

教材版本	康軒		實施年級 (班級/組別)	二年級		教學節數	每週(2)節，本學期共(44)節	
課程目標	第三冊體育 1. 學會肌力與肌耐力運動計畫的設計。 2. 了解跳遠及跳高的動作要領。 3. 知道登山活動的特性及安全注意事項。 4. 學會排球托球技巧，並在練習及比賽中與同學合作完成目標。 5. 透過學習感受桌球運動的樂趣，提升並增強技能與體適能。 6. 能做到羽球正手切球、正反手挑球動作，並充分實踐運用。 7. 能了解籃球各種傳接球的相關知識與技能原理，並能反思和發展學習策略，以改善動作技能。 8. 能了解棒壘球運動項目的傳接球技巧，並能藉由反思和觀察，改善動作技能。 9. 認識足球頭頂球技巧，以及守門員相關技術，在活動中建立比賽戰術的概念。 10. 了解跳箱運動的特性與過程，認識動作名稱及進行方法，並嘗試操作。 11. 了解扯鈴繞手及扭轉乾坤之運動技能，以團隊合作方式學習並熟悉扯鈴之操作。							
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-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。 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。 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。 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。 健體-J-B3 具備審美與表現的能力，了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。 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		評量方式 (表現任務)	融入議題 實質內涵	
				學習表現	學習內容			
一 8/26-	第4單元體能挑戰趣	2	1. 了解增進肌肉適能的益處。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理				

8/30	第 1 章大力水手——肌力與肌耐力		<p>2. 了解肌肉適能訓練基本原則。</p> <p>3. 學會下肢、上肢及胸、腹肌群的動作訓練及注意事項。</p> <p>4. 學會肌力與肌耐力運動計畫的設計。</p> <p>5. 養成積極參與的態度，並注意運動時的安全。</p>	<p>和規則。</p> <p>1d-IV-1 了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>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>			
二 9/02- 9/06	第 4 單元體能挑戰趣 第 2 章躍如脫兔——跳	2	<p>1. 了解跳遠及跳高的動作要領。</p> <p>2. 學會跳遠及跳高的動作技巧。</p> <p>3. 養成練習時集中注意力並注意周遭環境安全的習慣。</p> <p>4. 養成積極參與的態度。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了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>2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的</p>			

			5. 培養尊重他人及團隊合作的精神。	<p>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-1 運用運動技術的學習策略。</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>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>			
三 9/09- 9/13	第4單元體能挑戰趣 第2章躍如脫兔——跳	2	1. 了解跳高的動作要領。 2. 學會跳高的動作技巧。	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各</p>			

			<p>3. 養成練習時集中注意力並注意周遭環境安全的習慣。</p> <p>4. 養成積極參與的態度。</p> <p>5. 培養尊重他人及團隊合作的精神。</p>	<p>項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</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-1 運用運動技術的學習策略。</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>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p> <p>4d-IV-3 執行提</p>		
--	--	--	--	--	--	--

				升體適能的身體活動。			
四 9/16- 9/20	第4單元體能挑戰趣 第3章翻山越嶺——山野活動	2	1. 了解臺灣山林開放政策。 2. 知道登山活動的特性及安全注意事項。 3. 認識登山活動的分類。 4. 學會山野活動的裝備準備原則。	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-1 了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。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。			
五 9/23- 9/27	第4單元體能挑戰趣 第3章翻山越嶺	2	1. 知道山難發生的原因並了解預防方法。	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。			

	——山野活動		<p>2. 學會發生緊急事故時的處理與通報方法。</p> <p>3. 能擬定並實踐登山計畫。</p>	<p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</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-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>			
六 9/30- 10/04	第5單元團體攻防戰 第1章排列組合——排球	2	<p>1. 了解並介紹世界知名舉球員與排球運動中舉球員的角色與任務。</p> <p>2. 學會排球托球與跑動托球的技巧。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原</p>			

				<p>理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</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-1 運用運動技術的學習策略。</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>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>			
七 10/07- 10/11	第5單元團體攻防戰 第1章排列組合——排球 【第一次評量	2	<p>1. 學會排球托球與跑動托球的技巧。</p> <p>2. 在練習、比賽中，能與同學合</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-3 了解身體發展與動作發</p>			

	週】		<p>作共同完成目標。</p> <p>3. 在活動中能準確的將球托至目標，觀察並欣賞同學的優缺點。</p>	<p>展的關係。</p> <p>1d-IV-1 了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>2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</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-1 運用運動技術的學習策略。</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>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>			
八 10/14-	第5單元團體攻防戰	2	1. 能了解桌球運動之相關知識與	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理			

10/18	第 2 章彈跳之間 ——桌球		<p>基本技術原理，藉由各項練習與反思，學習正確動作技能，於練習與競賽中展現。</p> <p>2. 練習或競賽時，遵守規範，注意運動安全，並尊重個別差異，採用溝通與合作的模式，培養團隊意識。</p> <p>3. 透過持續學習，感受桌球運動的樂趣，同時技能與體適能皆獲得提升與增強，進而養成規律的運動習慣。</p>	<p>和規則。</p> <p>1d-IV-1 了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>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-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>			
九 10/21- 10/25	第 5 單元團體攻防戰 第 3 章羽眾不同 ——羽球	2	<p>1. 能了解羽球正手切球、正／反手挑球之動作要領與運用時機，並能透過練習與</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安</p>			

			<p>反思增進動作技能。</p> <p>2. 能做到正確且流暢之正手切球、正／反手挑球動作，並充分實踐運用，進而有效提升身體適能，養成規律運動習慣。</p>	<p>全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了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>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-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>			
十 10/28- 11/01	第5單元團體攻防戰 第3章羽眾不同——羽球	2	<p>1. 能了解羽球正手切球、正／反手挑球之動作要領與運用時機，並能透過練習與反思增進動作技能。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原</p>			

			<p>2. 能做到正確且流暢之正手切球、正／反手挑球動作，並充分實踐運用，進而有效提升身體適能，養成規律運動習慣。</p> <p>3. 能了解個別差異，養成尊重他人之態度，透過合作共同解決學習歷程所面臨之問題，並發揮團隊精神，促進人際互動關係。</p>	<p>理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</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-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>		
十一 11/04- 11/08	第5單元團體攻防戰 第4章合作無間——籃球	2	<p>1. 能了解籃球各種傳接球的相關知識與技能原理，並能反思和發展學習策略，以改善動作技能。</p> <p>2. 能做出胸前、地板和頂上等傳接球的動作技能，並學習運用</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了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>策略於活動或籃球比賽中。</p>	<p>2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 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。 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。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 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，</p>			
--	--	--	---------------------	---	--	--	--

				<p>解決運動情境的問題。</p> <p>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>			
十二 11/11- 11/15	第5單元團體攻防戰 第4章合作無間——籃球	2	<p>1. 能遵守籃球規則，以培養守法、尊重他人和團隊合作之精神，並養成積極參與的態度，參與體育活動。</p> <p>2. 能具備審美與表現的能力，欣賞籃球比賽中的傳接球技巧。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了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>2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和</p>			

				<p>實踐能力。</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>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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>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>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</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>4c-IV-2 分析並</p>			
--	--	--	--	---	--	--	--

				<p>評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>			
十三 11/18- 11/22	第5單元團體攻防戰 第5章攻占堡壘——棒壘球	2	<p>1. 能了解棒壘球運動項目的動作技巧發展，與其相關之知識與技能原理，並能反思和發展學習策略，以改善動作技能。</p> <p>2. 能做出肩上傳球、接球與跑壘等動作技巧，並學習運用於其他運動項目或日常生活中，保護個人人身安全。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了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>2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，</p>			

				<p>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>2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</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-1 運用運動技術的學習策略。</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>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>			
十四 11/25-	第5單元團體攻防戰	2	1. 藉由各式肩上傳球、接球與跑	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理			

11/29	<p>第 5 章攻占堡壘 ——棒壘球 【第二次評量週】</p>		<p>壘等動作技巧，表現個人局部或全身性的身體控制能力，展現個人的運動潛能。 2. 能具備欣賞與表現的能力，培養良好人際關係與團隊合作精神，並精進個人學習，挑戰個人極限。</p>	<p>和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 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。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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-1 運用運動技術的學習策略。 3d-IV-3 應用思</p>			
-------	---	--	---	--	--	--	--

				<p>考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>			
<p>十五 12/02- 12/06</p>	<p>第5單元團體攻防戰 第6章頂上功夫——足球</p>	2	<p>1. 了解定位向前頭頂球、守門員防守與進攻的動作要領。</p> <p>2. 學會向前頭頂球、守門員防守與進攻的動作技能。</p> <p>3. 了解與運用比賽戰術。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了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-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</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-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>			
十六 12/09- 12/13	第5單元團體攻防戰 第6章頂上功夫——足球	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解與運用比賽戰術。 2. 養成積極參與的態度，並隨時注意安全。 3. 培養尊重他人、守法及團隊合作的精神。 	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了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-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</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-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>			
十七 12/16- 12/20	第6單元現技好身手 第1章超越障礙——體操	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 享受完成動作的樂趣與快樂，能夠流暢的完成動作。 2. 了解跳箱運動的特性與過程，認識動作名稱及進行方法。 3. 學會兔跳／蛙跳拍腳、跳撐上臺、跳馬背及分 	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原</p>			

			<p>腿／併腿騰躍之動作技巧。</p>	<p>理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</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>2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。</p> <p>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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>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>3d-IV-1 運用運動技術的學習策</p>		
--	--	--	---------------------	---	--	--

				略。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。			
十八 12/23- 12/27	第6單元現技好身手 第1章超越障礙——體操	2	1. 發現自己動作技術上的問題並設計合理的解決方法，且能夠把自己的想法轉達給他人。 2. 積極參與體操運動，能夠支持夥伴的學習並認同每個人不同的課題與挑戰。 3. 能夠隨時注意安全並培養尊重他人及團隊合作的精神。	1c-IV-1 了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。 1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。			

				<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>2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。</p> <p>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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>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>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</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>4c-IV-2 分析並評估個人的體適</p>			
--	--	--	--	---	--	--	--

				能與運動技能，修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。			
十九 12/30- 1/03	第6單元現技好身手 第1章超越障礙——體操	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 發現自己動作技術上的問題並設計合理的解決方法，且能夠把自己的想法轉達給他人。 2. 積極參與體操運動，能夠支持夥伴的學習並認同每個人不同的課題與挑戰。 3. 能夠隨時注意安全並培養尊重他人及團隊合作的精神。 	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。</p> <p>1d-IV-1 了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>2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</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>2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。</p> <p>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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>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>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</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>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>			
--	--	--	--	--	--	--	--

廿 1/06- 1/10	第 6 單元現技好 身手 第 2 章活靈活現 ——扯鈴	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解扯鈴運動技術之相關知識與技能原理，並能反思和發展策略，以改善動作技能。 2. 能做到扯鈴繞手、繞手反勾及扭轉乾坤之運動技能，並學習充分運用策略於活動中，解決運動相關問題，發揮團隊合作以學習。 3. 能養成遵理守法的態度與實踐運用民主溝通及法律程序來進行活動之人權、法治觀念，與培養運動員「勝不驕、敗不餒」之運動家精神。 4. 能養成固定運動的習慣，有計畫提升體適能與運動技能。 5. 能學習如何欣賞扯鈴動作並提供回饋給同學，進而增進彼此學 	<p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</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>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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>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>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動</p>			
--------------------	--------------------------------------	---	---	---	--	--	--

			習效能。	計畫。 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。		
廿一 1/13- 1/17	第4單元體能挑戰趣 第5單元團體攻防戰 複習第4、5單元 【第三次評量週】	2	1. 了解增進肌肉適能的益處。 2. 了解肌肉適能訓練基本原則。 3. 學會下肢、上肢及胸、腹肌群的動作訓練及注意事項。 4. 學會肌力與肌耐力運動計畫的設計。 5. 了解跳遠及跳高的動作要領。 6. 學會跳遠及跳高的動作技巧。 7. 了解攀岩活動的設備器材及活動注意事項。 8. 學會基礎攀岩活動技能。 9. 知道登山活動的特性及安全注意事項。	1c-IV-1 了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。 1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。 1d-IV-1 了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-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通		

		<p>10. 了解並介紹世界知名舉球員與排球運動中舉球員角色之工作。</p> <p>11. 學會排球高手托球與移動托球學習方式。</p> <p>12. 在「超級神托」中，能準確將球托進籃框中，並觀察並欣賞同學的優缺點。</p> <p>13. 能了解桌球運動之相關知識與基本技術原理，藉由各項練習與反思，學習正確動作技能，於練習與競賽中展現。</p> <p>14. 透過持續學習，感受桌球運動的樂趣，同時技能與體適能皆獲得提升與增強，進而養成規律的運動習慣。</p> <p>15. 能了解羽球正手切球、正／反手挑球之動作要領與運用時機，</p>	<p>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>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</p> <p>2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</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>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>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</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>4c-IV-2 分析並評估個人的體適</p>			
--	--	---	---	--	--	--

		<p>並能透過練習與反思增進動作技能。</p> <p>16. 能做到正確且流暢之正手切球、正／反手挑球動作，並充分實踐運用，進而有效提升身體適能，養成規律運動習慣。</p> <p>17. 能了解籃球各種傳接球的相關知識與技能原理，並能反思和發展學習策略，以改善動作技能。</p> <p>18. 能做出胸前、地板和頂上等傳接球的動作技能，並學習運用策略於活動或籃球比賽中。</p> <p>19. 能了解棒壘球運動項目的動作技巧發展，與其之相關知識與技能原理，並能反思和發展學習策略，以改善動作技能。</p>	<p>能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</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>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>			
--	--	--	---	--	--	--

			<p>20. 能做出肩上傳球、接球與跑壘等動作技巧，並學習運用於其他運動項目或日常生活中，保護個人人身安全。</p> <p>21. 藉由各式肩上傳球、接球與跑壘等動作技巧，表現個人局部或全身性的身體控制能力，展現個人的運動潛能。</p> <p>22. 了解定位向前頭頂球、守門員防守與進攻的動作要領。</p> <p>23. 學會向前頭頂球、守門員防守與進攻的動作技能。</p>				
廿二 1/20- 1/24	第6單元現技好身手 複習第6單元 【課程結束】	2	<p>1. 了解跳箱運動的特性與過程，認識動作名稱及進行方法。</p> <p>2. 學會兔跳／蛙跳拍腳、跳撐上臺、跳馬背及分腿／併腿騰躍之動作技巧。</p> <p>3. 能了解扯鈴運</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。</p> <p>1d-IV-1 了解各</p>			

			<p>動技術之相關知識與技能原理，並能反思和發展策略，以改善動作技能。</p>	<p>項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</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>2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。</p> <p>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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>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>3d-IV-1 運用運</p>		
--	--	--	---	--	--	--

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

				<p>動技術的學習策略。</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>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</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>			
--	--	--	--	---	--	--	--

◎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」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。

◎如若實施課中差異化教學之班級，其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同，本表僅是呈現進度規劃，各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。

教材版本	康軒		實施年級 (班級/組別)	二年級		教學節數	每週(2)節，本學期共(44)節	
課程目標	第四冊體育 1. 能運用客觀的測量方式評估柔軟度，亦可自行設計訓練處方提升柔軟度。 2. 學習各種運動傷害預防及處理方法，能在運動前辨識可能的風險，作為個人運動傷害預防之道。 3. 了解柔道禮儀、運動安全知識、各種護身倒法的技能、競賽規則等。 4. 了解蛙式的動作要領，並能在課餘時間自我練習。 5. 認識定向越野與其基本能力。 6. 了解並學會拔河的动作要領。 7. 學會棒球及慢速壘球的投球及打擊等基本動作。 8. 了解與學習排球攻擊動作中的步法，以及動作要領。 9. 了解與練習羽球正手殺球與正、反手網前短球的基本技術。 10. 學習運用籃球的個人防守技術、出手機會判斷方式。 11. 了解合球的比賽方式、種類與規則，以及合球得分的技術。							
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-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。 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。 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。 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。 健體-J-B3 具備審美與表現的能力，了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。 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		評量方式 (表現任務)	融入議題 實質內涵	
				學習表現	學習內容			
一 2/03- 2/08	第4單元健康體 能樂生活 第1章身體軟Q	2	1. 了解柔軟度的定義及影響柔軟度的可能因素。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 學習活動單	【安全教育】 安 J3 了解日常生活容易發生事故的	

2/05 開學	力－柔軟度		<p>2. 認識身體各部位的靜態伸展訓練之動作與技巧，並能正確的操作伸展動作。</p> <p>3. 了解柔軟度的訓練原則及訓練處方，並能進一步規畫與安排柔軟度訓練。</p> <p>4. 認識柔軟度評估的檢測細則，並能正確執行柔軟度評估的方法與步驟。</p>	<p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>			原因。
二 2/10- 2/14	第4單元健康體能樂生活 第2章運動知識 家－運動傷害防護	2	<p>1. 了解哪些人為疏失可能會導致校園運動傷害發生。</p> <p>2. 了解急、慢性運動傷害的定義，並能進一步舉例。</p> <p>3. 認識校園內常見的急性運動傷害類型與事故發生時的處理方法。</p> <p>4. 能分辨緊急性運動傷害，並能在第一時間尋求專業人士協助。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p>	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p>	【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。

<p>三 2/17- 2/21</p>	<p>第4單元健康體 能樂生活 第2章運動知識 家—運動傷害防 護 第3章化險為夷 護身法—柔道</p>	<p>2</p>	<p>【第2章運動知識 家—運動傷害防 護】 1. 了解哪些人為 疏失可能會導致 校園運動傷害發 生。 2. 了解急、慢性 運動傷害的定 義，並能進一步 舉例。 3. 認識校園內常 見的急性運動傷 害類型與事故發 生時的處理方 法。 4. 能分辨緊急性 運動傷害，並能 在第一時間尋求 專業人士協助。 【第3章化險為夷 護身法—柔道】 5. 了解柔道練習 時周遭環境的安 全性。 6. 學會後倒、側 倒時護身的動作 技巧。 7. 了解柔道禮儀 的重要性與動作 要領。</p>	<p>1c-IV-1 了解各 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 了解各 項運動技能原 理。 2c-IV-1 展現運 動禮節，具備運 動的道德思辨和 實踐能力。 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-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。 3d-IV-3 應用思 考與分析能力， 解決運動情境的 問題。</p>	<p>Bc-IV-1 簡易運動 傷害的處理與風 險。 Bd-IV-2 技擊綜合 動作與攻防技巧。 Cb-IV-2 各項運動 設施的安全使用規 定。</p>	<p>【第2章運動知識家— 運動傷害防護】 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 【第3章化險為夷護身 法—柔道】 4. 課堂觀察 5. 口語問答 6. 技能實作 7. 學習活動單</p>	<p>【安全教育】 安 J1 理解安全教 育的意義。 【品德教育】 品 J2 重視群體規 範與榮譽。</p>
-----------------------------	--	----------	---	--	---	---	--

			8. 養成積極參與的態度，並隨時注意安全。 9. 培養尊重他人及互助合作的精神。				
四 2/24- 2/28	第4單元健康體能樂生活 第3章化險為夷 護身法—柔道	2	1. 了解柔道練習時周遭環境的安全性。 2. 學會後倒、側倒時護身的動作技巧。 3. 了解柔道禮儀的重要性與動作要領。 4. 養成積極參與的態度，並隨時注意安全。 5. 培養尊重他人及互助合作的精神。	1c-IV-1 了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 了解各項運動技能原理。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 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-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。	Bd-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單	【品德教育】 品 J2 重視群體規範與榮譽。

<p>五 3/03- 3/07</p>	<p>第4單元健康體 能樂生活 第5單元熱血向 前行 第3章化險為夷 護身法—柔道 第1章水中蛙游 —游泳</p>	<p>2</p>	<p>【第3章化險為夷 護身法—柔道】 1. 了解柔道練習 時周遭環境的安 全性。 2. 學會後倒、側 倒時護身的動作 技巧。 3. 了解柔道禮儀 的重要性與動作 要領。 4. 養成積極參與 的態度，並隨時 注意安全。 5. 培養尊重他人 及互助合作的精 神。 【第1章水中蛙游 —游泳】 6. 認識蛙式動作 特色，以及蛙泳 選手與其競賽成 績紀錄。 7. 學習蛙式踢 腳、划手、手腳 配合，以及換氣 動作的動作要領 與練習方法。 8. 認識蛙式競賽 規則。 9. 能積極運用學會 之游泳技能，發</p>	<p>1c-IV-1 了解各 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 了解各 項運動技能原 理。 1d-IV-2 反思自 己的運動技能。 2c-IV-1 展現運 動禮節，具備運 動的道德思辨和 實踐能力。 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。 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。 4d-IV-2 執行個</p>	<p>Bd-IV-2 技擊綜合 動作與攻防技巧。 Cb-IV-2 各項運動 設施的安全使用規 定。 Cb-IV-3 奧林匹克 運動會的精神。 Gb-IV-2 游泳前進 25公尺(需換氣5 次以上)。</p>	<p>【第3章化險為夷護身 法—柔道】 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單 【第1章水中蛙游—游 泳】 5. 課堂觀察 6. 口語問答 7. 技能實作 8. 學習活動單</p>	<p>【品德教育】 品 J2 重視群體規 範與榮譽。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的 能力與興趣。</p>
-----------------------------	---	----------	--	--	---	---	---

			揮團隊合作精神，享受水中遊戲之樂趣。	人運動計畫，實際參與身體活動。			
六 3/10- 3/14	第5單元熱血向前行 第1章水中蛙游—游泳	2	1. 認識蛙式動作特色，以及蛙泳選手與其競賽成績紀錄。 2. 學習蛙式踢腳、划手、手腳配合，以及換氣動作的動作要領與練習方法。 3. 認識蛙式競賽規則。 4. 能積極運用學會之游泳技能，發揮團隊合作精神，享受水中遊戲之樂趣。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了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。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。 Gb-IV-2 游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
七 3/17- 3/21	第5單元熱血向前行 第1章水中蛙游—游泳 第2章智者的運動一定向越野 【第一次評量週】	2	【第1章水中蛙游—游泳】 1. 認識蛙式動作特色，以及蛙泳選手與其競賽成績紀錄。 2. 學習蛙式踢腳、划手、手腳配合，以及換氣	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了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	Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。 Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。 Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。 Gb-IV-2 游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。	【第1章水中蛙游—游泳】 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單 【第2章智者的運動一定向越野】 5. 課堂觀察 6. 口語問答	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【戶外教育】 戶 J2 擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。

		<p>動作的動作要領與練習方法。</p> <p>3. 認識蛙式競賽規則。</p> <p>4. 能積極運用學會之游泳技能，發揮團隊合作精神，享受水中遊戲之樂趣。</p> <p>【第2章智者的運動一定向越野】</p> <p>5. 能了解定向越野運動的由來、國際組織、國內的發展狀況及其運動的特性。</p> <p>6. 能說出不同定向越野比賽的類型、流程，以及成功完成競賽的必要條件。</p> <p>7. 能了解定向越野運動的個人裝備，以及競賽中會使用的器材設備及其功能。</p> <p>8. 能熟悉定向越野運動的基本技術、體能要素及心理能力。</p> <p>9. 能透過參與定向越野競賽及訓</p>	<p>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>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</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>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>		<p>7. 技能實作</p>	<p>戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。</p> <p>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。</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>
--	--	---	--	--	----------------	--

			練，養成運動的習慣並提升體適能。				
八 3/24- 3/28	第5單元熱血向前行 第2章智者的運動—定向越野	2	<p>1. 能了解定向越野運動的由來、國際組織、國內的發展狀況及其運動的特性。</p> <p>2. 能說出不同定向越野比賽的類型、流程，以及成功完成競賽的必要條件。</p> <p>3. 能了解定向越野運動的個人裝備，以及競賽中會使用的器材設備及其功能。</p> <p>4. 能熟悉定向越野運動的基本技術、體能要素及心理能力。</p> <p>5. 能透過參與定向越野競賽及訓練，養成運動的習慣並提升體適能。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了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-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</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>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>	<p>Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。</p> <p>Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p>	<p>【戶外教育】</p> <p>戶 J2 擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。</p> <p>戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。</p> <p>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。</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>
九 3/31-	第5單元熱血向前行	2	【第2章智者的運動—定向越野】	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理	Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。	【第2章智者的運動—定向越野】	【戶外教育】 戶 J2 擴充對環境

4/04	第2章智者的運動—定向越野 第3章力拔山河—八人制拔河		<p>1. 能了解定向越野運動的由來、國際組織、國內的發展狀況及其運動的特性。</p> <p>2. 能說出不同定向越野比賽的類型、流程，以及成功完成競賽的必要條件。</p> <p>3. 能了解定向越野運動的個人裝備，以及競賽中會使用的器材設備及其功能。</p> <p>4. 能熟悉定向越野運動的基本技術、體能要素及心理能力。</p> <p>5. 能透過參與定向越野競賽及訓練，養成運動的習慣並提升體適能。</p> <p>【第3章力拔山河—八人制拔河】</p> <p>6. 認識八人制拔河運動的發展與文化。</p> <p>7. 了解團體運動的特質與精神。</p>	<p>和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了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>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>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，</p>	Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>【第3章力拔山河—八人制拔河】</p> <p>4. 課堂觀察</p> <p>5. 口語問答</p> <p>6. 技能實作</p>	<p>的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。</p> <p>戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。</p> <p>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。</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> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>
------	--------------------------------	--	--	---	---------------------	--	--

			8. 了解拔河運動的安全注意事項。 9. 認識八人制拔河基本動作、裝備與器材。 10. 能與同學合作做出起步、進攻動作。 11. 了解八人制拔河簡易規則，能欣賞、觀摩拔河比賽。	解決運動情境的問題。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 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。			
十 4/07- 4/11	第5單元熱血向前行 第3章力拔山河—八人制拔河	2	1. 認識八人制拔河運動的發展與文化。 2. 了解團體運動的特質與精神。 3. 了解拔河運動的安全注意事項。 4. 認識八人制拔河基本動作、裝備與器材。 5. 能與同學合作做出起步、進攻動作。 6. 了解八人制拔河簡易規則，能欣賞、觀摩拔河比賽。	1c-IV-1 了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 了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。	Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。

				<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>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-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>			
十一 4/14- 4/18	<p>第5單元熱血向前行</p> <p>第6單元球賽對決</p> <p>第3章力拔山河—八人制拔河</p> <p>第1章棒壘一家親—棒壘球</p>	2	<p>【第3章力拔山河—八人制拔河】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識八人制拔河運動的發展與文化。 2. 了解團體運動的特質與精神。 3. 了解拔河運動的安全注意事項。 	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了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>Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。</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>【第3章力拔山河—八人制拔河】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 <p>【第1章棒壘一家親—棒壘球】</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. 課堂觀察 5. 口語問答 6. 技能實作 7. 學習活動單 	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>【性別平等教育】</p> <p>性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。</p>

		<p>4. 認識八人制拔河基本動作、裝備與器材。</p> <p>5. 能與同學合作做出起步、進攻動作。</p> <p>6. 了解八人制拔河簡易規則，能欣賞、觀摩拔河比賽。</p> <p>【第1章棒壘一家親—棒壘球】</p> <p>7. 能了解棒球與壘球運動之差異，以及打擊動作的相關知識與技能原理，並能反思、發展學習策略，改善動作技能。</p> <p>8. 能做出棒壘球投手投球與打者打擊等動作，表現個人局部或全身性的身體控制能力，展現個人的運動潛能，並將此技巧運用於其他運動項目或日常生活中。</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>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>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-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>		
--	--	---	---	--	--

			<p>9. 能於活動中保護個人及他人的人身安全。</p> <p>10. 能欣賞與表現棒壘球運動，培養良好人際關係與團隊合作精神，並精進、挑戰個人極限。</p>				
<p>十二 4/21- 4/25 (4/21- 4/24 全中 運)</p>	<p>第5單元熱血向前行 第6單元球賽對決 第3章力拔山河—八人制拔河 第1章棒壘一家親—棒壘球</p>	2	<p>【第3章力拔山河—八人制拔河】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識八人制拔河運動的發展與文化。 2. 了解團體運動的特質與精神。 3. 了解拔河運動的安全注意事項。 4. 認識八人制拔河基本動作、裝備與器材。 5. 能與同學合作做出起步、進攻動作。 6. 了解八人制拔河簡易規則，能欣賞、觀摩拔河比賽。 <p>【第1章棒壘一家親—棒壘球】</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了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>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</p>	<p>Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。</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>【第3章力拔山河—八人制拔河】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 <p>【第1章棒壘一家親—棒壘球】</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. 課堂觀察 5. 口語問答 6. 技能實作 7. 學習活動單 	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>【性別平等教育】</p> <p>性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。</p>

			<p>7. 能了解棒球與壘球運動之差異，以及打擊動作的相關知識與技能原理，並能反思、發展學習策略，改善動作技能。</p> <p>8. 能做出棒壘球投手投球與打者打擊等動作，表現個人局部或全身性的身體控制能力，展現個人的運動潛能，並將此技巧運用於其他運動項目或日常生活中。</p> <p>9. 能於活動中保護個人及他人的人身安全。</p> <p>10. 能欣賞與表現棒壘球運動，培養良好人際關係與團隊合作精神，並精進、挑戰個人極限。</p>	<p>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>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-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>			
十三 4/28- 5/02	第6單元球賽對決 第1章棒壘一家親—棒壘球 【第二次評量】	2	<p>1. 能了解棒球與壘球運動之差異，以及打擊動作的相關知識與技能原理，並能</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安</p>	Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習活動單</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>【性別平等教育】</p> <p>性 J7 解析各種媒</p>

	週】		<p>反思、發展學習策略，改善動作技能。</p> <p>2. 能做出棒壘球投手投球與打者打擊等動作，表現個人局部或全身性的身體控制能力，展現個人的運動潛能，並將此技巧運用於其他運動項目或日常生活中。</p> <p>3. 能於活動中保護個人及他人的人身安全。</p> <p>4. 能欣賞與表現棒壘球運動，培養良好人際關係與團隊合作精神，並精進、挑戰個人極限。</p>	<p>全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了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>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>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>			體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。
十四 5/05- 5/09	第 6 單元球賽對決 第 1 章棒壘一家親—棒壘球	2	<p>【第 1 章棒壘一家親—棒壘球】</p> <p>1. 能了解棒球與壘球運動之差</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p> <p>Hd-IV-1 守備/跑分</p>	<p>【第 1 章棒壘一家親—棒壘球】</p> <p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>【性別平等教育】</p>

	<p>第2章排敵禦攻—排球</p>		<p>異，以及打擊動作的相關知識與技能原理，並能反思、發展學習策略，改善動作技能。</p> <p>2. 能做出棒壘球投手投球與打者打擊等動作，表現個人局部或全身性的身體控制能力，展現個人的運動潛能，並將此技巧運用於其他運動項目或日常生活中。</p> <p>3. 能於活動中保護個人及他人的人身安全。</p> <p>4. 能欣賞與表現棒壘球運動，培養良好人際關係與團隊合作精神，並精進、挑戰個人極限。</p> <p>【第2章排敵禦攻—排球】</p> <p>5. 了解排球的攻擊基本技術。</p> <p>6. 學會如何將排球攻擊運用在比賽上。</p>	<p>動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了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>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>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-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習活動單</p> <p>【第2章排敵禦攻—排球】</p> <p>5. 課堂觀察</p> <p>6. 口語問答</p> <p>7. 技能實作</p>	<p>性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。</p>
--	-------------------	--	---	--	------------------------	---	--

			7.增加運動欣賞的能力。				
十五 5/12- 5/16	第6單元球賽對決 第2章排敵禦攻—排球	2	1. 了解排球的攻擊基本技術。 2. 學會如何將排球攻擊運用在比賽上。 3. 增加運動欣賞的能力。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。 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. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作	【人權教育】 人J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。
十六 5/19- 5/23	第6單元球賽對決 第3章羽出驚人—羽球	2	1. 能了解羽球正手殺球與正、反手網前短球的動作要領及運用時機，並能透過練習與反思增進動作技能。 2. 能做到正確且流暢的正手殺球與正、反手網前	1c-IV-1 了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 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 分組討論 5. 學習活動單	【生涯規劃教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。

			<p>短球動作，並充分實踐運用，進而有效提升身體適能，養成規律運動習慣。</p> <p>3.能了解個別差異，養成尊重他人的態度，透過合作學習，解決學習歷程所面臨的問題，並發揮團隊精神，促進人際互動關係。</p>	<p>己的運動技能。</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-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>			
十七 5/26- 5/30	第6單元球賽對決 第3章羽出驚人—羽球	2	<p>1.能了解羽球正手殺球與正、反手網前短球的動作要領及運用時機，並能透過練習與反思增進動作技能。</p> <p>2.能做到正確且流暢的正手殺球與正、反手網前短球動作，並充分實踐運用，進而有效提升身體</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了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>2c-IV-2 表現利他合群的態度，</p>	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 分組討論</p> <p>5. 學習活動單</p>	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。

			<p>適能，養成規律運動習慣。</p> <p>3.能了解個別差異，養成尊重他人的態度，透過合作學習，解決學習歷程所面臨的問題，並發揮團隊精神，促進人際互動關係。</p>	<p>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-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>			
十八 6/02- 6/06	第 6 單元球賽對決 第 4 章誰與爭鋒—籃球	2	<p>1. 能了解籃球攻守技巧之相關知識和技能原理，並能反思、發展學習策略，以改善動作技能。</p> <p>2. 能做出進攻三重威脅動作、各式擺脫動作及個人攻守基本動作技能，並學習運用策略於活動或籃球比賽中。</p> <p>3. 能遵守籃球規則，以培養守法、尊重他人與</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了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>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>2d-IV-2 展現運</p>	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 比賽統計表</p>	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。

			<p>團隊合作之精神。</p> <p>4. 養成積極參與的態度，並集中注意力，隨時注意周遭環境安全。</p> <p>5. 能具備審美與表現的能力，培養賞析、建構和分享的態度與能力，進而有效精進個人學習，挑戰個人極限。</p>	<p>動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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>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> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>			
十九 6/09- 6/13	第6單元球賽對決 第4章誰與爭鋒—籃球	2	<p>1. 能了解籃球攻守技巧之相關知識和技能原理，並能反思、發展學習策略，以改善動作技能。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自</p>	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 比賽統計表</p>	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。

			<p>2. 能做出進攻三重威脅動作、各式擺脫動作及個人攻守基本動作技能，並學習運用策略於活動或籃球比賽中。</p> <p>3. 能遵守籃球規則，以培養守法、尊重他人與團隊合作之精神。</p> <p>4. 養成積極參與的態度，並集中注意力，隨時注意周遭環境安全。</p> <p>5. 能具備審美與表現的能力，培養賞析、建構和分享的態度與能力，進而有效精進個人學習，挑戰個人極限。</p>	<p>己的運動技能。</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>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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>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> <p>4d-IV-3 執行提</p>			
--	--	--	--	---	--	--	--

				升體適能的身體活動。			
廿 6/16- 6/20	第 6 單元球賽對決 第 5 章合作玩球 —合球	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解合球得分技術的技能與原理，並能在反思後改善動作技能。 2. 能修正錯誤之動作，與隊友相互溝通解決相關問題，並能了解各項技術的使用時機，發揮團隊合作學習提升技術水準以達到目標。 3. 能了解性別平等之意涵並做到尊重異性、共同參與討論及與之合作學習的態度。 4. 能養成規律運動的習慣，有計畫的提升體適能與運動技能。 	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</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>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-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動</p>	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 合作學習 	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。</p>

				技能的運動計畫。			
廿一 6/23- 6/27	第 6 單元球賽對決 第 5 章合作玩球—合球 【第三次評量週】	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解合球得分技術的技能與原理，並能在反思後改善動作技能。 2. 能修正錯誤之動作，與隊友相互溝通解決相關問題，並能了解各項技術的使用時機，發揮團隊合作學習提升技術水準以達到目標。 3. 能了解性別平等之意涵並做到尊重異性、共同參與討論及與之合作學習的態度。 4. 能養成規律運動的習慣，有計畫的提升體適能與運動技能。 	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</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>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-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動</p>	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 合作學習 	【性別平等教育】 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。

				技能的運動計畫。			
廿二 6/30- 7/04	第4單元健康體能樂生活 第5單元熱血向前行 第6單元球賽對決 複習第4~6單元 【課程結束】	2	1. 能運用客觀的測量方式評估柔軟度，亦可自行設計訓練處方提升柔軟度。 2. 學習各種運動傷害預防及處理方法，能在運動前辨識可能的風險，作為個人運動傷害預防之道。 3. 了解柔道禮儀、運動安全知識、各種護身倒法的技能、競賽規則等。 4. 了解蛙式的動作要領，並能在課餘時間自我練習。 5. 認識定向越野與其基本能力。 6. 了解並學會拔河的动作要領。 7. 學會棒球及慢速壘球的投球及打擊等基本動作。	1c-IV-1 了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 了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-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 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。 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	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 Bd-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。 Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。 Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。 Gb-IV-2 游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。 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。 Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 學習活動單 4. 技能實作 5. 分組討論 6. 比賽統計表 7. 合作學習	【安全教育】 安J1 理解安全教育的意義。 安J3 了解日常生活容易發生事故的原因。 【生涯規劃教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。 【戶外教育】 戶J2 擴充對環境的理解，運用所學的知識到生活當中，具備觀察、描述、測量、紀錄的能力。 戶J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。 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。 【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。

			<p>8. 了解與學習排球攻擊動作中的步法，以及動作要領。</p> <p>9. 了解與練習羽毛球正手殺球與正、反手網前短球的基本技術。</p> <p>10. 學習運用籃球的個人防守技術、出手機會判斷方式。</p> <p>11. 了解合球的比賽方式、種類與規則，以及合球得分的技術。</p>	<p>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>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>4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</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>4d-IV-3 執行提升體適能的身體</p>			<p>【性別平等教育】 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。</p> <p>【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。</p>
--	--	--	--	---	--	--	---

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

				活動。			
--	--	--	--	-----	--	--	--

◎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」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。

◎如若實施課中差異化教學之班級，其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同，本表僅是呈現進度規劃，各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。