

臺南市立永康區永仁高中(國中部)113 學年度第一學期一~三 年級 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)	一~三年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(63)節		
課程目標	1. 能認識並執行各類運動。 2. 能執行暖身及伸展動作。 3. 能建立各類運動的安全意識。 4. 能建立團隊合作及自我挑戰的態度。						
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。 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 8/30	羽毛球	3	1. 能依照指令進行暖身操。	1c-IV-1 了解羽毛球運動基礎原理和規則。	Cb-IV-1 運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。	實際操作 行為觀察	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 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。
第 2 週 9/2-9/6		3	2. 能依提示說出羽毛球的簡易規則。	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。	Cb-IV-2 羽毛球的安全使用規定。		
第 3 週 9/9-9/13		3	3. 能依照指令進行揮拍動作。	1d-IV-3 應用羽毛球比賽的各項策略。	Cd-IV-1 羽毛球的綜合應用。		
第 4 週 9/16-9/20		3	4. 能將羽毛球打至指定處。	2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。			
第 5 週 9/23-9/27		3	5. 能進行兩人對打。				
第 6 週 9/30-10/4		3					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

第 7 週 10/7-10/11		3		2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。			
第 8 週 10/14-10/18	籃球	3	1. 能依照指令進行暖身操。 2. 能依提示說出籃球的簡易規則。 3. 能將籃球投進籃框。 4. 能運至少五下籃球。 5. 能進行兩人傳球。	1c-IV-1 了解籃球運動基礎原理和規則。	Cb-IV-1 運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。 Cb-IV-2 籃球的安全使用規定。 Cd-IV-1 籃球的綜合應用。	實際操作 行為觀察	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 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。
第 9 週 10/21-10/25		3		1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。			
第 10 週 10/28-11/1		3		1d-IV-3 應用籃球比賽的各項策略。			
第 11 週 11/4-11/8		3		2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。			
第 12 週 11/11-11/15		3		2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。			
第 13 週 11/18-11/22		3					
第 14 週 11/25-11/29		3					
第 15 週 12/2-12/6		桌球		3			
第 16 週 12/9-12/13	3		1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。				
第 17 週 12/16-12/20	3		1d-IV-3 應用桌球比賽的各項策略。				
第 18 週 12/23-12/27	3		2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通				
第 19 週 12/30-1/3	3						
第 20 週	3						

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

1/6-1/10			與和諧互動。			
第 21 週 1/13-1/17		3	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於 挑戰的學習態度。			

◎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。

臺南市立永康區永仁高中(國中部)113 學年度第二學期一~三 年級 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)	一~三年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(63)節		
課程目標	1. 能認識並執行各類運動。 2. 能執行暖身及伸展動作。 3. 能建立各類運動的安全意識。 4. 能建立團隊合作及自我挑戰的態度。						
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。 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 2/5-2/7	樂樂棒球	3	1. 能依照指令進行暖身操。	1c-IV-1 了解樂樂棒球運動基礎原理和規則。	Cb-IV-1 運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。	實際操作 行為觀察	家 J10 參與家庭與社區的相關活動。 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。
第 2 週 2/10-2/14		3	2. 能依提示說出樂樂棒球的簡易規則。	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。	Cb-IV-2 樂樂棒球的安全使用規定。		
第 3 週 2/17-2/21		3	3. 能打擊棒球至指定區域。	1d-IV-3 應用樂樂棒球比賽的各項策略。	Cd-IV-1 樂樂棒球的綜合應用。		
第 4 週 2/24-2/28		3	4. 能依照指令跑到指定壘包。	2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。			
第 5 週 3/3-3/7		3	5. 能團隊合作進行賽。				
第 6 週 3/10-3/14		3					

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。			
第 7 週 3/17-3/21	足球	3	1. 能依照指令進行暖身操。 2. 能依提示說出足球的簡易規則。 3. 能往前運足球至指定區域。 4. 能將足球踢進球框。 5. 能進行雙人傳球。	1c-IV-1 了解足球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-3 應用足球比賽的各項策略。 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。	Cb-IV-1 運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。 Cb-IV-2 足球的安全使用規定。 Cd-IV-1 足球的綜合應用。	實際操作 行為觀察	家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。 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。
第 8 週 3/24-3/28		3					
第 9 週 3/31-4/4		3					
第 10 週 4/7-4/11		3					
第 11 週 4/14-4/18		3					
第 12 週 4/21-4/25 (21-24 全中運停課)		3					
第 13 週 4/28-5/2		3					
第 14 週 5/5-5/9		3					
第 15 週 5/12-5/16	地板滾球	3	1. 能依照指令進行暖身操。 2. 能依提示說出地板滾球的簡易規則。 3. 能將滾球丟至指定區域。 4. 能團隊合作進行比賽。	1c-IV-1 了解地板滾球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-3 應用地板滾球比賽的各項策略。	Cb-IV-1 運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。 Cb-IV-2 地板滾球的安全使用規定。 Cd-IV-1	實際操作 行為觀察	環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與
第 16 週 5/19-5/23		3					
第 17 週 5/26-5/30		3					
第 18 週 6/2-6/6		3					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

第 19 週 6/9-6/13		3		2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	地板滾球的綜合應用。		互動的良好態度與技能。
第 20 週 6/16-6/20		3		2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。			
第 21 週 6/23-6/27		3					

◎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。