

## 臺南市六甲國民小學 107 學年度第一學期特教班健康與體育領域教學進度表(學習領域課程計畫表)

領域：健康與體育

組別：全部學生不分組

教學者：滕國華

每周教學節數：4

能力指標 (或學期目標)	教學期程 第()週 月/日~月/日	主題或單元活動	教學綱要 (課程內容摘要)	學習內容調整
3-1-1-3 能做出非移動性技巧，如抓放、握拿、插拔、敲打、推拉、堆疊、丟擲、高舉、拋接等動作。 3-1-1-4 能從遊戲中表現跑、跳、改變方向、急停等動作。 3-1-2-2 能正確使用運動器材 3-1-2-3 能與同學一起搬運器材。 3-1-3-1 能做出拍球、滾球、擊球、踢球等簡單的基本動作。 3-1-4-4 能從適合自己的身體活動中，表現手眼、手腳及全身性的協調動作。	第一週 8/30-9/01	球類運動	1. 老師使用影片，先介紹認識不同的球及使用方式，以及講解使用球類基本規範。	簡化、減量
	第二週 9/02-9/08		2. 使用排球，老師示範原地拍球的動作，讓學生學習如何讓球拍動又彈起來的技巧。	
	第三週 9/09-9/15		3. 老師示範丟球的動作，使用雙手或是單手都可以，注意重心的轉移，讓學生實際體驗丟球的方式。	
	第四週 9/16-9/22		4. 在遊戲的音樂活動中，大家圍成適當距離的一個大圈，讓小朋友能體驗順時鐘的傳球，以及逆時針的傳球動作。	
	第五週 9/23-9/29		5. 讓小朋友坐在地下，雙手能推動球讓其前進，練習完成滾球的動作，兩個人為一組，相互的滾球。	
	第六週 9/30-10/06		6. 老師讓學生分成兩個人為一組，相互的滾球、傳球、丟球的動作。	
	第七週 10/07-10/13		7. 老師示範拋球的動作，使用雙手，一手托球，一手由下而上推球，老師協助學生完成拋球的動作。	
1-1-4-1 能認識身體各部位的名稱。 1-1-4-2 能瞭解身體各部位的功能。 1-2-5-4 能建立性別平等的互動關係。 1-2-5-8 能做出拒絕被性騷擾及性侵害的行為。	第八週 10/14-10/20	認識自己與別人	1. 能藉由人體掛圖的說明來熟記身體各部位的名稱，如眼睛、耳朵、大腿、指甲等部位	簡化、減量
	第九週 10/21-10/27		2. 身體各部位都有什麼功能呢_外部構造篇？老師藉由影片的教學，讓學生了解身體是一個分工的機構，每的部位都有不同的作用。	
	第十週 10/28-11/03		3. 身體各部位都有什麼功能呢_內部器官篇？老師藉由影片的教學，讓學生了解身體是一個分工的機構，每的部位都有不同的作用。	
	第十一週 11/04-11/10		4. 經由提示，讓學生能說出身體各部位的正確位置，或是讓他們指認出來。	
	第十二週 11/11-11/17		5. 在提示下能理解男生和女生的差異外表，知道男女是不同的個體。	
	第十三週 11/18-11/24		6. 經由協助能以口語或是非口語方式，來表達性騷擾或碰觸的所造成的不悅與痛苦	
	第十四週 11/25-12/01		7. 影片介紹，在協助下能以否定的言詞及行動來抗拒性騷擾或碰觸身體的行為	
3-1-1-3 能做出非移動性技巧，如抓放、握拿、插拔、敲打、推拉、堆疊、丟擲、高舉、拋接等動作。  7-1-5-5 認識保護環境與維護社區環境衛生的方法（如資源回收、	第十五週 12/02-12/08	環保小小兵	1. 播放資源回收的影片，與學生討論為什麼要資源回收。	簡化、減量
	第十六週 12/09-12/15		2. 透過圖片讓學生知道資源回收的標誌，能找到班上資源回收的地方，把老師說可以回收的物品放到指定地方。	
	第十七週 12/16-12/22		3. 老師和學生一起練習將物品放到班上資源回收的地方。	

能力指標 (或學期目標)	教學期程 第()週 月/日~月/日	主題或單元活動	教學綱要 (課程內容摘要)	學習內容調整
節能減碳)	第十八週 12/23-12/29		4. 瞭解「資源回收」和「一般垃圾」的不同，垃圾是怎樣處理的，由公視影片說明講解垃圾原來是可用的資源。	
	第十九週 12/30-01/05		5. 討論不同種類的垃圾該怎麼處理，垃圾是如何分類的，讓小朋友熟悉資源回收分類有紙類、塑膠類、金屬類、玻璃瓶等。	
	第二十週 01/06-01/12		大家一起到校園的資源回收場，完成資源回收的動作。	
	第二十一週 01/13-01/19		複習資源回收的技巧，以及資源回收分類的標準，把資源回收品放到指定的地點。	

**備註：**

\*「學習內容調整」資優類建議可填寫：加深、加廣、加速、濃縮、其他：\_\_\_\_\_；身障類建議可填寫：簡化、減量、分解、替代、重整、其他：\_\_\_\_\_。

領域：健康與體育

組別：全部學生不分組

教學者：滕國華

每周教學節數：4

能力指標 (或學期目標)	教學期程 第( )週 月/日~月/日	主題或單元活動	教學綱要 (課程內容摘要)	學習內容調整
3-2-3-2 會與同伴合作參與團體比賽。 3-2-3-3 參與遊戲或比賽時能遵守規則。 3-2-3-4 觀看比賽時能作出適當的反應。 3-2-4-1 能表現出球類運動簡單的聯合性動作。如傳接球、運球、投籃等。 5-2-5-1 從事劇烈運動前，能事先做熱身運動。 5-2-5-3 能指出或說出會造成運動傷害的不安全動作，並能依照指示從事正確動作。 5-2-5-4 能指出或說出會造成運動傷害的不安全環境，並能依照指示只在安全環境中運動。 5-2-5-5 能演練常見運動傷害的正確處理方法。(如：運動時腳抽筋的處理方法等。)	第一週 02/10-02/16	球類競賽與安全	1. 老師教導認識各種球類運動與比賽，如籃球、排球、棒球、足球等。 2. 影片教學，說明怎樣才能避免玩球的時候造成的運動傷害，其次是危險的動作包含：錯誤的姿勢或是開玩笑的行為。 3. 玩球不小心受傷了該如何處理，老師介紹因運動受傷的簡易處理方式。 4. 使用特教班的投籃機進行投籃運動，大家一起來玩比賽投籃的動作。 5. 老師示範足球的使用，如何使用我們的腳來足部踢球，大家玩成簡單的接力賽。 6. 老師以固定的慢動作姿勢，以傳球方式進行團體活動，並提醒大家安全傳滾球的安全動作。 7. 老師以固定的慢動作姿勢，以滾球方式進行團體活動，並提醒大家安全傳滾球的安全動作。能進行互相拋接球活動。	簡化、減量
	第二週 02/17-02/23			
	第三週 02/24-03/02			
	第四週 03/03-03/09			
	第五週 03/10-03/16			
	第六週 03/17-03/23			
	第七週 03/24-03/30			
2-1-3-4 能培養良好的飲食習慣。 2-1-4-1 能以感官分辨食物是否安全可食用或發霉不可食用。 2-1-4-2 能選購包裝完整的安全食品。 2-1-4-3 能選出有益健康的食物	第八週 03/31-04/06	飲食停看聽	1. 觀看肚子痛的影片，請學生分享吃壞肚子的經驗，身體有什麼反應，為什麼會吃壞肚子了。 2. 老師引導學生思考為何會吃壞肚子，如何預防的方法有哪些，包含保持食物的新鮮、養成良好的進食習慣，讓小朋友說出來。 3. 讓學生看看老師準備的食物，說說有什麼不一樣？選擇哪個是可以吃的？怎麼去判別？讓大家一起討論	簡化、減量
	第九週 04/07-04/13			
	第十週 04/14-04/20			
	第十一週 04/21-04/27			
	第十二週 04/28-05/04			
	第十三週 05/05-05/11			
	第十四週 05/12-05/18			
3-1-1-2 能做出移動性技巧如站立、行走、跑、跳、蹲等動作。	第十五週 05/19-05/25	跑跑走走又停停趣味競賽	1. 讓學生分辨跑、走、停的差別，輪流進行練習，直到學生能完全配合指令。	簡化、減量

能力指標 <u>(或學期目標)</u>	教學期程 第()週 月/日~月/日	主題或單元活動	教學綱要 (課程內容摘要)	學習內容調整
3-1-1-3 能做出非移動性技巧，如抓放、握拿、插拔、敲打、推拉、堆疊、丟擲、高舉、拋接等動作。	第十六週 05/26-06/01		2. 老師示範讓學生知道正確跑步的方式練習短跑、直線跑。	
3-1-1-4 能從遊戲中表現跑、跳、改變方向、急停等動作。	第十七週 06/02-06/08		3. 學生練習走路和跑步時，不跑到別人的跑道上。	
3-1-2-2 能正確使用運動器材	第十八週 06/09-06/15		4. 老師使用哨子，讓學生練習會聽哨聲後開始跑步到終點。	
3-1-2-3 能與同學一起搬運器材。	第十九週 06/16-06/22		5. 練習運動會時的趣味競賽，使學生熟悉遊戲的方式。練習不同的走路方式，如前進、後退、大步、小步、繞物、跨物等。與同學一起進行用木頭人的遊戲。	
	第二十週 06/23-06/29		6. 讓學生能瞭解比賽規則，並做出正確的行為反應。在比賽中認真表現，小心自身安全，全力以赴。	

備註:

\*「學習內容調整」資優類建議可填寫：加深、加廣、加速、濃縮、其他：\_\_\_\_\_；身障類建議可填寫：簡化、減量、分解、替代、重整、其他：\_\_\_\_\_。