

教材版本	自編教材	實施年級 (班級/組別)	特教班	教學節數	每週(3)節，本學期共(62)節		
課程目標	1. 能正確做出暖身操的動作(例如八段錦、五行健康操、韻律操、毛巾操等等) 2. 能正確做出期末表演的舞蹈或戲劇動作 3. 能和同學合作參與班級體育競賽(體育週) 4. 認識全國運動會及觀賞運動比賽 5. 能觀察身體外觀的變化 6. 能了解自我身體的狀況 7. 具備自我安全意識						
該學習階段 領域核心素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 8/30-9/3	1. 暖身操 2. 期末表演選擇及練習 3. 我變得不一樣	3	1. 能做出暖身操的動作 2. 能表達自己喜歡的 期末表演類型 3. 能模仿做出舞蹈動作 4. 能記錄自己身高體 重的變化 5. 能依據健康中心的 建議進行健康生活 或改善計畫	2a- I -2感受健康 問題對自己造成 的困擾 2b- II -2願意改善 個人重要的健康 習慣。 4c- I -2 選擇適 合個人的簡易身 體活動	Aa- I -1自我生 長發育情況的觀 察 Bc- I -1常見暖 身伸展動作的認 識 Fb- I -1個人的 健康行為展現 Ib- II -1簡易音樂 律動與模仿性舞 蹈	觀察 紙筆評量 實作評量 口說評量	人 E3 了解每 個人需求的不 同，並討論與 遵守團體的規 則 人 E5 欣賞、 包容個別差異 並尊重自己與 他人的權利
第二週 9/4-9/10		3					
第三週 9/11-9/17		3					
第四週 9/18-9/24		3					
第五週 9/25-10/1		2					
第六週 10/2-10/8		3					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

				3c- II -1 表現聯合性動作的基本技能			安 E3 知道常見事故傷害
第七週 10/9- 10/15	1. 暖身操 2. 期末表演練習 3. 全國運動會在台南	3	1. 認識全國運動會的比賽項目 2. 能說出自己對哪種運動項目較有興趣 3. 能觀賞運動比賽 4. 能模仿及跟著音樂做出正確的舞蹈動作 5. 能做出暖身操的動作	2d- I -1能觀賞他人的動作表現。 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範 2d- II -2 表現觀賞者的角色和責任 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力 3c- II -1 表現聯合性動作的基本技能	Ce- I -1其他休閒運動的參與 Ib- II -1簡易音樂律動與模仿性舞蹈 Cb-III-2區域性運動賽會的認識	觀察 實作評量 口說評量	安E4探討日常生活應該注意的安全 安 E6 了解自己的身體 家E13熟悉與家庭生活相關的社區資源。
第八週 10/16- 10/22		3					
第九週 10/23- 10/29		3					
第十週 10/30- 11/5		3					
第十一週 11/6- 11/12		3					
第十二週 11/13- 11/19		3					
第十三週 11/20- 11/26	1. 暖身操 2. 期末表演練習 3. 體育週	3	1. 了解體育週的比賽項目 2. 能和同學合作練習體育週的比賽項目 3. 能參與學校體育週活動 4. 能模仿及跟著音樂做出正確的舞蹈動	2c- I -2表現參與的學習態度 3d- I -1應用基本動作常識參與遊戲 2c- II -2表現配合團隊合作、友善的互動行為	Cb- I -2常見班級性體育活動 Cd- I -1戶外休閒運動的參與。 Ab- II -1簡易體適能遊戲 Ib- II -1簡易音樂律動與模仿性舞	觀察 實作評量 口說評量	
第十四週 11/27- 12/3		3					
第十五週 12/4-		3					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

12/10			作	2c-Ⅱ-3表現共同參與、樂於嘗試的學習態度	蹈		
第十六週 12/11- 12/17		3	5. 能做出暖身操的動作	3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作的基本技能			
第十七週 12/18- 12/24		3					
第十八週 12/25- 12/31		3					
第十九週 1/1-/7	1. 暖身操	3	1. 能參與學校的期末表演發表會	2d-Ⅱ-3欣賞多元性的身體活動。	Ba-Ⅱ-1居家、交通及戶外環境潛在危機的認識與安全須知	觀察 實作評量 口說評量	
第二十週 1/8-1/14	2. 期末表演發表會	3	2. 能跟著音樂做出舞蹈動作	3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作的基本技能	Ib-Ⅱ-1簡易音樂律動與模仿性舞蹈		
第二十一週 1/15- 1/19	3. 寒假準備	3	3. 能了解寒假應維持正常的生活作息 4. 能注意自身安全	2b-Ⅱ-1遵守健康的基本生活規範。			

教材版本	自編教材	實施年級 (班級/組別)	特教班	教學節數	每週(3)節，本學期共(56)節		
課程目標	1. 能正確做出暖身操的動作(例如八段錦、五行健康操、國民健康操、毛巾操等等) 2. 能配合歌曲做出舞蹈動作 3. 能和同學合作參與體育競賽及趣味競賽 4. 能遵守校慶運動會的比賽規則 5. 能覺察並表達不同的情緒 6. 認識身體隱私及身體界線						
該學習階段 領域核心素養	E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 2/15-2/18	1. 國民健康操 2. 歌曲律動 3. 校慶運動會	2	1. 了解校慶運動會的比賽項目及趣味競賽項目	2c- I -1 表現適當的團體互動行為 3d- I -1 應用基本動作常識參與遊戲	Bc- I -1 常見暖身伸展動作的認識 Cb- I -2 常見班級性體育活動 Ib- I -1 簡易唱、跳與模仿性律動遊戲 Cb- II -3 學校運動會的認識與參與	觀察 實作評量 口說評量	品 E3 溝通合作與和諧人際關係 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動 安 E9 學習相互尊重的精神
第二週 2/19-2/25		3					
第三週 2/26-3/3		2	2. 能和同學合作練習校慶運動會的比賽項目及趣味競賽				
第四週 3/4-3/10		3	3. 能參與校慶運動會				
第五週 3/11-3/17		3	4. 能模仿及跟著音樂做出正確的舞蹈動作				
第六週 3/18-3/24		3	5. 能做出國民健康操的動作				

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

第七週 3/25-3/31	1. 暖身操 2. 唱跳律動 3. 情緒紅綠燈	3	1. 能正確做出暖身操的動作 2. 能模仿及跟著音樂做出正確的舞蹈動作 3. 能覺察自己有不同的情緒 4. 能辨別及命名不同的情緒感覺 5. 能分辨適當及不適當的情緒表現	1a- I -1 認識個人的基本健康常識 1b- I -1舉例說明生活情境中適用的健康技能 3b- I -2 表現日常生活中簡易的人際溝通互動技能 3c- II -1 表現聯合性動作的基本技能	Fa- I -3情緒的體驗與分辨 Fb- I -1個人的健康行為展現 Fa- II -3 適當的情緒調適方法 Fb- II -1-1生理、心理狀態的自我檢視 b- II -1簡易音樂律動與模仿性舞蹈	觀察 實作評量 口說評量	性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權 人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到 傷害等經驗， 並知道如何尋求救助的管道
第八週 4/1-4/7		1					
第九週 4/8-4/14		3					
第十週 4/15-4/21		3					
第十一週 4/22-4/28		3					
第十二週 4/29-5/5		3					
第十三週 5/6-5/12		3					
第十四週 5/13-5/19	1. 暖身操 2. 唱跳律動 3. 秘密派對	3	1. 能正確做出暖身操的動作 2. 能跟著音樂做出舞蹈動作 3. 能分辨或說出生活中不同身體接觸的感受 4. 認識身體隱私及身體界線 5. 知道並演練拒絕不舒服的肢體碰觸	1b- II -2辨別生活情境中適用的基本健康技能和生活技能 3a- II -1演練日常生活中常見的基本健康技能 3b- II -3運用基本的生活技能，因應個人的生活情境 3c- II -1表現聯合性動作的基本技能	Db- I -2身體隱私與身體界線的認識 Fa- II -2與家人、朋友適當的溝通與相處技巧 b- II -1簡易音樂律動與模仿性舞蹈	觀察 實作評量 口說評量	人 E10 認識隱私權與日常生活的關係
第十五週 5/20-5/26		3					
第十六週 5/27-6/2		3					
第十七週 6/3-6/9		3					
第十八週 6/10-6/16		3					
第十九週 6/17-6/23		3					
第二十週 6/24-6/30		3					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。