

**校本體育課程規劃分享：
輕度智障學生的十二年一貫校本體育課程設計**

**教育局
借調教師(特殊教育需要)
雷樂兒**

分享內容

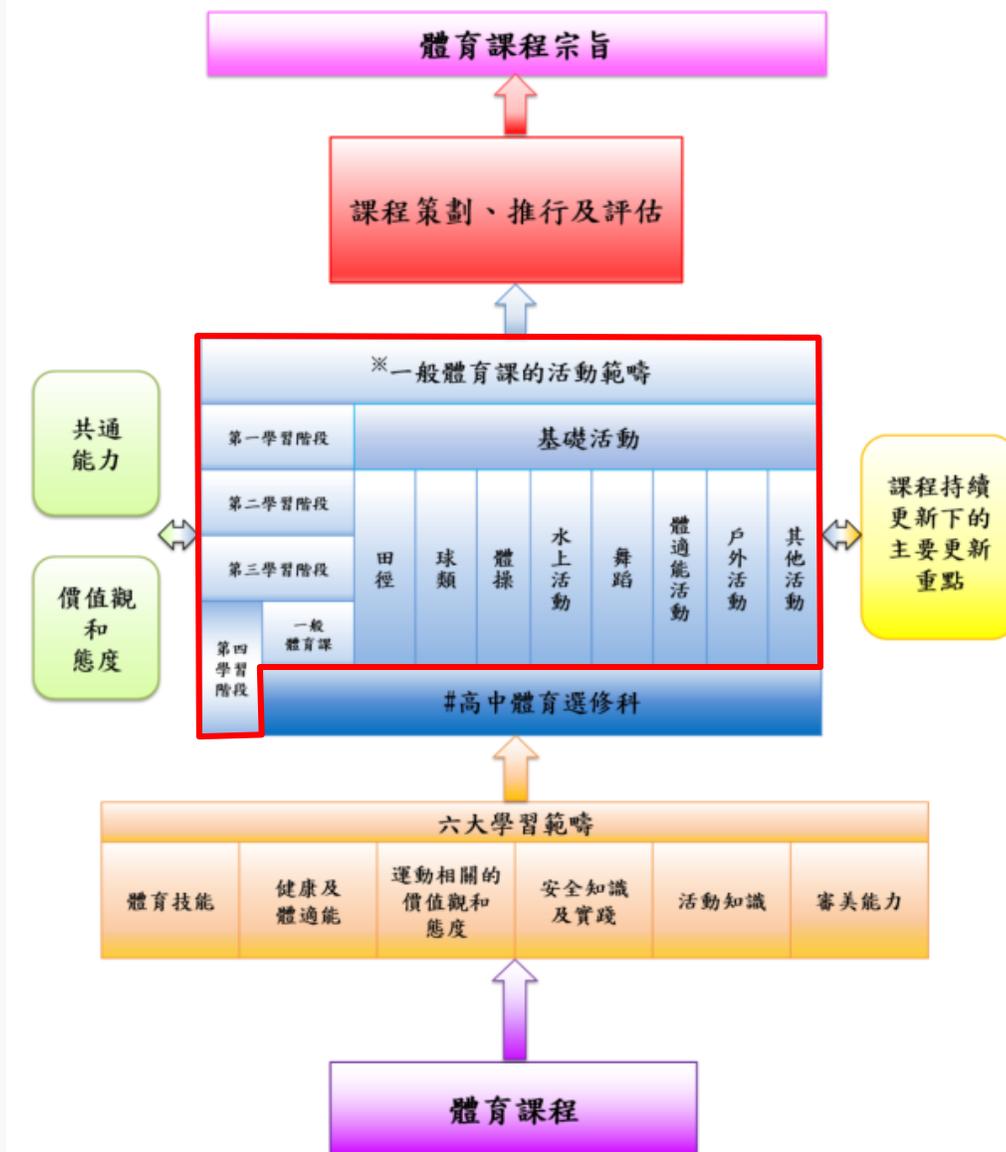
- 校本體育課程規劃的考慮
- 校本體育技能發展的規劃
- 六大學習範疇的聯繫

體育課程設計原則

- 以體育活動為中心、學習體育技能作主線和提升學生的體適能為要務
- 涵蓋密不可分的六大學習範疇
- 設計寬廣而均衡的課程
- 強調螺旋式學習



圖 2.1 體育課程架構圖解



校本體育課程設計的考慮

建立活躍及
健康的生活方式、
培養良好品德

以學生為本

1. 學生程度/能力
2. 配合學生的成長發展

1. 運動的普及性
2. 引入新興運動
3. 學生對相關體育技能的掌握

促進體育活動
的持續參與

寬廣而均衡

1. 涵蓋六大學習範疇
2. 四類八項的學習內容；
學校重點發展項目

螺旋式學習

1. 六大學習範疇的進展性及持續性

六大學習範疇的關聯

1. 學習體育技能作主線
2. 適切引入其他的五個範疇

校本體育技能發展的規劃

校本課程規劃：體育技能的發展

一般體育課										
學階一	基礎活動									
學階二	田徑	乒乓球	羽毛球	籃球	足球	體適能	舞蹈	小型網球	滾球	
學階三										巧固球
學階四										



選取體育活動的考慮

- 以學生為本：學生成長發展、身體素質
- 寬廣而均衡：配合學校重點發展的項目及體育活動發展的延續性
- 螺旋式學習：學習內容由淺入深，持續學習的機會
- 其他：場地限制、教師專長

體育技能發展： 基礎活動

基礎活動學習內容的選取和發展

基礎活動

- 初小階段的體育課中教授基礎動作技能
- 基礎動作技能包括移動技能、平衡穩定技能和操控用具技能
- 結合串連動作、遊戲、動作概念、韻律元素

校本基礎活動學習內容選取的考慮

- 校本課程體育活動所需的基礎動作技能
- 學生能力及需要

一般體育課	
學階一	基礎活動
學階二	↑ 四類八項
學階三	
學階四	

基礎活動學習內容的選取和發展

	小一	小二	小三
學習內容	<ul style="list-style-type: none"> ■ 踏步 → 步操 ■ 爬行 ■ 跑步 ■ 跳躍 ■ 拋、接不同物件 ■ 拋豆袋 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 擊(非滾動的物件) ■ 踢、運(非滾動的物件) ■ 滾球(約手掌大小的球) ■ 傳、接(中型的球) ■ 立定跳遠、擲、跑步 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 拍、接、運(大型的球) ■ 擲、投(豆袋) ■ 踢、接(中型的球) ■ 運(中型的球) ■ 擊(中型的球) ■ 立定跳遠、跑步
	協調能力		

考慮一：根據校本體育活動所需的基礎動作技能作選取



考慮二：因應學生能力及需要增加校本學習項目

一般體育課										
學階二	田徑	乒乓球	羽毛球	籃球	足球	體適能	舞蹈	小型網球	滾球	
學階三										巧固球
學階四										

基礎活動學習內容的編排

小一

新技能

- 學習及鞏固

學習內容：

- 踏步
- 爬行
- 跑步
- 跳躍
- 拋、接不同物件
- 拋豆袋

小二

已掌握的技能

- 持續練習以作鞏固
 - ❖ 重溫及再次教授
 - ❖ 加插於前導或熱身活動

新技能

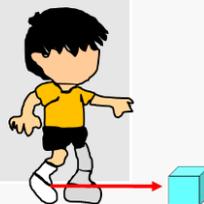
- 學習及鞏固

學習內容：

- 擊(非滾動的物件)
- 傳、接(中型的球)
- 滾球(約手掌大小的球)
- 踢、運(非滾動的物件)
- 立定跳遠、擲、跑步



深化
及
提升



小三

已掌握的技能

- 持續練習以作鞏固
- 深化及提升

學習內容：

- 擊(持用具擊空中球)
- 擲、投(豆袋)
- 踢、接(移動球)
- 運(中型的球)
- 拍、接、運(大型的球)
- 立定跳遠、跑步



基礎活動學習內容的編排

	小一	小二	小三
學習內容	<ul style="list-style-type: none"> ■ 踏步 ■ 爬行 ■ 跑步 ■ 跳躍 ■ 拋、接不同物件 ■ 拋豆袋 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 擊(非滾動的物件) ■ 踢、運(非滾動的物件) ■ 滾球(約手掌大小的球) ■ 傳、接(中型的球) ■ 立定跳遠、擲、跑步 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 拍、接、運(大型的球) ■ 擲、投(豆袋) ■ 踢、接(中型的球) ■ 運(中型的球) ■ 擊(中型的球) ■ 立定跳遠、跑步

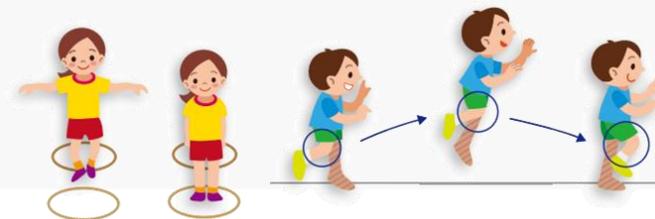


基礎活動：

1. 移動技能 2. 操控用具技能 3. 平衡穩定技能？

- 已滲入不同的學習單元

如：以跳躍單元為例，當中包括「著地」技能



基礎活動學習內容的編排



如何結合串連動作、遊戲、動作概念、韻律元素？

■ 透過單元設計適切引入上述元素，例如：

創作遊戲

學與教活動

活動二：自行建構跳躍路線，並進行跳躍串連動作句子

1. 全班分成三組，三人一組
2. 學生各有 4 塊標誌墊，可於指定空間自由擺放墊以設計跳躍路線，如：

3. 學生自行創作串連動作句子（起始造型→跳躍移動→結束造型）
4. 學生於自己創作的路線進行數次跳躍串連動作句子後，教師安排學生轉換並嘗試其他學生的創作跳躍路線
5. 當 **加插音樂，配合音樂的速度(快/慢)進行跳躍** 開始、結束

動作概念

	學習內容
小一	<ul style="list-style-type: none"> ■ 踏步 ■ 爬行 ■ 跑步 ■ 跳躍 ■ 拋、接不同物件 ■ 拋豆袋
小二	<ul style="list-style-type: none"> ■ 擊(非滾動的物件) ■ 踢、運(非滾動的物件) ■ 滾球(約手掌大小的球) ■ 傳、接(中型的球) ■ 立定跳遠、擲、跑步
小三	<ul style="list-style-type: none"> ■ 拍、接、運(大型的球) ■ 擲、投(豆袋) ■ 踢、接(中型的球) ■ 運(中型的球) ■ 擊(中型的球) ■ 立定跳遠、跑步

**體育技能發展：
第二至第四學習階段**

第二至第四學習階段體育技能發展的規劃

各項體育活動技能學習的編排

一般體育課										
學階一	基礎活動									
學階二	田徑	乒乓球	羽毛球	籃球	足球	體適能	舞蹈	小型網球	滾球	
學階三										巧固球
學階四										

- 部分主題為學校重點發展項目/所需學習的技能較多 → 安排於每年級學習
- 部分主題不是安排於每年級學習 → 透過體適能活動以持續學習技能
- 部分主題技能較易/難掌握 → 安排於某年級/學階學習

體育技能學習的進展性和持續性

例子：籃球技能發展

學習階段	學階一	學階二	學階三	學階四
學習內容	<ul style="list-style-type: none">■ 踏步■ 跑步■ 跳躍■ 傳、接球■ 拍球■ 運球	<ul style="list-style-type: none">■ 持球■ 雙手傳球■ 接球■ 運球■ 定射(雙手)■ 防守步法	<ul style="list-style-type: none">■ 單手傳球■ 定射(單手)■ 快攻戰術：傳球切入■ 變向運球■ 防守技巧■ 走籃	<ul style="list-style-type: none">■ 人盯人防守法■ 正規三人籃球比賽■ 搶佔位置■ 防守性籃板球■ 正規五人籃球比賽

學習的
進展性：

基礎動作技能

個人基本技術

個人進階技術
、團體技術
及基本戰術

進階戰術、
正規比賽

體育技能學習的進展性和持續性

例子：籃球傳接球的持續學習

	小二	小三	小四	小五
學習內容	<p>基礎活動</p> <ul style="list-style-type: none">■ 跑步■ 胸前傳球(中型的球)■ 接回傳球(中型的球)	<p>基礎活動</p> <ul style="list-style-type: none">■ 拍球(大型的球)■ 接回拍球(大型的球)■ 運球(大型的球) <p>* 傳接球</p>	<p>籃球單元</p> <ul style="list-style-type: none">■ 雙手持球■ 雙手傳球(胸前、彈地/頭上)■ 基本接球姿勢、定點接球	<p>籃球單元</p> <ul style="list-style-type: none">■ 移動中雙手傳球(胸前、彈地/頭上)■ 移動中接球■ 定點拍球、移動中運球

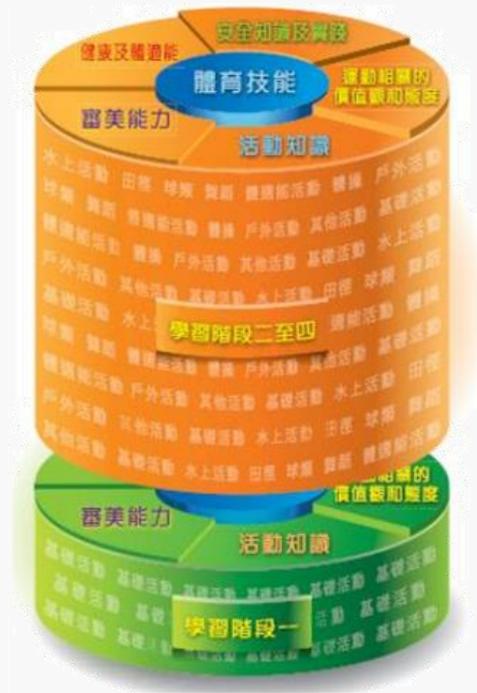
如何提供「傳接球」持續學習的機會？

- 將傳接球動作技能滲入單元體適能活動，以持續及鞏固學習

六大學習範疇的聯繫

六大學習範疇：互相關連、密不可分

- 以體育活動為中心、學習體育技能作主線
- 配合體育活動及技能學習，適切引入和發展其他五個範疇的學習，讓學生獲得寬廣而均衡的學習經歷：
 - ❖ 健康及體適能
 - ❖ 運動相關的價值觀和態度
 - ❖ 安全知識及實踐
 - ❖ 活動知識
 - ❖ 審美能力
- 考慮學生的認知能力
- 注意各學習範疇的聯繫性、進展性及持續性



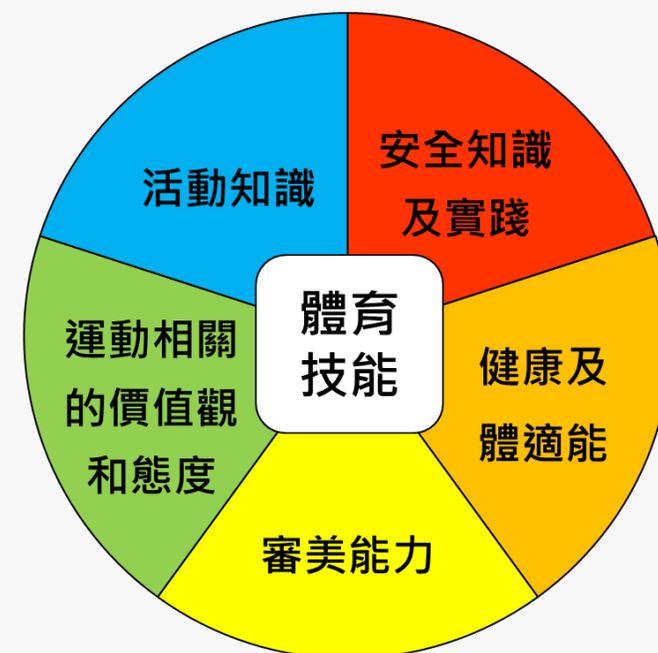
體育技能和其他學習範疇的聯繫及發展

例子：乒乓球相關單元的學習和發展(以體育技能、活動知識和運動相關的價值觀和態度作舉隅)

	體育技能	學習活動舉隅	活動知識	運動相關價值觀和態度
學階一	透過 基礎活動 及體育遊戲，發展基礎動作技能(擊、踏步)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 兩人互傳物件 ■ 以手掌/持拍進行彈地擊球 	認識 常用的體育用具：球拍等 認識擊、踏步的詞彙及動作要點 認識 擊的主要運用身體部分是手	愛惜體育用具 和設施 專心觀察同學的動作
學階二	發展 基本技能 (握拍法、單步、平擋球、攻球、發平擊球)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 球感練習 ■ 多球練習 ■ 發球活動 ■ 對打活動 	認識乒乓球是用手持拍擊打的 認識 乒乓球技術的動作要點 認識乒乓球的相關的場地、設施和用具	樂意與不同同學參與合作性活動 樂於 接受教師及同學的意見，再作嘗試 協助運動能力較弱的同學 接受別人的幫助
學階三	透過遊戲和 簡化比賽 來應用基本技能(併步、搓球、下旋球)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 攻球合作比賽 ■ 走動式搓球 ■ 下旋對打活動 ■ 簡易比賽 	認識乒乓球發球的 規則 認識在乒乓球比賽中，每球的勝方可獲得一分 認識從乒乓球比賽分數 分辨勝負方	遵守比賽禮儀，尊重對手及裁判 表現出勝不驕，敗不餒的態度 樂於在團體合作或小組活動中，表達情緒及感受
學階四	透過 比賽 來展示參與多項體育活動的能力(正規比賽、弧圈球、側旋球)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 弧圈球練習 ■ 正規單打比賽 ■ 正規雙打比賽 ■ 觀賞比賽 	認識常見的體育賽事 認識 大型體育賽事 的標誌、吉祥物、主辦地點等基本資訊 認識 奧運會精神	遵守規則(守法) 觀賞國際性比賽時為國家隊打氣(國民身份認同) 以正確的價值觀看待運動相關的議題：種族歧視、運動禁藥

總結：

- 根據教育局體育課程要求和原則，規劃校本課程
- 因應校情和學生的需要，選取及擬定學習內容
- 注意六大學習範疇的聯繫和發展，提供持續學習的機會



Thank You