

桃園市桃園區建德國民小學 109 學年度健康與體育學習領域課程計畫

壹、依據

- 一、教育部十二年國民基本教育課程綱暨健康與體育領域課程綱要。
- 二、教育部頒定九年一貫課程綱要。
- 三、國民教育階段特殊教育課程總綱。
- 四、本校課程發展委員會決議。
- 五、本校課程發展委員會之健康與體育領域課程小組會議決議。

貳、基本理念

- 一、身體適能 (physical fitness)：包括了解身體發展、身體照顧，發展正向身體活動的態度與能力。
- 二、情緒適能 (emotional fitness)：包括思考清晰、情緒穩定、成功的調適壓力，具備自制與自律的能力。
- 三、社會適能 (social fitness)：包括關心配偶、家人、鄰居、同事和朋友，積極與他人互動和發展友誼的能力。
- 四、精神適能 (spiritual fitness)：包括尋找個人生命的意義，設定人生的目標，擁有愛人與被愛的能力。
- 五、文化適能 (cultural fitness)：包括對社區生活改造有貢獻，能關注文化和社會事件與接受公共事物責任的能力。

參、現況分析

- 一、依據 108 學年度十二年國教課程實施本領域簡介
 - (一) 領域成員:行政代表、健體科任及各學年代表
 - (二) 隔週定期開會訂定學校特色課程及規劃其運作
- 二、學生學習成就概述
 - (一)新穎多樣化的體育設施
 - (二)多樣性的體育性社團(籃球、桌球、跆拳道、溜冰、舞蹈、樂樂棒球)及校隊均有傑出表現
- 三、師資:具體育專長老師擔任

肆、課程目標

「健康與體育」建構在「人自己之生長發育」、「人與人、社會、文化之互動」、「人與自然、面對事物時如何作決定」三個面的教育活動，而達成全人健康 (total well-being) 的課程目標。

伍、實施原則及策略

特殊需求學生之能力指標參照各階段基本學力指標，採加深、加廣、加速、加減、簡化、減量、分解、替代與重整方式進行學習內容的調整。

陸、實施內容

一、 實施時間與節數：一個學年度分上下兩學期，預計 41 週。

二、 學習內容：

一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
呼拉圈	跳繩	毽子	躲避球	樂樂棒球	籃球

三、 課表編排：以週課表領域學習時間排課，預計 41 週，上學期共排課 21 週，下學期為 20 週。

年級	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
每周節數	3	3	3	3	3	3

四、 教材來源：

一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
翰林	南一	康軒	康軒	南一	南一

五、 教學方式與教學創新

游泳課:以社團方式辦理。

六、 學生學習

電子化學習平台:

(一)學校網站具有主題探索的研究網站

(二)社團報導及活動專輯...等網站

七、 教學評量

採分組合作(主題探索)、筆試及實際操作電子化學習平台

柒、教學資源

一、學校資源

學校:跆拳道教室、桌球教室、體操教室、舞蹈教室

二、其他（如社區資源）：威尼斯游泳池、建國國小游泳池

捌、組織運作

一、開會時間：每月第三週 星期三 13:00 開會

二、開會地點：禮儀教室

玖、逐年實施

本校自 108 學年度起逐年實施十二年國民基本教育，109 學年度一二年級課程依據十二年國民基本教育綱要實施；三至六年級依據九年一貫課程綱要實施。

拾、審查後實施

計畫應經課程發展委員會審查通過始得實施，修正時亦同。