

教材版本	自編教材	實施年級 (班級/組別)	二年級	教學節數	每週( 3 )節，本學期共( 63 )節		
課程目標	1. 養成規律運動的習慣和增進體適能。 2. 增進田徑韻律運動的基本技能。						
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。 健體-J-B1 具備情意表達的能力，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	環狀運動 GO	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 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。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	Ab-IV-1 調整後的體適能促進策略與活動方法。 Ab-IV-2 調整後的體適能運動處方基礎設計原則 Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。 Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。	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	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。
第 2 週		3					
第 3 週		3					
第 4 週		3					
第 5 週		3					
第 6 週		3					
第 7 週		3					
第 8 週		3					
第 9 週		3					
第 10 週		3					
第 11 週	一起去跑步	3	1. 能依照老師指導，進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	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2c-IV-1 展現運	Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。 Ga-IV-1 走跑	1. 暖身操（個人肢體伸展動作能力）。 2. 走跑運動（個人	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人
第 12 週		3					
第 13 週		3					
第 14 週		3					

## C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

第 15 週		3	康。	動禮節，具備運動和實踐能力。	的基本技巧。	心肺能力)	的身體自主
第 16 週		3	3. 能參與團隊綜合體能		(調整)	3. 進行調整式綜合	權。
第 17 週		3	運動競賽，與同儕互助	3c-IV-1 表現手	Ab-IV-2 調整	體能運動，團隊合	
第 18 週		3	合作。	眼協調的控制能力。(調整)	後的體適能運動處方基礎設計原則。	作競賽。	
第 19 週		3				(團隊合作能力)	
第 20 週		3				實作評量	
第 21 週		3				觀察評量	

◎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。

## 臺南市復興國民中學 114 學年度第二學期八年級 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)	二年級	教學節數	每週( 3 )節，本學期共( 63 )節		
課程目標	1. 養成規律運動的習慣和增進體適能。 2. 增進足球、飛盤運動的基本技能。						
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。 健體-J-B1 具備情意表達的能力，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 1~2 週	我會踢足球	3	1. 能來回往返跑三次 (50 公尺) 2. 能用踢球的方式傳球 3. 能將球踢進指定目 標，五次中三次 4. 能將球踢中指定目 標，五次中三次	1c-IV-1 了解常 見運動的規則。 1c-IV-2 認識與 選擇安全的運動 情境。 1d-IV-1 了解常 見運動的技能原 理。 2c-IV-2 表現利 他合群與和諧互 動的態度。 3c-IV-1 表現基 本的身體控制能 力，發展運動技 能。 3d-IV-1 運用基 本運動技術的學 習策略。	Ab-IV-1 體適 能促進方法。 Ab-IV-2 體適 能運動的執 行。 Bc-IV-2 終身 運動習慣的建 立。 Cb-IV-2 常用 運動設施的安 全使用規定。 Cd-IV-1 常見 戶外休閒運動 的應用。 Da-IV-4-2 規 律運動的維持	1. 體適能活動 2. 簡易體操動作 3. 足球運動基本動 作 4. 足球運動簡易遊 戲	品 J2 重視群 體規範與榮 譽。 安 J3 了解日 常生活容易發 生事故的原 因。 安 J5 了解特 殊體質學生的 運動安全。 安 J6 了解運 動設施安全的 維護。
第 3 週		3					
第 4 週		3					
第 5 週		3					
第 6 週		3					
第 7 週		3					
第 8 週		3					
第 9 週		3					
第 10 週		3					

					與實踐。 Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運 動之基本動作 與規則。 Ic-IV-1 民俗 運動的參與。		
第 11 週	我會擲飛盤	3	1. 能間斷跑完一圈操 場 2. 能將飛盤擲飛 3. 能和同學互相擲接飛 盤 4. 能將飛盤擲中指定目 標，五次中三次	1c-IV-1 了解常 見運動的規則。 1c-IV-2 認識與 選擇安全的運動 情境。 1d-IV-1 了解常 見運動的技能原 理。 2c-IV-2 表現利 他合群與和諧互 動的態度。 3c-IV-1 表現基 本的身體控制能 力，發展運動技 能。 3d-IV-1 運用基 本運動技術的學 習策略。	Ab-IV-1 體適 能促進方法。 Ab-IV-2 體適 能運動的執 行。 Bc-IV-2 終身 運動習慣的建 立。 Cb-IV-2 常用 運動設施的安 全使用規定。 Cd-IV-1 常見 戶外休閒運動 的應用。 Da-IV-4-2 規 律運動的維持 與實踐。 Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運 動之基本動作 與規則。	1. 體適能活動 2. 簡易體操動作 3. 飛盤運動基本動 作 4 飛盤運動簡易遊 戲	1. 體適能活動 2. 簡易體操動 作 3. 足球運動基 本動作 4. 足球運動簡 易遊戲
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		3					
第 19 週		3					
第 20 週		3					
第 21 週		3					

					Ic-IV-1 民俗 運動的參與。		
--	--	--	--	--	----------------------	--	--

◎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。