

彰化縣員東國小115學年度課程計畫

☒集中式特教班 ☐分散式資源班 ☐巡迴輔導班

一、融合課程(科目名稱：生活)

每週節數	1節
合作教學教師	普師(暫定)：洪○○ 特師(暫定)：林○○
實施班級 & 特生名單 (暫定)	一年甲班 郭○好
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 - 【備註】合作教學模式 1. 一主一副：一師主導教學，一師協助（課程深淺調整、蒐集觀察資料或班級管理）。 2. 協同教學：普師講解，特師同步示範，兩人藉由共備，提升教學默契。 3. 補充教學：一師主導教學，一師於教室角落進行個別或小組教學。 4. 平行教學：相同主題，雙向進行。 5. 替代教學：分大、小組進行不同或相同主題之教學。 6. 分站教學：各師以工作站方式教授不同主題之教學。
核心素養：勾選的項目建議不宜過多，針對該學年的重點進行勾選	
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
領綱學習重點	以下請參照國教署特殊需求領綱進行規劃 學習表現 一、生活課程（普通教育領綱） 【1.悅納自己 對應 生活-E-A1】 1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物的感受與想法。 1-I-2 覺察每個人均有其獨特性與長處，進而欣賞自己的優點、喜歡自己。 1-I-4 珍視自己並學習照顧自己的方法，且能適切、安全的行動。 【5.美的感知與欣賞 對應 生活-E-B3】 5-I-1 覺知生活中人、事、物的豐富面貌，建立初步的美感經驗。 5-I-2 在生活環境中，覺察美的存在。 5-I-4 對生活周遭人、事、物的美有所感動，願意主動關心與親近。 【6.表現合宜的行為與態度 對應 生活-E-C1】 6-I-1 覺察自己可能對生活中的人、事、物產生影響，學習調整情緒與行為。 6-I-3 覺察生活中的規範與禮儀，探究其意義，並願意遵守。 【7.與人合作 對應 生活-E-C2】 7-I-1 以對方能理解的語彙或方式，表達對人、事、物的觀察與意見。 7-I-2 傾聽他人的想法，並嘗試用各種方法理解他人所表達的意見。 7-I-4 能為共同的目標訂定規則或方法，一起工作並完成任務。 二、特殊需求領域—社會技巧（第一階段 I） 【處己（特社1）】 特社1-I-1 分辨與表達基本的正向或負向情緒。 特社1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。 特社1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適當發洩情緒。 【處人（特社2）】 特社2-I-3 適當使用口語、非口語或輔具與人溝通。 特社2-I-4 以身體動作適度表現出傾聽的態度。 特社2-I-6 主動打招呼和自我介紹。 特社2-I-7 了解與人相處的情境、簡單規則，建立友善的關係。 特社2-I-12 與他人相處時，遵守基本的禮儀。 【處環境（特社3）】 特社3-I-1 在課堂中持續傾聽他人說話。 特社3-I-2 依指示完成簡單的工作。

	特社3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。 特社3-I-5 遵守教室規則。 特社3-I-6 在學校、家庭、社區或部落活動時，有禮貌地詢問或回應他人。 學習內容 一、生活課程（普通教育領綱） 【A.事物變化及生命成長現象的觀察與省思】 A-I-1 生命成長現象的認識。 A-I-3 自我省思。 【B.環境之美的探索與愛護】 B-I-1 自然環境之美的感受。 B-I-2 社會環境之美的體認。 【C.生活事物特性的探究與創新應用】 C-I-1 事物特性與現象的探究。 C-I-2 媒材特性與符號表徵的使用。 【D.人際關係的建立與溝通合作】 D-I-1 自我與他人關係的認識。 D-I-2 情緒調整的學習。 D-I-3 聆聽與回應的表現。 D-I-4 共同工作並相互協助。 【E.生活規範的實踐與省思】 E-I-1 生活習慣的養成。 E-I-2 生活規範的實踐。 二、特殊需求領域—社會技巧（第一階段 I） 【自我的行為與效能（特社 A）】 特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。 特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。 特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。 【溝通與人際的互動（特社 B）】 特社 B-I-1 溝通訊息的意義。 特社 B-I-2 溝通的媒介。 特社 B-I-3 人際關係的建立。 【家庭與社會的參與（特社 C）】 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守。 特社 C-I-2 家庭成員互動的技巧。 特社 C-I-3 社區成員互動的技巧。
合作教學 學習目標	針對特生在普通班設計學習目標 ◆高組（一般生）： 1. 能探索並分享對自己及周遭人、事、物的感受與想法，覺察自己的獨特性與優點。（參照1-I-1、1-I-2） 2. 能覺知生活中人、事、物的豐富面貌，在生活環境中察覺美的存在並主動關心與親近。（參照5-I-1、5-I-2、5-I-4） 3. 能覺察自己的情緒與行為對他人的影響，並覺察生活中的規範與禮儀，願意遵守。（參照6-I-1、6-I-3） 4. 能傾聽他人想法，並以對方能理解的語彙或方式，表達自己的觀察與意見。（參照7-I-1、7-I-2） 5. 能為共同的目標訂定規則或方法，與同學一起合作完成任務。（參照7-I-4） ◆低組（特生）： 1. 能分辨並表達基本的正向或負向情緒，遭逢不如意事件時能接受他人安慰並適當發洩情緒。（參照特社1-I-1、特社1-I-5；1-I-1） 2. 能感受生活環境中人、事、物的美，主動關心與親近。（參照5-I-2、5-I-4） 3. 能適當使用口語、非口語或輔具表達需求，並以身體動作表現出傾聽的態度。（參照特社2-I-3、特社2-I-4、特社3-I-4；7-I-2） 4. 能主動打招呼、自我介紹，與他人相處時遵守基本禮儀。（參照特社2-I-6、特社2-I-12；6-I-3） 5. 能在課堂中傾聽他人說話、依指示完成簡單工作，並遵守教室規則。（參照特社3-I-1、特社3-I-2、特社3-I-5）
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	若選擇「多層次教學」，宜在「學習目標」及「教學活動」至少有兩種組別目標/活動的設計。 ☒ 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	針對特生的學習特性從心理及物理層面進行調整，並具體說明調整作法。 ☐ 教室佈置： ☒ 座位安排：安排在靠近黑板的座位，以利教師指導。 ☐ 教學設備： ☒ 提供小天使：請班上能力好的同學，擔任小天使，協助身障生。 ☒ 提供教師助理：視教學狀況適時協助上課常規及生活自理練習或情緒問題 ☒ 提供行政支援：協助安排融合課程。 ☐ 其他_____ (請說明)：
學習評量調整	針對特生的在某領域學習採取適合學生學習特性的評量，包括評量內容、評量方式、評量時間、評量地點，提供相關輔具或必要提示，請具體說明調整作法。 ☐ 評量內容調整： ☐ 評量時間調整： ☐ 評量情境調整： ☒ 評量方式調整：問答、觀察、實作等多元評量方式。 ☐ 試題（卷）調整： ☐ 提供輔具： ☐ 其他_____ (請說明)
教材/社區資源	1. 教材：指教師教學時使用的材料，包括書面教材、多媒體教材及網頁教材。 2. 社區資源：可包括「人力」或「物力」的部分。 1. 教材：康軒版生活課本(簡化、減量、分解) 2. 社區資源：義工媽媽、晴雨球場
教具/輔具	1. 教具：掛圖、圖卡、風車、樂器、色紙 2. 輔具：無

上學期教學進度表

課程請說明多層次教學設計(分組)之教學內容；週次請自行調整。

週次	單元名稱/內容
1	教學單元：主題一「我上一年級」-單元1：我上一年級 教學內容：認識小學新生活，學習上、下學的安全與作息。 ◆高組(一般生)：能分享上小學的新鮮感受，覺察學校與幼兒園的差異，遵守過馬路與排路隊規則。 ◆低組(特生)：能說出自己是小學生，跟隨小天使排路隊、認識自己的教室。
2	教學單元：主題一-單元1：我上一年級(續) 教學內容：認識師長與班級，練習打招呼。 ◆高組(一般生)：能主動向師長同學打招呼，說出自己的姓名與班級。 ◆低組(特生)：能在提示下說「老師好」「同學好」，指認自己的座位。
3	教學單元：主題一-單元2：認識新同學 教學內容：自我介紹並認識同學的姓名與特質。 ◆高組(一般生)：能完整介紹自己的姓名與興趣，主動結交新朋友。 ◆低組(特生)：能在引導下說出自己的姓名，記得二位同班同學的名字。
4	教學單元：主題一-單元3：學校的一天 教學內容：認識上、下課鐘聲及應有的行為。 ◆高組(一般生)：能說出上課與下課應有的禮儀，並主動遵守教室規則。 ◆低組(特生)：能依鐘聲進教室坐好，跟著同學完成上、下課流程。

5	教學單元：主題二「走，校園探索去」-單元1：校園大探索 教學內容：走訪校園，認識各處所的位置與功能。 ◆高組(一般生)：能說出校園主要場所(健康中心、辦公室、圖書館)的位置與用途。 ◆低組(特生)：能在帶領下走訪校園，指認常去的地方(廁所、操場、健康中心)。
6	教學單元：主題二-單元1：校園大探索(續) 教學內容：繪製簡易校園地圖、分享發現。 ◆高組(一般生)：能畫出簡單的校園路線圖並向同學介紹。 ◆低組(特生)：能在指導下標示出自己班級與操場的位置。
7	教學單元：主題二-單元2：校園安全小達人 教學內容：覺察校園危險情境並學習保護自己。 ◆高組(一般生)：能舉例校園可能的危險並說出應對方式。 ◆低組(特生)：能聽懂「不可以」「要小心」，遠離溼滑或高處等危險場所。
8	教學單元：主題三「一起來玩吧」-單元1：快來玩吧 教學內容：分享下課最愛玩的遊戲。 ◆高組(一般生)：能與同學分工合作參與遊戲，輪流等待。 ◆低組(特生)：能在小天使陪伴下參與簡單的下課遊戲。
9	教學單元：期中評量週/主題三-單元2：有趣的新玩法 教學內容：階段性評量；嘗試改編遊戲規則。 ◆高組(一般生)：紙筆與口頭評量；能與同學共同設計新玩法。 ◆低組(特生)：多元實作評量；能跟著同學示範玩新遊戲。
10	教學單元：主題四「風兒吹過來」-單元1：風兒吹過來 教學內容：感受風的存在，朗讀詩歌。 ◆高組(一般生)：能朗讀詩歌、描述風帶來的感覺。 ◆低組(特生)：能感受風吹過皮膚，跟著做風吹的肢體動作。
11	教學單元：主題四-單元2：風會做什麼 教學內容：觀察風的影響並討論因應方法。 ◆高組(一般生)：能舉例風造成的麻煩並提出解決方法。 ◆低組(特生)：能說出「風大會危險」，跟著做關門、固定物品的動作。
12	教學單元：主題四-單元3：和風一起玩 教學內容：使用風玩具(風箏、風車、風陀螺)。 ◆高組(一般生)：能製作簡單的風車並玩風箏。 ◆低組(特生)：能在協助下操作風車，感受風讓玩具轉動。
13	教學單元：主題五「聽！那是什麼聲音」-單元1：聲音的訊息 教學內容：聆聽生活中的聲音並判讀其訊息。 ◆高組(一般生)：能辨別不同聲音來源並說出意義(鈴聲、警鈴)。 ◆低組(特生)：能在引導下指出常見聲音(上課鐘、廣播聲)。
14	教學單元：主題五-單元2：好聽的聲音 教學內容：分享自己喜歡的聲音。 ◆高組(一般生)：能描述好聽聲音的特色，分享聆聽的感受。 ◆低組(特生)：能用點頭或簡單詞語表達自己喜歡的聲音。
15	教學單元：主題五-單元3：聲音大合奏 教學內容：唱〈王老先生有塊地〉並模仿動物叫聲。 ◆高組(一般生)：能跟著歌曲節奏唱與動，與同學合奏。 ◆低組(特生)：能在提示下發出簡單動物叫聲，跟著拍手。
16	教學單元：主題六「過年囉」-單元1：過年囉 教學內容：認識農曆新年的習俗與特色。 ◆高組(一般生)：能分享自家過年習俗，說出三種以上應景活動。 ◆低組(特生)：能說出「過年」「紅包」等簡單詞彙，指認應景物品。
17	教學單元：主題六-單元2：團圓除夕夜 教學內容：認識除夕圍爐的意義。 ◆高組(一般生)：能介紹自家除夕活動，說出年菜的代表意義。 ◆低組(特生)：能指認年菜、紅包、春聯等圖片。
18	教學單元：主題六-單元3：快樂新年到 教學內容：唱〈恭喜恭喜〉並學習說應景的話。 ◆高組(一般生)：能完整唱完歌曲並對師長說「恭喜發財」。 ◆低組(特生)：能在帶領下說「新年快樂」並做拱手動作。
19	教學單元：期末評量週 教學內容：進行學期總結性評量。

	◆高組(一般生)：完成學習單、口頭報告及實作評量。 ◆低組(特生)：採指認、實作、口語回應等多元評量方式。
20	教學單元：學期回顧與分享 教學內容：回顧本學期所學、彼此分享。 ◆高組(一般生)：能分享最喜歡的主題與最大的收穫。 ◆低組(特生)：能在引導下說出最喜歡的活動或同學。

下學期教學進度表

課程請說明多層次教學設計(分組)之教學內容；週次請自行調整。

週次	單元名稱/內容
1	教學單元：主題一「更好的自己」-單元1：更好的自己 教學內容：認識自己的優點與長處。 ◆高組(一般生)：能說出三項以上自己的優點並向同學分享。 ◆低組(特生)：能在提示下說出自己會做的一件事(如：洗手、收書包)。
2	教學單元：主題一-單元1：更好的自己(續) 教學內容：展現自己拿手的事。 ◆高組(一般生)：能上臺展演自己的拿手才藝。 ◆低組(特生)：在協助下完成簡單拿手的事並向大家展示。
3	教學單元：主題一-單元2：讓自己更好 教學內容：欣賞他人優點，找方法讓自己進步。 ◆高組(一般生)：能找出同學的優點並為自己設定學習目標。 ◆低組(特生)：能模仿同學好的行為(如：舉手發言、收拾東西)。
4	教學單元：主題二「大樹小花我愛你」-單元1：大樹小花點點名 教學內容：認識校園裡的樹木與花草。 ◆高組(一般生)：能說出三種以上校園植物的名字與特徵。 ◆低組(特生)：能指認大樹與花朵，跟著觸摸樹幹與葉片。
5	教學單元：主題二-單元2：大樹小花的訪客 教學內容：觀察花草上的小動物。 ◆高組(一般生)：能說出不同昆蟲的特徵與行為(蝴蝶採蜜、蜘蛛結網)。 ◆低組(特生)：能跟著同學觀察並指認蝴蝶、蜜蜂、毛毛蟲。
6	教學單元：主題二-單元3：護樹護花小尖兵 教學內容：學習愛護植物的方法。 ◆高組(一般生)：能說出三種以上愛護植物的具體做法。 ◆低組(特生)：能在指導下做到「不亂踩花草」「不摘花」。
7	教學單元：期中評量週 教學內容：進行階段性評量。 ◆高組(一般生)：紙筆測驗、學習單與口頭評量。 ◆低組(特生)：採實作與指認評量，配合輔具進行。
8	教學單元：主題三「和書做朋友」-單元1：和書做朋友 教學內容：認識繪本與閱讀的樂趣。 ◆高組(一般生)：能分享自己最喜歡的書並介紹內容。 ◆低組(特生)：能翻閱繪本、看圖指認，與小天使共讀。
9	教學單元：主題三-單元2：上圖書館 教學內容：學習圖書館借閱禮儀。 ◆高組(一般生)：能正確借、還書，遵守安靜閱讀的原則。 ◆低組(特生)：能在小天使陪伴下安靜翻閱繪本，輕聲走路。
10	教學單元：主題四「玩具同樂會」-單元1：我們的玩具 教學內容：介紹自己最喜愛的玩具。 ◆高組(一般生)：能完整介紹玩具的特色與玩法。 ◆低組(特生)：能拿出玩具並說出名稱，指出最喜歡的部分。
11	教學單元：主題四-單元2：動手做玩具 教學內容：利用回收材料製作玩具(紙飛機、彈跳杯)。 ◆高組(一般生)：能設計並完成一件環保玩具。 ◆低組(特生)：能在協助下完成簡單的剪、貼、摺等動作。
12	教學單元：主題四-單元3：超級大玩家 教學內容：與同學共訂遊戲規則並輪流分享。 ◆高組(一般生)：能與同學共同訂規則並公平地進行遊戲。 ◆低組(特生)：能輪流等待、按規則參與遊戲。

13	教學單元：主題五「五月五慶端午」-單元1：粽葉飄香慶端午 教學內容：認識端午節習俗（粽子、龍舟）。 ◆高組(一般生)：能說出端午節的由來與三種以上習俗。 ◆低組(特生)：能指認粽子、龍舟、香包等圖片並說出名稱。
14	教學單元：主題五-單元2：健康過一「夏」 教學內容：學習夏季衛生保健（防蚊、飲食、衣著）。 ◆高組(一般生)：能說出夏季防蚊、飲食與衣著注意事項。 ◆低組(特生)：能跟著做塗防蚊液、摺衣服的動作。
15	教學單元：主題六「生活中的水」-單元1：親水趣 教學內容：認識水與生活、玩水的安全。 ◆高組(一般生)：能說出水的多種用途並了解玩水安全規範。 ◆低組(特生)：能跟著實作洗手、漱口的動作，記得有大人陪伴才能玩水。
16	教學單元：主題六-單元2：珍惜水 教學內容：學習節約用水的方法。 ◆高組(一般生)：能舉出三種以上節約用水的方法並實踐。 ◆低組(特生)：能在提示下關緊水龍頭、適量取水。
17	教學單元：學期主題統整活動 教學內容：以「我愛大自然」為主題進行統整。 ◆高組(一般生)：能整理本學期所學內容並進行小組報告。 ◆低組(特生)：在引導下完成簡單作品（拼貼、繪圖）。
18	教學單元：合作互動回顧 教學內容：回顧與同學合作學習的經驗。 ◆高組(一般生)：能分享與同學合作中遇到的困難與解決方式。 ◆低組(特生)：在協助下說出最喜歡的同學或最快樂的活動。
19	教學單元：期末評量週 教學內容：進行學期總結性評量。 ◆高組(一般生)：紙筆、口頭與實作多元評量。 ◆低組(特生)：以指認、實作、口語回應等方式進行多元評量。
20	教學單元：學期回顧與展望 教學內容：分享學年收穫，預告升二年級的目標。 ◆高組(一般生)：能說出整學年最大的收穫，訂定下學期目標。 ◆低組(特生)：能在引導下說出自己最進步的地方與感謝的人。

彰化縣員東國小115學年度課程計畫

☒集中式特教班 ☐分散式資源班 ☐巡迴輔導班

一、融合課程(科目名稱：健康與體育)

每週節數	1節
合作教學教師	普師(暫定)：吳○○ 特師(暫定)：林○○、黃○○
實施班級 & 特生名單 (暫定)	五年甲班 黃○琦、陳○閔
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 - 【備註】合作教學模式 1. 一主一副：一師主導教學，一師協助（課程深淺調整、蒐集觀察資料或班級管理）。 2. 協同教學：普師講解，特師同步示範，兩人藉由共備，提升教學默契。 3. 補充教學：一師主導教學，一師於教室角落進行個別或小組教學。 4. 平行教學：相同主題，雙向進行。 5. 替代教學：分大、小組進行不同或相同主題之教學。 6. 分站教學：各師以工作站方式教授不同主題之教學。
核心素養：勾選的項目建議不宜過多，針對該學年的重點進行勾選	
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	以下請參照國教署特殊需求領網進行規劃 學習表現 認知： 1a-Ⅲ-1認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1b-Ⅲ-1理解健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 1b-Ⅲ-3對照生活情境的健康需求，尋求適用的健康技能和生活技能。 1c-Ⅲ-2應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 1d-Ⅲ-1了解運動技能的要素和要領。 特學1-Ⅲ-2 調整不同學習項目的專注時間。 情意： 2a-Ⅲ-2覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-Ⅲ-1認同健康的生活規範、態度與價值觀。 2c-Ⅲ-2表現同理心、正向溝通的團隊精神。 特社1-Ⅲ-4 以各種形式自我安慰與獎勵。 特社2-Ⅲ-1 以善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。 技能： 3a-Ⅲ-1流暢地操作基礎健康技能。 3b-Ⅲ-2獨立演練大部分的人際溝通互動技能。 3b-Ⅲ-4能於不同的生活情境中，運用生活技能。 3c-Ⅲ-1表現穩定的身體控制和協調能力。 特學2-Ⅲ-3 設定符合自己能力水準的學習目標。 特功2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。 特功1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 行為： 4a-Ⅲ-2自我反省與修正促進健康的行動。 4a-Ⅲ-3主動地表現促進健康的行動。

	4d-III-1養成規律運動習慣，維持動態生活。 特學4-III-2 整理自己常犯的錯誤並列出可能解決方法。 學習內容 Db-III-5友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。 Ea-III-2兒童及青少年飲食問題與健康影響。 Fa-III-1自我悅納與潛能探索的方法。 Fa-III-3維持良好人際關係的溝通技巧與策略。 Fb-III-1健康各面向平衡安適的促進方法與日常健康行為。 Ga-III-1跑、跳與投擲的基本動作。 Ha-III-1網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 Hb-III-1陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術 Hc-III-1標的性球類運動基本動作及基礎戰術。 Hd-III-1守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。 Ia-III-1滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。 Ic-III-1民俗運動組合動作與遊戲。 特社B-III-5 多元性別互動與自主。 特社B-III-2 話題的開啟與延續。 特社C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。 特學B-III-3 適合自己的學習目標和增強策略。 特功J-3 指令下簡單或單一動作的執行。 特功 G-5 物品的拋丟或接住。
合作教學 學習目標	針對特生在普通班設計學習目標 ◆高組（一般生）： 1．建立正確的健康與運動知識，並能實際運用。(1a-III-1、1b-III-1、1b-III-3、1c-III-2、1d-III-1、性E4、安E7) 2．培養正面積極的運動精神。(2a-III-2、2b-III-1、2c-III-2、環E1、涯E4、涯E7) 3．養成良好體育技能(3a-III-1、3b-III-2、3b-III-4、3c-III-1) 4．建立良好健康習慣(4a-III-2、4a-III-3、4d-III-1) ◆低組（特生）： 1．了解基本健康知識。(1a-III-1、1b-III-1、1b-III-3、1c-III-2、1d-III-1、特學1-III-2、性E4、安E7) 2．樂於從事單人或團體的室內外運動。(2a-III-2、2b-III-1、2c-III-2、特社1-III-4、特社2-III-1、環E1、涯E4、涯E7) 3．養成基本體育技能(3a-III-1、3b-III-2、3b-III-4、3c-III-1、特學2-III-3、特功2-8、特功1-1。) 4．培養健康的習慣(4a-III-2、4a-III-3、4d-III-1、特學4-III-2)
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	若選擇「多層次教學」，宜在「學習目標」及「教學活動」至少有兩種組別目標/活動的設計。 ■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	針對特生的學習特性從心理及物理層面進行調整，並具體說明調整作法。 □教室佈置： □座位安排： □教學設備： ■提供小天使：請班上能力好的同學，擔任小天使，協助身障生。 ■提供教師助理：視教學狀況適時協助上課常規及生活自理練習或情緒問題 ■提供行政支援：協助安排融合課程。 □其他_____(請說明)：

學習評量調整	針對特生的在某領域學習採取適合學生學習特性的評量，包括評量內容、評量方式、評量時間、評量地點，提供相關輔具或必要提示，請具體說明調整作法。 ☐評量內容調整： ☐評量時間調整： ☐評量情境調整： ☒評量方式調整：問答、觀察、實作等多元評量方式。 ☐試題（卷）調整： ☐提供輔具： ☐其他_____（請說明）
教材/社區資源	1. 教材：指教師教學時使用的材料，包括書面教材、多媒體教材及網頁教材。 2. 社區資源：可包括「人力」或「物力」的部分。 1. 教材：康軒版健康與體育課本（簡化、減量、分解） 2. 社區資源：義工媽媽、晴雨球場
教具/輔具	1. 教具：體操墊、碼錶、羽球、跳繩、樂樂棒球、籃球 2. 輔具：無

上學期教學進度表

課程請說明多層次教學設計(分組)之教學內容；週次請自行調整。

週次	單元名稱/內容
1	教學單元：疾病不要來 教學內容：1．了解預防傳染病的原則和措施。2．主動的表現預防、因應傳染病的行動。 ◆高組(一般生)：1．了解肺結核、新型A型流感的症狀、自我檢測和預防方法。2．了解肺結核、新型A型流感的治療方法與自我照顧。 ◆低組(特生)：能分辨常見傳染病與生活中可實行的預防行為。
2	教學單元：快樂動動趣 教學內容：與同伴合作進行舞蹈與肢體創作。 ◆高組(一般生)：能創作簡易舞蹈並進行表演。 ◆低組：能模仿舞步並與同伴共舞。 融入議題：生涯規劃(涯E4 認識自己的特質與興趣。)
3	教學單元：視力口腔檢查站 教學內容：1．護眼須知。2．高度近視的原因。3．認識洗牙與牙齒矯正。 ◆高組(一般生)：1．察覺不良用眼習慣對於視力的影響。2．了解近視、齲齒的原因。3．自我反省並修正用眼習慣。4．自我反省並修正潔牙習慣。 ◆低組：1．能學會正確刷牙方式。2．使用3C產品時，能適度休息。
4-5	教學單元：跑跳無阻 教學內容：練習跑步、跳躍等體能活動。 ◆高組(一般生)：能突破障礙進行短跑與立定跳遠。 ◆低組：能模仿跑步與跳躍基本動作。 融入議題：安全教育（安 E7 探究運動基本的保健。) 非正式課程： 第4週 專業團隊到校服務：進行語言、物理、職能訓練，提昇肢體動作能力。
6	教學單元：尊重與成長的開始（兩性教育） 教學內容：

	1・認識男女生在外表與心理上的發展差異（如青春期的變化）。 2・建立尊重他人身體界線與隱私的觀念（如不亂摸、不偷拍）。 3・學習適當的人際互動與表達喜歡、關心的方式。 ◆高組(一般生)：1・能說出青春期男女在身體與心理上的變化。2・能尊重同學的身體界線與隱私權，表達得體。3・能討論如何建立友善而尊重的兩性交往態度。 ◆低組：1・能辨識男女外觀的基本差異與個人界線（如「不可以摸別人私密處」）。2・能說出「不舒服時要說出來」的行為方式。3・能參與角色扮演活動，學習適當與同學打招呼、互動的方法。 融入議題： 1. 性別平等(性E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。) 2. 生涯規劃(涯E4 認識自己的特質與興趣。涯E7 培養良好的人際互動能力。) 非正式課程：第6週 家庭暴力防治宣導與討論：提升積極參與家庭活動的責任感與態度，了解要如何尊重家人及處理家人之間的衝突。
7-8	教學單元：身體律動 教學內容：透過音樂進行身體律動活動。 高組(一般生)： 能隨音樂節奏進行動作。 能創作簡單的律動舞蹈。 能與同學協調完成團體表演。 低組(特生)： 能模仿教師的律動動作。 能隨音樂節奏進行簡單動作。 能參與律動遊戲。 非正式課程：第7週 法律常識：理解法律與法治的意義，追求兩性的人權保障與公平價值。
9	教學單元：校園事故傷害 教學內容：1・校園潛藏的危險。2・校園意外事故的嚴重性。3・如何避免校園事故傷害。 ◆高組(一般生)：能分析事故成因與預防策略。 ◆低組(特生)：能學會遵守基本校園安全規則。 非正式課程： 第9週 戶外教育：帶領身障學生體驗自然、鄉土、社區商店、生態環境，增強社區資源的使用能力。 (環E1參與戶外學習與自然體驗，覺知自然環境的美、平衡、與完整性。)
10	教學單元5：跳繩樂 教學內容：學習單人與團體跳繩技巧。 高組(一般生)： 能持續跳繩30下以上。 能與同學協調進行團體跳繩。 能創作簡單的跳繩舞步。 低組(特生)： 能模仿跳繩的動作。 能在協助下完成數次跳繩。

	能參與跳繩遊戲。
11	教學單元：騎車乘車保平安 教學內容：1．認識騎腳踏車與搭車的安全守則。2．學會緊急事故通報。 ◆高組(一般生)：能模擬事故通報流程。 ◆低組(特生)：能說出遇到危險時求助對象與方法。 融入議題： 環境教育(環E1 參與戶外學習與自然體驗，覺知自然環境的美、平衡、與完整性。) 非正式課程：第11週安全教育宣導(安E7 探究運動基本的保健。)
12	教學單元：排球高手 教學內容：練習排球低手、高手傳球與發球。 ◆高組(一般生)：能完成雙人合作傳球。 ◆低組(特生)：能正確擺出低手接球動作。
13	教學單元4：樂樂棒球 教學內容：學習樂樂棒球的基本規則與技巧。 高組(一般生)： 1．能正確握棒並擊球。2．能理解比賽的基本規則。3．能與隊友合作完成比賽。 低組(特生)： 1．能模仿揮棒的動作。2．能參與接球的練習。3．能在教師協助下完成簡單的比賽。
14	教學單元：攻守樂趣多 教學內容：體驗樂樂棒球的打擊與守備活動。 ◆高組(一般生)：能規劃進攻戰術與守備站位。 ◆低組(特生)：能正確擊球與安全跑壘。
15-16	教學單元：身體管理員 教學內容： 1．認識體適能的項目。 2．規劃個人運動改善計畫。 ◆高組(一般生)：能依自身測量結果設計運動目標。 ◆低組(特生)：能參與體適能遊戲活動並記錄感受。 融入議題： 1. 環境教育(環E1 參與戶外學習與自然體驗，覺知自然環境的美、平衡、與完整性。) 2. 安全教育 (安E7 探究運動基本的保健。)
17	教學單元：全力反毒 教學內容：1．辨識新興毒品。2．毒品的特性與危害。3．向毒品說NO。 ◆高組(一般生)：能描述毒品對個人、家庭與社會的影響。能拒絕毒品的誘惑。 ◆低組(特生)：能表演拒絕毒品的情境演練。
18-19	教學單元：小套路輕鬆學 教學內容：練習結合步伐與拳掌等簡易武術動作。 ◆高組(一般生)：能記住並完成一套簡單武術套路。 ◆低組(特生)：能模仿特定動作如出拳、踏步。

	非正式課程： 第18週 元旦：了解元旦的意義，擬定新年的運動計畫。(涯E3認識生涯規劃的意涵。)
20-21	教學單元：逗陣來跳繩 教學內容：練習個人與團體跳繩。 ◆高組(一般生)：能嘗試花式跳繩並與同伴協調節奏。 ◆低組(特生)：能完成基本雙腳連續跳。 3・生涯規劃(涯E7 培養良好的人際互動能力。) 非正式課程： 第19週 健康促進宣導：防範事故傷害發生以確保命安全

下學期教學進度表

課程請說明多層次教學設計(分組)之教學內容；週次請自行調整。

週次	單元名稱/內容
1	教學單元：健康幸福一家人 教學內容：1・家庭成員的責任。2・愛家行動・3・健康的家人互動。4・表達對家人的關心與愛 ◆高組(一般生)： 1・能說出家庭成員的角色與分工 2・能描述自己表達關心的方式 3・能分享與家人良好互動的經驗 ◆低組(特生)： 1・能辨識家庭成員(爸爸、媽媽等) 2・能用口語或肢體表達「我愛你」或「謝謝」 3・能參與模擬情境如：幫媽媽端水、給爸爸擁抱
2-3	教學單元：短跑衝刺 教學內容：1. 學習起跑姿勢與終點衝刺技巧 ◆高組(一般生)： 1・能正確做出短跑起跑與加速動作 2・能跑完全程並掌握衝刺時機 3・能自我評估起跑與終點表現 ◆低組(特生)： 1・能聽口令出發並完成短距離奔跑 2・能保持直線前進至終點 3・能參與跑步遊戲活動
4	教學單元：青春快樂行 教學內容：1. 認識青春期的身體變化 2. 正確認識月經或夢遺 ◆高組(一般生)： 1・能描述青春期的變化與原因 2・能正確使用生理用品 3・能尊重異性的發展差異 ◆低組(特生)： 1・能接受身體變化為自然現象 2・能辨識生理用品用途(如衛生棉)

	3・能表達「我需要幫助」或「我不舒服」 融入議題： 1. 性別平等(性E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。) 非正式課程： 第4週 專業團隊到校服務：進行語言、物理、職能訓練，提昇肢體動作能力。
5	教學單元：健康安全飲食 教學內容：1. 認識健康飲食原則 2. 養成均衡飲食習慣 ◆高組(一般生)： 1・能分辨六大類食物 2・能設計一日健康菜單 3・能檢視自己的飲食是否均衡 ◆低組(特生)： 1・能辨認常見健康食物(如：蔬菜、水果) 2・能表達喜歡與不喜歡的食物 3・能參與分類遊戲(如：食物貼圖分類)
6-7	教學單元：樂趣跳高 教學內容：1. 認識跳高器材 2. 練習助跑與起跳 ◆高組(一般生)： 1・能說出跳高的基本規則 2・能完成助跑與正確起跳過竿動作 3・能與同學輪流參與練習並加以觀察 ◆低組(特生)： 1・能模仿助跑與起跳動作 2・能嘗試跳過簡易障礙物 3・能輪流參與跳高遊戲
8	教學單元5：飲食危機處理 教學內容：1. 認識異物梗塞與食物中毒的處理方式 ◆高組(一般生)： 1・能說出異物梗塞的急救步驟 2・能識別食物保存不當的風險 3・能提出食安自我保護行動 ◆低組(特生)： 1・能辨認危險食物(如：壞掉的便當) 2・能說出「我肚子痛」等症狀 3・能聽從指示做出安全動作(如喝水、求救) 非正式課程 兒童節慶祝活動:透過闖關活動，提昇學生肢體動作能力。
9-10	教學單元：靈活滾躍 教學內容：1. 練習地板翻滾與身體協調動作 ◆高組(一般生)： 1・能示範前滾翻與側滾翻 2・能掌握基本安全要領進行滾翻動作 3・能設計滾翻與跳躍的連續動作 ◆低組(特生)：

	1・能在老師協助下完成簡易滾翻 2・能模仿翻滾或旋轉動作 3・能正確使用軟墊並遵守安全規則
11	教學單元：環保愛地球 教學內容：1. 認識節能減碳行動 2. 培養綠色生活習慣 ◆高組(一般生)： 能列出3項節能行動(如：隨手關燈) 能解釋地球暖化的原因 能設計個人環保計畫 ◆低組(特生)： 能辨認「關燈、關水、分類垃圾」等行動 能模仿環保行為(如：關水龍頭) 能與同學一起參與資源回收遊戲
12-13	教學單元：動動秀 教學內容：1. 創作肢體動作 2. 舞蹈《阿露娜》土風舞 ◆高組(一般生)： 能記憶並完成舞蹈基本動作 能與隊員協力完成動作創作 能用肢體展現情感與律動 ◆低組(特生)： 能模仿老師的舞蹈動作 能跟著音樂律動並嘗試配合隊形 能在老師帶領下完成團體表演 非正式課程： 愛心小天使活動：學習與不同年齡及性別的學生相處(融合教育)
14-15	教學單元：羽球共舞 教學內容：1. 認識羽球比賽規則 2. 練習正確握拍與發球動作 ◆高組(一般生)： 能說出羽球比賽的基本規則 能正確示範握拍、發球與接球技巧 能進行基本的雙人對打練習 ◆低組(特生)： 能專注聆聽教師指令並參與活動 能模仿基本的握拍與揮拍動作 能嘗試接住羽球或用拍子輕打羽球
16-17	教學單元：籃球攻防 教學內容：1. 認識籃球場地與規則 2. 練習運球、傳球與防守站位 ◆高組(一般生)： 能說出籃球比賽中基本動作與規則 能進行2對2的簡易攻防練習 能配合隊友完成傳球與得分動作 ◆低組(特生)： 能正確持球並運球前進

	能配合老師完成傳球或投球動作 能參與小組合作活動
18-19	教學單元：體能挑戰闖關趣 教學內容：設計闖關活動結合跑、跳、爬等基本動作 ◆高組(一般生)： 能完成體能挑戰任務並記錄成績 能鼓勵隊友、培養團隊合作精神 能反思自己體能表現與改進方向 ◆低組(特生)： 能在老師協助下完成基本體能動作（爬行、跨欄等） 能在遊戲中展現耐力與毅力 能從活動中獲得樂趣與成就感 融入議題： 1．生涯規劃(涯E4 認識自己的特質與興趣。涯E7 培養良好的人際互動能力。) 2．安全教育（安E7 探究運動基本的保健。)
20-21	教學單元5：夏日戲水安全（陸上模擬） 教學內容：1. 認識溯溪裝備與水中行進技巧（模擬體驗） ◆高組(一般生)： 能說出溯溪裝備的重要性與使用方法 能模擬在不同地形的行進步伐與協調 能團體合作完成模擬任務 ◆低組(特生)： 能辨認安全帽、救生衣等溯溪裝備 能模仿踏步、過溪的動作 能聽從指令完成體驗任務 融入議題： 1. 安全教育（安E7 探究運動基本的保健。)

彰化縣員東國小115學年度課程計畫

☒集中式特教班 ☐分散式資源班 ☐巡迴輔導班

一、融合課程(科目名稱：健康與體育)

每週節數	1節
合作教學教師	普師(暫定)：吳○○ 特師(暫定)：林○○、黃○○
實施班級 & 特生名單 (暫定)	六年甲班 蕭○炘、劉○名
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 - 【備註】合作教學模式 1. 一主一副：一師主導教學，一師協助（課程深淺調整、蒐集觀察資料或班級管理）。 2. 協同教學：普師講解，特師同步示範，兩人藉由共備，提升教學默契。 3. 補充教學：一師主導教學，一師於教室角落進行個別或小組教學。 4. 平行教學：相同主題，雙向進行。 5. 替代教學：分大、小組進行不同或相同主題之教學。 6. 分站教學：各師以工作站方式教授不同主題之教學。
核心素養：勾選的項目建議不宜過多，針對該學年的重點進行勾選	
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
領綱學習重點	以下請參照國教署特殊需求領綱進行規劃 學習表現 認知： 1a-Ⅲ-1認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1b-Ⅲ-1理解健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 1b-Ⅲ-3對照生活情境的健康需求，尋求適用的健康技能和生活技能。 1c-Ⅲ-2應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 1d-Ⅲ-1了解運動技能的要素和要領。 特學1-Ⅲ-2 調整不同學習項目的專注時間。 情意： 2a-Ⅲ-2覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-Ⅲ-1認同健康的生活規範、態度與價值觀。 2c-Ⅲ-2表現同理心、正向溝通的團隊精神。 特社1-Ⅲ-4 以各種形式自我安慰與獎勵。 特社2-Ⅲ-1 以善意正向的觀點，看待與人相處的各種互動行為。 技能： 3a-Ⅲ-1流暢地操作基礎健康技能。 3b-Ⅲ-2獨立演練大部分的人際溝通互動技能。 3b-Ⅲ-4能於不同的生活情境中，運用生活技能。 3c-Ⅲ-1表現穩定的身體控制和協調能力。 特學2-Ⅲ-3 設定符合自己能力水準的學習目標。 特功2-8 具備雙側協調與眼手協調技能。 特功1-1 具備四肢與軀幹的關節活動能力。 行為： 4a-Ⅲ-2自我反省與修正促進健康的行動。

	4a-III-3主動地表現促進健康的行動。 4d-III-1養成規律運動習慣，維持動態生活。 特學4-III-2 整理自己常犯的錯誤並列出可能解決方法。 學習內容 Db-III-5友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。 Ea-III-2兒童及青少年飲食問題與健康影響。 Fa-III-1自我悅納與潛能探索的方法。 Fa-III-3維持良好人際關係的溝通技巧與策略。 Fb-III-1健康各面向平衡安適的促進方法與日常健康行為。 Ga-III-1跑、跳與投擲的基本動作。 Ha-III-1網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 Hb-III-1陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術 Hc-III-1標的性球類運動基本動作及基礎戰術。 Hd-III-1守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。 Ia-III-1滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。 Ic-III-1民俗運動組合動作與遊戲。 特社B-III-5 多元性別互動與自主。 特社B-III-2 話題的開啟與延續。 特社C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。 特學B-III-3 適合自己的學習目標和增強策略。 特功J-3 指令下簡單或單一動作的執行。 特功 G-5 物品的拋丟或接住。
合作教學 學習目標	針對特生在普通班設計學習目標 ◆高組（一般生）： 1．建立正確的健康與運動知識，並能實際運用。(1a-III-1、1b-III-1、1b-III-3、1c-III-2、1d-III-1、性E4、安E7) 2．培養正面積極的運動精神。(2a-III-2、2b-III-1、2c-III-2、環E1、涯E4、涯E7) 3．養成良好體育技能(3a-III-1、3b-III-2、3b-III-4、3c-III-1) 4．建立良好健康習慣(4a-III-2、4a-III-3、4d-III-1) ◆低組（特生）： 1．了解基本健康知識。(1a-III-1、1b-III-1、1b-III-3、1c-III-2、1d-III-1、特學1-III-2、性E4、安E7) 2．樂於從事單人或團體的室內外運動。(2a-III-2、2b-III-1、2c-III-2、特社1-III-4、特社2-III-1、環E1、涯E4、涯E7) 3．養成基本體育技能(3a-III-1、3b-III-2、3b-III-4、3c-III-1、特學2-III-3、特功2-8、特功1-1。) 4．培養健康的習慣(4a-III-2、4a-III-3、4d-III-1、特學4-III-2)
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	若選擇「多層次教學」，宜在「學習目標」及「教學活動」至少有兩種組別目標/活動的設計。 ■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	針對特生的學習特性從心理及物理層面進行調整，並具體說明調整作法。 □教室佈置： □座位安排： □教學設備： ■提供小天使：請班上能力好的同學，擔任小天使，協助身障生。 ■提供教師助理：視教學狀況適時協助上課常規及生活自理練習或情緒問題 ■提供行政支援：協助安排融合課程。 □其他_____（請說明）：

學習評量調整	針對特生的在某領域學習採取適合學生學習特性的評量，包括評量內容、評量方式、評量時間、評量地點，提供相關輔具或必要提示，請具體說明調整作法。 ☐評量內容調整： ☐評量時間調整： ☐評量情境調整： ☒評量方式調整：問答、觀察、實作等多元評量方式。 ☐試題（卷）調整： ☐提供輔具： ☐其他_____（請說明）
教材/社區資源	1. 教材：指教師教學時使用的材料，包括書面教材、多媒體教材及網頁教材。 2. 社區資源：可包括「人力」或「物力」的部分。 1. 教材：康軒版健康與體育課本(簡化、減量、分解) 2. 社區資源：義工媽媽、晴雨球場
教具/輔具	1. 教具：籃球、桌球、足球、鉛球、扯鈴、飛盤、帶式橄欖球 2. 輔具：無

上學期教學進度表

課程請說明多層次教學設計(分組)之教學內容；週次請自行調整。

週次	單元名稱/內容
1	教學單元：網路不沉迷 教學內容：1. 認識網路使用對身心健康的影響。 2. 辨識沉迷網路的徵兆並學習自我調適。 3. 規劃合宜的網路使用時間。 ◆高組(一般生)：1. 能說出沉迷網路的負面影響。 2. 能訂定個人每日使用網路時間表並落實執行。 3. 能分享避免網路沉迷的具體方法。 ◆低組(特生)：1. 能在協助下說出「玩太久眼睛累」等身體反應。 2. 能聽從指令在約定時間關閉螢幕。 3. 能參與團體討論並表達使用感受。
2	教學單元：鎖定目標 教學內容：1. 認識擲球、滾球、推桿擊球的動作要領。 2. 體驗標的性球類運動的瞄準與發力技巧。 ◆高組(一般生)：1. 能正確使用單手與雙手做出擲球動作。 2. 能控制力量將球推擊至指定目標。 3. 能進行小組競賽並計分。 ◆低組(特生)：1. 能模仿教師示範的擲球動作。 2. 能在輔助下將球滾向大目標物。 3. 能參與簡易輪流擲球的遊戲。
3	教學單元：友誼維繫 教學內容：1. 認識網路人際互動的禮儀。 2. 學習以同理心維繫線上與線下的友誼關係。 3. 辨識網路霸凌並尋求協助。 ◆高組(一般生)：1. 能舉例說明合宜與不合宜的網路用語。 2. 能設計回應網路衝突的訊息範例。 3. 能分析網路霸凌的求助管道。 ◆低組(特生)：1. 能說出見到朋友時可使用的問候語。 2. 能模仿正向回應的肢體與口語表達。 3. 能在角色扮演中向老師或家長求助。 融入議題：人權教育（人E5 了解兒童在生活中可能受到的虐待，並知道如何尋求協助。）
4-5	教學單元：鎖定目標 • 推桿擊球 教學內容：1. 練習推桿握法、瞄準、揮桿動作。 2. 進行迷你高爾夫式關卡挑戰，

	培養專注與運動精神。 ◆高組(一般生)：1. 能掌握推桿握法並穩定揮桿。 2. 能依距離調整擊球力道。 3. 能在團體競賽中遵守規則並鼓勵隊友。 ◆低組(特生)：1. 能握住推桿做出擺動動作。 2. 能在輔助下將球擊入大目標。 3. 能在遊戲中等待輪流並聽從規則。 非正式課程：第4週 專業團隊到校服務：進行語言、物理、職能訓練，提昇肢體動作能力。
6	教學單元：健康消費選擇 教學內容：1. 認識消費對個人健康與環境的影響。 2. 學習辨識食品與用品的標示與保存期限。 ◆高組(一般生)：1. 能比較不同商品的成分與標示差異。 2. 能說明過度包裝對環境的影響。 3. 能規劃一次健康消費購物清單。 ◆低組(特生)：1. 能辨認常見食品包裝上的有效日期。 2. 能在實物提示下挑選新鮮的水果或蔬菜。 3. 能說出「吃太多糖會蛀牙」等健康概念。
7-8	教學單元：桌上競技 教學內容：1. 認識桌球場地、球拍與基本規則。 2. 練習正手擊球、反手擋球與發球動作。 ◆高組(一般生)：1. 能正確握拍並完成正手與反手擊球。 2. 能與同學進行簡易來回對打。 3. 能擔任裁判並計分。 ◆低組(特生)：1. 能模仿握拍與揮拍動作。 2. 能將球輕輕推向對方桌面。 3. 能參與撿球、計分等服務性任務。 非正式課程：第7週 法律常識宣導：理解校園與兩性的人權保障，落實尊重與公平的價值。
9	教學單元：健康消費聰明購 教學內容：1. 認識網路購物的風險與權益。 2. 學習比較價格、辨識誇大廣告與不實訊息。 ◆高組(一般生)：1. 能說明網路購物常見的詐騙手法。 2. 能比較三家商品的價格與品質。 3. 能設計家庭購物計畫並控管預算。 ◆低組(特生)：1. 能在圖卡中辨認「想要」與「需要」的差異。 2. 能跟隨教師完成模擬付款流程。 3. 能說出購物時要請大人陪伴。
10	教學單元：足下功夫 教學內容：1. 認識足球場地與比賽規則。 2. 練習踢球、停球、運球等基本動作。 ◆高組(一般生)：1. 能完成內側踢球與停球動作。 2. 能進行繞錐運球練習並計時。 3. 能與同伴進行傳接配合。 ◆低組(特生)：1. 能在引導下用腳輕踢大球。 2. 能模仿足球運球的踩球動作。 3. 能參與小組射門遊戲。
11	教學單元：破除性別刻板印象 教學內容：1. 覺察生活中的性別刻板印象。 2. 學習以平等的眼光看待不同性別的選擇與表現。 ◆高組(一般生)：1. 能舉例說明常見的性別刻板印象。 2. 能分析媒體中對男女角色的描繪。 3. 能提出打破刻板印象的具體做法。 ◆低組(特生)：1. 能說出男生女生都能做的活動(如打掃、運動)。 2. 能在情境中選擇尊重他人的回應。 3. 能與不同性別同學合作完成任務。 融入議題：性別平等教育(性E2 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。)
12	教學單元：尊重特質 教學內容：1. 認識每個人都有獨特的特質與專長。 2. 學習以欣賞與包容的態度對待差異。 ◆高組(一般生)：1. 能描述自己的優點與待加強之處。 2. 能讚美同學的特質並說

	出原因。 3. 能討論如何接納不同的人。 ◆低組(特生): 1. 能說出一項自己擅長的事。 2. 能在引導下對同學說「你做得很棒」。 3. 能參與分組合作活動並輪流分享。
13	教學單元: 維護身體自主權 教學內容: 1. 認識身體界線、隱私部位與性騷擾、性侵害的概念。 2. 學習自我保護與求助的方法。 ◆高組(一般生): 1. 能說明身體自主權的意義。 2. 能說出不舒服情境的求助步驟。 3. 能模擬撥打113保護專線。 ◆低組(特生): 1. 能指認身體的隱私部位(穿泳衣的地方)。 2. 能說出「不要、走開、告訴大人」三步驟。 3. 能在角色扮演中向信任的大人求助。 融入議題: 性別平等教育(性E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。)
14	教學單元: 擲向天際 教學內容: 1. 認識推鉛球與投擲簡易標槍的動作要領與安全規則。 2. 練習出手角度與發力時機。 ◆高組(一般生): 1. 能正確完成推鉛球的握、置頸、推擲動作。 2. 能以助跑投擲簡易標槍並注意安全距離。 3. 能記錄並比較自己的投擲距離。 ◆低組(特生): 1. 能模仿推球與投擲的基本姿勢。 2. 能在指定區域進行投擲動作。 3. 能遵守「等到口令再撿球」的安全規則。 融入議題: 安全教育(安E7 探究運動基本的保健。)
15-16	教學單元: 矯健如蛙游 教學內容: 1. 練習蛙泳蹬夾腿動作與仰漂技巧。 2. 學習水中抽筋處理與水中自救。 ◆高組(一般生): 1. 能在水中完成蛙泳蹬夾腿動作。 2. 能進行5公尺以上的仰漂。 3. 能說明水中抽筋的處理步驟。 ◆低組(特生): 1. 能於陸上模擬蹬夾腿動作。 2. 能在浮具輔助下嘗試漂浮。 3. 能說出戲水時應遵守的安全規則。 非正式課程: 第15週 健康促進宣導: 防範事故傷害, 確保校園與生活安全。
17	教學單元: 扯鈴巔峰 教學內容: 1. 認識扯鈴的器材與基本握法。 2. 練習基礎扯鈴動作(拉繩、加速、平衡)。 ◆高組(一般生): 1. 能完成基本的拉繩與加速。 2. 能嘗試一項花式動作(如螞蟻上樹)。 3. 能上台展演並接受同學回饋。 ◆低組(特生): 1. 能在輔助下握繩讓鈴轉動。 2. 能模仿教師基本動作。 3. 能參與團體扯鈴節奏活動。
18-19	教學單元: 樂跳土風舞 教學內容: 1. 學跳《野豌豆》、《洛哈地》土風舞步伐與隊形。 2. 體驗團體律動的樂趣。 ◆高組(一般生): 1. 能記憶並完成完整一段土風舞動作。 2. 能配合音樂節奏與隊形變化。 3. 能與同學合作完成團體展演。 ◆低組(特生): 1. 能模仿教師踏步、轉身等基本舞步。 2. 能跟著音樂律動並嘗試牽手繞圈。 3. 能在團體中完成簡化版舞蹈表演。 非正式課程: 第18週 元旦慶祝: 了解元旦的意義並擬定新年運動計畫。(涯E3 認識生涯規劃的意涵。)
20-21	教學單元: 靈活玩技擊 教學內容: 1. 認識技擊運動的禮儀與安全。 2. 練習出拳、踢腿、防守等基本動作, 學習在生活中應用技擊保護自己。 ◆高組(一般生): 1. 能完成一套簡易技擊組合動作。 2. 能說明技擊在自我保護上的應用。 3. 能與同學進行有規範的對練。 ◆低組(特生): 1. 能模仿教師的出拳與踏步。 2. 能在指令下做出護臉、後退等防

護動作。 3. 能參與小組節奏式技擊操。

非正式課程：愛心小天使活動：學習與不同年齡及性別的學生相處（融合教育）。

下學期教學進度表

課程請說明多層次教學設計(分組)之教學內容；週次請自行調整。

週次	單元名稱/內容
1	教學單元：面對青春好自在 教學內容：1. 認識青春身心變化與情緒調適。 2. 學習接納身體變化、保持自信。 ◆高組(一般生)：1. 能描述青春男女的身心變化。 2. 能說出三項照顧身體變化的方法。 3. 能分享面對情緒起伏的調適策略。 ◆低組(特生)：1. 能指認自己身體的變化(如長高、長毛)。 2. 能說出「我長大了」並表達感受。 3. 能在引導下完成個人衛生自理(如洗澡、換衣)。 融入議題：性別平等教育(性E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。)
2-3	教學單元：愛運動・運動養生 教學內容：1. 了解規律運動對身心健康的益處。 2. 認識養生運動(如太極、瑜珈伸展)並體驗動作。 ◆高組(一般生)：1. 能說明333運動原則。 2. 能規劃個人一週運動計畫。 3. 能完成一段養生伸展動作。 ◆低組(特生)：1. 能模仿教師示範的伸展動作。 2. 能在音樂中持續活動5分鐘。 3. 能說出「運動讓我身體舒服」的感受。
4	教學單元：身體保護你我他 教學內容：1. 認識常見身體界線議題與性騷擾、性侵害的辨識。 2. 學習說「不」與向大人求助的方法。 ◆高組(一般生)：1. 能辨識生活中的身體界線情境。 2. 能演練拒絕與求助的對話。 3. 能說出可信任的求助對象與資源。 ◆低組(特生)：1. 能說出「我的身體我做主」。 2. 能在情境中喊「不可以、走開」。 3. 能找到家人或老師說出不舒服的事。 融入議題：性別平等教育(性E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。) 非正式課程：第4週 專業團隊到校服務：進行語言、物理、職能訓練，提昇肢體動作能力。
5	教學單元：做自己、向前行 教學內容：1. 認識自我特質與生涯探索的概念。 2. 學習設定目標並培養積極態度。 ◆高組(一般生)：1. 能說出自己的興趣與專長。 2. 能設定一項短期生活或學習目標。 3. 能擬定追蹤目標的具體步驟。 ◆低組(特生)：1. 能在圖卡中選出自己喜歡做的事。 2. 能說出「我想學○○」。 3. 能在教師協助下完成一個小目標(如學會綁鞋帶)。 融入議題：生涯規劃教育(涯E4 認識自己的特質與興趣。)
6-7	教學單元：歡樂排舞 教學內容：1. 認識排舞隊形與步伐。 2. 學習配合音樂進行整齊的團體律動。 ◆高組(一般生)：1. 能完成一套排舞基本步伐。 2. 能配合節奏完成隊形變換。 3. 能擔任小領隊帶領同學練習。 ◆低組(特生)：1. 能模仿前後左右步動作。 2. 能在標示提示下站到自己的位置。 3. 能與同學手拉手完成簡易隊形。
8	教學單元：預防傳染病的法寶 教學內容：1. 認識傳染病的傳播途徑與預防原則。 2. 養成正確的洗手與衛生習慣。

	◆高組(一般生): 1. 能說明四種以上的傳染病傳播方式。 2. 能正確示範洗手七步驟。 3. 能規劃個人健康作息表。 ◆低組(特生): 1. 能配合口訣完成洗手步驟。 2. 能說出「咳嗽要遮口」、「生病要戴口罩」。 3. 能配合校園衛生規定完成例行清潔。 非正式課程: 兒童節慶祝活動: 透過闖關活動, 提昇學生肢體動作能力。
9-10	教學單元: 穿梭自如 • 定向運動 教學內容: 1. 體驗定向運動, 學習看圖找點與方位辨識。 2. 培養觀察、判斷與野外活動安全意識。 ◆高組(一般生): 1. 能依地圖找到指定地標並打卡。 2. 能使用簡易指北針辨認方位。 3. 能與隊友合作規劃最佳路徑。 ◆低組(特生): 1. 能依圖示在校園內找到大型目標物(如司令臺)。 2. 能跟隨同學完成路線。 3. 能注意行進安全並聽從指令。 融入議題: 戶外教育(環E1 參與戶外學習與自然體驗, 覺知自然環境的美、平衡與完整性。)
11	教學單元: 你不可不知的傳染病 教學內容: 1. 認識常見的傳染病(如流感、腸病毒、登革熱)症狀與處理。 2. 了解預防接種的重要性。 ◆高組(一般生): 1. 能比較三種傳染病的症狀差異。 2. 能說明接種疫苗的目的與時程。 3. 能設計校園防疫海報。 ◆低組(特生): 1. 能說出生病時要告訴老師或家長。 2. 能配合戴口罩、量體溫等防疫動作。 3. 能辨認「發燒、咳嗽」等不舒服的徵兆。
12-13	教學單元: 飛盤遊戲 • 滾球大進擊 教學內容: 1. 學習飛盤的握法、擲法與接法。 2. 體驗滾球的攻防樂趣。 ◆高組(一般生): 1. 能完成正手與反手擲飛盤。 2. 能與同伴進行飛盤接傳遊戲。 3. 能說明滾球得分規則並進行小組競賽。 ◆低組(特生): 1. 能模仿擲飛盤的擺臂動作。 2. 能在輔助下接住大型海綿盤。 3. 能參與簡易滾球至目標的活動。 非正式課程: 愛心小天使活動: 學習與不同年齡及性別的學生相處(融合教育)。
14-15	教學單元: 帶式橄欖球大躍進 教學內容: 1. 認識帶式橄欖球的場地、規則與安全要領。 2. 練習傳接球、抽帶、跑位等技巧。 ◆高組(一般生): 1. 能完成側傳與接球動作。 2. 能在比賽中執行抽帶並守住自己的位置。 3. 能與隊友合作策劃進攻路徑。 ◆低組(特生): 1. 能用雙手抱握橄欖球前進。 2. 能在引導下完成抽帶動作。 3. 能參與小組合作的橄欖球活動。
16-17	教學單元: 明眸皓齒到終老 • 終身照護沒煩惱 教學內容: 1. 認識視力與口腔的長期保健方法。 2. 了解人生不同階段的健康照護需求。 ◆高組(一般生): 1. 能說明高度近視與牙周病的成因與預防。 2. 能比較不同年齡層的健康需求。 3. 能設計家人健康關懷行動。 ◆低組(特生): 1. 能完成正確的潔牙與護眼三步驟。 2. 能說出爺爺奶奶需要被關心。 3. 能參與長者體驗活動並表達關心。 非正式課程: 健康促進宣導: 落實視力保健與口腔保健的每日行動。
18-19	教學單元: 涼夏溯溪行 • 玩樂重安全 教學內容: 1. 認識溯溪裝備與戲水安全(陸上模擬)。 2. 學習辨識危險水域與緊急求救方法。 ◆高組(一般生): 1. 能說出溯溪裝備(救生衣、安全帽、防滑鞋)的功能。 2. 能模擬在不同地形的行進步伐。 3. 能說明遇到溺水時的「叫叫伸拋划」自救步驟。 ◆低組(特生): 1. 能辨認救生衣與安全帽。 2. 能模仿踏石、過溪的動作。 3. 能

	說出「看到水不亂跑」、「找大人幫忙」。 融入議題：安全教育（安E7 探究運動基本的保健。）
20-21	教學單元：籃球高手 教學內容：1．左手運球。2．右手運球。3．雙手交互運球。4．防守練習。5．直線運球。6．s型運球。7．定點投籃。8．雙人傳球。9．三角傳球。10．實戰練習。 ◆高組：1．能遵守規則，正確進行練習。2．能分組實戰。3．能計分。 ◆低組：1．能在協助下，演練基本動作。2．能享受運動的樂趣。 非正式課程：戶外教育—體驗自然、社區與生態環境，增強社區資源使用能力。（環E1 參與戶外學習與自然體驗，覺知自然環境的美、平衡與完整性。）