

彰化縣大村國小115學年度課程計畫

■分散式資源班

一、健康與體育領域(科目名稱：體育)

每週節數		2節
合作教學教師		普師(暫定)：蘇相化 特師(確定)：林真悌、蘇立菱
實施班級 & 特生名單		3年？班 陳 OO
合作教學模式 (可複選)		■一主一副 □協同教學 □補充教學 □平行教學 □替代教學 □分站教學
核 心 素 養	A 自主行動	■A1.身心素質與自我精進 □A2.系統思考與問題解決 □A3.規劃執行與創新應變
	B 溝通互動	■B1.符號運用與溝通表達 □B2.科技資訊與媒體素養 □B3.藝術涵養與美感素養
	C 社會參與	□C1.道德實踐與公民意識 ■C2.人際關係與團隊合作 □C3.多元文化與國際理解
領網學習重點		學習表現 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 特功1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 特功2-2 具備改變身體姿勢技能。 特功2-6 具備手與手臂使用技能。 特功2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。 特功2-9 具備動作計畫技能。
		學習內容 Bc-II-1 暖身、伸展動作原則。 Ha-II-1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 Hc-II-1 標的性球類運動相關的拋球、擲球、滾球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 特功 A-1 左/右上肢的關節活動。 特功 A-3 軀幹的關節活動。 特功 E-1 連續翻身。 特功 E-11 跑步。 特功 G-5 物品的拋丟或接住。 特功 J-5 序列性動作的執行。
合作教學 學習目標		針對特生在普通班設計學習目標-B 組 1. 能做出墊上滾翻的動作(1c-II-1、Ia-II-1、特功2-2、特功 E-1、安 E6) 2. 練習跑步的基本動作，並完成60M 短跑練習(1d-II-1、Ga-II-1、

	特功1-1、特功 E-11) 3. 能完成排球的基本拋擲接動作(1d-II-1、Hc-II-1、特功2-8、特功 G-5) 4. 能做出籃球的基本傳接球動作(1d-II-1、Hc-II-1、特功2-6、特功 G-5) 5. 能運用毛巾進行伸展活動與遊戲(3c-II-1、Bc-II-1、特功1-1、特功 A-3、品 E3) 6. 能做出跳箱的遊戲動作(3c-II-1、Ia-II-1、特功2-9、特功 J-5) 7. 協助下能進行單槓運動(3c-II-1、Ia-II-1、特功2-9、特功 A-1、安 E4) 8. 能學會桌球的基本持球技巧(3c-II-1、Ha-II-1、特功2-8、特功 G-5) 9. 能知道接力賽規則並學會接力的動作要領(1d-II-1、Ga-II-1、特功1-1、特功 E-11、品 E3) 10. 能做出基本的閃避動作(3d-II-1、Ga-II-1、特功2-9、特功 J-5、安 E4)
學習內容調整	☒ 簡化 ☒ 減量 ☒ 分解 ☒ 替代 ☐ 重整 ☐ 加深 ☐ 加廣 ☐ 濃縮 ☐ 自(改)編
學習歷程調整	☒ 直接教學 ☒ 工作分析 ☒ 合作學習 ☐ 角色扮演 ☐ 價值澄清 ☒ 多層次教學 ☐ 生活經驗統整 ☐ 其他：_____
學習環境調整	☒ 位置安排：排隊、做操、跑步時安排在隊伍末端，教師容易提供協助的位置 ☒ 提供小天使：利用同儕協助提醒
學習評量調整	☒ 評量方式調整：採取多元評量。
教材/社區資源	教材：南一版健康與體育第五、六冊課本 社區資源：操場、遊樂場、活動中心、地墊教室
教具/輔具	教具：大龍球、地墊、排球、籃球、毛巾、跳箱、乒乓球/拍、刺刺球、傳接棒

上學期教學進度表

週次	單元名稱/內容
1-4	第一單元：墊上高手(安E6) 教學內容： A組 1. 在地墊上進行伸直翻滾、團身翻滾 2. 運用大龍球上在地墊上保持平衡、轉圈的動作 3. 在地墊上進行前滾翻 B組 1. 在地墊上進行伸直翻滾、團身翻滾 2. 協助下運用大龍球上在地墊上保持平衡 3. 協助下在地墊上進行前滾翻 第1週 開學迎新活動 第4週 國家防災日演練-能夠運用縮體的技巧躲到桌子下面保護自己

5-8	第二單元：快樂向前衝 教學內容： A組 1. 感受將手放在不同的位置跑跑看 2. 練習正確的擺臂姿勢 3. 練習跨步：能夠踩繩梯、跨過交通錐 4. 練跑100公尺與接力 B組 1. 感受將手放在不同的位置跑跑看 2. 練習正確的擺臂姿勢 3. 練習跨步：能夠踩繩梯、跨過交通錐 4. 練跑60公尺 第5週 教師節活動
9-12	第三單元：排球小匠 教學內容： A組 1. 利用排球拋投、投擲瞄準九宮格 2. 練習拋接排球：自拋自接、拋後轉身彈接、雙人拋接、隔網拋接 B組 1. 利用拋投、投擲瞄準九宮格 2. 練習拋接：自拋自接、雙人拋接、隔網拋接 第10週 第一次學業評量 能夠運用所學到的動作在課餘時間一起遊玩放鬆 第11週 戶外教育
13-16	第四單元：一起來玩球 教學內容： A組 1. 雙人定點傳接籃球：胸前傳球、反彈傳接球、雙手過頂傳球、雙手肩上傳球 2. 三角定點傳球 3. 倆倆沿著平行直線向前移動到指定位置，在行進間互相傳接球 B組 1. 雙人定點傳接籃球：胸前傳球、反彈傳接球 2. 三角定點傳球 3. 倆倆沿著平行直線移動，在定點互相傳接球 第16週 校慶運動會-能在運動會完成籃球趣味競賽
17-20	第五單元：巾彩舞動(品E3) 教學內容： A+B組 1. 利用毛巾做個人伸展 2. 利用毛巾做雙人伸展 3. 利用毛巾做傳接遊戲 第19週 第二次學業評量-在課餘時間可以自記利用毛巾來伸展放鬆心情

下學期教學進度表

週次	單元名稱/內容
1-4	第一單元：跳箱真好玩 教學內容： A組 1. 跨跳橡皮筋 2. 跨跳一層軟墊 3. 手扶在三層軟墊跳箱撐跳10下 B組 1. 肢體協助下跨跳橡皮筋 2. 肢體協助從一層軟墊上雙腳跳落地面 3. 手扶在三層軟墊跳箱撐跳10下
5-8	第二單元：單槓高手(安E4) 教學內容： A組 1. 雙手正握單槓雙腳離地算時間 2. 雙手正握單槓雙腳離地，將雙腳往前抬高 3. 雙手握單槓雙腳離地，從一邊橫移到另一邊 4. 進行單槓遊戲 B組 1. 雙手正握單槓雙腳離地算時間 2. 雙手正握單槓雙腳離地，協助穩定身體，將雙腳往前抬高 3. 雙手握單槓雙腳離地，協助扶身體下，從一邊橫移到另一邊 4. 進行單槓遊戲 第4週 適應體育田徑賽-能鍛鍊手臂力氣並應用到適應體育的比賽中 第8週 科學園遊會暨兒童節慶祝活動-能遵守闖關規定，在活動中學習保護自己
9-12	第三單元：乒乓樂無窮 教學內容： A+B組 1. 兩人一組，一位同學負責從上方放掉乒乓球，一位同學負責接球 2. 一手直直向上拋乒乓球，另一手負責接球 3. 將乒乓球垂直掉落桌面，反彈一下後接起來 4. 想辦法維持平衡將乒乓球停留在球拍上 第10週 第一次學業評量-在課餘時間可以和同學進行放球與接球的反應遊戲來放鬆心情 第12週 母親節慶祝活動
13-16	第四單元：齊心協力(品E3) 教學內容： A組 1. 了解傳接棒動作、接力區與接力賽規則 2. 原地傳接棒 3. 慢跑傳接棒 4. 大隊接力賽 B組 1. 了解傳接棒動作、接力區與接力賽規則

	2. 原地傳接棒 3. 跑50公尺接棒 第15週 六年級第二次學業評量
17-20	第五單元：閃避高手(安E4) 教學內容： A組 1. 練習閃避動作：急蹲、跳、以一腳為圓心腳左右側躲球 2. 兩人互相傳接刺刺球：擊地傳球、高飛傳接 3. 將球投向牆上指定目標 4. 了解躲避球的規則 B組 1. 練習閃避動作：蹲、左右側躲球 2. 兩人互相傳接刺刺球：擊地傳球 3. 將球投向牆上指定目標 4. 了解躲避球的規則 第18週 畢業典禮 第19週 第二次學業評量-課餘時，會利用學校的躲避球場進行適當的休閒活動