臺南市南區大成國民中學一一四學年度第一學期_8_年級___健體___領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班/■體育班/■藝才班)

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	8	教學節數	每週(2	2)節,本學期共(42)節				
	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	乍完成目標。								
	5.透過學習感受桌球運動的樂趣	,提升並增強技能與	與體適能。								
課程目標	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,立	並能反思和發展學習短	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,並能藉由原		乍技能。							
	9.認識足球頭頂球技巧,以及守	門員相關技術,在海	舌動中建立比賽戰術的	内概念。							
	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類	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	健體-J-A1 具備體育與健康的知 棄。	『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	生命意義,並積極實	『踐 ,不輕言於				
領域核心素養	 健體-J-A2 具備理解體育與健康	情境的全貌,並做發	蜀立思考與分析的知為	能 ,進而運用適	i當的策略	,處理與解決體育與	具健康的問題				

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 學習重點 融入議題 評量方式 教學期程 節數 單元與活動名稱 學習目標 實質內涵 學習表現 學習內容 (表現任務) 第4單元體能挑 1. 了解增推肌肉 1c-W-1 了解各 Ab-IV-1 體滴能促 1.課堂觀察 【牛涯規劃教育】 戰趣 適能的益處。 項運動基礎原理 進策略與活動方 2.口語問答 涯 J6 建立對於未 2. 了解肌肉適能 和規則。 第1章大力水手 法。 3.技能實作 來生涯的願景。 Ab-IV-2 體適能運 ——肌力與肌耐 訓練基本原則。 1d-IV-1 了解各 4.學習單 3. 學會下肢、上 項運動技能原 動處方基礎設計原 カ 肢 及 胸 、 腹 肌 群 [|] 理。 。问其 的動作訓練及注 Id-Ⅳ-2 反思自 意事項。 己的運動技能。 4. 學會肌力與肌 | 4c-IV-2 分析並 評估個人的體適 耐力運動計畫的 設計。 能與運動技能, 9/1 開學 5.養成積極參與的 修正個人的運動 態度,並注意運 計書。 動時的安全。 4c-Ⅳ-3 規劃提 升體適能與運動 技能的運動計 書。 4d-IV-2 執行個 人運動計畫,實 際參與身體活

C5-1	W(17(W)177)F1						
				動。 4d-IV-3 執行提			
				升體適能的身體 活動。			
	第4單元體能挑戰趣第2章躍如脫兔——跳	2	1.了解的量子。 2. 學動作數學 2. 學動作數學 3. 全期 2. 學動作,對學的學學,對學學,對學學,對學學,對學學,對學學,對學學,對學學,對學學,對	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。	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	 課堂觀察 □語問答 技能實作 	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的 能力與興趣。 涯 J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。 涯 J6 建立對於未 來生涯的願景。

			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。 4d-IV-3 執行提 升體適能的身體 活動。			
第 4 單元體能挑 戰趣 第 2 章躍如脫兔 ——跳	2	1.了解。2.停药,是一个人的,我们的,我们的,我们的,我们的,我们的,我们的,我们的,我们的,我们的,我们	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。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	 課堂觀察 □語問答 技能實作 學習單 	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的 能力與興趣。 涯 J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。 涯 J6 建立對於未 來生涯的願景。

四	第4單元體能挑戰 第3章翻山越嶺——山野活動	2	1.了解豪。 2. 解聚。 2. 的转項。 3. 認致 4.學會山野洞。 4.學會出數的 集備專則。	動風險,維護安 全的運動情境。	Bc-IV-1 簡易運動 傷害的處理與風 險。 Cd-IV-1 戶外休閒 運動綜合應用。	1.課堂觀察 2.□語問答 3.技能實作 4.學習單	【環境教育】 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。
---	------------------------	---	--	--------------------	--	-------------------------------------	--

Τ:	答 4 铝 三雕 台 刊		1 左口 注 广 菜种 名条 44	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, 條參與身體活動。	Do W 1 路日海科	1 学田学学明日安之	【エ唖ト☆サト☆】
五 9/29 段考作 文	第4單元體能挑戰 第3章翻山越嶺 ——山野活動	2	1.知道山難發生 的原因。 2.學會發生緊急 事故方法。 3.能擬定並實 山計畫。	全的運動情境。 1d-IV-1 了解各	Bc-IV-1 簡易運動 傷害的處理與風 險。 Cd-IV-1 戶外休閒 運動綜合應用。	 課堂觀察 □語問答 技能實作 學習單 	【環境教育】 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。

	第5單元團體攻	2	1. 了解並介紹世	1	Ha-IV-1 網/牆性球	1.課堂觀察	【人權教育】
六 10/6 中秋節 10/10 國慶日 10/8-9第一 次月考			界知名舉球員與排球運動中舉球。 2.學會排球托球的技巧。	項和1c-IV-3 題動則 - IV-3 題動則 - IV-1 題動則 - IV-1 題關係 - IV-2 動。 T能	類運動動作組合及團隊戰術。	2.□語問答 3.技能實作 4.學習單	人 J3 探索各種利益可能發生的衝突,並不審議方解與主審議方,以下不可以以下,不可以可以以下,不可以可以以下,不可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以

C3-1 质域学自味性(i)	M I I I					
			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。			
防 第 1 —	1 章排列組合 一排球 第一次評量	與跑動托球的技巧。	1c-IV-1 了解各 項運動基礎原理 和規則。	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.學習單	【人權教育】 人 J3 探索各種利 益可能發生的衝 突,並審議方解如何選 用民主審議序,以落 正當的程序,以落實 平等自由之保障。

				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,際參與身體活動。			
八	第5單元團體攻 防戰 第2章彈跳之間 —— 桌球	2	1.動基藉反動習2.遵運重用模意3.感樂與提而於之本由思作與練守動個溝式識透受趣體升資別關係項學能中競習規安別通,。過桌,適與與集知原練習,展賽,,異合養學動技獲,的環題正於現時注並,作團習的能得進強運與,與確練。,意尊採的隊,	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	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	 課堂觀察 □語問答 技能實作 學習單 	【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。

	味性(帆走)可里 		₹ 1.33.4#	4 BI 0 13 LP 34			<u> </u>
			動習慣。	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。			
九	第5單元團體攻 防戰 第3章羽眾不同 ——羽球	2	1. 手手領並反應。 2. 暢正/ 中用升成。	項運動基礎原理 和規則。 1c-IV-2 評估運	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.學習單	【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。

C5-1	水生(附正/口鱼						
				3d-Ⅳ-2 運用運			
				動比賽中的各種			
				策略。			
				4d-IV-1 發展適			
				合個人之專項運			
				動技能。			
	第5單元團體攻	2	1.能了解羽球正	1c-Ⅳ-1 了解各	Ha-Ⅳ-1 網/牆性球	1.課堂觀察	【性別平等教育】
	防戰		手切球、正/反	項運動基礎原理	類運動動作組合及	2.口語問答	性 J11 去除性別刻
	第3章羽眾不同		手挑球之動作要	和規則。	團隊戰術。	3.技能實作	板與性別偏見的情
			領與運用時機,	1c-Ⅳ-2 評估運		4.學習單	感表達與溝通 ,具
			並能透過練習與	動風險,維護安			備與他人平等互動
			反思增進動作技	全的運動情境。			的能力。
			能。	1d-Ⅳ-1 了解各			
			2. 能做到正確且	項運動技能原			
			流暢之正手切球、	理。			
			正/反手挑球動	1d-Ⅳ-2 反思自			
			作,並充分實踐	己的運動技能。			
			運用,進而有效	2c-Ⅳ-2 表現利			
l r			提升身體 適能,	他合群的態度,			
+			養成規律運動習	與他人理性溝通			
			慣。	與和諧互動。			
			3.能了解個別差	2c-Ⅳ-3 表現自			
			異,養成尊重他	信樂觀、勇於挑			
			人之態度,透過	戰的學習態度。			
			合作共同解決學	3c-Ⅳ-1 表現局			
			習歷程所面臨之	部或全身性的身			
			問題,並發揮團	體控制能力,發			
			隊精神,促進人	展專項運動技			
			際互動關係。	能。			
				3d-IV-2 運用運			
				動比賽中的各種			
				策略。			
			1	^ → 			

C5 1 150 54 57 11	味性(明芷/FI 鱼		1	T.	1		_
				4d-IV-1 發展適			
				合個人之專項運			
				動技能。			
	第5單元團體攻	2	1.能了解籃球各	1c-IV-1 了解各	Bc-IV-1 簡易運動	1.課堂觀察	【人權教育】
	防戰	_	種傳接球的相關		傷害的處理與風	2.口語問答	人 J3 探索各種利
	第4章合作無間		知識與技能原理,	和規則。	險。	3.技能實作	益可能發生的衝
			並能反思和發展		Hb-IV-1 陣地攻守	4.學習單	一 突,並了解如何運
	監 場					4.字白平	
			學習策略,以改		性球類運動動作組		用民主審議方式及
			善動作技能。	全的運動情境。	合及團隊戰術。		正當的程序,以形
			2.能做出胸前、地				成公共規則,落實
			板和頂上等傳接	項運動技能原			平等自由之保障。
			球的動作技能,	理。			【生涯規劃教育】
			並學習運用策略	1d-IV-2 反思自			涯 J3 覺察自己的
			於活動或籃球比	己的運動技能。			能力與興趣。
			賽中。	2c-IV-1 展現運			涯 J13 培養生涯規
				動禮節,具備運			劃及執行的能力。
				動的道德思辨和			■1/文书/(1 H 1 N □ / 1
+				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			
				3c-IV-1 表現局			
				部或全身性的身際物質			
				體控制能力,發			

C5-1 領 學 智 記	小工(附正)口 鱼				
			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,		
			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。		
			量 4d-IV-2 執行個		
			人運動計畫,實		
			際參與身體活		
			動。		
			4d-IV-3 執行提		
			升體適能的身體		
			活動。		

	第5單元團體攻	2	1. 能遵守籃球規	1c-IV-1 了解各	Bc-IV-1 簡易運動	1.課堂觀察	【人權教育】
		Z				1	
	防戰		則,以培養守法、	項運動基礎原理	傷害的處理與風	2.口語問答	人 J3 探索各種利
	第4章合作無間		尊重他人和團隊	和規則。	險。	3.技能實作	益可能發生的衝
	籃球		合作之精神,並	1c-Ⅳ-2 評估運	Hb-IV-1 陣地攻守	4.學習單	突,並了解如何運
			養成積極參與的	動風險,維護安	性球類運動動作組		用民主審議方式及
			態度,參與體育	全的運動情境。	合及團隊戰術。		正當的程序,以形
			活動。	1d-Ⅳ-1 了解各			成公共規則,落實
			2.能具備審美與表	項運動技能原			平等自由之保障。
			現的能力,欣賞	理。			【生涯規劃教育】
			籃球比賽中的傳				涯 J3 覺察自己的
			接球技巧。	己的運動技能。			能力與興趣。
			12 142 4	2c-IV-1 展現運			涯 J13 培養生涯規
				動禮節,具備運			劃及執行的能力。
				動的道德思辨和			画3/文书/(1 1 日 J M E J J
				實踐能力。			
十二				g g g g g g g g g g			
11/17 段考作				他合群的態度,			
文							
				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			

==	<u> </u>						
				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,			
				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			
				書。			
				量 4d-IV-2 執行個			
				人運動計畫,實			
				動。			
				勁 ° 4d-IV-3 執行提			
				升體適能的身體			
r —	第5單元團體攻	2	1.能了解棒壘球		Hd-IV-1 守備/跑分	1.課堂觀察	【性別平等教育】
十三	防戰		運動項目的動作	1	性球類運動動作組	 1.	性 J11 去除性別刻
11/25-26 第 二次月考	第 5 章攻占堡壘		技巧發展,與其		合及團隊戰術。	3.技能實作	
_/(/, 1	カリ早以口空豐		1又7] 较成,类共	1711/元尺1 °	口以倒吟耿炯 *	J.1X 別 ト	似兴江川师兄叫月

C5-1 領 學 智 部	和主(阿正/印 里				
	——棒壘球	相關之知識與技	1c-IV-2 評估運	4.學習單	感表達與溝通 ,具
		能原理,並能反	動風險,維護安		備與他人平等互動
		思和發展學習策	全的運動情境。		的能力。
		略,以改善動作			
		技能。	項運動技能原		
		2.能做出肩上傳	理。		
		球、接球與跑壘	1d-IV-2 反思自		
		等動作技巧,並	己的運動技能。		
		學習運用於其他	2c-IV-1 展現運		
		運動項目或平日	動禮節,具備運		
		生活中,保護個	動的道德思辨和		
		人人身安全。	實踐能力。		
		八八分文王	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		
			20-1V-3 农境日 信樂觀、勇於挑		
			間来観、男バが 戦的學習態度。		
			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		
			考與分析能力,		

	水(工(M) 正(J) II <u>E</u>			解決運動情境的問題。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。			
十四 12/5 校慶	第5單元團體攻防戰第5章攻占堡壘一棒壘球【第二次評量週】	2	1. 傳墨表全制人記,對於國際大學,不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不	1c-IV-1 了 項類別。 1c-IV-2 , 類別的 Ic-IV-2 , 動所 Id-IV-1 , 類別 Id-IV-1 可運動的 Id-IV-2 可運動的 Id-IV-2 可運動的 Id-IV-2 可運動的 ID-2 Id-IV-2 Id-IV-2 Id-IV-2 Id-IV-2 Id-IV-2 Id-IV-2 Id-IV-2 Id-IV-2 Id-IV-3 Id-IV-2 Id-IV-3 Id	Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	 課堂觀察 □語問答 技能實作 學習單 	【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。

	(N) 正						
				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			
				考與分析能力,			
				解決運動情境的			
				問題。			
				4c-IV-3 規劃提			
				升體適能與運動			
				技能的運動計			
				畫。			
				<u>=</u> 4d-IV-1 發展適			
				合個人之專項運			
				動技能。			
				4d-IV-3 執行提			
				升體適能的身體			
				活動。			
	第5單元團體攻	2	 1. 了解定位向前	1 1 1	 Ab-IV-1 體適能促		【生涯規劃教育】
	防戰		頭頂球、守門員		進策略與活動方	2. □語問答	涯 J3 覺察自己的
十五	第6章頂上功夫		防守與進攻的動		法。	3.技能實作	能力與興趣。
			作要領。	1d-IV-1 了解各	Hb-IV-1 陣地攻守	4.學習單	1,10,000
				項運動技能原	性球類運動動作組	1 🗖 🛨	
				//~////////////////////////////////			

C5-1 領 學 智 記	木住(朔正/印 里					
		2. 學會向前頭頂	理。	合及團隊戰術。		
		球、守門員防守	1d-Ⅳ-2 反思自			
		與進攻的動作技	己的運動技能。			
		能。	1d-Ⅳ-3 應用運			
		3.了解與運用比賽				
		戦術。	略。			
		124114	c 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。			
			3c-IV-1 表現局			
			部或全身性的身			
			體控制能力,發展東海海社			
			展專項運動技			
			能。			
			3d-IV-2 運用運			
			動比賽中的各種			
			策略。			
			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。			
		1	I .	I .	I .	I

[] [] [] []	珠性(神雀)訂重				14	A ART MATERIAL	
	第5單元團體攻	2	1. 了解與運用比		Ab-IV-1 體適能促	1.課堂觀察	【生涯規劃教育】
	防戰		賽戰術。	項運動基礎原理	進策略與活動方	2.口語問答	涯 J3 覺察自己的
	第6章頂上功夫		2. 養成積極參與	和規則。	法。	3.技能實作	能力與興趣。
	 足球		的態度,並隨時	1d-Ⅳ-1 了解各	Hb-IV-1 陣地攻守	4.學習單	
			注意安全。	項運動技能原	性球類運動動作組		
			3.培養尊重他人、	理。	合及團隊戰術。		
			守法及團隊合作				
			的精神。	己的運動技能。			
			HAMBIT	1d-IV-3 應用運			
				動比賽的各項策			
				勁儿食的仓填來 略。			
				-			
				2c-IV-1 展現運			
				動禮節,具備運			
				動的道德思辨和			
				實踐能力。			
十六				2c-IV-2 表現利			
1 / \				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-2 運用運			
				動比賽中的各種			
				策略。			
				4c-W-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。	Hills had to fine	- Arg. Ma dilate Aba	
十七 12/22-24 校 外教學	第6單元現技好身手第1章超越障礙——體操	2	1.的能動。2.的認進了學腳、於與作。 解與有 。 《上子》的, 如此, 是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是是	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	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ia-IV-2 器械體操動作組合。	 課堂觀察 □語問答 技能實作 學習單 	安全教育】 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。

	水性(明定)可重						
				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,發展更短點對			
				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-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。			
	第6單元現技好	2	1. 發現自己動作		Ab-IV-1 體適能促	1.課堂觀察	【安全教育】
十八 1/1 元旦	身手		技術上的問題並	項運動基礎原理	進策略與活動方	2.口語問答	安 J9 遵守環境設
1/1/65	第1章超越障礙		設計合理的解決	和規則。	法。	3.技能實作	施設備的安全守

[] [] [] [] [] [] [] [] [] []	體操	方法,且能夠把	1c-IV-2 評估運	Ia-IV-2 器械體操	4.學習單	貝」。
	以 27.1 √ビ	自己的想法轉達		動作組合。		Na Na
			全的運動情境。			
		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。	項運動技能原			
		3.能夠隨時注意安				
		全並培養尊重他	1d-IV-2 反思自			
		人及團隊合作的	己的運動技能。			
		精神。	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-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			

3.7.7	床住(朔走/□ 里 │		1		I		
				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-3 應用思			
				考與分析能力,			
				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。			
	第6單元現技好	2	1. 發現自己動作	1c-Ⅳ-1 了解各	Ab-IV-1 體適能促	1.課堂觀察	【安全教育】
	身手		技術上的問題並		進策略與活動方	2.口語問答	安 J9 遵守環境設
	第1章超越障礙		設計合理的解決		法。	3.技能實作	施設備的安全守
	體操		方法,且能夠把		Ia-IV-2 器械體操	4.學習單	則。
	1177.1		自己的想法轉達		動作組合。	···	//4
十九			給他人。	全的運動情境。	<u>→</u> // L \\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\		
			2.積極參與體操				
			運動,能夠支持				
			夥伴的學習並認				
				1d-Ⅳ-1 了解各			

CJTI灰水子日	果程(調整)計畫		
		同每個人不同的	項運動技能原
		課題與挑戰。	理。
		3.能夠隨時注意安	1d-IV-2 反思自
		全並培養尊重他	己的運動技能。
		人及團隊合作的	2c-IV-1 展現運
		精神。	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-1 了解運
			動在美學上的特別
			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。
			3d-IV-1 運用運
			00 2. 1 (2.) (1/4)

	, , ,			キルトルン45 89 33 85		1	1
				動技術的學習策			
				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			
				· · —			
				4c-W-3 規劃提			
				升體適能與運動			
				技能的運動計			
				畫。			
	第6單元現技好	2	1.能了解扯鈴運	1c-Ⅳ-2 評估運	Bc-IV-1 簡易運動	1.課堂觀察	【安全教育】
	身手		動技術之相關知	動風險,維護安	傷害的處理與風	2.□語問答	安 J1 理解安全教
	第2章活靈活現		識與技能原理,	全的運動情境。	險。	3.技能實作	育的意義。
	扯鈴		並能反思和發展	1d-IV-2 反思自	Cb-IV-2 各項運動	4.學習單	
	【第三次評量		策略,以改善動	己的運動技能。	設施的安全使用規	·	
	週】		作技能。	2c-IV-2 表現利	定。		
			2. 能做到扯鈴繞	他合群的態度,	Ic-IV-1 民俗運動		
_ r			手、繞手反勾及	與他人理性溝通	進階與綜合動作。		
<u>_</u> +			扭轉乾坤之運動	與和諧互動。	Ic-IV-2 民俗運動		
1/15-16 第三 次月考			技能,並學習充	2c-IV-3 表現自	個人或團隊展演。		
)()1 1					個人以母体成例。		
			分運用策略於活	信樂觀、勇於挑			
			動中,解決運動	戰的學習態度。			
			相關問題,發揮	2d-IV-2 展現運			
			團隊合作以學習。	動欣賞的技巧,			
			3. 能養成遵理守	體驗生活的美			
			法的態度與實踐	感。			
			運用民主溝通及	3c-Ⅳ-1 表現局			

			法律程序來進行	部或全身性的身			
			活動之人權、法	體控制能力,發			
			治觀念,與培養	展專項運動技			
			運動員「勝不驕、	能。			
			敗不餒」之運動	3c-IV-2 發展動			
			家精神。	作創作和展演的			
			4. 能養成固定運	技巧,展現個人			
			動的習慣,有計	運動潛能。			
			畫提升體適能與	3d-Ⅳ-1 運用運			
			運動技能。	動技術的學習策			
			5.能學習如何欣賞	略。			
			扯鈴動作並提供	4c-Ⅳ-2 分析並			
			回饋給同學,進	評估個人的體適			
			而增進彼此學習	能與運動技能,			
			效能。	修正個人的運動			
				計畫。			
				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。			
	第4單元體能挑	2	1.了解增進肌肉	1c-IV-1 了解各	Ab-IV-1 體適能促	1.課堂觀察	【生涯規劃教育】
	戦趣	_	適能的益處。	項運動基礎原理	進策略與活動方	2. 口語問答	涯 J3 覺察自己的
	第5單元團體攻		2.了解肌肉適能	和規則。	法。	3.技能實作	能力與興趣。
二十一	防戰		訓練基本原則。	1c-IV-2 評估運	Ab-IV-2 體適能運	4.學習單	涯 J4 了解自己的
1/20 休業式	第6單元現技好		3.學會下肢、上	動風險,維護安	動處方基礎設計原	·· +	人格特質與價值
1/21 寒假開	身手			全的運動情境。	則。		觀。
始	複習第 4~6 單		的動作訓練及注	1c-IV-3 了解身	Bc-IV-1 簡易運動		涯 J6 建立對於未
			意事項。	體發展與動作發	傷害的處理與風		來生涯的願景。
	/ 【休業式】		心子.	展的關係。	險。		涯 J13 培養生涯規
	トルオン			ルベロブはいい	r/A		(エリエン・ロ 艮 上/生/元

- 12 24 1 11 11	K122(N'312)F1 22	
		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。
		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。
		11.學會排球高手
		托球與移動托球
		學習方式。
		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。
		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

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。 兆│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 他合群的熊度, 與他人理性溝涌 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-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。 2d-IV-3 鑑賞本 十與世界運動的 文化價值。 3c-IV-1 表現局

部或全身性的身體控制能力,發

Cb-IV-2 各項運動 設施的安全使用規 定。 Cd-IV-1 戶外休閒 運動綜合應用。 Ga-IV-1 跑、跳與 推擲的基本技巧。 Ha-IV-1 網/牆性球 類運動動作組合及 **厚**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。 Ia-IV-2 器械體操 動作組合。 Ic-IV-1 民俗運動 進階與綜合動作。 Ic-IV-2 民俗運動 個人或團隊展演。

【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。

平等自由之保障。

【安全教育】 安 J1 理解安全教 育的意義。 安 J9 遵守環境設 施設備的安全守 則。

	動作技能,於練	展專項運動技		
	習與競賽中展現。	能。		
	14. 透過持續學	3c-IV-2 發展動		
	習, 感受桌球運	作創作和展演的		
	動的樂趣,同時	技巧,展現個人		
	技能與體適能皆	運動潛能。		
	獲得提升與增強,	3d-IV-1 運用運		
	進而養成規律的	動技術的學習策		
	運動習慣。	略。		
	15. 能了解羽球正	3d-IV-2 運用運		
	手切球、正/反	動比賽中的各種		
	手挑球之動作要	策略。		
	領與運用時機,	. =		
	並能透過練習與	考與分析能力,		
	反思增進動作技			
	能。	問題。		
	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。	技能的運動計		
	17. 能了解籃球各			
	種傳接球的相關			
	知識與技能原理,	合個人之專項運		
	並能反思和發展	動技能。		
	學習策略,以改			
	善動作技能。	人運動計畫,實		
	18. 能做出胸前、	際參與身體活		
	地板和頂上等傳	動。		

C3-1 原数字目味性(酮定)可里		
	接球的動作技能, 4d-IV-3 執行提	
	並學習運用策略 升體適能的身體	
	於活動或籃球比 活動。	
	賽中。	
	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。	
	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	
	運動項目或平日	
	生活中,保護個	
	人人身安全。	
	21. 藉由各式肩上	
	傳球、接球與跑	
	■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。	
	22. 了解定位向前	
	頭頂球、守門員	
	防守與進攻的動	
	作要領。	
	23. 學會向前頭頂	
	球、守門員防守	

69 1 队员于日际压(附正)印置	
	與進攻的動作技
	能。
	24. 了解跳箱運動
	的特性與過程,
	認識動作名稱及
	進行方法。
	25. 學會兔跳/蛙
	以
	臺、跳馬背及分
	動作技巧。
	26.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。

臺南市南區大成國民中學一一四學年度第二學期_8_年級__健體___領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班/■體育班/■藝才班)

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	8	教學節數	每週(2)節,本學期共(40)節
------	----	--------------	---	------	----------------------

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。 課程目標 6.了解並學會拔河的動作要領。 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。 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。 該學習階段 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。 領域核心素養 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 學習重點 融入議題 評量方式 教學期程 單元與活動名稱 節數 學習目標 學習內容 實質內涵 學習表現 (表現任務) 第4單元健康體 1. 了解柔軟度的 1c-Ⅳ-1 了解各 Ab-IV-1 體適能促 1.課堂觀察 【安全教育】 能樂生活 定義及影響柔軟 項運動基礎原理 推策略與活動方 2.口語問答 安 J3 了解日常生 第1章身體軟0 度的可能因素。 和規則。 法。 3.學習活動單 活容易發生事故的 力-柔軟度 2. 認識身體各部 1c-W-2 評估運 原因。 位的靜態伸展訓 動風險,維護安

全的運動情境。 1d-IV-1 了解各

練之動作與技巧,

			並能正確的操作 伸展動作。 3.了解柔軟度則 動源方,並是 動源方 動力。 表現 動力。 表現 動類。 4.認識柔軟度 等 的檢測細則,並 能正確執行 表 度 等 等 等 等 等 等 等 等 等 等 等 等 等 等 等 等 等 等	項運動技能原理。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。			
三 三 2/27 調整放 假 2/28 和平紀 念日	第4單元健康體 能樂生活 第2章運動知識 家一運動傷害防 護 第3章化險為夷 護身法—柔道	0 2	電子 第2章動 第一 第一 第一 第一 第一 第一 第一 第一 第一 第一 第一 第一 第一	項運動基礎原理 和規則。 1c-IV-2 評估運	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。	【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	【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。

			「第3章和 第3章和 第3章和 第3章和 第3章和 第3章和 第3章和 第3章和	體驗生活的美感。 3c-IV-1 表現局部或全身性的,體控制能力,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。			
四	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. 日本 2. 倒在 3. 的要。 6. 是一个 2. 是一个 4. 的注语, 6. 是一个 4.	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。	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.□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。

				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。			
五.	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 護身活一不中蛙游 一游泳	2	【護1.時全2.倒技3.的要4的注5.及神【一6.特第身了周性學時巧了重領養態意培互。第游認免化柔道境 會護。解要。成度安養助 章泳識,除道道域 倒的 道與 極並 重作 中 式及為 類線的、動 禮動 參隨 他的 蛙 動蛙夷 獨安 側作 儀作 與時 人精 游 作泳	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思克克思克克克克克克克克克克克克克克克克克克克克克克克克克克克克克克克克克	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)。	【第3章化險為夷護身 法一柔道】 1.課堂觀察 2.口語問答 3.技能實作 4.學習活動單 【第1章水中蛙游一游 泳】 5.課堂觀察 6.口詩電問答 7.技能實作 8.學習活動單	【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。

	第 5 單元熱血向 前行 第 1 章水中蛙游 一游泳	2	選續學手及作法認則養療學等人與實際。 7. 划以動方 8. 规則 6. 之,與與學手及作法認則,是與認為與學等,與與國際,與與國際,與與國際,與與國際,與與國際,與與國際,與與國際,與與國	1d-IV-1 了解各 項運動技能原 理。	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.□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。
六 3/16 段考作 文			2.學習蛙式踢腳、	項運動技能原 理。		4.字自/印到中	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

				動。			
	第5單元熱血向	2	【第1章水中蛙游	1c-W-1 了解各	Cb-IV-3 奧林匹克	【第1章水中蛙游-游	【生涯規劃教育】
	第 7 単九款皿円 前行		【	IC-IV-I	運動會的精神。	 	涯 J3 覺察自己的
			····· • -	垻建助基礎原理 和規則。		• =	准 J 5
	第1章水中蛙游		1.認識蛙式動作		Cd-IV-1 戶外休閒	1.課堂觀察	/ · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
	一游泳		特色,以及蛙泳	1d-IV-1 了解各	運動綜合應用。	2.口語問答	【戶外教育】
	第2章智者的運		選手與其競賽成	項運動技能原	Ce-IV-1 其他休閒	3.技能實作	戶 J2 擴充對環境
	動一定向越野		績紀錄。	理。	運動綜合應用。	4.學習活動單	的理解,運用所學
	【第一次評量		2.學習蛙式踢腳、	1d-IV-2 反思自	Gb-IV-2 游泳前進	【第2章智者的運動一	的知識到生活當
	週】		划手、手腳配合,	己的運動技能。	25 公尺 (需換氣 5	定向越野】	中,具備觀察、描
			以及換氣動作的	1d-IV-3 應用運	次以上)。	5.課堂觀察	述、測量、紀錄的
			動作要領與練習	動比賽的各項策		6.口語問答	能力。
			方法。	略。		7.技能實作	戶 J3 理解知識與
			3. 認識蛙式競賽	2c-IV-2 表現利			生活環境的關係,
			規則。	他合群的態度,			獲得心靈的喜悅,
			4. 能積極運用學	與他人理性溝通			培養積極面對挑戰
セ			會之游泳技能,	與和諧互動。			的能力與態度。
3/25-26 第一			發揮團隊合作精	2c-Ⅳ-3 表現自			戶 J5 在團隊活動
次月考			神,享受水中遊	信樂觀、勇於挑			中,養成相互合作
			戲之樂趣。	戰的學習態度。			與互動的良好態度
			【第2章智者的運	3d-Ⅳ-3 應用思			與技能。
			動一定向越野】	考與分析能力,			【品德教育】
			5.能了解定向越	解決運動情境的			品 J1 溝通合作與
			野運動的由來、	問題。			和諧人際關係。
			國際組織、國內	4c-Ⅳ-2 分析並			品 J2 重視群體規
			的發展狀況及其	評估個人的體適			範與榮譽。
			運動的特性。	能與運動技能,			
			6. 能說出不同定	修正個人的運動			
			向越野比賽的類	計畫。			
			型、流程,以及	4d-Ⅳ-2 執行個			
			成功完成競賽的	人運動計畫,實			
			必要條件。	際參與身體活			
				動。			
	1		l	1 * * *	I	l .	

			1			1	
			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。				
			8. 能熟悉定向越				
			野運動的基本技				
			術、體能要素及				
			心理能力。				
			9.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。				
	第5單元熱血向	2	1.能了解定向越	1c-W-1 了解各	Cd-IV-1 戶外休閒	1.課堂觀察	【戶外教育】
	前行		野運動的由來、	項運動基礎原理	運動綜合應用。	2.口語問答	戶 J2 擴充對環境
	第2章智者的運		國際組織、國內	和規則。	Ce-Ⅳ-1 其他休閒	3.技能實作	的理解,運用所學
	動-定向越野		的發展狀況及其	1d-Ⅳ-1 了解各	運動綜合應用。		的知識到生活當
			運動的特性。	項運動技能原			中,具備觀察、描
			2. 能說出不同定	理。			述、測量、紀錄的
			向越野比賽的類	1d-Ⅳ-2 反思自			能力。
			型、流程,以及	己的運動技能。			戶 J3 理解知識與
			成功完成競賽的	1d-Ⅳ-3 應用運			生活環境的關係,
4/3 調整放假 4/4 兒童節			必要條件。	動比賽的各項策			獲得心靈的喜悅,
17 1 7 1 1 1 1			3.能了解定向越	略。			培養積極面對挑戰
			野運動的個人裝	2c-Ⅳ-3 表現自			的能力與態度。
			備,以及競賽中	信樂觀、勇於挑			戶 J5 在團隊活動
			會使用的器材設	戰的學習態度。			中,養成相互合作
			備及其功能。	3d-Ⅳ-3 應用思			與互動的良好態度
			4. 能熟悉定向越	考與分析能力,			與技能。
			野運動的基本技	解決運動情境的			【品德教育】
				問題。			品 J1 溝通合作與

			術、體能要素及 心理能力。 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。	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。			和諧人際關係。 品 J2 重視群體規 範與榮譽。
九 4/5 清明節 4/6 調整放假	第5單元熱血向 前行 第2章智者的運 動一定向越野 第3章力拔山河 一八人制拔河	2	【動1.野國的運2.向型成必3.野備會備4.野術心5.向第2定了動組展的說野流完條了動以用其熟動體能透野智越定由、況。不賽,競。定個競器。定基要。 參賽的別向來國及。同的以賽。向人賽材。向本素。與及運越、內其。定類及的,越裝中設。越技及。定訓運	信樂觀、勇於挑 戰的學習態度。	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。	【第2章智者的運動一定向越野】 1.課堂觀察 2.口語問答 3.技能實作 【第3章力拔山河一八人制拔河】 4.課堂觀察 5.口語實作 6.技能實作	【戶J2解識別 戶J2解識別 戶財理 所與 所 所 所 的 的 中 述 能 戶 身 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是

			練習能【一6.河文7.的8.的9.河備0.出作了簡賞賽並。第八認運化了特了安認基與能出。所以為人識動。解與拔之,對於河人發,體神河事人作。即,以則摩運升,拔河人發,體神河事人作。學、人則摩爾,與大人,以則摩,人則擊,人,以則擊,人,以則擊,人,以以,以,以,以,以,以,以,以,以,以,以,以,以,以,以,以,以,以	展。 3d-IV-1 調專 事。 3d-IV-2 動技。 3d-IV-3 動比略 3d-IV-3 動比略 3d-IV-3 類型 理的 應計 第2 第3d-IV-3 第3d-IV-3 第2 第4d-IV-1 第4d-IV-1 動與 数事 4d-IV-2 計體 報題 報題 和子析動 数事 4d-IV-2 計量 数事 4d-IV-3 計體 数事 4d-IV-3 計體 對身 是項 4d-IV-3 計體 表面 4d-IV-3 計體 表面 4d-IV-3 計體 表面 4d-IV-3 表面 4d-IV-3 計體 表面 4d-IV-3 表面 4d-IV-3 表面 表面 4d-IV-3 表面 4d-IV-3 表面 表面 4d-IV-3 表面 表面 表面 表面 表面 表面 表面 表面			能力與興趣。
+	第5單元熱血向 前行 第3章力拔山河 一八人制拔河	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。	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。	Ce-IV-1 其他休閒 運動綜合應用。	 1.課堂觀察 2.□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。

C5-1 領域學習記	米性(神雀)可重				
		4. 認識八人制拔	項運動技能原		
		河基本動作、裝	理。		
		備與器材。	1d-IV-2 反思自		
		5. 能與同學合作			
		做出起步、進攻			
		動作。	動比賽的各項策		
		6.了解八人制拔河	略。		
		簡易規則,能欣	2c-IV-2 表現利		
		賞、觀摩拔河比	他合群的態度,		
		賽。	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。		
			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-1 發展適		
			合個人之專項運		
			動技能。		
			-744/1/10		

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

	第5單元熱血向	2	【第3章力拔山河	1c-IV-1 了解各	Ce-IV-1 其他休閒	【第3章力拔山河-八	【生涯規劃教育】
	前行		一八人制拔河】	項運動基礎原理	運動綜合應用。	人制拔河】	涯 J3 覺察自己的
	第6單元球賽對		1. 認識八人制拔	和規則。	Hd-IV-1 守備/跑分	1.課堂觀察	推力與興趣。
	决		河運動的發展與	1c-W-2 評估運	性球類運動動作組	1.除主既宗 2.□語問答	【品德教育】
			文化。	動風險,維護安	合及團隊戰術。	3.技能實作	品 J1 溝通合作與
	一八人制拔河		2. 了解團體運動		口及国际联网		和諧人際關係。
	第1章棒壘一家		的特質與精神。	1d-IV-1 了解各		本語 中	【性別平等教育】
	親 - 棒壘球		3. 了解拔河運動	項運動技能原		作室	性 J7 解析各種媒
	机 件壁机		的安全注意事項。	理。		1. 	體所傳遞的性別迷
			4. 認識八人制拔			6.技能實作	思、偏見與歧視。
			河基本動作、裝	Id-IV-2 反芯目 己的運動技能。		7.學習活動單	心。開光兴叹沉。
			備與器材。	1d-IV-3 應用運		/·子日/U到 中 	
			5. 能與同學合作	動比賽的各項策			
			做出起步、進攻				
			動作。	2c-IV-2 表現利			
			6. 了解八人制拔	他合群的態度,			
 +-			河簡易規則,能	與他人理性溝通			
			欣賞、觀摩拔河	與和諧互動。			
			比賽。	2c-IV-3 表現自			
			【第1章棒壘一家	信樂觀、勇於挑			
			親一棒壘球】	戰的學習態度。			
			7. 能了解棒球與	3c-IV-1 表現局			
			壘球運動之差異,	部或全身性的身			
			以及打擊動作的	體控制能力,發			
			相關知識與技能	展專項運動技			
			原理,並能反思、	能。			
			發展學習策略,	3d-IV-1 運用運			
			改善動作技能。	動技術的學習策			
			8. 能做出棒壘球	略。			
			投手投球與打者	6 3d-IV-2 運用運			
			打擊等動作,表	動比賽中的各種			
				策略。			
			現個人局部或全				

		1	J. 13 11 J. H. 15				1
			身性的身體控制	3d-IV-3 應用思			
			能力,展現個人	考與分析能力,			
			的運動潛能,並	解決運動情境的			
			將此技巧運用於	問題。			
			其他運動項目或	4d-Ⅳ-1 發展適			
			日常生活中。	合個人之專項運			
			9. 能於活動中保	動技能。			
			護個人及他人的				
			人身安全。				
			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。				
	第6單元球賽對	2	1.能了解棒球與	1c-Ⅳ-1 了解各	Hd-IV-1 守備/跑分	1.課堂觀察	【品德教育】
	決		壘球運動之差異,	項運動基礎原理	性球類運動動作組	2.口語問答	品 J1 溝通合作與
	第1章棒壘一家		以及打擊動作的	和規則。	合及團隊戰術。	3.技能實作	和諧人際關係。
	親-棒壘球		相關知識與技能	1c-Ⅳ-2 評估運		4.學習活動單	【性別平等教育】
			原理,並能反思、	動風險,維護安			性 J7 解析各種媒
			發展學習策略,	全的運動情境。			體所傳遞的性別迷
			改善動作技能。	1d-Ⅳ-1 了解各			思、偏見與歧視。
十二			2. 能做出棒壘球	項運動技能原			
4/27 段考作			投手投球與打者	理。			
文			打擊等動作,表	1d-Ⅳ-2 反思自			
			現個人局部或全	己的運動技能。			
			身性的身體控制	2c-Ⅳ-2 表現利			
			能力,展現個人	他合群的態度,			
			的運動潛能,並	與他人理性溝通			
			將此技巧運用於	與和諧互動。			
			其他運動項目或	2c-IV-3 表現自			
			日常生活中。	信樂觀、勇於挑			

	水(工(附正)川 里		3. 能於活動中保護個人及他人身安全。 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。	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。 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。			
十三 5/5-6 九年級 第二次月考	第6單元球賽對 決 第1章棒壘一家 親一棒壘球 第2章排敵禦攻 一排球	2	【親子 第一能球及關理展善能手擊個性力運 章壘解之動擊職,學動做投等人的,動 學工動擊職能等, 學所出球動局身展潛 學作出球動局身展潛 人的,動 等。 與,的能、, 球者表全制人並	1c-IV-1 了解各項運動基礎 和規則。 1c-IV-2 評估運動 1c-IV-2 評估運動 1d-IV-1 動風 1d-IV-1 可運動技能	Ha-IV-1 網/牆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。	【第1章棒壘一家親- 棒壘球】 1.課堂觀察 2.口語問答 3.技能實作 4.學習活動單 【第2章排敵禦攻-排 球】 5.課堂觀察 6.口語問答 7.技能實作	【品德教育】品J1 溝通合作與和諧人際關係。 【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。 【人權教育】 人J5 了解社會上有不同的群體和文化,專重並欣賞其差異。

	, ,		114 II II \ \B \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \	/\.\AA\dHH → \ t t tt			T
			將此技巧運用於	信樂觀、勇於挑			
			其他運動項目或	戰的學習態度。			
			日常生活中。	3c-Ⅳ-1 表現局			
			3. 能於活動中保	部或全身性的身			
			護個人及他人的	體控制能力,發			
			人身安全。	展專項運動技			
			4. 能欣賞與表現	能。			
			棒壘球運動,培	3d-Ⅳ-1 運用運			
			養良好人際關係	動技術的學習策			
			與團隊合作精神,	略。			
			並精進、挑戰個	3d-Ⅳ-2 運用運			
			人極限。	動比賽中的各種			
			【第2章排敵禦攻	策略。			
			一排球】	3d-Ⅳ-3 應用思			
			5. 了解排球的攻	考與分析能力,			
			擊基本技術。	解決運動情境的			
			6. 學會如何將排	問題。			
			球攻擊運用在比	4d-Ⅳ-1 發展適			
			賽上。	合個人之專項運			
			7.增加運動欣賞的	動技能。			
			能力。				
	第6單元球賽對	2	1. 了解排球的攻	1c-IV-1 了解各	Ha-Ⅳ-1 網/牆性球	1.課堂觀察	【人權教育】
	決		撃基本技術。	項運動基礎原理	類運動動作組合及	2.□語問答	人 J5 了解社會上
	第2章排敵禦攻		2.學會如何將排	和規則。		3.技能實作	有不同的群體和文
1	一排球		球攻擊運用在比	1d-IV-2 反思自			化,尊重並欣賞其
十四 5/12-13七、	【第二次評量		賽上。	己的運動技能。			差異。
7/12-13 七、 八年級第二	週】		3.增加運動欣賞的	2c-IV-2 表現利			
次月考	, - -		能力。	他合群的態度,			
5/16-17 會考			, . <u> </u>	與他人理性溝通			
				與和諧互動。			
				2c-IV-3 表現自			
				信樂觀、勇於挑			
				10 1 1 EV			

3 . , . ,	味性(剛定/印 里						
				戰的學習態度。 3c-Ⅳ-1 表現局			
				30-11-1 农垸局			
				一部或主身住的身 一體控制能力,發			
				展專項運動技			
				能。			
				3d-IV-2 運用運			
				動比賽中的各種			
	1 Week 2 HH + 1 He 3			策略。			
	第6單元球賽對	2	1.能了解羽球正		Ha-IV-1 網/牆性球	1.課堂觀察	【生涯規劃教育】
	決		手殺球與正、反		類運動動作組合及	2.口語問答	涯 J3 覺察自己的
	第3章羽出驚人		手網前短球的動			3.技能實作	能力與興趣。
	一羽球		作要領及運用時			4.分組討論	
			機,並能透過練	i i		5.學習活動單	
			習與反思增進動	全的運動情境。			
			作技能。	1d-Ⅳ-1 了解各			
			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	己的運動技能。			
十五			分實踐運用,進	2c-Ⅳ-2 表現利			
			而有效提升身體	他合群的態度,			
			適能,養成規律	與他人理性溝通			
			運動習慣。	與和諧互動。			
			3.能了解個別差	2c-Ⅳ-3 表現自			
			異,養成尊重他	信樂觀、勇於挑			
			人的態度,透過	戰的學習態度。			
			合作學習,解決	3c-Ⅳ-1 表現局			
			學習歷程所面臨	部或全身性的身			
			的問題,並發揮	體控制能力,發			
			團隊精神,促進	展專項運動技			
			人際互動關係。	能。			

3d-IV-2 運用運 創化費中的各種 策略。 4d-IV-I 發展適 合個人之專項運 對放定。 全個人之專項運 對放定。 第3章羽出驚人 一羽球 作要領及運用時 機,並能透極鍊 習與反運用時 機,並能透極鍊 習與反運用。 流輔的正手般歌 與工、反手網前。 2. 能做到正確 2. 能做到正確 2. 能做到正確 2. 能做到正確 2. 能做到正確 2. 能做到正表手級報 與理動故能原 理理動故能原 1d-IV-1 了解各 資經期時效。 1d-IV-2 反思自 ご的理動故能原 理理動故能能 2. 化 IV-2 反思自 ご的理動故能。 2d-IV-2 表現例 他公內態度,透透 各作學習,解決 學習歷程所面障 的問題,並發揮 圖隊將和 經內學習數度。 3c-IV-1 表現自 信樂觀、與於地 概的學習態度。 3c-IV-1 表現自 信樂觀、與於地 概的學習態度。 3c-IV-1 表現自 信樂觀、與於地 概的學習態度。 3c-IV-1 表現自 信樂觀、與於地 概的學習態度。 3c-IV-1 表現局 那或企身性的身 體控制能力,發展專項連動故 能。 3d-IV-2 運用運 動比賽中的各種	C5-1	不住(阿正/町里						
第6 單元球賽對 2 1.能了解羽球正 1. 1. 2. 1. 2. 2. 1. 2. 2					3d-Ⅳ-2 運用運			
4d-IV-1 發展適合個人之事項總					動比賽中的各種			
古典					策略。			
第6單元球賽對 決					4d-Ⅳ-1 發展適			
第 6 單元球賽對 決 第 3 章羽出驚人					合個人之專項運			
手級球與正、反 再緩動動症。 上 13 優察自己的 東海動極原理 和規則。 上 18 上 18 上 19 上 19 上 19 上 19 上 19 上 19					動技能。			
第3章羽出驚人 —羽球 「中要領及運用時機,並能透過線動 所作技能。 2.能做到正確且流暢的正手殺球 與正、反子網的短球動作。 在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原 理。 2c-IV-2 表現利 而有效提升身體 適能可償。 3.能了解個別差 異、養成尊重他人的態度,透過含作學習,解決。 全的運動者價。 2c-IV-3 表現自信樂觀,發於觀費和語互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀,解決學習歷程所面臨的問題,並發揮國隊精神,促進人際互動關係。 (際互動關係。 (於至重動關係。 (於至重動關係。 (本記) (本記)		第6單元球賽對	2	1.能了解羽球正	1c-Ⅳ-1 了解各	Ha-Ⅳ-1 網/牆性球	1.課堂觀察	【生涯規劃教育】
一羽球 作要領及運用時機,並能透過練物風險,維護安智與反思增進動風險,維護安智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、反手網前短球動作,並充近所有效提升身體通能,養成規律運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與和苦互動。 3.能了解個別差異,養成尊重他人的態度,透過合作學習,解決學習態度。 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。 人際互動關係。 3d-IV-2 運用運		決		手殺球與正、反	項運動基礎原理	類運動動作組合及	2.口語問答	涯 J3 覺察自己的
機,並能透過練習與反思增進動作技能。 2.能做更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,進而有效提升身體適能計費處離計費。 2c-IV-2表現利而有效提升身體適能計費。 適能計費檢測的學習數度,與他人理性溝通與和諧智數。 3.能了解個別差與和常人的態度,透過合作學習,解決學習態度。 3c-IV-1表現局 對關、並發揮團隊精神、促進長等項運動技		第3章羽出驚人		手網前短球的動	和規則。	團隊戰術。	3.技能實作	能力與興趣。
全的運動情境。 1d-IV-1 了解各 項運動技能原 理。 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 適能,養成規律 運動習慣。 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。 全的運動情境。 1d-IV-2 反思自 一定學問題, 2c-IV-2 表現利 他合群的態度, 與他人理性溝通 與和諾互動。 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 體歷科所面臨 的問題,並發揮 團隊精神、促進 人際互動關係。 3d-IV-2 運用運		- 羽球		作要領及運用時	1c-Ⅳ-2 評估運		4.分組討論	
作技能。 2. 能做到正確且流暢的正手殺球與正、反手網前短球動作,並交子網前短球動作,並在分實踐運用大進而有效提升身體適能,養成規律運動習慣。 3.能了解個別差異,養成尊重他人的態度,透過合作學習,解法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。 1d-IV-1 了解各項運動技能。 2c-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 校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,發展專項運動技術。 3d-IV-2 運用運				機,並能透過練	動風險,維護安		5.學習活動單	
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 適能,養成規律 運動習慣。 3.能了解個別差 異,養成尊重他 人的學習,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。				習與反思增進動	全的運動情境。			
無いた 一				作技能。	1d-Ⅳ-1 了解各			
中六				2. 能做到正確且	項運動技能原			
日球動作,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。 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。 「短球動作,並充力實踐運用,進一位一時的態度,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				流暢的正手殺球	理。			
十六				與正、反手網前	1d-Ⅳ-2 反思自			
十六				短球動作,並充	己的運動技能。			
適能,養成規律 運動習慣。 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。				分實踐運用,進	2c-Ⅳ-2 表現利			
題能,養成規律 運動習慣。 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。 場底,養成想 電應之身性的身 體控制能力,發 展專項運動技 人際互動關係。 3d-IV-2 運用運	1			而有效提升身體	他合群的態度,			
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。 3. 是 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	十八			適能,養成規律	與他人理性溝通			
異,養成尊重他 人的態度,透過 合作學習,解決 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。 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				運動習慣。	與和諧互動。			
人的態度,透過 合作學習,解決 分問題,並發揮 的問題,並發揮 國隊精神,促進 人際互動關係。 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 作。 3d-IV-2 運用運				3.能了解個別差	2c-Ⅳ-3 表現自			
合作學習,解決 3c-IV-1 表現局 學習歷程所面臨 部或全身性的身的問題,並發揮 應於精神,促進 展專項運動技 人際互動關係。 能。 3d-IV-2 運用運				異,養成尊重他	信樂觀、勇於挑			
學習歷程所面臨 的問題,並發揮 的問題,並發揮 團隊精神,促進 人際互動關係。 體控制能力,發 展專項運動技 人際互動關係。 4				人的態度,透過	戰的學習態度。			
的問題,並發揮 團隊精神,促進 人際互動關係。 3d-IV-2 運用運				合作學習,解決	3c-Ⅳ-1 表現局			
的問題,並發揮 團隊精神,促進 人際互動關係。 3d-IV-2 運用運								
画隊精神,促進 展專項運動技 人際互動關係。 能。 3d-IV-2 運用運								
人際互動關係。								
3d-IV-2 運用運								
					3d-Ⅳ-2 運用運			
策略。					策略。			

, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	床性(朔定)印鱼		1		1	ı	
				4d-Ⅳ-1 發展適			
				合個人之專項運			
				動技能。			
	第6單元球賽對	2	1.能了解籃球攻	1c-Ⅳ-1 了解各	Hb-IV-1 陣地攻守	1.課堂觀察	【生涯規劃教育】
	決		守技巧之相關知	項運動基礎原理	性球類運動動作組	2.口語問答	涯 J3 覺察自己的
	第4章誰與爭鋒		識和技能原理,	和規則。	合及團隊戰術。	3.技能實作	能力與興趣。
	-籃球		並能反思、發展	1d-Ⅳ-1 了解各		4.比賽統計表	
			學習策略,以改	項運動技能原			
			善動作技能。	理。			
			2. 能做出進攻三	1d-Ⅳ-2 反思自			
			重威脅動作、各	己的運動技能。			
			式擺脫動作及個	2c-Ⅳ-2 表現利			
			人攻守基本動作	他合群的態度,			
			技能,並學習運	與他人理性溝通			
			用策略於活動或	與和諧互動。			
			籃球比賽中。	2c-Ⅳ-3 表現自			
			3. 能遵守籃球規	信樂觀、勇於挑			
十七			則,以培養守法、	戰的學習態度。			
			尊重他人與團隊	2d-Ⅳ-2 展現運			
			合作之精神。	動欣賞的技巧,			
			4. 養成積極參與	體驗生活的美			
			的態度,並集中	感。			
			注意力,隨時注	3c-Ⅳ-1 表現局			
			意周遭環境安全。	部或全身性的身			
			5.能具備審美與表	體控制能力,發			
			現的能力,培養	展專項運動技			
			賞析、建構和分	能。			
			享的態度與能	3d-IV-1 運用運			
			力,進而有效精	動技術的學習策			
			進個人學習,挑	略。			
			戰個人極限。	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。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。			
十八 6/9 畢典	第6單元球賽對決第4章誰與爭鋒一籃球	2	1.守識並學善2.重式人技用籃3.則尊合4.的比技和能習動能威擺攻能策球能,重作養態了巧技反策作做脅脫守,略比遵以他之成度解之能思略能出動動基並於東守養與。極並雖關理發以、攻、及動習動、球法團、參集攻知,展改 三各個作運或 規、隊 與中	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。	Hb-IV-1 陣地攻守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.比賽統計表	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的 能力與興趣。

			注意力,隨時注意問遭環境安全表現備審美與養實的能力,進大學習,進個人極限。	部全身能理 體控制運 動性的,技 能動技 。 3d-IV-1 與 動性的,技 動力技 。 3d-IV-2 與 動比 。 3d-IV-3 動比 。 3d-IV-3 所 , 的 , 的 , 的 , 的 , 的 , 的 , 的 , 的 , 的 ,			
十九 6/19 端午節	第6單元球賽對 決 第5章合作玩球 一合球	2	1. 能術, 原 時 所 的 技 形 的 走 。 能 。 能 , 能 , 。 能 , 。 能 , 。 能 , 。 能 , 。 。 。 。		Hb-IV-1 陣地攻守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.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。

			合作學。 6作學。 7.	他合群的態度, 與他人理性溝通 與和諧互動。			
二十 6/25-26第三 次月考	第6單元球賽對 決 第5章合作玩球 一合球 【第三次評量 週】	2	1. 能術, 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個	畫。 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。	Hb-IV-1 陣地攻守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.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。

			合作學 學以 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個	他合群的態度, 與他人理性溝通 與和諧互動。			
	第 4 單元健康體 能樂生活 第 5 單元熱血向 前行	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		Ab-IV-1 體適能促 進策略與活動方 法。 Bc-IV-1 簡易運動	1.課堂觀察 2.□語問答 3.學習活動單 4.技能實作	【安全教育】 安 J1 理解安全教 育的意義。 安 J3 了解日常生
二十一 6/30 休業式 7/1 暑假開始	第 6 單元球賽對 決 複習第 4~6 單 元 【休業式】		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。	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。	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。	5.分組討論 6.比賽統計表 7.合作學習	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

 _/· ·	
	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
	課餘時間自我網
	習。
	5. 認識定向越野
	與其基本能力。
	6. 了解並學會拋
	河的動作要領。
	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。
	•

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 他合群的熊度, 與他人理性溝通 與和諧互動。 拔 2c-Ⅳ-3 表現自 信樂觀、勇於挑 曼 | 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。 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,

解決運動情境的

Cb-IV-3 奥林匹克 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 **專隊戰術。** 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。

【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。

【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。

【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

工(内4)正/日 正				
	F	 問題。		差異。
	4	c-IV-2 分析並		
	完	平估個人的體適		
				
		多正個人的運動		
		十畫。		
		·c-IV-3 規劃提		
		十體適能與運動		
		支能的運動計		
	4	·d-IV-1 發展適		
		合個人之專項運		
	重	助技能。		
	4	·d-IV-2 執行個		
		人運動計畫,實		
		祭參與身體活		
		办。		
		d-IV-3 執行提		
		什體適能的身體		
	i i	舌動。		