

教學計畫（教案）

一、教學單元設計說明

領域/科目	健康與體育		設計者	洪堯銘
實施年級	特教班		總節數	共 1 節，45 分鐘
單元名稱	活動筋骨			
單元內容簡述	提供學生及家長伸展四肢的資訊並進行練習。			
學習目標	1. 家長能依教師的指示，協助學生進行肢體的伸展運動。			
學生學習基礎背景	1. 楊生為智能障礙學生，需他人協助進行行動，無自理能力。			
設計依據				
學習重點	學習表現	3b-IV-4:認識適當的健康技能改善健康。 4a-IV-2:在協助下管理個人的健康行為。	核心素養	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。
	學習內容	Ab-IV-1:體適能活動。	議題融入	【環境教育】 環 J3 經由環境美學與自然之美理解自然環境的倫理價值。
教材內容	康軒八年級下學期課本			
教學設備/資源	扶手支架			

二、教學活動設計流程簡述

教學活動設計	時間	教材	學習情形檢核(評量)
1. 引起動機： 撥放「腕關節活動」影片。	5 分鐘		
2. 發展活動： (1)與家長說明腕關節活動時的注意事項(勿勉強，以學生能舒適活動為原則)。	35 分鐘		確認學生的伸展情形並提供

(2)請家長協助學生進行下肢的伸展活動。			回饋
3.總結活動： 確認學生的活動量，並提醒家長為學生補充水份及擦汗。	5分鐘		
第一堂課結束			