

教材版本	自編	實施年級 (班級/組別)	特教班 一至四年級	教學節數	每週(5)節，本學期共(99)節		
課程目標	1. 透過一系列球類、沙包及飛盤運動練習與遊戲，發展學生協調性及反應力，培養基本運動能力與技巧。 2. 藉由團體遊戲，培養學生群性並了解團隊合作重要性。 3. 能盡力完成教材動作，並能做出教材闖關活動的動作技巧。 4. 學習與同儕和睦相處的方法。 5. 在協助下做暖身活動。 6. 能注意在生活環境中可能會有的危險，並保護自身安全。						
該學習階段 領域核心素養	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。 健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 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。						
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	「球」來「球」往	1	1. 認識籃球活動器材：籃球、籃板、籃框/網。 2. 獨立或動作協助下	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。	Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、	(一)實作評量	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。
第二週 9/02-9/06		5		1c-I-1			

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

第三週 9/09-9/13		5	完成指定動作：接球、滾球、拋球、躲球、運球、投籃等。 3. 獨立或動作協助下完成暖身操，避免運動傷害。 4. 遵守場地使用規則，注意活動安全。	認識基本的運動常識。 2c-I-2 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。 Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。	(二)口頭評量 (三)觀察評量	安 E7 探究運動基本的保健。					
第四週 9/16-9/20 9/17(二)中秋節		4										
第五週 9/23-9/27		5										
第六週 9/30-10/04		5										
第七週 10/07-10/11 10/10(四)國慶日		4										
第八週 10/14-10/18		5						1. 認識布袋球活動器材：布袋球、投擲板。 2. 獨立或動作協助下完成布袋球投擲。 3. 依照布袋球競賽規則，參與班級內比賽活動。 4. 獨立或動作協助下完成暖身操，避免運動傷害。 5. 遵守場地使用規則，注意活動安全。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-1 認識基本的運動常識。 2c-I-2 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Hc-I-1 標的性球類運動 相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。	(一)實作評量 (二)口頭評量 (三)觀察評量	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E7 探究運動基本的保健。
第九週 10/21-10/25		5										
第十週 10/28-11/01	5											
第十一週 11/04-11/08	5											
第十二週 11/11-11/15	5											
第十三週 11/18-11/22	5											
第十四週 11/25-11/29	5											

第十五週 12/02-12/06	「飛」你不可	5	1. 認識 Kan Jam 活動器材：飛盤、桶子。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。	Ce-I-1 其他休閒運動	(一)實作評量 (二)口頭評量 (三)觀察評量	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E7 探究運動基本的保健。
第十六週 12/09-12/13		5	2. 獨立或動作協助下完成飛盤投擲。	1c-I-1 認識基本的運動常識。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。		
第十七週 12/16-12/20		5	3. 依照 Kan Jam 競賽規則，參與班級內比賽活動。	2c-I-2 表現尊重的團體互動行為。	Cb-I-2 班級體育活動。		
第十八週 12/23-12/27		5	4. 獨立或動作協助下完成暖身操，避免運動傷害。	2c-I-2 表現認真參與的學習態度。			
第十九週 12/30-1/03 1/1(三)元旦		4	6. 遵守場地使用規則，注意活動安全。	3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。			
第廿週 1/06-1/10		5		3c-I-2 表現安全的身體活動行為。			
第廿一週 1/13-1/17		5					
第廿二週 1/20		1					

◎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。

教材版本	自編	實施年級 (班級/組別)	特教班 一至四年級	教學節數	每週(5)節, 本學期共(96)節		
課程目標	1. 透過一系列球類及跳繩運動練習與遊戲, 發展學生協調性及反應力, 培養基本運動能力與技巧。 2. 藉由團體遊戲, 培養學生群性並了解團隊合作重要性。 3. 能盡力完成教材動作, 並能做出教材闖關活動的動作技巧。 4. 學習與同儕和睦相處的方法。 5. 在協助下做暖身活動。 6. 能注意在生活環境中可能會有的危險, 並保護自身安全。						
該學習階段 領域核心素養	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。 健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養, 促進多元感官的發展, 在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 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。						
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 2/05-2/07	跳躍人生	3	1. 跳躍練習: (1)由老師持一根 泡棉棒或報紙 棒橫向揮過, 學	1c-I-1 認識身體活動的 基本動作。	Ce-I-1 其他休閒運動 入門遊戲。	(一)實作評量	【安全教育】 安 E2 了解危 機與安全。
第二週 2/10-2/14		5		1c-I-1			

第三週 2/17-2/21		5	生進行雙腳原地跳躍。	認識基本的運動常識。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	(二)口頭評量	安 E7 探究運動基本的保健。
第四週 2/24-2/27 2/28(五)和平紀念		4	(2)由學生雙手持泡棉棒或報紙棒，模擬跳繩動作，手腕畫圓揮動，當軟棒觸碰到地板時雙腳原地跳躍。	2c-I-2 表現尊重的團體互動行為。	Cb-I-2 班級體育活動。	(三)觀察評量	
第五週 3/03-3/07		5		2c-I-2 表現認真參與的學習態度。			
第六週 3/10-3/14		5	2. 跳繩練習：	3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。			
第七週 3/17-3/21		5	(1)單手拿跳繩進行甩繩練習，繩子碰觸到地板時雙腳原地跳躍。	3c-I-2 表現安全的身體活動行為。			
			(2)雙手甩繩，雙腳交替跨繩練習。				
			(3)前迴旋跳繩 (4)後迴旋跳繩 (5)原地跑步跳				
第八週 3/24-3/28	「羽」有榮焉	5	1. 認識羽球活動器材：羽毛球、羽球拍。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。	Ha-I-1 網牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動	(一)實作評量	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E7 探究運動基本的保健。
第九週 3/31-4/02 4/3(四)、4/4(五) 兒童節及清明節		3	2. 發球練習。 3. 揮拍練習。 4. 獨立或動作協助下	1c-I-1 認識基本的運動常識。		(二)口頭評量 (三)觀察評量	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

第十週 4/07-4/11		5	5. 完成暖身操，避免運動傷害。 6. 遵守場地使用規則，注意活動安全。	2c-I-2 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	作協調、力量及準確性控球動作。 Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。	
第十一週 4/14-4/18		5				
第十二週 4/25 4/21(一)至 4/24(四)停課		1				
第十三週 4/28-5/02		5				
第十四週 5/05-5/09		5				
第十五週 5/12-5/16		5				
第十六週 5/19-5/23		乒乒乓乓				
第十七週 5/26-5/29 5/30(五)端午補假	4					
第十八週 6/02-6/06	5					
第十九週 6/09-6/13	5					
第廿週 6/16-6/20	5					
第廿一週 6/23-6/27	5					
第廿二週	1					
						【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E7 探究運動基本的保健。

6/30				表現安全的身體活動行為。			
------	--	--	--	--------------	--	--	--

◎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。