

臺南市立復興國民中學 112 學年度第一學期 九 年級 健康與體育(體育) 領域學習課程(調整)計畫(□普通班/■特教班)

教材版本	自編教材	實施年級 (班級/組別)	特教甲班 九年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(63)節		
課程目標	1. 能跟著老師的課程訓練提升體能狀態 2. 能從調整性乒乓球課程增進手眼協調能力與同儕合作能力						
該學習階段 領域核心素養	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。 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。						
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		
第 1 週	生態主題:極限體能王 8/30(三)開學日	3	1. 能依照老師指導，進行綜合體能練習。 2. 能持續進行個人體適能訓練，增進個人健康。 3. 能參與團隊綜合體能運動競賽，與同儕互助合作。	1d-IV-3	Ab-IV-1	1. 暖身操 (個人肢體伸展動作能力)。 2. 走跑運動 (個人心肺能力) 3. 進行調整式綜合體能運動，團隊合作競賽。 (團隊合作能力) 實作評量 觀察評量	品J1 溝通合作與和諧人際關係。
第 2 週		3		應用運動比賽的各項策略。	調整後的體適能促進策略與活動方法。		
第 3 週		3		表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	Ab-IV-2		
第 4 週		3		調整後的體適能運動處方基礎設計原則	Cb-IV-3		
第 5 週		3		運用運動比賽中的各種策略。	Ce-IV-1		
第 6 週		3		執行提升體適能的身體活動	其他休閒運動綜合應用。		
第 7 週		3					
第 8 週		3					
第 9 週		3					
第 10 週		3					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

第 11 週	一起乒乓樂! (調整性乒乓球活動)	3	1. 能依照老師指導，進行行走跑綜合體能練習。 2. 能持續進行個人體適能訓練，增進個人健康。 3. 能參與團隊綜合體能運動競賽，與同儕互助合作。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動和實踐能力。 3c-IV-1 表現手眼協調的控制能力。(調整)	Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。 Ga-IV-1 走跑的基本技巧。(調整) Ab-IV-2 調整後的體適能運動處方基礎設計原則。	1. 暖身操 (個人肢體伸展動作能力)。 2. 走跑運動 (個人心肺能力) 3. 進行調整式綜合體能運動，團隊合作競賽。 (團隊合作能力) 實作評量 觀察評量	品J1溝通合作與和諧人際關係。
第 12 週							
第 13 週							
第 14 週							
第 15 週							
第 16 週							
第 17 週							
第 18 週							
第 19 週							
第 20 週							
第 21 週							

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

臺南市立復興國民中學 112 學年度第二學期 九 年級 健康與體育(體育) 領域學習課程(調整)計畫(□普通班/■特教班)

教材版本	自編教材	實施年級 (班級/組別)	特教甲班 九年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(54)節		
課程目標	1. 能接受老師的指導練習跳躍相關活動並提升跳躍技巧 2. 能從球類運動中增進與同儕合作互惠能力						
該學習階段 領域核心素養	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。 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。						
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		
第 1 週	我是跳躍高手	3	1. 能學會依個人肢體能力調整後的跳躍運動動作。 2. 能持續進行個人體適能訓練，增進個人健康。 3. 能參與調整式的跳躍運動競賽。	1c-IV-1 了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。 Ha-IV-1 調整式的跳躍運動動作訓練。 Ab-IV-2 調整後的體適能運動處方基礎設計原則。	1. 暖身操 (個人肢體伸展動作能力)。 2. 走跑運動 (個人心肺能力) 3. 進行調整式跳躍類運動的練習 (專項運動技能)。 4. 體適能運動練習。 (個人體適能) 實作評量 觀察評量	品J1溝通合作與和諧人際關係。
第 2 週		3		2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動和實踐能力。			
第 3 週		3		3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展跳躍運動技能。			
第 4 週		3		4d-IV-1 發展適合個人之			
第 5 週		3					
第 6 週		3					
第 7 週		3					
第 8 週		3					
第 9 週		3					

第 10 週		3		跳躍運動技能。			
第 11 週	樂樂棒球 GO	3	1. 能學會依個人肢體能力調整後的樂樂棒球運動動作。 2. 能持續進行個人體適能訓練，增進個人健康。 3. 能參與調整式的樂樂棒球運動競賽。	1c-IV-1 了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。 Ha-IV-1 調整式的樂樂棒球運動動作訓練。 Ab-IV-2 調整後的體適能運動處方基礎設計原則。	1. 暖身操 (個人肢體伸展動作能力)。 2. 走跑運動 (個人心肺能力) 3. 進行調整式球類運動的練習 (專項運動技能)。 4. 體適能運動練習。 (個人體適能) 實作評量 觀察評量	品J1溝通合作與和諧人際關係。
第 12 週		3					
第 13 週		3					
第 14 週		3					
第 15 週		3					
第 16 週		3					
第 17 週		3					
第 18 週 (畢業)		3		4d-IV-1 發展適合個人之樂樂棒球運動技能。			

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。