教師示範下，能練習拿接力棒與接棒的動作。 3. 在教師陪同與指導下，能手持接力棒跑半圈操場(100 公尺)，並接棒給下一位同學。 4. 在校慶運動會時，能加入普特融合隊，在普通班小夥伴的陪同下參與大隊接力比賽。
		B 組 1. 在陪同下，能跑半圈操場。 2. 在陪同下，能手持接力棒跑半圈操場並完成接棒。 3. 在陪同下，能在校慶運動會時參與大隊接力比賽。 ※多重障礙學生使用 FR 競速車及教助員協助，參與大隊接力。	1. 在教師陪同下，能跑半圈操場(100 公尺)，中途不休息。 2. 在教師示範及協助下，能練習拿接力棒與接棒的動作。 3. 在教師陪同與指導下，能手持接力棒跑半圈操場(100 公尺)，並接棒給下一位同學。 4. 在校慶運動會時，能加入普特融合隊，在普通班小夥伴/教師的陪同下參與大隊接力比賽。 ※多重障礙學生使用 FR 競速車參與大隊接力比賽。由普通班小夥伴接棒後跑 80 公尺，再陪同多重障礙學生最後 20 公尺抵達終點。
第 11-15 週	動物模仿秀	A 組 1. 能跟著教學影片或教師示範做出模仿動物的肢體動作。 2. 能以教師指定的動物走路方式走到定點。	1. 能注意墊上運動的安全守則，並遵守規定。 2. 透過「模仿運動」系列教學影音，在教師示範下，能做出模仿狗、鴨子、烏龜、大象、海狗、兔子、袋鼠、青蛙等動物的走路動作。 3. 根據教師指定的動物走路方式，能在教師示範下從起點走到終點。 4. 在教師引導下，能以動物走路的方式完成「動物大競走」的比賽，能走到指定位置再折返回來。
		B 組 1. 在協助下，能跟著教學影片作出模仿動物的肢體動作。 2. 在協助下，能以教師指定的動物走路方式	1. 能注意墊上運動的安全守則，並遵守規定。 2. 透過「模仿運動」系列教學影音，在教師示範及肢體協助下，能做出模仿狗、鴨子、大象、海狗、兔子等動物的走路動作。 3. 根據教師指定的動物走路方式，在教師示範及肢體協助下從起

		走到定點。 ※多重障礙學生在教助員協助下能模仿狗的走路動作(四足跪姿)。	點走到終點。 4. 在教師示範及肢體協助下，完成「動物大競走」的比賽，能走到指定位置即可。 ※多重障礙學生在教助員協助下能模仿狗的走路動作(四足跪姿)，往前走10步，一節課完成3回合。
第16-20週	來跳健康操	A組 1. 能跟著影片分解動作，做出健康操的動作。 2. 能跟著0.75倍速的影片跳健康操。 3. 在課間活動時，能跟著全校一起跳健康操。	1. 進行運動前的暖身活動。 2. 透過分解動作的影片，由教師分段示範並教導學生健康操的動作。 3. 播放0.75倍速的健康操影片，帶領學生一起跳。 4. 在課間活動時間，帶領學生到集合場跟著全校同學一起跳健康操，每週實行兩次。
		B組 1. 在協助下，能跟著影片分解動作，做出健康操的動作。 2. 在協助下，能跟著0.75倍速的影片跳健康操。 3. 在協助下，在課間活動時，能跟著全校一起跳健康操。 ※多重障礙學生使用助行器及教助員協助，做出部分的健康操動作。	1. 在教師/教助員協助下，進行運動前的暖身活動。 2. 在教師/教助員協助下，透過分解動作的影片，由教師分段示範並教導學生健康操的動作。 3. 播放0.75倍速的健康操影片，在教師/教助員協助下，跟著跳健康操。 4. 在課間活動時間，在教師/教助員協助下到集合場跟著全校同學一起跳健康操，每週實行兩次。 ※多重障礙學生使用助行器協助站立，並在教師助理員協助下能做出部分的健康操動作。

備註：

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。
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。