

107 學年度上學期健康與體育領域課程說明

一、課程目標：

1. 建立健康的生活習慣
2. 培養良好的運動習慣
3. 培養友善的互助精神
4. 養成運動競賽的欣賞知能

二、運動技能方面：

1. 躲避球：傳接球、簡易躲避球遊戲。
2. 籃球：傳接球、簡易籃球遊戲。
3. 足球：傳接球、簡易足球遊戲。
4. 田徑運動：跑跳遊戲。
5. 墊上運動：伸展操。
6. 校本課程：跳繩。

三、評量方式、內容：

1. 技能採隨堂評量方式。
2. 上課參與、課堂秩序及攜帶課堂用具。

四、老師的期望：

1. 上課需穿著體育服裝，若遇穿著便服日，則穿著適合運動的輕便服裝（勿穿裙子、皮鞋或涼鞋）。
2. 學期初會向孩子說明健體課程的注意事項和學習重點，如孩子身體不適，會請他在旁觀課學習。
3. 請利用假日多帶孩子到戶外活動，增強體能，並養成運動的習慣。
4. 上課所需的用具一定要準備，以免失去學習的機會。

體育科任 陳振銘 老師

107/09/15