適應體育教學大綱

|  |
| --- |
| 課程資訊  |
| 授課教師 | 林怡秀  |
| 課程名稱 | 適應體育 |
| 學年度 | 104(一)  |
| 上課地點 |  |
| 課程目標 | 為適應患病、肢體運動知能發生障礙等不能修讀正常體育課程之需要，針對個別化之適性教學，依據學生能力給予教材，以提高學生參與體育活動之興趣，協助完成體育課程。 |
| 上課方式 | 1. 教師示範
2. 球類與體能活動操作
3. 共同練習
4. 影片欣賞與討論
 |
| 評分方式 | 1. 出席成績: 15%
2. 上課態度: 20%
3. 健康相關書籍心得報告: 15%
4. 期中測驗 (筆試): 25%
5. 期末測驗 (筆試): 25%
 |
| 課程大綱  |
| 週次 | 日期 | 主題 | 單元主題 | 備註 |
| 1 |  | 學生健康狀況調查與了解、課程介紹及注意事項 |  |  |
| 2 |  | 適應體育介紹 |  |  |
| 3 |  | 健康體適能介紹 | 柔軟度訓練 |  |
| 4 |  | 健康體適能介紹 | 柔軟度訓練 |  |
| 5 |  | 沒問題運動會-影片分享 |  |  |
| 6 |  | 地板滾球介紹 |  |  |
| 7 |  | 地板滾球實地操作 |  |  |
| 8 |  | 地板滾球實地操作 |  |  |
| 9 |  | 期中考 |  |  |
| 10 |  | 心肺耐力訓練 |  |  |
| 11 |  | 身心障礙運動介紹 |  |  |
| 12 |  | 身心障礙運動介紹 |  |  |
| 13 |  | 影片欣賞 |  |  |
| 14 |  | 殘障奧運介紹 |  |  |
| 15 |  | 運動與心理 |  |  |
| 16 |  | 運動與生活 |  |  |
| 17 |  | 期末考 |  |  |
| 18 |  | 期末考 |  |  |

課程內容可能應實際狀況而有所調整．