

編輯緣起及使用說明

本教材編制緣起乃是教育部因應修訂特殊教育課程綱要之配套措施之一，本縣與嘉義市、雲林縣共同負責編制輕度認知功能缺損學生健康與體育教材簡化課程，提供實施特殊教育新課綱之參考，三縣市討論分工後由本縣負責編輯國小1-3年級之教材。

因應融合教育之趨勢，新課綱採課程調整之理念，以普通教育課程為特殊需求學生設計課程之首要考量。本教材適用對象為輕度認知功能缺損之學生，包括認知功能輕微缺損之智能障礙學生、學習障礙學生、情緒及行為障礙學生及中高功能之自閉症學生。依據101年度特殊教育統計年報顯示國民小學階段身心障礙類學生63.01%安置在資源班，14.74%安置在普通班接受特教方案，輕度認知功能缺損之學生大多數安置在資源班或是普通班接受特教方案，因此在教學現場上輕度認知功能缺損學生健康與體育領域課程大多數是在普通班與同儕一起上課。

本教材適用預設之教學情境為特殊需求學生在普通班上課的情境，教學者為普通班健體領域教師。教材則依據普通教育健體領域教材內容採「簡化」、「減量」、「分解」或「替代」之方式，從學習內容、歷程、環境及評量四個向度去調整。本教材亦提供適用輕度認知功能缺損學生之學習單、替代補充教材或分解動作之影片，及教學小提示，提供方便易用之教學資源及調整方式供普通班教師使用，期使運用課程調整之理念落實融合教育之意旨，滿足每位學生之學習需求。

本教材之編輯聘請嘉義大學教育學系余坤煌教授及特殊教育學系林玉霞教授擔任指導教授。余教授為健康促進學校中央輔導委員在教材編輯過程給予許多健體領域專業的指導。林玉霞教授則給予特殊需求學生教材教法之指導。感謝兩位教授長期不辭辛苦的指導，使本教材之編輯能圓滿順利完成，特此致謝。

健康與體育康軒版 第一冊

單元一健康又快樂

- 1 第1課教學設計-認識健康中心
- 3 第1~3課教學設計-健康又快樂
- 8 第2課教學設計-安全的遊戲場所
- 10 第3課教學設計-遊戲天地
- 13 第4課教學設計-快來玩遊戲
- 13 第5課教學設計-平衡小精靈
- 17 第6課教學設計-動物模仿秀
- 17 第7課教學設計-我有好身手

單元二追跑搖滾樂

- 25 第1課教學設計-健康動一動
- 29 第2課教學設計-你追我跑體力好
- 31 第3課教學設計-搖滾呼拉圈

單元三身體會說話

- 34 第1課教學設計-五個好幫手
- 36 第2課教學設計-好好愛我
- 38 第3課教學設計-身體總動員
- 41 第4課教學設計-請你跟我這樣做
- 43 第5課教學設計-身體碰碰樂
- 48 第6課教學設計-影子特攻隊

單元四健康每一天

- 50 第1課教學設計-一天的開始
- 52 第2課教學設計-小行動大健康
- 54 第3課教學設計-吃飯的時候
- 56 第4課教學設計-飯後好習慣
- 57 第5課教學設計-天天排便好健康
- 59 第6課教學設計-好好愛身體
- 60 第7課教學設計-天天都健康

單元五身體新風情

- 61 第1課教學設計-抓一把風來玩
- 63 第2課教學設計-風車繞圈轉
- 65 第3課教學設計-風和草對話
- 67 第4課教學設計-冬季新風情



身心障礙輕度認知功能缺損學生健康與體育領域教材簡化 康軒版 1 上單元一健康又快樂-第 1 課教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版
編輯者	東石國小 陳哲文		第 1 課認識健康中心
調整原則	本單元調整原則為： 1、調整學生學習歷程 2、條列課程重點 3、預告課程情境調整狀況		
能力指標	指標調整	具體目標	
7-1-2 描述人們獲得健康資訊、選擇健康服務及產品之過程，並能辨認其正確性與有效性。 7-1-2-5 訪問學校健康中心、社區診所、衛生所、清潔隊、藥局等提供健康照護者，及瞭解人們如何利用這些相關服務。	7-1-2-7 描述學校 健康中心 的功用。 7-1-2-8 描述 自己使用學校健康中心 的經驗。	1、認識健康中心的功能。 1-1 能知道學校健康中心的位置。 1-2 能表示出健康中心的功能。 2、舉例說出學校健康中心對自己健康的幫助。 2-1 能辨識出學校護士。 2-2 能表示出能在學校健康中心尋求協助的事項。 2-3 能將自己病痛的部位指出或是說出給學校護士知道。	



能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	教學評量
7-1-2-8	1-1 1-2 2-1	<p>-----第一節開始-----</p> <p>【活動一】 拜訪健康中心</p> <p>學習歷程調整：</p> <p>課前先預告上課地點將調整至健康中心。</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 學習歷程調整：</p> <p>讓學生實際行進由學校教室至健康中心之路線。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 不需調整。</p> <p>(五) 不需調整。</p> <p>(六) 學習歷程調整：</p> <p>條列重點，並重述歸納。</p>	25'	不需調整	實際操作 觀察參與態度
7-1-2-7	2-1 2-2 2-3	<p>【活動二】 認識學校護士</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 學習歷程調整：</p> <p>條列重點，並重述歸納。</p> <p>-----第一節結束-----</p>	15'	不需調整	實際操作 觀察參與態度



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生課程教材簡化
健康與體育 1 上康軒版一、健康又快樂 1~3 課教學設計

學習領域	健康與體育			教學單元	康軒版 100 年版 1 上
編輯者	東石國小 陳哲文				單元一：健康又快樂
教學 規 劃	課次	節數	分鐘	教 學 重 點	
	1	1	40	1. 認識健康中心功能。 2. 舉例說出學校護士對自己健康的幫助。	
	2	1	40	1. 分辨遊戲設備的安全性。 2. 遊戲時能選擇安全的遊戲場所。	
	3	2	80	1. 比較安全與不安全的遊戲場所。 2. 了解遵守遊戲規則的重要性。 3. 遊戲時能遵守遊戲規範及團體紀律。	
教學 準 備	1-1 教師應於課前協同健康中心，安排學生的參觀活動，並且提醒學生注意參觀時的相關事項。 2-1 教師事先檢查遊戲設備的安全性，整理遊戲設備周邊的環境。 3-1 準備課本第 12~15 頁的圖片。 3-2 教師蒐集有關遊戲場所使用安全的相關資料或圖片。				
調整 原則	本單元調整原則為： 1、簡化課程內容 2、條列課程重點 3、預告課程情境調整狀況				
能 力 指 標		指 標 調 整		具 體 目 標	
7-1-2 描述人們獲得健康資訊、選擇健康服務及產品之過程，並能辨認其正確性與有效性。 7-1-2-5 訪問學校健康中心、社區診所、衛生所、清潔隊、藥局等提供健康照護者，及瞭解人們如何利用這些相關服務。		7-1-2-7 描述學校 健康中心 的功用。 7-1-2-8 描述 自己使用學校健康中心 的經驗。		1、認識健康中心的功能。 1-1 能知道學校健康中心的位 置 。 1-2 能表示出健康中心的功能。 2、舉例說出學校健康中心對自己健康的幫助。 2-1 能辨識出學校護士。 2-2 能表示出能在學校健康中 心尋求協助 的事項。 2-3 能將自己病痛的部位指出或是說出給學校護士知道。	



能力指標	指標調整	具體目標
<p>5-1-1 分辨日常生活情境的安全性。</p> <p>5-1-1-2 比較安全與不安全的情境，如：進食、陌生人搭訕、路人問路、馬路上行走、騎腳踏車等。</p> <p>5-1-1-3 確認安全活動的注意事項。</p> <p>5-1-1-4 使用遊戲器材前能分辨其安全性。</p>	<p>5-1-1-2 辨認安全的遊戲情境及需注意的事項。</p> <p>5-1-1-3 辨認不安全的遊戲情境。</p> <p>5-1-1-4 能提出自己常進行的各項活動的安全注意事項。</p> <p>5-1-1-5 使用遊戲器材前能檢視周圍的警告標示。</p>	<p>3、分辨遊戲設備的安全性。</p> <p>3-1 能知道遊戲設備正常時的樣貌。</p> <p>3-2 能表示出遊戲設備毀損之處。</p> <p>3-3 能知道發現遊戲設備毀損時的處理方式。</p> <p>4、遊戲時能選擇安全的遊戲場所。</p> <p>4-1 能知道校園中安全的遊戲場所。</p> <p>4-2 能知道校園中較常發生安全意外的地點。</p> <p>4-3 能表示出進行遊戲時應注意的事項。</p>
<p>5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。</p> <p>5-1-2-1 遵守團體規範及紀律，以確保個人及他人的安全，如遵守校內紀律及安全規定等。</p> <p>5-1-2-4 選擇適當的遊戲場所，如不在浴室或廚房玩耍。</p> <p>5-1-2-5 遵守不同活動場所的安全規則，如體育館、運動場、及水上活動場所等。</p>	<p>5-1-2-1 遵守遊戲規則和老師指示，以確保個人及他人的安全。</p> <p>5-1-2-4 能在安全場所進行遊戲。</p> <p>5-1-2-5 遵守室外場所的遊戲規則。</p>	<p>5、比較安全與不安全的遊戲場所。</p> <p>5-1 能知道校園內安全的遊戲場所。</p> <p>5-2 能表示出校園內常使用的遊戲場所。</p> <p>5-3 能表示出校園內不適合進行遊戲的場所。</p> <p>5-4 能表示出校園內常發生意外的場所。</p>
<p>6-1-5 了解並認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。</p> <p>6-1-5-3 學習和別人輪流參與遊戲或活動，並從中了解團體規範。</p> <p>6-1-5-5 遵守團體活動規</p>	<p>6-1-5-5 能和別人輪流參與遊戲或活動。</p> <p>6-1-5-6 能描述遊戲與活動中的團體規範。</p>	<p>6、瞭解遵守遊戲規則的重要性。</p> <p>6-1 能從課本圖片中指出、或說出不遵守遊戲規則的人。</p> <p>6-2 能表示出不遵守遊戲規則對遊戲進行的影響。</p> <p>6-3 能知道遊戲的規則及內容。</p> <p>7、遊戲時能遵守遊戲規範及團</p>



<p>範，享受團隊合作，達成目標之愉悅感受。</p>		<p>體紀律。</p> <p>7-1 能瞭解課堂中所進行遊戲之規則。</p> <p>7-2 能透過「輪流」及「等待」進行活動。</p> <p>7-3 能知道若有同學未依規範進行活動時的處理方式。</p>
----------------------------	--	---

能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
7-1-2-8	1-1 1-2 2-1	<p>----第一節開始----</p> <p>【活動一】拜訪健康中心</p> <p>教學提示:</p> <p>課前先預告上課地點將調整至健康中心。</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 讓學生實際行進由學校教室至健康中心之路線。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 不需調整。</p> <p>(五) 不需調整。</p>	25'	不需調整	實際操作、觀察參與態度
7-1-2-7	2-1 2-2 2-3	<p>(六) 條列重點，並重述歸納。</p> <p>【活動二】認識學校護士</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 條列重點，並重述歸納。</p> <p>----第一節結束----</p> <p>----第二節開始----</p> <p>教學提示:</p>	15'	不需調整	實際操作、觀察參與態度
5-1-1-4 5-1-1-5	3-1 3-2 3-3	<p>課前先預告上課地點將調整至遊戲設備區。</p> <p>【活動一】安全玩遊戲</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 不需調整。</p>	15'	不需調整	實際操作、觀察參與態度



5-1-1-2	4-1	(三) 不需調整。	25'	不需調整	實際操作、觀察 參與態度
5-1-1-3	4-2	(四) 教學提示： 條列重點，並重述歸納。			
5-1-1-5	4-3	【活動二】遊戲大考驗 (一) 不需調整。 (二) 不需調整。 (三) 不需調整。			
5-1-1-2	5-1	(四) 教學提示：	25'	不需調整	實際操作、觀察 參與態度
5-1-1-3	5-2	條列重點，並重述歸納。			
	5-3	----第二節結束----			
	5-4	----第三節開始----			
		【活動一】安全的遊戲場所 (一) 不需調整。	15'	不需調整	實際操作、觀察 參與態度
5-1-2-1	6-1	(二) 不需調整。			
6-1-5-6	6-2	(三) 不需調整。			
	6-3	(四) 不需調整。			
		(五) 教學提示： 條列重點，並重述歸納。			
		【活動二】怎麼玩才安全？ (一) 在學生發表後，教師針對 各個圖例，再次敘述圖意 並提供正向使用原則。	15'	不需調整	實際操作、觀察 參與態度
5-1-2-1	6-1	(二) 不需調整。			
5-1-2-5	6-2	(三) 不需調整。			
6-1-5-6	6-3	(四) 教學提示： 條列重點，並重述歸納。	15'	不需調整	實際操作、觀察 參與態度
		----第三節結束----			
		----第四節開始----	25'	不需調整	實際操作、觀察 參與態度
		教學提示： 課前先預告將到平坦空地玩遊 戲。			
5-1-1-4	4-3	【活動三】怎麼玩才有趣？			
5-1-2-4	5-2	(一) 活動調整()：			
5-1-2-5	6-3	由學生演出四格漫畫情境，再由			
6-1-5-5	7-1				



<p>6-1-5-6</p>	<p>7-2 7-3</p>	<p>教師進行引導。</p> <p>(二) 不需調整。 (三) 不需調整。 (四) 教學提示： 條列重點，並重述歸納。</p> <p>【活動四】一起玩遊戲</p> <p>(一) 不需調整。 (二) 不需調整。 (三) 不需調整。 (四) 不需調整。 (五) 教學提示： 條列重點，並重述歸納。</p> <p>-----第四節結束-----</p>			
----------------	--------------------	---	--	--	--



身心障礙輕度認知功能缺損學生健康與體育領域教材簡化
康軒版 1 上單元一健康又快樂-第 2 課教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 第 2 課安全的遊戲場所
編輯者	東石國小 陳哲文		
調整原則	本單元調整原則為： 1、調整學生學習歷程 2、條列課程重點 3、預告課程情境調整狀況		
能力指標	指標調整	具體目標	
5-1-1 分辨日常生活情境的安全性。 5-1-1-2 比較安全與不安全的情境，如：進食、陌生人搭訕、路人問路、馬路上行走、騎腳踏車等。 5-1-1-3 確認安全活動的注意事項。 5-1-1-4 使用遊戲器材前能分辨其安全性。	5-1-1-2 辨認 安全的遊戲情境 及需注意的事項。 5-1-1-3 辨認 不安全的遊戲情境 。 5-1-1-4 能提出自己常進行的各項活動的安全注意事項。 5-1-1-5 使用 遊戲器材 前能檢視周圍的警告標示。	1、分辨遊戲設備的安全性。 1-1 能知道 遊戲設備正常時的樣貌 。 1-2 能表示出 遊戲設備毀損之處 。 1-3 能知道 發現遊戲設備毀損時的處理方式 。 2、遊戲時能選擇安全的遊戲場所。 2-1 能知道校園中 安全的遊戲場所 。 2-2 能知道校園中較常發生 安全意外的地點 。 2-3 能表示出進行遊戲時應注意的事項。	



能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
5-1-1-4 5-1-1-5	1-1 1-2 1-3	<p>-----第二節開始-----</p> <p>教學提示： 課前先預告上課地點將調整至遊戲設備區。</p> <p>【活動一】安全玩遊戲 (一) 不需調整。 (二) 不需調整。 (三) 不需調整。 (四) 學習歷程調整： 條列重點，並重述歸納。</p>	15'	不需調整	實際操作、觀察 參與態度
5-1-1-2 5-1-1-3 5-1-1-5	2-1 2-2 2-3	<p>【活動二】遊戲大考驗 (一) 不需調整。 (二) 不需調整。 (三) 不需調整。 (四) 學習歷程調整： 條列重點，並重述歸納。</p> <p>-----第二節結束-----</p>	25'	不需調整	實際操作、觀察 參與態度



身心障礙輕度認知功能缺損學生健康與體育領域教材簡化 康軒版 1 上單元一健康又快樂-第 3 課教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 第 3 課遊戲天地
編輯者	東石國小 陳哲文		
調整原則	本單元調整原則為： 1、調整學生學習歷程 2、條列課程重點 3、預告課程情境調整狀況		
能力指標	指標調整	具體目標	
5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。 5-1-2-1 遵守團體規範及紀律，以確保個人及他人的安全，如遵守校內紀律及安全規定等。 5-1-2-4 選擇適當的遊戲場所，如不在浴室或廚房玩耍。 5-1-2-5 遵守不同活動場所的安全規則，如體育館、運動場、及水上活動場所等。 6-1-5 了解並認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。 6-1-5-3 學習和別人輪流參與遊戲或活動，並從中了解團體規範。 6-1-5-5 遵守團體活動規範，享受團隊合作，達成目標之愉悅感受。	5-1-2-1 遵守 遊戲規則和老師指示 ，以確保個人及他人的安全。 5-1-2-4 能在 安全場所 進行遊戲。 5-1-2-5 遵守 室外場所 的遊戲規則。 6-1-5-5 能和別人 輪流 參與遊戲或活動。 6-1-5-6 能描述遊戲與活動中的 團體規範 。	1、比較安全與不安全的遊戲場所。 1-1 能知道校園內安全的遊戲場所。 1-2 能表示出校園內常使用的遊戲場所。 1-3 能表示出校園內不適合進行遊戲的場所。 1-4 能表示出校園內常發生意外的場所。 2、瞭解遵守遊戲規則的重要性。 2-1 能從課本圖片中指出、或說出不遵守遊戲規則的人。 2-2 能表示出不遵守遊戲規則對遊戲進行的影響。 2-3 能知道遊戲的規則及內容。 3、遊戲時能遵守遊戲規範及團體紀律。 3-1 能瞭解課堂中所進行遊戲之規則。 3-2 能透過「輪流」及「等待」進行活動。 3-3 能知道若有同學未依規範進行活動時的處理方式。	



能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	教學評量
5-1-1-2 5-1-1-3	1-1 1-2 1-3 1-4	<p>-----第一節開始-----</p> <p>【活動一】安全的遊戲場所</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 不需調整。</p> <p>(五) 學習歷程調整： 條列重點，並重述歸納。</p>	25'	不需調整	實際操作、觀察 參與態度
5-1-2-1 6-1-5-6	2-1 2-2 2-3	<p>【活動二】怎麼玩才安全？</p> <p>(一) 學習歷程調整： 在學生發表後，教師針對 各個圖例，再次敘述圖意 並提供正向使用原則。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 學習歷程調整： 條列重點，並重述歸納。</p> <p>-----第一節結束-----</p> <p>-----第二節開始-----</p> <p>學習歷程調整： 課前先預告將到平坦空地玩遊戲。</p>	15'	不需調整	實際操作、觀察 參與態度
5-1-2-1 5-1-2-5 6-1-5-6	2-1 2-2 2-3	<p>【活動三】怎麼玩才有趣？</p> <p>(一) 學習歷程調整： 由學生演出四格漫畫情境，再由 教師進行引導。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 學習歷程調整： 條列重點，並重述歸納。</p>	15'	不需調整	實際操作、觀察 參與態度
5-1-1-4 5-1-2-4	1-2 2-3	<p>【活動四】一起玩遊戲</p> <p>(一) 不需調整。</p>	25'	不需調整	實際操作、觀察 參與態度



5-1-2-5	3-1	(二) 不需調整。			
6-1-5-5	3-2	(三) 不需調整。			
6-1-5-6	3-3	(四) 不需調整。			
		(五) 學習歷程調整： 條列重點，並重述歸納。 ---- 第二節結束 ----			



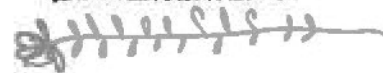
身心障礙輕度認知功能缺損學生健康與體育領域教材簡化
康軒版 1 上單元二追跑搖滾樂-第 4~5 課教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版
編輯者	官易祺		單元一：健康又快樂 第 4 課快來玩遊戲 第 5 課平衡小精靈
教學提示	<p>1. 教師可依學校設備的實際情況，調整課程中的遊戲項目，並讓學生嘗試各種遊戲方法。</p> <p>2. 教學時，教師應考量學生的個別差異，進行不同程度的遊戲，讓每個學生都有成就感。</p> <p>3. 活動進行時，教師必須在旁保護學生安全，學生恐懼高度時，可以給予鼓勵，但是如果無法克服恐懼時則不勉強。</p>		
能力指標	指標調整	教學目標	
3-1-2 表現使用運動設備的能力。	3-1-2-1 能指出上課使用的運動器材名稱。	1-1 能說出運動器材的名稱。	
4-1-4 認識並使用遊戲器材與場地。	3-1-2-2 能依指示正確操作運動器材。	1-2 能排隊輪流使用運動器材。	
	4-1-4-1 能指出校園中可遊戲的場地。	1-3 能依照老師的指令正確使用運動器材。	
	4-1-4-2 能利用校園的遊戲器材，從事各項身體活動。	1-4 能指出遊戲場地的位置。 1-5 能在遊戲器材上，表現各項身體動作。	



3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	3-1-1-3 能模仿他人進行簡單軸心運動，表現出協調與平衡的動作，如重心轉移、伸展等。	2-1 能將雙手打開協助身體平衡。
3-1-2 表現使用運動設備的能力。	3-1-2-2 能依指示正確操作運動器材。	2-2 能做出身體重心轉移之動作。
4-1-4 認識並使用遊戲器材與場地。	4-1-4-2 能利用校園的遊戲器材，從事各項身體活動。	2-3 能依老師指示使用運動器材。 2-4 能在遊戲器材上，表現各項身體活動。





能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
3-1-2-1 4-1-4-1	1-1 1-4	<p>-----第四課開始-----</p> <p>【活動一】</p> <p>不需調整</p> <p>認老師介紹每個場地與遊戲器材名稱後，可詢問認知功能輕微缺損學生，是否知道場地與遊戲器材的名稱。</p>	15'	運動場地、遊戲設備	認 問答： 1. 能至少說出一種課堂上所學的遊戲設備名稱。 2. 能至少說出一種遊戲設備的使用方法。
3-1-2-2 4-1-4-2	1-2 1-3 1-4	<p>【活動二】快來玩遊戲</p> <p>(一) 暖身活動：不需調整</p> <p>(二) 遊戲設備認識與使用</p> <p>不需調整</p> <p>認教師可提供認知功能輕微缺損學生操作遊戲設備之動作示範，可由老師親自示範，或挑選能正確操作之學生提供示範。</p> <p>-----第四課結束-----</p>	25'	遊戲設備	認 實做： 1. 能依序排隊輪流使用遊戲設備。
3-1-1-3	2-1	<p>-----第五課開始-----</p> <p>【活動一】樁上好身手</p>	15'	梅花樁或	實 做：





<p>3-1-2-2 4-1-4-2</p>	<p>2-2 2-3 2-4</p>	<p>(一) 暖身活動：不需調整</p> <p>(二) 梅花樁上手部動作：不需調整</p> <p>(三) 梅花樁上腳部動作：不需調整</p> <p>認若學生無法上梅花樁，可採用有色膠帶在地面上黏出行進路線框框，或用彩色 A4 紙黏在地上，以代替梅花樁，指導學生站在框框內或紙上嘗試各種身體動作。</p>		<p>膠帶、A4 彩色紙</p>	<p>1. 能擺動雙手平衡身體，並且腳步落地移動至下一個目標物。</p>
<p>3-1-1-3 3-1-2-2 4-1-4-2</p>	<p>2-1 2-2 2-3 2-4</p>	<p>【活動二】看我多勇敢</p> <p>不需調整</p> <p>認若學生無法上平衡木，教師可採用校園內現有的區隔道、小矮牆等替代平衡木，指導學生練習低高度的平衡活動。</p>	<p>25'</p>	<p>低平衡木或區隔道、小矮牆</p>	<p>實做：</p> <p>1. 能以一種以上的方式通過平衡木且腳不落地</p>



-----第五課結束



身心障礙輕度認知功能缺損學生健康與體育領域教材簡化
康軒版 1 上單元一健康又快樂-第 6、7 課教學設計

學習領域	健康與體育			教學單元	康軒版 100 年版
編輯者	王鼎鈞				單元一：健康又快樂 第 6 課動物模仿秀 第 7 課我有好身手
教學 規 劃	課次	節數	分鐘	教 學 重 點	
	6	1	40	1. 認識移動運動設備的名稱及正確的使用方式。 2. 說出並模仿各種動物行走的動作特徵。 3. 快樂參與活動並願意與同儕合作搬運軟墊。	
	7	1	40	1. 認識移動運動設備的名稱及正確的使用方式。 2. 做出墊上遊戲的翻滾與要領。 3. 快樂參與活動並願意與同儕合作搬運軟墊。	
教 學 準 備	1. 教師先行決定活動空間(例如：室內體育館或室外草地)。 2. 軟墊(體操用安全墊)4 塊。				
能 力 指 標		指 標 調 整		具 體 目 標	
3-1-2 表現使用運動設備能力。		3-1-2-3 能與同學一起搬運或使用運動器材。 3-1-2-4 選擇在適當的場地從事身體活動。		1. 能了解軟墊的搬運及使用方式。 1-1 能了解軟墊的搬運方法。 1-2 能與同學共同搬運軟墊。	
3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。		3-1-4-1 能說明常進行遊戲的簡易規則。 3-1-4-2 能遵守規則進行遊戲。 3-1-4-3 於自己適合的遊戲活動中表現聯合性的基本運動能力。 3-1-4-4 於常進行的身體活動中表現手眼、手腳及全身性的協調能力。		1-3 能知道軟墊的使用方法。 2. 能說出並模仿各種動物行走的動作特徵。 2-1 能說出並模仿袋鼠跳的特徵。 2-2 能說出並模仿烏龜爬的特徵。 2-3 能說出並模仿大象走的特徵。 2-4 能說出並模仿螃蟹走的特	



		<p>徵。</p> <p>3. 能了解並遵守活動規則。</p> <p>3-1 能依照老師指示使用運動器材。</p> <p>3-2 能遵守活動規則，在老師的指示下與同學共同進行遊戲。</p>
<p>3-1-2 表現使用運動設備能力。</p> <p>3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。</p>	<p>3-1-2-3 能與同學一起搬運或使用運動器材。</p> <p>3-1-2-4 選擇在適當的場地從事身體活動。</p> <p>3-1-4-1 能說明常進行遊戲的簡易規則。</p> <p>3-1-4-2 能遵守規則進行遊戲。</p> <p>3-1-4-3 於自己適合的遊戲活動中表現聯合性的基本運動能力。</p> <p>3-1-4-4 於常進行的身體活動中表現手眼、手腳及全身性的協調能力。</p>	<p>1. 能了解軟墊的搬運及使用方式。</p> <p>1-1 能了解軟墊的搬運方法。</p> <p>1-2 能與同學共同搬運軟墊。</p> <p>1-3 能知道軟墊的使用方法。</p> <p>2. 能了解墊上遊戲的翻滾動作要領，並在老師示範後獨立完成。</p> <p>2-1 能了解抱腳不倒翁的翻滾動作要領並做出動作。</p> <p>2-2 能了解盤腿不倒翁的翻滾動作要領並做出動作。</p> <p>2-3 能了解團身做搖籃的動作要領並做出動作。</p> <p>3. 能了解並遵守活動規則。</p> <p>3-1 能依照老師指示使用運動器材。</p> <p>3-2 能遵守活動規則，在老師的指示下與同學共同進行遊戲。</p>



能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
		<p>-----第六節開始-----</p> <p>※準備活動</p> <p>1-1 老師在下課前先口頭說</p> <p>1-2 明，請4組小朋友，每組4位去</p> <p>1-3 搬軟墊。</p> <p>搬完上課時，先進行暖身操，再說明軟墊使用方法。</p> <p>兩人固定軟墊，另外兩人拉住把手，把軟墊攤開。</p> <p>進行活動時，要脫鞋，相關活動的進行，一定要在軟墊上，不可讓身體部位超過軟墊。</p> <p>【活動一】動物模仿秀</p> <p>3-1 袋鼠跳</p> <p>雙手放胸前，雙腳微蹲，讓學生了解袋鼠要腳跳的特性</p> <p>2-1 教學提醒：</p> <p>在進行活動時，若個案無法自行模仿，請漸進式的示範動作並協助動作完成。</p> <p>示範：</p> <p>老師示範動作→小幫手示範動作→直接身體示範並輔助個案完成動作。</p> <p>口語提示：</p> <p>雙手雙腳一起準備，跳跳跳。</p>	5'	軟墊*4	<p>問答：能說出軟墊的使用方法</p> <p>實作：能將軟墊攤開。</p> <p>實作：能做出袋鼠跳的動作。</p> <p>實作：能做出烏</p>



	<p>2-2</p> <p>烏龜爬行 手肘及膝關節撐地，模仿烏龜緩慢向前爬行。 口語提示： 右手右腳一起來、左手左腳接著爬。 活動調整： 嬰兒爬全班可以共同調整為手掌壓地完成爬行運動(嬰兒爬行動作)。</p> <p>2-3</p> <p>大象走路 上身前彎，雙手撐地，肘關節與膝關節伸直。行走時，左手右足同時前移，再換右手右足同時前移，模仿大象笨重行走。 口語提示： 右手右腳一起來、左手左腳接著走。 活動調整： 蹲著走：雙手放在大腿上，蹲著走。全班可以共同調整為蹲著的姿勢完成行走運動，並當作進階性的活動。 【活動二】小螃蟹猜拳</p> <p>2-4 3-1 3-2</p> <p>坐在地上，雙腳屈膝縮起，雙手伸直撐著地，肚子挺起來像注音門，背朝下、臉朝上，手掌與腳掌向前，四腳走路。之後再與同學進行猜拳。 活動調整(替代)： 蹲著橫著走猜拳：雙手放在大腿上，蹲著橫著走，遇到同學進行</p>	<p>15'</p>	<p>龜爬行的動作(或是替代動作)。</p> <p>實作：能做出大象走路的動作(或是替代動作)。</p> <p>實作：能做出小螃蟹行走的動作，並與同學猜拳。 觀察：能遵守遊戲規則。</p>
--	--	------------	---



		<p>猜拳。全班可以共同調整，完成行走運動並進行猜拳，也可當作進階性的活動。</p> <p>口語提示：</p> <p>雙手放腿橫著走、遇到同學來猜拳。</p> <p>~~~~第六節結束~~~~</p>			
--	--	---	--	--	--



能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
		<p>-----第七節開始-----</p> <p>※準備活動</p> <p>老師在下課前先口頭說明，請4組小朋友，每組4位去搬軟墊。</p> <p>搬完上課時，先進行暖身操，再說明軟墊使用方法。</p> <p>兩人固定軟墊，另外兩人拉住把手，把軟墊攤開。</p> <p>進行活動時，要脫鞋，相關活動的進行，一定要在軟墊上，不可讓身體部位超過軟墊。</p> <p>【活動一】 我是不倒翁</p> <p>抱腳不倒翁</p> <p>雙腳腳底互貼，雙手握住腳底協助固定姿勢。身體保持不變，讓身體向左後方倒，此時重心移動順序為，身體左側、背部、身體右側，最後回到盤坐姿勢。</p> <p>教學提醒： 在進行活動時，若個案無法自行模仿，請漸進式的示範動作並協助動作完成。</p> <p>示範： 老師示範動作→小幫手示範動作→直接身體示範並輔助個案完成動作。</p> <p>口語提示： 雙手雙腳放一起，身體身體轉轉</p>	5'	軟墊*4	<p>問答：能說出軟墊的使用方法</p> <p>實作：能將軟墊攤開。</p> <p>實作：能做出抱腳不倒翁的動作。</p>



	<p>2-2</p>	<p>轉。</p> <p>活動調整： 聽著指令一起搖可調整為左右搖、前後搖，並當作進階性的活動遊戲。</p> <p>口語提示： 聽著老師的指令，左搖右搖一起搖，前搖後搖一起搖。</p> <p>盤腿不倒翁 雙腿交叉盤坐於墊子上，雙手置於膝關節或腳踝，協助固定腳的姿勢，其餘要領與抱腳不倒翁一樣。</p> <p>口語提示： 雙手雙腳放一起，身體身體轉轉。</p> <p>活動調整： 聽著指令一起搖可調整為左右搖、前後搖，並當作進階性的活動遊戲。</p> <p>口語提示： 聽著老師的指令，左搖右搖一起搖，前搖後搖一起搖。</p>			<p>實作：能跟同儕完成聽著指令一起搖的遊戲。</p> <p>實作：能做出盤腿不倒翁的動作。</p> <p>實作：能做出盤腿不倒翁的動作。</p>
	<p>2-3</p> <p>3-1</p> <p>3-2</p>	<p>【活動二】團身做搖籃 雙膝向胸前靠攏，雙手抱住膝關節下方或足頸，眼睛看著自己的肚子。提醒學生注意背部腹部及全身的感覺，並開始前後左右擺動。</p>	<p>15'</p>		<p>實作：能做出團身做搖籃的動作。</p>



		<p>活動調整：</p> <p>人肉戰車：以身體躺平，在軟墊上由起點滾動到終點的遊戲。全班可以共同調整為人肉戰車的活動，也可當作進階性的活動。</p> <p>口語提示：</p> <p>手腳身體伸直直，滾來滾去我最棒。</p> <p>~~~~第七節結束~~~~</p>			<p>實作：能做出人肉戰車的動作。</p>
--	--	--	--	--	-----------------------



身心障礙輕度認知功能缺損學生健康與體育領域教材簡化 康軒版 1 上單元二追跑搖滾樂-第 1 課教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 第 1 課：健康動一動
編輯者	東石國小 陳哲文		
調整原則	本課調整原則為： 1、調整學生學習歷程。 2、條列課程重點，讓學生瞭解「有氧運動」及「無氧運動」的感受。		
能力指標	指標調整	教學目標	
3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 3-1-1-1 了解跑、跳、爬、擲等動作的方式。 4-1-1 藉語言或動作，來表達參與身體活動的感覺。 4-1-1-1 在嘗試各種活動時，說出自己的感覺與情緒。 4-1-1-2 體驗運動前、中、後的身體變化，如呼吸、心跳、體溫的改變等。	3-1-1-2 能做出移動性技巧如： 跑的動作 。 4-1-1-1 會以聲音、肢體語言或口語 表達自己的感覺與情緒 。 4-1-1-2 能 辨識運動前、中、後身體的變化 ，如：呼吸、心跳、體溫的改變等。	1、說出跑步後，呼吸與心跳的變化。 1-1 能知道跑步後呼吸與心跳會加快。 2、做出快跑和慢跑的動作。 2-1 能跟著教師與同學做出快跑的動作。 2-2 能跟著教師與同學做出慢跑的動作。 2-3 能獨立完成慢跑及快跑活動。 3、體驗且觀察到快跑及慢跑前後的身體變化。 3-1 能感覺出跑步過後會有心跳加快、呼吸急促、體溫上升的狀況。 3-2 能感覺快跑比慢跑身體的變化更劇烈。	



能力指標調整	教學目標號碼	教學活動	時間	教學資源	教學評量
4-1-1-1	1-1	<p>-----第一節開始-----</p> <p>【活動一】龜兔賽跑續篇</p> <p>學習歷程調整：</p> <p>可以戲劇或較具體的圖片說明龜兔賽跑的故事。</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 學習歷程調整：</p> <p>強調重點為快跑是「無氧運動」，容易累；慢跑是「有氧運動」，能持久。</p> <p>(三) 學習歷程調整：</p> <p>教師可請學生示範「快跑」及「慢跑」，讓學生選擇符合其狀況的跑步模式。</p> <p>(四) 學習歷程調整：</p> <p>條列重點：</p> <p>1、快跑是「無氧運動」，呼吸快，心跳快，容易累。</p> <p>2、慢跑是「有氧運動」，跑得久，距離長，不易累。</p> <p>並重述歸納之重點。</p>	15'	不需調整	實際操作 觀察參與 態度
3-1-1-2	2-1	【活動二】龜兔賽跑現代版	25'	不需調整	實際操作 觀察參與 態度
4-1-1-1	2-2	學習歷程調整：			
4-1-1-2	3-1 3-2	<p>教師可請學生跟在自己身邊以不同速度跑，並引導其區分感覺上的差異。</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 不需調整。</p> <p>(五) 學習歷程調整：</p> <p>可以班級課表搭配貼紙讓學生練習記錄運動狀況。</p>			













		(六) 學習歷程調整： 條列重點，並重述歸納。 ~~~~第一節結束~~~~			
--	--	---	--	--	--



縣(市) 國小 1 年 班 日 課表

節別	星期	一	二	三	四	五
上午 下午	晨間活動					
	第 1 節					
	第 1 節下課					
	第 2 節					
	第 2 節下課					
	第 3 節					
	第 3 節下課					
	第 4 節					
用 餐 時 間、 午 休 時 間						
下午	第 5 節					
	第 5 節下課					
	第 6 節					
	第 6 節下課					
	第 7 節					
	放學	整 隊 放 學				

活動	代號	活動	代號	活動	代號	活動	代號	活動	代號
	✓		○		□		◇		⊕
	○		◎		△		+		#



身心障礙輕度認知功能缺損學生健康與體育領域教材簡化 康軒版 1 上單元二追跑搖滾樂-第 2 課教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 第 2 課你追我跑體力好
編輯者	東石國小 陳哲文		
調整原則	本單元調整原則為： 1、簡化課程內容 2、教師提供具體且能符合學生學習能力之示範 3、調整學生評量方式及標準 4、預告課程情境調整狀況		
能力指標	指標調整	教學目標	
3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 3-1-1-2 由遊戲中表現跑、跳、改變方向、急停等動作。 3-1-1-4 配合音樂節奏表現身體律動。 3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。 3-1-4-2 於遊戲活動中表現聯合性的基本運動能力。	3-1-1-2 能做出移動性技巧如 站立及跑 等動作。 3-1-1-4 能從遊戲中表現 快跑、改變方向、急停 等動作。 3-1-1-6 能隨音樂節奏 模仿身體律動 。 3-1-4-1 能表現出想參與活動的 態度 。 3-1-4-2 能 遵守遊戲規則 而進行遊戲。 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 。	1、學會伸展操與追逐跑的遊戲技巧。 1-1 能在教師示範下，做出 伸展操的動作 。 1-2 能隨著音樂做出 伸展操 。 1-3 能與同學進行 追逐跑遊戲 。 2、遵守遊戲規範及團體紀律。 2-1 能 遵守追逐跑的遊戲規則 。 2-2 能在上課過程中 遵守團體規範 。	



能力指標調整	教學目標號碼	教學活動	時間	教學資源	教學評量
3-1-1-6 3-1-4-1 3-1-4-4	1-1 1-2 2-2	<p>-----第一節開始-----</p> <p>學習歷程調整：</p> <p>課前先預告上課地點將調整至戶外活動區。</p> <p>【活動一】伸展操</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 學習歷程調整： 在學生面前做慢動作的示範。</p> <p>(三) 學習歷程調整： 重點重新講述一次。</p>	15'	不需調整	學習評量調整： 實際操作、依學生能力調整評量標準 觀察參與態度
3-1-1-2 3-1-1-4 3-1-4-1 3-1-4-2 3-1-4-4	1-3 2-1 2-2	<p>【活動二】警察抓小偷</p> <p>(一) 學習歷程調整： 範圍具體訂定(如：利用膠帶、綜合球場之邊線等)，並再講述一次。</p> <p>(二) 學習內容調整： 規則簡明扼要，並重述一次。</p> <p>規則一：警察穿背心，抓圈外的小偷。</p> <p>規則二：圈裡只能有一個小偷。</p> <p>規則三：警察抓人只能輕輕碰手臂或肩膀。</p> <p>規則四：身體不舒服，立刻告訴老師。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 不需調整。</p> <p>(五) 不需調整。</p> <p>-----第一節結束-----</p>	25'	不需調整	實際操作 觀察參與態度



身心障礙輕度認知功能缺損學生健康與體育領域教材簡化 康軒版 1 上單元二追跑搖滾樂-第 3 課教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 第 3 課搖滾呼拉圈
編輯者	東石國小 陳哲文		
調整原則	本單元調整原則為： 1、學習歷程部分提供學生更多次的學習機會 2、學習內容視學生狀況可酌減學習項目 3、學習評量視學生狀況調整支持程度及評量標準 4、預告課程情境調整狀況		
能力指標	指標調整	教學目標	
3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 3-1-1-1 瞭解跑、跳、爬、擲等動作的方式。 3-1-1-2 由遊戲中表現跑、跳、改變方向、急停等動作。 3-1-1-5 將簡單的動作應用於日常生活中。 3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。 3-1-4-2 於遊戲活動中表現聯合性的基本運動能力。 3-1-4-3 於身體活動中表現手眼、手腳及全身性的協調能力。	3-1-1-2 能做出移動性技巧如 站立、行走、跑、跳 等動作。 3-1-1-3 能做出非移動性技巧，如 抓放、握拿及拋接 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。 3-1-1-7 能將簡單的身體動作應用於日常生活中。如： 越過障礙 。 3-1-4-1 能表現出想參與活動的 態度 。 3-1-4-2 能 遵守1~2項遊戲規則 而進行遊戲。 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 。	1、學會身體與呼拉圈的接觸方式，及搖、滾、旋、跳等操弄的方式。 1-1 能具備 搖、滾呼拉圈的基本能力 。 1-2 能至少學會 1-2種呼拉圈的搖弄技巧 。 2、快樂的參與呼拉圈遊戲活動。 2-1 能參與呼拉圈活動。 2-2 能遵守遊戲規則。	



能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	教學評量
3-1-1-2 3-1-1-7 3-1-4-1	1-1 2-1	<p>-----第一節開始-----</p> <p>【活動一】呼拉圈暖身操</p> <p>學習歷程調整：</p> <p>課前先預告上課地點將調整至戶外活動區。</p> <p>(一) 不需調整。 (二) 不需調整。 (三) 不需調整。</p>	20'	不需調整	實際操作 觀察參與態度
3-1-1-2 3-1-1-3 3-1-1-4 3-1-4-4	1-1 1-2 2-1	<p>【活動二】我會這樣玩(一)</p> <p>(一) 學習歷程調整：</p> <p>教師教導學生之後，再個別指導一次。</p> <p>(二) 不需調整。 (三) 不需調整。 (四) 不需調整。</p>	20'	不需調整	實際操作 觀察參與態度
3-1-1-3 3-1-4-1 3-1-4-2	2-1 2-2	<p>-----第一節結束-----</p> <p>-----第二節開始-----</p> <p>【活動三】我會這樣玩(二)</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 學習歷程調整：</p> <p>先讓其他組同學進行示範，讓學生有較多的觀摩學習機會。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 學習歷程調整：</p> <p>先讓其他組同學進行示範，讓學生有較多的觀摩學習機會。</p> <p>(五) 不需調整。</p>	25'	不需調整	實際操作 觀察參與態度
3-1-4-1 3-1-4-4	1-1 1-2 2-1	<p>【活動四】超麻吉搖搖樂</p> <p>(一) 學習歷程調整：</p> <p>教師教導學生之後，再個</p>	15'	不需調整	觀察參與態度 學習評量調整： 學生能嘗試做出



嘉義縣東石鄉東石國小陳哲文老師撰

		<p>別指導一次，並多讓其練習。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>----第二節結束----</p>			<p>1~2 種呼拉圈動作</p>
--	--	---	--	--	-------------------



身心障礙輕度認知功能缺損學生健康與體育領域教材簡化
康軒版 1 上單元三身體會說話-第 1 課教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元三：身體會說話
編輯者	東石國小 陳哲文		
調整原則	本單元調整原則為： 1、調整學生學習歷程及評量方式。 2、條列感官名稱及功能。 3、多使用體驗活動，協助學生完成活動。		
能力指標	指標調整	具體目標	
1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 1-1-4-1 認識人體各部位的正確名稱及其基本功能，並懂得愛惜身體各部位。 1-1-4-2 體會眼睛、耳朵、牙齒的重要性，列舉並實行眼、耳、鼻、口腔的保健方法。	1-1-4-1 能認識 五官 的名稱。 1-1-4-2 能瞭解 五官 的功能。 1-1-4-3 能愛惜自己的身體。 1-1-4-4 能瞭解 眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴、皮膚 很重要，要愛護它們。	1、了解五官的功能及重要性。 1-1 能知道 五官的名稱與功能 。 1-2 能知道 五官對日常生活的重要性 。 1-3 能 珍惜愛護自己的感官 。 2、體驗感官失去功能的感覺。 2-1 能說出 感官受限時的感覺 。 2-2 能知道要 珍惜身體，避免受傷 。 2-3 能同理障礙人士的不便，並能盡己之力給予協助。	



能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	教學評量
1-1-4-1 1-1-4-2	1-1 1-2 1-3	<p>----第一節開始----</p> <p>【活動一】 如果少了我</p> <p>(一) 學習歷程調整： 條列感官名稱及功能，並重述歸納。</p> <p>(二) 學習歷程調整： 能對各感官進行體驗活動之後，再行詢問、歸納重點。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 不需調整。</p>	20'	耳罩式耳機 眼罩、棉球 口罩、厚外套	<p>評量調整： 將感官及功能，透過配對方式進行評量。</p> <p>觀察參與態度</p>
1-1-4-3 1-1-4-4	2-1 2-2 2-3	<p>【活動二】 視障與聽障體驗</p> <p>需注意學生對於觸覺的接受程度，較敏感學生避免進行肢體觸摸活動。</p> <p>(一) 學習歷程調整： 透過同學示範或者在教師引導後，再請學生說出感受到的困難與感受。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 不需調整。</p> <p>----第一節結束----</p>	20'	不需調整	實際操作、觀察參與態度



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化 康軒版 1 上第三單元第 2 課教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元二：身體會說話
編輯者	東石國小 陳哲文		
調整原則	本單元調整原則為： 1、調整學生學習歷程及評量方式。 2、多使用課本中所舉實例，協助學生完成活動。		
能力指標	指標調整	具體目標	
1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 1-1-4-2 體會眼睛、耳朵、牙齒的重要性，列舉並實行眼、耳、鼻、口腔的保健方法。 1-1-4-3 瞭解姿勢對生長的影响，並表現出坐、站立、行走、閱讀及提物時的正確姿勢。	1-1-4-4 能瞭解 眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴、皮膚 很重要，要愛護它們。 1-1-4-5 能瞭解正確姿勢對身體很重要，姿勢不對身體會受傷。 1-1-4-6 能表現出 閱讀及看電視 時的正確姿勢。	1、了解近視的成因和預防方法。 1-1 能知道近視的原因。 1-2 能知道正確的用眼習慣。 1-3 能表現出看書及看電視時的正確姿勢。 2、瞭解五官的保護方法。 2-1 能說出五官的保護方法。 2-2 能說出自己在五官保護需要改進之處及方法。	



能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	教學評量
1-1-4-5 1-1-4-6	1-1 1-2 1-3	<p>-----第一節開始-----</p> <p>【活動一】 打擊惡視力</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 不需調整。</p> <p>(五) 學習歷程調整：</p> <p>條列並重述一次視力保健方法。</p> <p>1、閱讀光線要充足。</p> <p>2、眼睛和書本、電視保持距離。</p> <p>3、用眼 30 分休息 10 分鐘。</p> <p>4、多做戶外運動。</p> <p>5、常看遠處。</p>	25'	不需調整	<p>評量調整：</p> <p>1、能透過課本 38~39 頁之圖片選出或說出愛護眼睛的方法。</p> <p>2、觀察參與態度。</p>
1-1-4-4	2-1 2-2	<p>【活動二】 我是五官的好主人</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>-----第一節結束-----</p>	15'	不需調整	<p>評量調整：</p> <p>1、能透過課本 40~41 頁之圖片選出或說出自己愛護五官的方法、及自己需改進之處。</p> <p>2、觀察參與態度。</p>



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化
康軒版 1 上第三單元第 3 課教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元三：身體會說話
編輯者	東石國小 陳哲文		
調整原則	本單元調整原則為： 1、調整學生學習歷程及評量方式。 2、多使用課本中所舉實例，協助學生完成活動。 3、透過同儕示範，提供學生更多學習機會。		
能力指標	指標調整	具體目標	
1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 1-1-4-1 認識人體各部位的正確名稱及其基本功能，並懂得愛惜身體各部位。	1-1-4-1 能認識身體各部位（眼睛、嘴巴、耳朵、鼻子、手、臀部、腿、腳）的名稱。 1-1-4-2 能瞭解身體各部位（眼睛、嘴巴、耳朵、鼻子、手、臀部、腿、腳）的功能。 1-1-4-3 能愛惜自己的身體。 1-1-4-5 能瞭解正確姿勢對身體很重要，姿勢不對身體會受傷。	1、知道身體各部位的名稱和功能。 1-1 能知道 8 種以上身體不同部位的名稱。 1-2 能知道 8 種以上身體不同部位的功能。 2、願意保護身體各部位避免受傷。 2-1 能分享自己、家人或朋友受傷的經驗及原因。 2-2 能說出 3 種以上避免身體受傷的方法。	

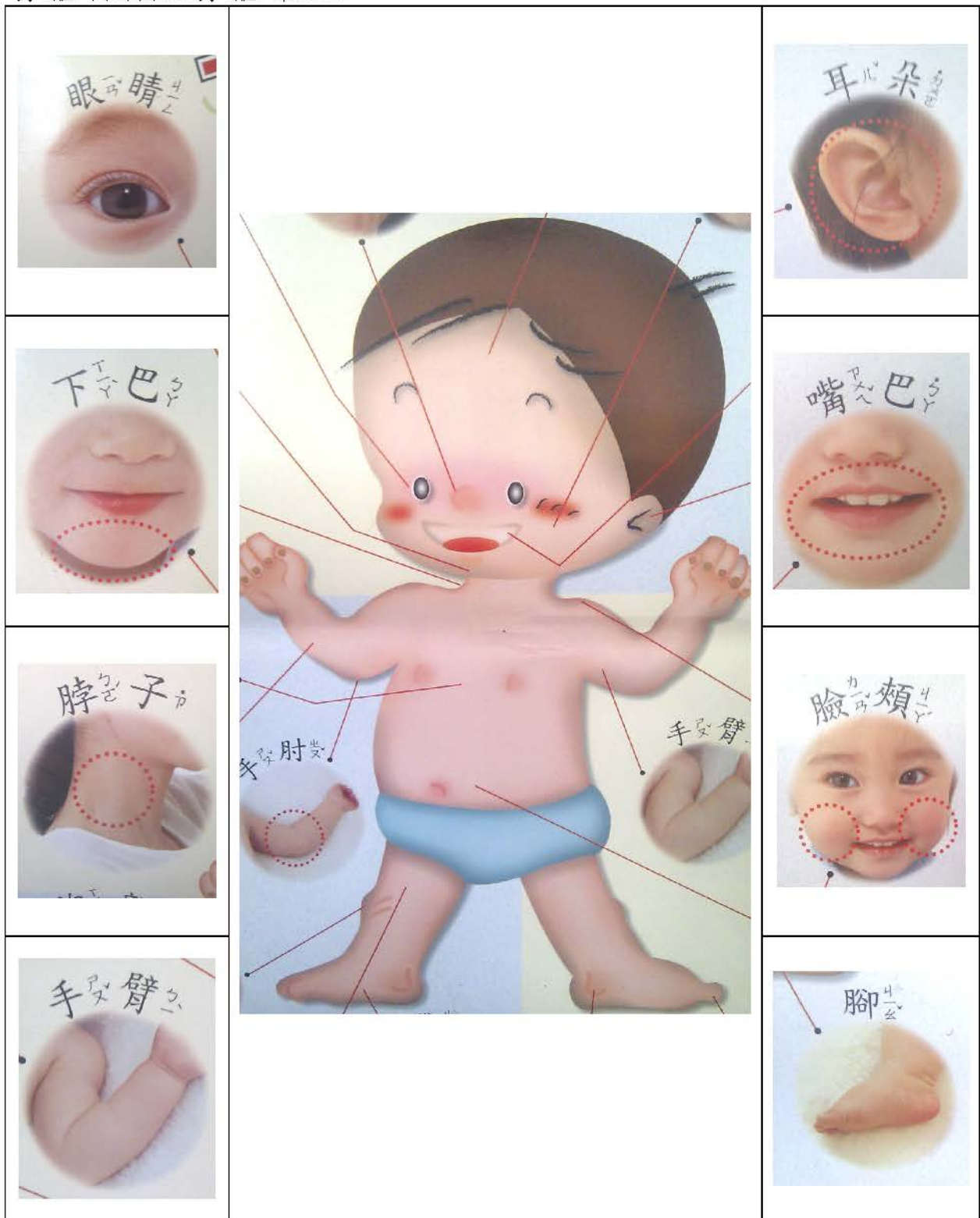


能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	教學評量
1-1-4-1 1-1-4-2	1-1 1-2	<p>----第一節開始----</p> <p>【活動一】認識身體各部位</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>(三) 學習歷程調整：</p> <p>1、請同學示範活動後，再跟著進行活動。</p> <p>2、若學生觸覺較敏感，可請一組同學示範，由其他同學評判是否正確完成活動。</p> <p>(四) 不需調整。</p> <p>(五) 不需調整</p>	20'	身體圖片板 身體部位詞 卡	<p>評量調整：</p> <p>1、指認並說出： 眼睛、嘴巴、耳朵、鼻子、手臂、下巴、腳的名稱和功能。</p> <p>2、觀察參與態度及實際活動情形。</p>
1-1-4-3 1-1-4-5	2-1 2-2	<p>【活動二】你受傷我難過</p> <p>(一) 學習歷程調整：</p> <p>請同學分享後，再跟著分享。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>(三) 學習歷程調整：</p> <p>條列舉例避免身體受傷的3種方法，再請同學補充說明。</p> <p>1、小心走路。</p> <p>2、在安全的場所玩遊戲。</p> <p>3、運動或遊戲前先暖身。</p> <p>----第一節結束----</p>	20'	不需調整	不需調整



附件 3-1

身體的圖片及身體的部位



圖片出處：新金山出版社，「我的身體」海報。



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化 康軒版 1 上第三單元第 4 課教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元三：身體會說話
編輯者	東石國小 陳哲文		
調整原則	本單元調整原則為： 1、調整學生學習歷程。 2、對於學生不熟悉的活動，多給予學生觀摩學習機會。 3、調整活動進行方式，增加學生成功經驗。		
能力指標	指標調整	具體目標	
1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。	1-1-4-1 能認識身體各部位的名稱。	1、熟悉身體各部位的名稱及功能。	
1-1-4-1 認識人體各部位的正確名稱及其基本功能，並懂得愛惜身體各部位。	1-1-4-2 能瞭解身體各部位的功能。	1-1 能知道 2 種以上身體不同部位的名稱。	
3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	3-1-1-2 能做出移動性技巧如 站立、行走、蹲 等動作。	1-2 能知道 2 種以上身體不同部位的功能。	
3-1-1-4 配合音樂節奏表現身體律動。	3-1-1-3 能做出非移動性技巧，如 丟擲、拋接 等動作。	1-3 能利用身體不同的部位完成拋接及頂球活動。	
3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。	3-1-4-2 能 遵守 1-2 項遊戲規則 而進行遊戲。	2、配合音樂節奏表現身體律動及走、跑、停等動作。	
3-1-4-2 於遊戲活動中表現聯合性的基本運動能力。	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 。	2-1 能隨著音樂節奏的快慢做出不同速度的動作。	



能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	教學評量
		-----第一節開始-----			
1-1-4-1	1-1	【活動一】球兒進行曲	20'	不需調整	不需調整
1-1-4-2	1-2	(一) 不需調整。			
3-1-1-2	2-1	(二) 不需調整。			
3-1-4-4		(三) 學習歷程調整： 1、活動場域具體訂定(如：利用膠帶、綜合球場之邊線等)，並再講述一次。 2、請同學示範活動後，再跟著進行活動。			
		(四) 不需調整。			
		(五) 不需調整。			
		(六) 不需調整。			
3-1-1-2	1-1	【活動二】雙人拋接	10'	不需調整	不需調整
3-1-1-3	1-3	(一) 不需調整。			
3-1-4-2		(二) 學習歷程調整： 請同學示範活動後，再跟著進行活動。			
		(三) 不需調整。			
		(四) 不需調整。			
3-1-4-2	1-1	【活動三】頂球接力	10'	不需調整	不需調整
3-1-4-4	1-3	(一) 不需調整。			
		(二) 學習歷程調整： 若學生操作能力較弱，可安排小幫手協助學生完成。			
		(三) 不需調整。			
		(四) 不需調整。			
		-----第一節結束-----			



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化 康軒版 1 上 第三單元第 5 課教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元三：身體會說話
編輯者	東石國小 陳哲文		
調整原則	<p>本單元調整原則為：</p> <p>1、調整學生學習歷程。</p> <p>2、調整使用之教材：進行活動時，可給予學生視覺提示，幫助學生瞭解遊戲規則。</p> <p>3、若學生對於觸覺接觸較敏感，建議可讓其自行觸碰身體完成活動。</p>		
能力指標	指標調整	具體目標	
<p>3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。</p> <p>3-1-1-4 配合音樂節奏表現身體律動。</p> <p>3-1-1-6 由身體動作中體驗空間、時間、力量與關係等動作概念。</p>	<p>3-1-1-6 能隨音樂節奏模仿及隨性自創身體律動。</p> <p>3-1-4-2 能遵守1~2項遊戲規則而進行遊戲。</p>	<p>1、不同信號及做出不同的反應方式。</p> <p>1-1 能說出不同信號代表的反應方式。</p> <p>1-2 能依照不同信號，反應出不同的動作。</p> <p>2、說出有那些身體部位可以運用於遊戲活動中。</p> <p>2-1 能依照指示用正確的身體部位完成活動。</p> <p>2-2 能自行決定完成活動所使用的部位。</p> <p>3、能和同伴合力完成活動。</p> <p>3-1 以不同的身體部位和新同伴玩碰碰樂。</p> <p>3-2 能用合適的動作和同伴完成活動。</p>	



能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	教學評量
3-1-1-6 3-1-4-2	1-1 1-2	<p>-----第一節開始-----</p> <p>【活動一】我會注意聽</p> <p>(一) 學習歷程調整： 活動場域具體訂定(如：利用膠帶、綜合球場之邊線等)，並再講述一次。</p> <p>(二) 學習歷程調整： 向學生介紹信號時，可加上遊戲規則提示卡，給予學生視覺提示。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 不需調整。</p>	10'	遊戲規則提示卡	不需調整
3-1-1-6 3-1-4-2	2-1 2-2 3-1 3-2	<p>【活動二】雙手碰碰樂</p> <p>若學生觸覺較敏感，可依學生狀況適度參與活動。</p> <p>(一) 學習歷程調整： 請同學示範正確擊掌方式後，再跟著進行活動。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 不需調整。</p> <p>(五) 不需調整。</p>	15'	不需調整	實際操作 觀察參與態度
3-1-1-6 3-1-4-2	2-1 2-2 3-1 3-2	<p>【活動三】身體碰碰樂</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 學習歷程調整： 請同學示範正確遊戲方式後，再跟著進行活動。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 不需調整。</p> <p>(五) 不需調整。</p> <p>(六) 不需調整。</p> <p>-----第一節結束-----</p>	15'	不需調整	實際操作 觀察參與態度

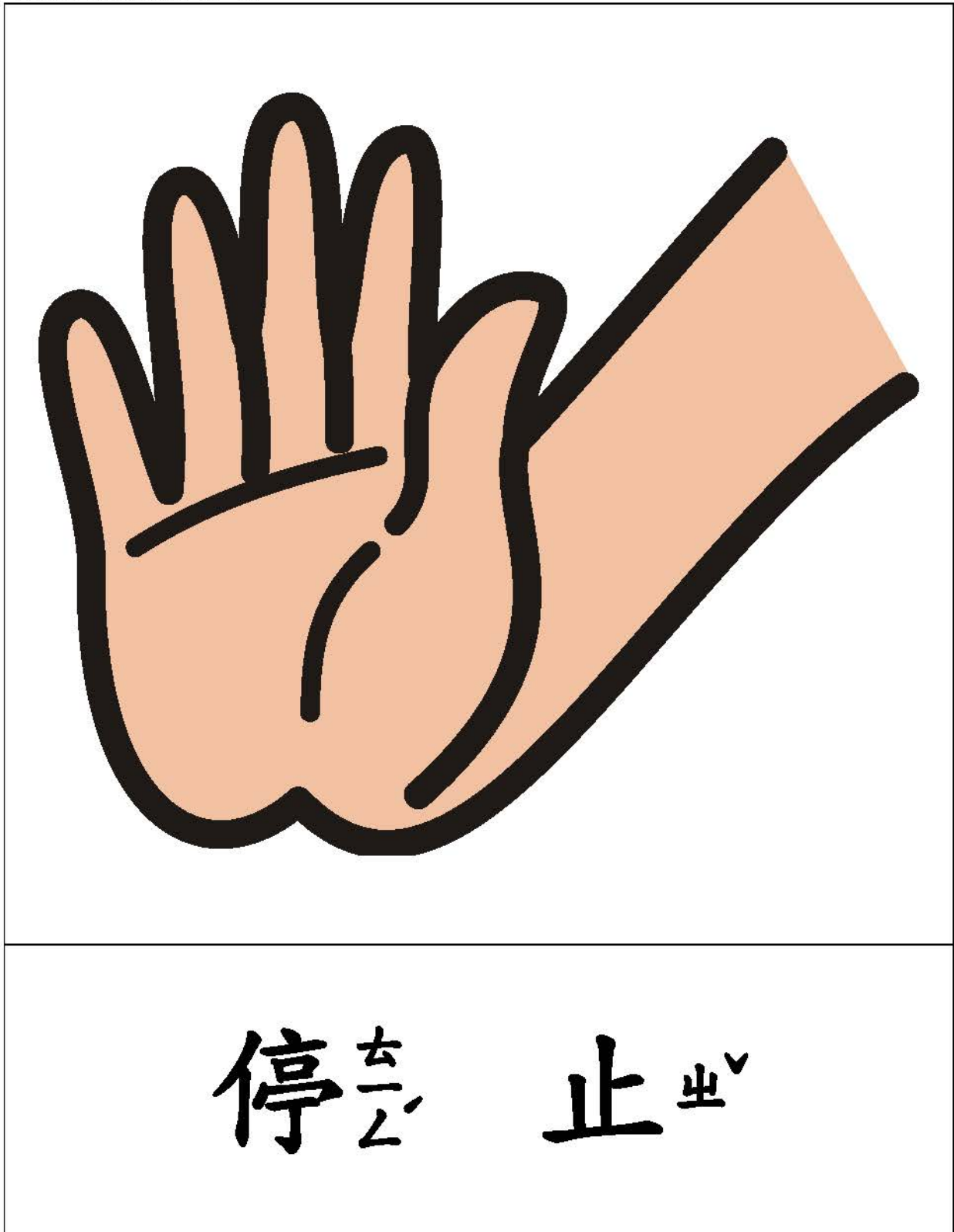


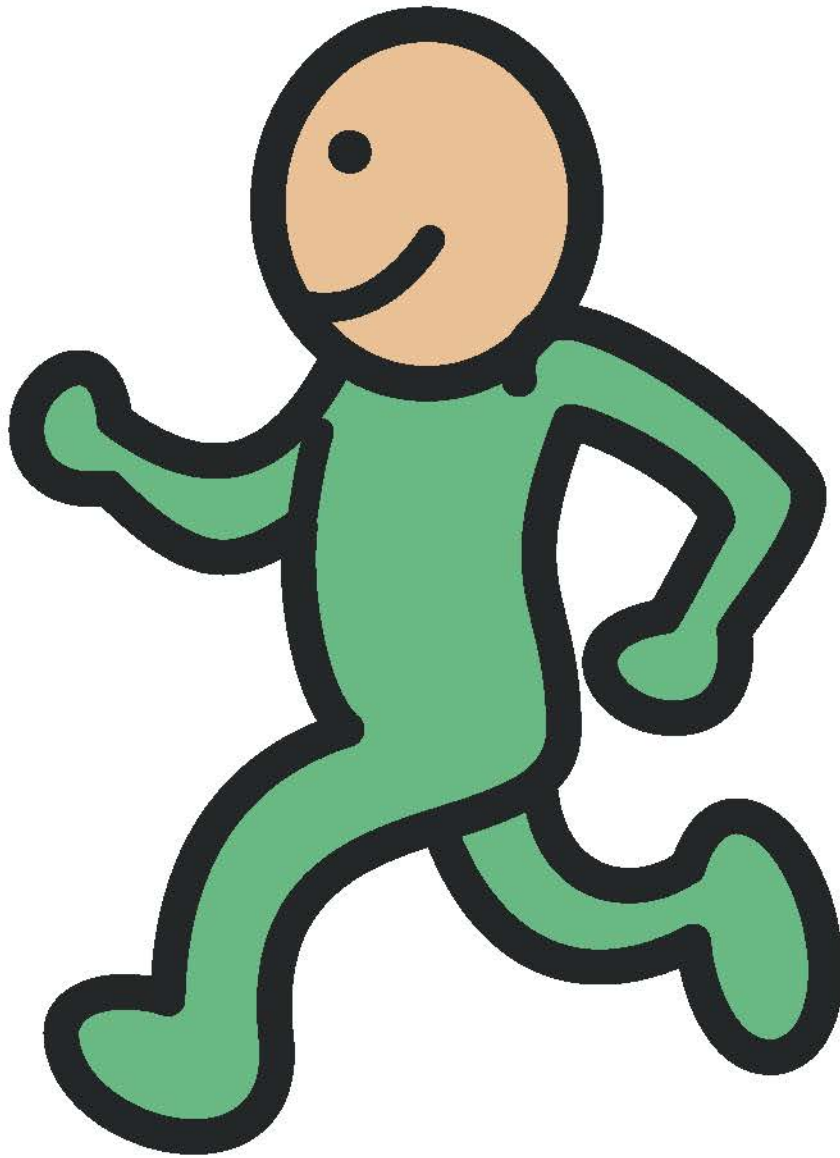
		-----第二節開始-----			
3-1-1-6	2-1	【活動四】擊掌猜拳跟我走	20'	不需調整	實際操作 觀察參與態度
3-1-4-2	2-2	若學生觸覺較敏感，可不搭肩、			
	3-1	跟在同學身後。			
	3-2	(一) 學習歷程調整： 活動場域具體訂定(如：利用膠帶、綜合球場之邊線等)，並再講述一次。			
		(二) 不需調整。			
		(三) 不需調整。			
		(四) 不需調整。			
3-1-1-6	2-1	【活動五】拍肩碰碰樂	20'	不需調整	實際操作 觀察參與態度
3-1-4-2	2-2	(一) 不需調整。			
	3-1	(二) 不需調整。			
	3-2	(三) 不需調整。			
		(四) 不需調整。			
		-----第二節結束-----			



附件 5-1

遊戲規則提示卡





開 始

巧男

戶戶



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化 康軒版 1 上第三單元第 6 課教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元三：身體會說話
編輯者	東石國小 陳哲文		
調整原則	本單元調整原則為： 1、調整學生學習歷程。 2、透過具體示範，讓學生瞭解遊戲規則及適當的同儕互動模式。		
能力指標	指標調整	具體目標	
3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 3-1-1-2 由遊戲中表現跑、跳、改變方向、急停等動作。 3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。 3-1-4-2 於遊戲活動中表現聯合性的基本運動能力。	3-1-1-2 能做出移動性技巧如 行走、跑、跳 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。 3-1-4-2 能 遵守1-2項遊戲規則 而進行遊戲。 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。	1、說出有哪些身體部位可以運用於遊戲活動中。 1-1 能說出可使用於遊戲中的 身體部位 。 1-2 能於活動中展現出不同的 肢體動作及活動方式 。 2、在遊戲中增進身體敏捷性。 2-1 能 踩到同學的影子 。 2-2 能 避免自己的影子被別人踩到 。 3、能於活動中展現合作與創意。 3-1 能在遊戲中做出有 創意的動作 。 3-2 能與同伴合作完成活動。	



能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	教學評量
3-1-1-2 3-1-1-4 3-1-4-2	1-1 1-2 2-1 2-2	<p>----第一節開始----</p> <p>【活動一】 踩影子遊戲</p> <p>(一) 學習歷程調整：</p> <p>活動場域(如：利用膠帶、綜合球場之邊線等)及規則(如：不可跑太快、注意自己周遭及同學的安全)具體訂定，並再講述一次。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 學習歷程調整：</p> <p>將快速、準確的動作再示範給學生看一次。</p> <p>(五) 不需調整。</p>	25'	不需調整	不需調整
3-1-4-2 3-1-4-4	1-2 3-1 3-2	<p>【活動二】 誰的影子最有趣</p> <p>(一) 不需調整。</p> <p>(二) 不需調整。</p> <p>(三) 不需調整。</p> <p>(四) 不需調整。</p> <p>----第一節結束----</p>	15'	不需調整	實際操作 觀察參與態度



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化
康軒版 1 上第四單元 第 1 課 一天的開始 教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元四：健康每一天
編輯者	阿里山國中小 官易祺	教學時間	共 1 節
教學提示	1. 教學時，教師應考量學生的個別差異，進行多層次教學，讓每個學生都有成就感。 2. 提醒學生須隨時保持自己儀容的整潔，以促進人際關係與自身健康。		
能力指標	指標調整	具體目標	
1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。	1-1-4-7 能舉出健康習慣對自己人際的影響，並表現出整體的舒適感，如：身體清潔、衣著打扮等。 1-1-4-8 能保持正確洗手、使用廁所等日常生活的健康習慣。	1-1 能了解儀容整潔的重要性。 2-1 能學會正確的清潔臉部。 2-2 能學會梳理頭髮。 2-3 指甲能保持乾淨。	

能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
1-1-4-7	1-1	-----第 1 課開始----- 【活動一】 不需調整。 認引導學生回答早上一起床會做的事情有哪些(刷牙、洗臉、穿衣服、上廁所等)，並提供肢體動作示範以增強學生對事件與生活情景的連結。	10 分		認問答： 1. 能回答起床後需要做哪些事情。
1-1-4-8	2-1	【活動二】 不需調整。 認提供學生洗臉固定的清洗順	10 分	毛巾、洗手台	認實做： 1. 能將臉清洗乾淨。



<p>1-1-4-8</p>	<p>2-2 2-3</p>	<p>序，如：額頭-眼睛-鼻子-臉頰-嘴巴-耳朵-脖子，使學生確實將每個部位清洗乾淨。</p> <p>【活動三】 不需調整。</p> <p>認提醒學生剪指甲可請家人或老師幫忙。</p> <p>~~~~第1課結束~~~~</p>	<p>20分</p>	<p>梳子、指甲剪</p>	<p>2. 能清洗毛巾與洗手台。</p> <p>認實做：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能將頭髮梳理整齊。 2. 能保持指甲乾淨。
----------------	--------------------	---	------------	---------------	--



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化
康軒版 1 上 第四單元 第 2 課 小行動大健康 教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元四：健康每一天
編輯者	阿里山國中小 官易祺	教學時間	共 1 節
教學提示	1. 教學時，教師應考量學生的個別差異，進行多層次教學，讓每個學生都有成就感。 2. 提醒學生需常常洗手，保持雙手的乾淨，以避免細菌的傳染。		
能力指標	指標調整	具體目標	
1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。	1-1-4-8 能保持正確洗手、使用廁所等日常生活的健康習慣。 1-1-4-9 在運動流汗後，能自行擦乾、更衣，並補充水分。	1-1 能了解洗手的重要性。 1-2 能正確洗手。 2-1 能養成喝白開水的習慣。	

能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
		----第 2 課開始----			
1-1-4-8	1-1	【活動一】 不需調整。 認引導學生回答何時該洗手(吃東西前、上完廁所、運動後、回到家等)。	10 分		認問答： 1. 能回答何時該洗手。
1-1-4-8	1-2	【活動二】 不需調整	20 分	洗手台、肥皂、毛巾或手帕	認實做： 1. 能將手洗乾淨。
1-1-4-9	2-1	認請學生回答洗手的步驟(濕、搓、沖、捧、擦)，並引導學生確實將手洗乾淨與擦乾。 【活動三】	10 分		認問答：



		不需調整。 <input type="checkbox"/> 請學生回答何時該喝水（運動後、起床後）。 -----第2課結束-----			1. 能知道何時該喝水。
--	--	---	--	--	--------------



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化 康軒版 1 上第四單元 第 3 課 吃飯的時候 教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元四：健康每一天
編輯者	阿里山國中小 官易祺	教學時間	共 1 節
教學提示	1. 教學時，教師應考量學生的個別差異，進行多層次教學，讓每個學生都有成就感。 2. 用餐禮儀的指導除了在午餐時老師指導學生表現良好的用餐禮儀外，也應請家長協助指導學生在家的用餐禮儀。		
能力指標	指標調整	具體目標	
2-1-3 培養良好的飲食習慣。 6-1-2 學習如何與家人和睦相處。	2-1-3-3 做到不偏食、定時定量、細嚼慢嚥、珍惜食物、飯前洗手、飯後潔牙、飯後不做劇烈運動等良好飲食習慣。 2-1-3-5 用餐時展現良好的餐桌禮儀。 6-1-2-3 願意與家人一起參與各種遊戲或活動。	1-1 能飯前洗手、不邊吃邊玩、食物在口不說話、不偏食、定時定量、不吃太飽。 2-1 表現良好的餐桌禮儀。 3-1 與家人一起用餐。	

能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
2-1-3-3 2-1-3-5	1-1 2-1	-----第 3 課開始----- 【活動一】 不需調整。 認引導學生回答用餐時，有哪些該注意的事情，如：飯前應先洗手、用餐時不可玩耍、口中有食物不可說話、用餐時要在位置上坐好等。	10 分		認問答： 1. 能說出用餐時，該注意的事情。
2-1-3-3 2-1-3-5	1-1 2-1	【活動二】 不需調整。	15 分	餐具	認實做： 1. 能表現正確



<p>6-1-2-3</p>	<p>3-1</p>	<p>認指導學生實際演練各種良好的用餐禮儀，並可請小老師做示範或協助指導學生。</p> <p>【活動三】 不需調整。</p> <p>認引導學生回答在家的用餐情形。</p> <p>~~~~第3課結束~~~~</p>	<p>15分</p>	<p>的用餐禮儀。</p> <p>認問答： 1. 能說出在家的用餐情形。</p>
----------------	------------	---	------------	---



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化
康軒版 1 上第四單元 第 4 課 飯後好習慣 教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元四：健康每一天
編輯者	阿里山國中小 官易祺	教學時間	共 1 節
教學提示	1. 教學時，教師應考量學生的個別差異，進行多層次教學，讓每個學生都有成就感。 2. 課堂上提醒學生飯後不做劇烈運動與飯後應潔牙，並觀察學生是否確實做到，也應請家長協助指導學生養成飯後良好習慣。		
能力指標	指標調整	具體目標	
2-1-3 培養良好的飲食習慣。	2-1-3-3 做到不偏食、定時定量、細嚼慢嚥、珍惜食物、飯前洗手、飯後潔牙、飯後不做劇烈運動等良好飲食習慣。	1-1 飯後不做劇烈運動。 1-2 飯後能潔牙。	

能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
2-1-3-3	1-1	-----第 4 課開始----- 【活動一】 不需調整。 認請學生回答飯後可不可做劇烈運動？（不可以）如果飯後劇烈運動會造成什麼後果？（肚子痛、消化不良、身體不舒服等）。	15 分		認問答： 1. 能說出飯後不可劇烈運動。 2. 能說出飯後劇烈運動會造成什麼後果。
2-1-3-3	1-2	【活動二】 不需調整。 認請學生回答何時該潔牙？（三餐飯後、睡前）。 -----第 4 課結束-----	25 分		認問答： 1. 能說出何時該潔牙。



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化
康軒版 1 上 第四單元 第 5 課 天天排便好健康 教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元四：健康每一天
編輯者	阿里山國中小 官易祺	教學時間	共 1 節
教學提示	<p>1. 教學時，教師應考量學生的個別差異，進行多層次教學，讓每個學生都有成就感。</p> <p>2. 隨時提醒學生上廁所，養成正常大小便的習慣，並指導學生正確使用廁所與保持廁所的清潔。</p>		
能力指標	指標調整	具體目標	
<p>1-1-4 養成良好健康態度和習慣，並能表現於生活中。</p> <p>1-1-5 討論對於身體的感覺與態度，學習尊重身體的自主權與隱私權。</p>	<p>1-1-4-8 能保持正確洗手、使用廁所等日常生活的健康習慣。</p> <p>1-1-5-4 能維護自己身體自主權及尊重別人的隱私權。</p>	<p>1-1 能說出幫助排便的方法。</p> <p>1-2 能說出正確的如廁方法。</p> <p>2-1 能知道上廁所前需敲門。</p> <p>2-2 能知道上廁所時需將門鎖好</p>	

能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
1-1-4-8	1-1	<p>-----第 5 課開始-----</p> <p>【活動一】 不需調整。 認請學生回答幫助排便的好方法(常運動、多喝水、多吃蔬菜水果、定時排便等)。</p>	10 分		認 問答： 1. 能說出幫助排便的方法。
1-1-4-8	1-1	<p>【活動二】 不需調整。 認指導學生上廁所的標準流程： 敲門-關門鎖門-對準便器-擦拭(由前往後)-用過衛生紙丟垃圾桶-沖水-整理服裝-輕聲關門-洗</p>	20 分		認 實做： 1. 能正確使用廁所。



1-1-5-4	2-1 2-2	<p>手。</p> <p>【活動二】</p> <p>不需調整。</p> <p>認提醒學生上廁所前須先敲門，上廁所時須關門鎖門。</p> <p>~~~~第5課結束~~~~</p>	10分	<p>認問答：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能知道上廁所前須先敲門。 2. 能知道上廁所時須關門鎖門。
---------	------------	--	-----	--



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化 康軒版 1 上 第四單元 第 6 課 好好愛身體 教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元四：健康每一天
編輯者	阿里山國中小 官易祺	教學時間	共 1 節
教學提示	1. 教學時，教師應考量學生的個別差異，進行多層次教學，讓每個學生都有成就感。 2. 提醒學生需隨時保持身體的乾淨，每天也都要洗澡。		
能力指標	指標調整	具體目標	
1-1-4 養成良好健康態度和習慣，並能表現於生活中。	1-1-4-2 能說明愛惜身體的方法。 1-1-4-6 能透過實做表現出坐、站立、行走、閱讀及提物時的正確姿勢。	1-1 能保持身體清潔。 1-2 能正確清潔身體。 2-1 能表現正確的站姿。 2-2 能表現正確的坐姿。 2-3 能表現正確的睡姿。	

能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
1-1-4-2	1-1 1-2	<p style="text-align: center;">----第 6 課開始----</p> <p>【活動一】 不需調整。 <input type="checkbox"/>請學生回答洗澡時該特別注意哪些地方(耳朵、脖子、腋下、臀部夾縫、生殖器、膝蓋後側、腳趾間等)。</p> <p>【活動二】 不需調整。 <input type="checkbox"/>指導學生表現正確的坐姿、站姿和睡姿。</p> <p style="text-align: center;">----第 6 課結束----</p>	20 分 20 分	軟墊	<input type="checkbox"/> 問答： 1. 能說出洗澡時，要清洗哪些地方。 <input type="checkbox"/> 實做： 1. 能表現正確的坐姿。 2. 能表現正確的站姿。 3. 能表現正確的睡姿。



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化
康軒版 1 上第四單元 第 7 課 天天都健康 教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元四：健康每一天
編輯者	阿里山國中小 官易祺	教學時間	共 1 節
教學提示	1. 教學時，教師應考量學生的個別差異，進行多層次教學，讓每個學生都有成就感。 2.		
能力指標	指標調整	具體目標	
1-1-4 養成良好健康態度和習慣，並能表現於生活中。	1-1-4-2 能說明愛惜身體的方法。	1-1 能瞭解好習慣對健康的重要性。 1-2 能說出健康的生活習慣。	

能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
1-1-4-2	1-1 1-2	<p>-----第 7 課開始-----</p> <p>【活動一】</p> <p>不需調整。</p> <p>認請學生回答自己有哪些生活習慣，並給予鼓勵或建議。</p>	30 分		<p>認問答：</p> <p>1. 能說出自己的生活習慣。</p>
1-1-4-2	1-1 1-2	<p>【活動二】</p> <p>不需調整。</p> <p>認請學生回答自己可以做到哪些好習慣（準時起床、起床刷牙洗臉、天天吃早餐、天天排便、飯後潔牙、適量運動、天天洗澡、準時睡覺等）。</p> <p>-----第 7 課結束-----</p>	10 分		<p>認問答：</p> <p>1. 能說出自己可以做到哪些好習慣。</p>



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化 康軒版 1上第五單元 第1課 抓一把風來玩 教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元五：身體新風情
編輯者	阿里山國中小 官易祺	教學時間	共 1 節
教學提示	<p>1. 教學時，教師應考量學生的個別差異，進行多層次教學，讓每個學生都有成就感。</p> <p>2. 提醒小朋友做運動前需做適度的暖身活動，在跑步時也需注意安全，避免與同學碰撞在一起。</p>		
能力指標	指標調整	具體目標	
3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。1	<p>3-1-1-1 能表現出跑、跳、爬、擲等動作。</p> <p>3-1-1-3 能模仿他人進行簡單性軸心運動，表現出協調與平衡的動作，如：重心轉移、伸展等。</p>	<p>1-1 能做出跑步的動作。</p> <p>1-2 能做出停止的動作。</p> <p>1-3 能做出拍球的動作。</p> <p>2-1 能做出伸展的動作。</p> <p>2-2 能做出收縮的動作。</p>	

能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
3-1-1-1	1-1 1-2	<p style="text-align: center;">----第1課開始----</p> <p>【活動一】 不需調整 認提醒學生跑步時注意安全，避免碰撞到同學。</p>	15分	塑膠袋	<p>認觀察：</p> <p>1. 能注意安全。</p>
3-1-1-3	2-1 2-2	<p>【活動二】 不需調整 認指導學生能將身體確實伸展到最大與收縮到最小。</p>	15分		<p>認實做：</p> <p>1. 能將身體伸展到最大，</p> <p>2. 能將身體收縮到最小。</p>



3-1-1-1	1-3	<p>【活動三】</p> <p>認想像氣球輕飄的活動對輕度認知功能的學生有困難，可將活動替換為：拍打氣球，請學生將氣球吹飽氣，由老師協助將氣球打結，後由老師示範用雙手掌由下往上拍，將氣球拍高，並移動身體重複此動作，使氣球不落地。</p> <p>-----第1課結束-----</p>	10分	氣球	<p>認實做：</p> <p>1. 能連續拍打氣球，使氣球不落地。</p>
---------	-----	--	-----	----	--



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化
康軒版 1 上 第五單元 第 2 課 風車繞圈轉 教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元四：身體新風情
編輯者	阿里山國中小 官易祺	教學時間	共 1 節
教學提示	<p>1. 教學時，教師應考量學生的個別差異，進行多層次教學，讓每個學生都有成就感。</p> <p>2. 提醒小朋友做運動前需做適度的暖身活動，在跑步時也需注意安全，避免與同學碰撞在一起。</p>		
能力指標	指標調整	具體目標	
3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	3-1-1-1 能表現出跑、跳、爬、擲等動作。 3-1-1-3 能模仿他人進行簡單性軸心運動，表現出協調與平衡的動作，如：重心轉移、伸展等。	1-1 能做出跑步的動作。 1-2 能做出停止的動作。 2-1 能利用身體各部位做出繞轉的動作。	
4-1-5 透過童玩、民俗等身體活動，瞭解本土文化。	4-1-5-1 能指出各種童玩、民俗運動的項目。	3-1 能瞭解風車的玩法。	

能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
		----第 2 課開始----			
4-1-5-1	3-1	【活動一】 不需調整	10 分		
3-1-1-1	1-1 1-2	【活動二】 不需調整 <input type="checkbox"/> 提醒學生跑步時注意安全，避免碰撞到同學。	10 分		<input type="checkbox"/> 觀察： 1. 能注意安全。
3-1-1-3	2-1	【活動三】 不需調整 <input type="checkbox"/> 指導學生練習身體各部位的	20 分		<input type="checkbox"/> 實做： 1. 能利用身體各部位做出

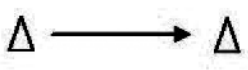
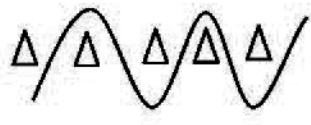


		繞轉動作(頸部繞轉、手掌繞轉、 手肘繞轉、手臂繞轉、腰部繞轉、 腳掌繞轉、小腿繞轉、大腿繞轉 等)。 ----第2課結束----			繞轉動作。
--	--	--	--	--	-------



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化
康軒版 1上第五單元 第3課 風和草對話 教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元四：身體新風情
編輯者	阿里山國中小 官易祺	教學時間	共 1 節
教學提示	1. 教學時，教師應考量學生的個別差異，進行多層次教學，讓每個學生都有成就感。 2. 提醒小朋友做運動前需做適度的暖身活動，在跑步時也需注意安全，避免與同學碰撞在一起。		
能力指標	指標調整	具體目標	
3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。	3-1-4-3 於自己適合的遊戲活動中表現聯合性的基本運動能力。	1-1 能做出跑步的動作。	1-2 能做出停止的動作。
4-1-1 藉語言或動作，來表達參與身體活動的感覺。	4-1-1-4 在活動或遊戲中，利用身體動作表達自己的感覺與情緒。	2-1 能隨著節奏做出身體擺動。	

能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
3-1-4-3	1-1 1-2	-----第3課開始----- 【活動一】 認 練習直線慢跑和曲線慢跑時，先於地上適當位置擺放角錐，再由老師示範直線慢跑和曲線慢跑動作。 1. 直線慢跑：  2. 曲線慢跑： 	10 分	角錐	認實做： 1. 能做出直線慢跑。 2. 能做出曲線慢跑。



4-1-1-4	2-1	<p>【活動二】</p> <p>不需調整</p>	10分		
4-1-1-4	2-1	<p>【活動三】</p> <p>不需調整</p> <p>認學生如無法跟上音樂的節奏擺動身體，可改採用教師口令或拍打鈴鼓的方式，放慢節奏的速度，指導學生跟著節奏做出身體擺動。</p> <p>----第3課結束----</p>	20分		<p>認實做：</p> <p>1. 能隨著節奏擺動身體。</p>



身心障礙(輕度認知功能缺損)學生健康與體育課程教材簡化
康軒版 1上第五單元 第4課 冬季新風情 教學設計

學習領域	健康與體育	教學單元	康軒版 100 年版 單元四：身體新風情
編輯者	阿里山國中小 官易祺	教學時間	共 1 節
教學提示	<p>1. 教學時，教師應考量學生的個別差異，進行多層次教學，讓每個學生都有成就感。</p> <p>2. 指導小朋友做運動前需做適度的暖身活動，在參與活動時也需注意安全，避免拍打或碰撞同學。</p>		
能力指標	指標調整	具體目標	
3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	3-1-1-3 能模仿他人進行簡單性軸心運動，表現出協調與平衡的動作，如：重心轉移、伸展等。	<p>1-1 能做出伸展的動作。</p> <p>1-2 能做出收縮的動作。</p> <p>1-3 能跟著節奏做出身體動作。</p>	
4-1-1 藉語言或動作，來表達參與身體活動的感覺。	4-1-1-4 在活動或遊戲中，利用身體動作表達自己的感覺與情緒。	2-1 能說出自己的感覺。	

能力指標調整	具體目標號碼	教學活動	時間	教學資源	學習效果評量
4-1-1-4	2-1	<p>----第4課開始----</p> <p>【活動一】</p> <p>不需調整</p> <p>認請學生回答對冬天的感覺(冷、發抖、穿很多衣服、喝熱開水、棉被等)。</p>	10分		<p>認問答：</p> <p>1. 能說出對冬天的感覺。</p>
3-1-1-3	1-1 1-2	<p>【活動二】</p> <p>不需調整</p> <p>認指導學生能將身體確實伸展到最大與收縮到最小。</p>	15分		<p>認實做：</p> <p>1. 能將身體伸展到最大，</p> <p>2. 能將身體收縮到最小。</p>



3-1-1-3	1-3	<p>【活動三】</p> <p>不需調整</p> <p>認用音樂指導學生伸展與收所身體時，教師可適時用口頭提醒學生伸展身體或收縮身體。</p> <p>~~~~第4課結束~~~~</p>	15分	<p>認實做：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能隨著節奏伸展身體。 2. 能隨著節奏收縮身體。
---------	-----	--	-----	---



嘉義縣身心障礙(輕度認知功能缺損)學生課程教材簡化

健康與體育康軒版 第一冊

發行人	張花冠
總策劃	王建龍
副總策劃	張翠瑤
執行策劃	郭俊宏、黃瓊慧、陳宇水、賴英杰、曾月照
指導教授	嘉義大學余坤煌、林玉霞
主編	簡華慧
編輯群	陳哲文、官易祺、王鼎鈞
出版	嘉義縣政府
出版日期	102年9月



