

臺南市立南區大成國民中學 112 學年度第一學期 八 年級 體育 領域學習課程(調整)計畫(☑普通班/☐特教班)

教材版本	奇鼎	實施年級 (班級/組 別)	上學期	教學節數	每週(2)節，本學期共(42)節
課程目標	<p>第三單元 水陸蛟龍</p> <p>1.學習跳遠助跑、起跳、空中動作、落地動作技術，認識急行跳遠的動作技術及流程，並透過觀摩和合作，改善動作技能表現。</p> <p>2.瞭解水中安全與自救和仰泳之相關知識，學習仰泳的動作要領，做出仰泳腿部與手部的聯合動作，並模擬溺水情境中做出水中自救的基本動作。</p> <p>3.認識不同的自行車種類，再進一步瞭解自行車的結構、零件與功用，學習自行車騎乘注意事項。</p> <p>第四單元 運動教室</p> <p>1.瞭解切球、挑球的相關知識和動作要領，並將所學的技能連貫使用。</p> <p>2.瞭解團隊合作在籃球比賽中的重要性，認識防守基本動作要領與姿勢，學習進攻與防守技術，並發揮團隊合作。</p> <p>3.知悉高手傳接球的運用時機，熟悉高手接球的要領，瞭解高手傳接球的策略運用。</p> <p>4.瞭解桌球運動之相關知識，學習桌球正拍發平擊球之動作要領，以及正拍發平擊球結合正、反拍連續擊球，將單打比賽的規則並應用於比賽之中。</p> <p>第五單元 享受奔跑</p> <p>1.學習行進間足球運球和傳接球組合，認識左、右足操作前後及左右交互等方向之運球技術，透過傳球與跑位，學會進攻及防守的技能。</p> <p>2.學習慢壘傳接球、打擊之相關知識。</p>				
該學習階段 領域核心素 養	<p>健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p> <p>健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。</p>				

健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。							
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
一 8/30 開學	◎體育 3-1：平沙落雁～ 跳遠	2	1.能理解暖身、伸展活動，可以減少跳遠練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全的運動行為。 2.能與同學討論如何提升腿肌力訓練的方法，並正向溝通有效策略，提高學習效能。 3.能做到跳遠助跑、起跳、空中動作、落地動作技術。	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	1.歷程性評量：積極參與課程並回答問題。 2.總結性評量：能說出動作要領。	【品德教育】 品 J9 知行合一與自我反省。 【安全教育】 安 J6 了解運動設施安全的維護。
二	◎體育 3-1：平沙落雁～ 跳遠	2	1.能理解暖身、伸展活動，可以減少跳遠練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全的運動行	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	1.歷程性評量：積極參與課程並回答問題。 2.總結性評量： (1)能說出動作要領。	【品德教育】 品 J9 知行合一與自我反省。 【安全教育】 安 J6 了解運動設施安全的維護。

			為。 2.能與同學討論如何提升腿肌力訓練的方法，並正向溝通有效策略，提高學習效能。 3.能做到跳遠助跑、起跳、空中動作、落地動作技術。 4.能透過班級檢測活動中，檢視彼此動作正確及完整性。 5.能認識急行跳遠的動作技術及流程，並透過觀摩和合作，改善動作技能表現。	2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。		(2)能完成不同的助跑步數練習。 (3)能完成 Let' s do it 的練習。 3.學生自我檢核。	
三	◎體育 3-2：安全無漾～仰泳	2	能瞭解水中安全與自救和仰泳之相關知識。	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	Gb-IV-1 岸邊救生步驟、安全活動水域的辨識、意外落水自救與仰漂 30 秒。 Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺（需換氣 5 次以上）。	1.歷程性評量：活動過程中能鼓勵同學與自己。 2.總結性評量：能完成活動目標。	【海洋教育】 海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。 【安全教育】 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
四 10/23 調整上班、上課(補原 10/9(一)課程)	◎體育 3-2：安全無漾～仰泳	2	1.能瞭解水中安全與自救和仰泳之相關知識。 2.能瞭解仰泳的動作要領，並能做出仰泳腿部與手部的聯合動作，以及能夠在過程中超越自我。 3.能在模擬溺水情境中做出水中自救的基本動作。	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。	Gb-IV-1 岸邊救生步驟、安全活動水域的辨識、意外落水自救與仰漂 30 秒。 Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺（需換氣 5 次以上）。	1.歷程性評量：課堂中發表自己的經驗或看法。 2.總結性評量： (1)瞭解水域安全的重要性的和救溺五步。 (2)瞭解仰泳動作和其背景知識。	【海洋教育】 海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。 【安全教育】 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

				2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。		(3)能完成活動目標。	安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
五 9/29 中秋節	◎體育 3-2：安全無漾～仰泳	2	能瞭解仰泳的動作要領，並能做出仰泳腿部與手部的聯合動作，以及能夠在過程中超越自我。	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	Gb-IV-1 岸邊救生步驟、安全活動水域的辨識、意外落水自救與仰漂 30 秒。 Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺（需換氣 5 次以上）。	1.歷程性評量：認真參與比賽並樂在其中。 2.總結性評量： (1)能簡述規則的重點。 (2)能瞭解仰泳划水動作要領。	【海洋教育】 海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。 【安全教育】 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
六 10/2 段考作文	◎體育 3-2：安全無漾～仰泳	2	能瞭解仰泳的動作要領，並能做出仰泳腿部與手部的聯合動作，以及能夠在過程中超越自我。	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	Gb-IV-1 岸邊救生步驟、安全活動水域的辨識、意外落水自救與仰漂 30 秒。 Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺（需換氣 5 次以上）。	1.歷程性評量：依照教師的說明進行仰泳划水練習。 2.學生自我檢核。	【海洋教育】 海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。 【安全教育】 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
七 10/12-13 第一次段考	◎體育 3-3 精彩可騎～自行車	2	1.能認識不同的自行車種類。 2.能進一步瞭解自行車的	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。	Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。	歷程性評量：積極參與課程內容並踴躍發表。	【家庭教育】 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

<p>10/9 調整放假 10/10 國慶日</p>			<p>結構、零件與功用。</p>	<p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>			<p>(休閒、節慶等)。 【安全教育】 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。</p>
<p>八</p>	<p>◎體育 3-3 精彩可騎～自行車</p>	<p>2</p>	<p>能知道自行車騎乘注意事項。</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>	<p>Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。</p>	<p>1.歷程性評量：積極參與課程內容並踴躍發表。 2.總結性評量：熟悉自行車手勢。 3.學生自我檢核。</p>	<p>【家庭教育】 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。 【安全教育】 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。</p>

				4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。			
九	◎體育 4-1 前挑後切～羽毛球	2	1.能瞭解切球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出正確的切球動作。 2.讓學生在運動的情境中對練，將所學的技能連貫使用，練習的過程中彼此互相修正和鼓勵。	1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	歷程性評量： (1)課堂認真聽講並踴躍發言。 (2)協助、指導同學完成目標動作。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。
十	◎體育 4-1 前挑後切～羽毛球	2	1.能瞭解挑球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出正確的挑球動作。 2.讓學生在運動的情境中對練，將所學的技能連貫使用，練習的過程中彼此互相修正和鼓勵。	1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量： (1)能依教師指令做出正拍挑球、反拍挑球的正確動作。 (2)能做出正拍、反拍動作並將球挑過網。 (3)可以控制挑球的方向。 3.學生自我檢核。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。
十一	◎體育 4-2 堅守崗位～籃球	2	1.能瞭解團隊合作在籃球比賽中的重要性。 2.瞭解防守基本動作要領與姿勢，並檢核動作的正確性。	1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2d-IV-3 鑑賞運動的本土與世界文化價值。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量： (1)能正確做出滑併步與交叉步。 (2)能正確做出防守基本動作。	【生涯規劃教育】 涯 J3 察覺自己的能力與興趣。 【戶外教育】 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。

				3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。			
十二 11/13 段考作文	◎體育 4-2 堅守崗位～籃球	2	1.學會進攻與防守技術，並發揮團隊合作。 2.養成遵守常規並主動參與團體的學習。	1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2d-IV-3 鑑賞運動的本土與世界文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量：認真完成練習且積極參與比賽。 2.總結性評量： (1)能正確做出防守基本動作。 (2)能完成守護堡壘活動。 (3)能將所學技巧應用在突破重圍的活動中。 (4)能將所學技巧應用在比賽中。 3.學生自我檢核。	【生涯規劃教育】 涯 J3 察覺自己的能力與興趣。 【戶外教育】 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。
十三 11/23-24 第二次段考	◎體育 4-3 高手過招～排球	2	1.能知悉高手傳接球的運用時機。 2.能熟悉高手接球的要領。	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	歷程性評量：積極參與課程並踴躍發表。	【安全教育】 安 J2 判斷常見的事故傷害。 安 J6 了解運動設施安全的維護。

				<p>2d-IV-3 鑑賞運動的本土與世界文化價值。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>			
<p>十四 12/1 校慶運動會</p>	<p>◎體育 4-3 高手過招～排球</p>	2	<p>能與同學進行高手傳接球練習，進而知道高手傳接球的策略運用。</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>2d-IV-3 鑑賞運動的本土與世界文化價值。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p>	<p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p> <p>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1.歷程性評量：積極參與課程並踴躍發表。</p> <p>2.學生自我檢核。</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J2 判斷常見的事故傷害。</p> <p>安 J6 了解運動設施安全的維護。</p>

				4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。			
十五 12/3 校友回娘家	◎體育 4-4 運球唯握～桌球	2	1.能瞭解桌球運動之相關知識。 2.能瞭解桌球正拍發平擊球之動作要領、並能做出正拍發平擊球技術。 3.能做出正拍發平擊球結合正、反拍連續擊球。	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量：依據教師指示進行練習與調整動作。 2.總結性評量： (1)能說出正拍發平擊球的動作要領。 (2)能做出正拍發平擊球的動作。 (3)能做出正拍發平擊球結合反拍推球與正拍發平擊球結合正拍攻球。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。
十六	◎體育 4-4 運球唯握～桌球	2	1.能瞭解桌球正拍發平擊球之動作要領、並能做出正拍發平擊球技術。 2.能瞭解單打比賽的規則並應用於比賽之中。 3.瞭解活動的動作要求，以及能夠做出團隊互動合作的精神。	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量： (1)依據教師指示進行練習與調整動作。 (2)比賽前與隊友討論戰略。 2.總結性評量：確實瞭解比賽規則。 3.學生自我檢核。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。

十七	◎體育 5-1 立足天下～足球	2	1.能理解做好暖身、伸展活動，可以減少足球練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全運動行為。 2.能做出行進間足球運球和傳接球組合，並透過競爭、合作學習策略，改善動作技能表現，以利於日後學習。	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量：積極參與課程並踴躍發表。 2.總結性評量：能說出動作要領及對抗勝利的關鍵。	【安全教育】 安 J6 了解運動設施安全的維護。
十八 12/27~29 九年級校外教學 12/28~29 七、八年級校外教學	◎體育 5-1 立足天下～足球	2	1.能理解做好暖身、伸展活動，可以減少足球練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全運動行為。 2.能與同學討論如何提升傳接球之技巧，並正向溝通有效策略，提高學習效能。	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量：積極參與課程並踴躍發表。 2.總結性評量： (1)能說出動作要領及關鍵要素並流暢完成。 (2)能畫出比賽中黃金三角的陣型。	【安全教育】 安 J6 了解運動設施安全的維護。

			<p>3.能從班級的足球比賽觀摩中，體察參賽者運、傳球行進的變化和精湛球技，發表運動欣賞之體驗。</p> <p>4.能做到左、右足操作前後及左右交互等方向之運球技術。</p> <p>5.能透過傳球與跑位，學會進攻及防守的技能。</p>	<p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>		<p>(3)能流暢完成個人動作及小組合作能順利完成。</p> <p>3.學生自我檢核。</p>	
<p>十九 1/1 開國紀念日</p>	<p>◎體育 5-2：壁壘分明～慢速壘球</p>	2	<p>能瞭解慢壘傳接球之相關知識，並做出慢壘傳接球的動作技術。</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p>	<p>Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>歷程性評量：課堂認真聽講並積極參與。</p>	<p>【安全教育】 安 J6 了解運動設施安全的維護。</p> <p>【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 J9 知行合一與自我反省。</p>
<p>二十</p>	<p>◎體育 5-2：壁壘分明～慢速壘球</p>	2	<p>能瞭解慢壘打擊之相關知識，並做出慢壘打擊的動作技術。</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</p>	<p>Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1.歷程性評量：課堂認真聽講並積極參與。</p> <p>2.學生自我檢核。</p>	<p>【安全教育】 安 J6 了解運動設施安全的維護。</p> <p>【品德教育】</p>

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

				<p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p>			<p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p> <p>品 J9 知行合一與自我反省。</p>
<p>二十一</p> <p>1/17-18 第三次段考</p> <p>1/19 休業式</p> <p>1/20 寒假開始</p>	複習	2					

教材版本	奇鼎	實施年級 (班級/組別)	下學期	教學節數	每週(2)節，本學期共(42)節
課程目標	<p>第三單元 球類大集合</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.瞭解慢速壘球之歷史、相關知識與規則，學習內野接滾地球傳球組合動作與外野接高飛球傳球組合動作之技巧。 2.瞭解團隊合作在籃球比賽中的重要性，學習上籃、卡位與籃板球技術。 3.瞭解腳步對於桌球的重要性與應用，學習側併步的動作要領，認識雙打比賽規則與雙打跑位並應用於比賽之中。 4.瞭解反手發球與網前球的相關知識和動作要領，將所學技能於練習中連貫使用。 5.瞭解頭頂球的動作要領與應用時機，學習足球發邊線球的規則及動作要領。 <p>第四單元 民俗與舞蹈</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.瞭解舞蹈的起源分類，學習土風舞的動作，培養團隊合作意識，利用美的原則創作舞步並分享。 2.瞭解毬子的起源分類與各種動作技巧，培養團隊合作精神。 3.認識人體弱點，使用基本防禦姿勢保護弱點不受攻擊，學習移動與基本防禦姿勢配合以及反擊，分析環境與情境，思考適合使用基本防身術的時機。 <p>第五單元 運動教室</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.瞭解帕運的相關知能與歷史由來，尊重身心障礙者並且主動協助，同理身心障礙者並主動欣賞帕運比賽。 2.瞭解瑜伽的起源與歷史背景，學習單人和雙人瑜伽的動作。 				
該學習階段 領域核心素養	<p>健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p> <p>健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>健體-J-B3 具備審美與表現的能力，瞭解運動與健康在美學上的特質與表現方式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。</p> <p>健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>				

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
一 2/16 開學	◎體育 3-1：壁壘森嚴～慢速壘球	2	1.能瞭解慢速壘球之歷史及相關知識。 2.能瞭解內野接滾地球傳球組合動作之技巧，並做出內野接滾地球傳球的動作技術。 3.能瞭解外野接高飛球傳球組合動作之技巧，並做出外野接高飛球傳球的動作技術。	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Hd-IV-1 守備跑分性運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量：課堂認真聆聽講解且積極參與課程內容。 2.總結性評量： (1)能做出接滾地球基本動作。 (2)能做出接高飛球的守備動作。	【安全教育】 安 J5 了解特殊體質學生的運動安全。 【閱讀素養教育】 閱 J3 理解學科知識內的重要詞彙的意涵，並懂得如何運用該詞彙與他人進行溝通。
二	◎體育 3-1：壁壘森嚴～慢速壘球	2	能瞭解慢速壘球的規則，並進行比賽體會運動的樂趣。	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。	Hd-IV-1 守備跑分性運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量：認真參與比賽並樂在其中。 2.總結性評量：能簡述規則的重點。 3.學生自我檢核。	【安全教育】 安 J5 了解特殊體質學生的運動安全。 【閱讀素養教育】

				<p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>			閱 J3 理解學科知識內的重要詞彙的意涵，並懂得如何運用該詞彙與他人進行溝通。
<p>三</p> <p>2/28 二二八和平紀念日</p>	<p>◎體育</p> <p>3-2 力挽狂籃～籃球</p>	2	<p>1.能瞭解團隊合作在籃球比賽中的重要性。</p> <p>2.瞭解上籃的基本動作要領與姿勢，並檢核動作的正確性。</p> <p>3.學會卡位與籃板球技術，並發揮團隊合作。</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>1.歷程性評量：認真聆聽教師解說。</p> <p>2.總結性評量：</p> <p>(1)能正確完成帶球上籃步伐。</p> <p>(2)運球時步伐正確且動作流暢。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J2 重視群體規範與榮譽。</p>

四	◎體育 3-2 力挽狂籃～籃球	2	1.學會卡位與籃板球技術，並發揮團隊合作。 2.養成遵守常規並主動參與團體的學習。	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量：認真聆聽教師解說。 2.總結性評量： (1)能正確完成卡位動作。 (2)各組於比賽時能運用策略和防守技巧。 3.學生自我檢核。	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。
五	◎體育 3-3 凌波微步～桌球	2	1.能瞭解腳步對於桌球的重要性與應用。 2.能學會側併步的動作要領與應用。	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量：根據說明進行練習與修正動作。 2.總結性評量：能做出正確的側併步動作。	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。
六 3/18 段考作文	◎體育 3-3 凌波微步～桌球	2	1.能瞭解雙打比賽規則。 2.能瞭解雙打跑位及規則並應用於比賽之中。	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量： (1)根據說明進行練習與修正動作。 (2)根據說明進行比賽。 2.總結性評量：	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

				1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。		(1)能說出雙打的兩種搭配跑位方法。 (2)充分瞭解比賽規則。	
七 3/26-27 第一次段考	◎體育 3-4 飄移换位～羽球	2	能瞭解反手發球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出標準的反手發球動作。	1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量：課堂上正向積極的練習。 2.總結性評量： (1)能說出反手發球的使用策略和動作要領。 (2)能說出簡易發球規則。 (3)能將球以標準動作發進目標區域。 (4)能控制球飛行的高度。	【國際教育】 國 J1 理解我國發展和全球之關聯性。 國 J2 發展國際視野的國家意識。
八 4/4 兒童節 4/5 民族掃墓節	◎體育 3-4 飄移换位～羽球	2	1.能瞭解網前球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出標準的網前球動作。 2.和同學在運動的情境中對練，將所學的技能連貫使用，練習的過程中彼此互相修正和鼓勵。	1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量：能積極為團隊爭取榮耀並給予隊友指導和鼓勵。 2.總結性評量：能運用所學技巧規劃策略成功得分。 3.學生自我檢核。	【國際教育】 國 J1 理解我國發展和全球之關聯性。 國 J2 發展國際視野的國家意識。
九	◎體育 3-5 品頭論足～足球	2	1.能夠理解暖身、伸展活動，可以減少足球練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全的運動行為。 2.能知道頭頂球不僅是防守排除險情，解救門前危急，也是在進攻端作為得分的關鍵技術。	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量：課堂認真聆聽並能理解課堂內容。 2.總結性評量： (1)能做出正確頭頂球動作。 (2)能確實使用額頭正面、側面頂球。	【生涯規劃教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。

			3.能完成頭頂球的動作要領。能與隊友完成方向變化的頭頂球表現。能透過競爭和合作學習策略(距離、方向),改善動作技能表現。	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展專項運動技能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。			
十	◎體育 3-5 品頭論足~足球	2	1.能完成頭頂球的動作要領。能與隊友完成方向變化的頭頂球表現。能透過競爭和合作學習策略(距離、方向),改善動作技能表現。 2.能說出足球發邊線球的規則及動作要領。 3.能從班級的足球比賽觀摩中,體察參賽者頭頂球的精湛球技及關鍵拋投的契機掌握,發表運動欣賞之體驗。	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。 2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展專項運動技能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.歷程性評量: (1)課堂認真聆聽並積極參與。 (2)認真參與比賽並能樂在其中。 2.總結性評量: (1)直球動作正確。 (2)能確實使用額頭正面、側面頂球。 (3)比賽中能達到團隊合作的默契。	【生涯規劃教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。
十一	◎體育 4-1 舞力全開~土風舞	2	1.瞭解舞蹈的起源分類。 2.學會土風舞的動作。	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美感。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧,	1b-IV-1 自由創作舞蹈。 1b-IV-2 各種社交舞蹈。	歷程性評量:認真聆聽理解上課內容重點。	【國際教育】 國 J5 尊重與欣賞世界不同文化的價值。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

				展現個人運動潛能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。			
十二 4/29 段考作文	◎體育 4-1 舞力全開～土風舞	2	1.能培養團隊合作的精神。 2.能夠利用美的原則創作舞步並分享。	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	1b-IV-1 自由創作舞蹈。 1b-IV-2 各種社交舞蹈。	1.歷程性評量：積極主動參與課程並做出動作。 2.總結性評量： (1)能夠理解課程內容並與藝術領域連結。 (2)能夠活用課程中所說的美的原則。 3.學生自我檢核。	【國際教育】 國 J5 尊重與欣賞世界不同文化的價值。
十三 5/9-10 第二次段考	◎體育 4-2 一毬之地～毬子	2	1.瞭解毬子的起源分類。 2.瞭解毬子各種動作技巧，並學會毬子的動作。	1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	1c-IV-2 民俗運動個人或團隊展演。	1.歷程性評量：積極參與課程並練習。 2.總結性評量：能理解動作的重點。	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。
十四 5/18-19 國中教育會考	◎體育 4-2 一毬之地～毬子	2	1.瞭解毬子各種動作技巧，並學會毬子的動作。 2.能培養團隊合作的精神。	1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制	1c-IV-2 民俗運動個人或團隊展演。	1.歷程性評量：積極參與課程並練習。 2.總結性評量： (1)能確實做出小武動作。 (2)能正確做出踢毬動作。	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。

				能力，發展專項運動技能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。		(3)能與隊友討論、改善問題。 3.學生自我檢核。	
十五	◎體育 4-3 拳拳到位～基本防身術	2	1.認識人體弱點，以及使用基本防禦姿勢保護弱點不受攻擊。 2.學會移動與基本防禦姿勢配合。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-3 運用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Bd-IV-1 武術套路動作與攻防技巧。	1.歷程性評量：課堂認真聆聽並理解上課重點。 2.總結性評量： (1)能做出防禦的基本動作。 (2)能做出各項移動的基本動作。	【安全教育】 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
十六	◎體育 4-3 拳拳到位～基本防身術	2	1.學會反擊。 2.分析環境與情境，思考適合使用基本防身術的時機。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-3 運用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Bd-IV-1 武術套路動作與攻防技巧。	1.歷程性評量：課堂認真聆聽並積極參與課程。 2.總結性評量：能善用防身技巧。 3.學生自我檢核。	【安全教育】 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。
十七	◎體育 5-1 無懼障礙～帕運	2	1.能說明帕運的相關知能。 2.能理解帕運的歷史由來。 3.能尊重身心障礙者並且主動協助。	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。	1.歷程性評量：課堂認真聆聽並積極參與課程。 2.總結性評量： (1)能理解帕運的歷史演進。 (2)能舉出調適身心的方式。 3.紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【人權教育】 人 J4 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

<p>十八 6/10 端午節</p>	<p>◎體育 5-1 無懼障礙～帕運</p>	<p>2</p>	<p>1.能尊重身心障礙者並且主動協助。 2.能主動欣賞帕運比賽並關心體育事務議題。 3.能同理身心障礙者並實際體會生命意義。</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p>	<p>Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。</p>	<p>1.歷程性評量：課堂認真聆聽並積極參與課程。 2.總結性評量： (1)能說明夏季帕運與冬季帕運的差別。 (2)能理解各比賽項目的規則與賽制。 (3)能同理身心障礙者的實際感受。 (4)能瞭解我國身心障礙體育組織單位。 (5)能理解身心障礙者權利公約內容。 3.學生自我檢核。 4.紙筆測驗：完成 Let' s do it。</p>	<p>他人理性溝通的素養。 【人權教育】 人 J4 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。</p>
<p>十九 6/17 畢業典禮</p>	<p>◎體育 5-2 身心靈合一～瑜伽</p>	<p>2</p>	<p>1.能瞭解瑜伽的起源與歷史背景。 2.能學會單人和雙人瑜伽的動作。</p>	<p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p>	<p>Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。</p>	<p>1.歷程性評量： (1)課堂積極參與課程並表達意見。 (2)認真聆聽並配合指導進行活動。 2.總結性評量：能理解瑜伽的種類與特性。</p>	<p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。</p>

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

				<p>3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。</p>			
<p>二十 6/26-27 第三次段考 6/28 休業式 6/29 暑假開始</p>	<p>◎體育 5-2 身心靈合一～瑜伽</p>	<p>2</p>	<p>1.能學會單人和雙人瑜伽的動作。 2.能培養團隊合作的精神。</p>	<p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。</p>	<p>Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。</p>	<p>1.歷程性評量：認真聆聽並配合指導進行活動。 2.總結性評量：能與同學分享自身感受。 3.學生自我檢核。 4.紙筆測驗：完成 Let' s do it。</p>	<p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。</p>