

臺北市 興雅 國民中學 114 學年度部定課程計畫

1140113修訂

領域/科目	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 本土語文(<input type="checkbox"/> 閩南語文 <input type="checkbox"/> 客語文) <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會(<input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民與社會) <input type="checkbox"/> 自然科學(<input type="checkbox"/> 理化 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學) <input type="checkbox"/> 藝術(<input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 視覺藝術 <input type="checkbox"/> 表演藝術) <input type="checkbox"/> 綜合活動(<input type="checkbox"/> 家政 <input type="checkbox"/> 童軍 <input type="checkbox"/> 輔導) <input type="checkbox"/> 科技(<input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 生活科技) <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育(<input type="checkbox"/> 健康教育 <input checked="" type="checkbox"/> 體育)							
實施年級	<input type="checkbox"/> 7年級 <input checked="" type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期							
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書: _____ 翰林版 <input type="checkbox"/> 自編教材 (經課發會通過)	節數	學期內每週2節					
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 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-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。 健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。								
課程目標	第一學期認識運動對身體發展的影響，並學習如何鍛鍊自己的身體，深化、進階七年級學習過的各類球類運動，課程也規劃跳遠、跳繩、飛盤等全新學習內容，希望同學藉此培養多元興趣與良好體能。第二學期除了加深籃球、排球、桌球、足球、游泳、體操的技術教學，也提供了運動時要注意的營養及自行車知識。在選授課程的部分，這次則教授了「立式划槳」，希望同學在從事體育活動時，能有更多更有趣的選擇。							
學習進度 週次	單元/主題 名稱	學習重點 學習表現 學習內容		評量方法 議題融入實質內涵	跨領域/科目協同 教學			
第一 學期	第1週 第四篇運動全方位 第一章運動與身體發展	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-4 了解身體發展、運動和營養的關係。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。		Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。	1. 問答：能說出運動時身體的生理反應。(25%) 2. 實作：能利用資訊科技或書籍來蒐集與運動功能相關資料。(25%) 3. 問答：能說出運動對身體發展的正面效益。(25%) 4. 問答：能說出運動對身體發展和身心健康之間的關係。(25%)	【生涯規劃教育】 涉 J3 覺察自己的能力與興趣。		
	第2週 第四篇運動全方位 第一章運動與身體發展	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-4 了解身體發展、運動和營養的關係。		Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。	1. 問答：能說出運動訓練原則的原理。(50%) 2. 問答：能舉出應用運動訓練	【生涯規劃教育】 涉 J3 覺察自己的能力與興趣。		

		4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。		原則的例子。(50%)		
第3週	第四篇運動全方位 第一章運動與身體發展	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-4 了解身體發展、運動和營養的關係。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。	1. 問答：能說出運動相關科技或資訊的種類和功效。(17%) 2. 問答：能發表自己如何利用網路資源解決運動參與相關問題。(17%) 3. 實作：蒐集與發表運動相關科技或資訊應用情形。(17%) 4. 問答：能分析運動相關資訊科技的功能和使用注意事項。(17%) 5. 實作：能利用資訊科技解決運動參與問題。(16%) 6. 發表：能應用所學進行運動處方執行的成效分析。(16%)	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第4-6週	第四篇運動全方位 第二章肌力訓練	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。	Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。	1. 問答：學生能夠了解哪些是生活情境中的肌力訓練。(33%) 2. 觀察：認識肌力訓練所鍛鍊的肌群。(33%) 3. 實作：學生能運用肌力訓練知識規畫適合自己的訓練計畫。(34%)	【生涯規劃教育】 涯 J14 培養並涵化道德倫理意義於日常生活。 【閱讀素養教育】 閱 J6 懂得在不同學習及生活情境中使用文本之規則。	
第7週	第五篇玩球樂趣多 第一章籃球	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-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。 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。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 問答：同學們是否能了解上籃技術在快速進攻戰術所扮演的關鍵角色？(20%) 2. 觀察：是否認真參與活動。(20%) 3. 觀察：是否認真參與上籃分解動作練習。(20%) 4. 發表：能正確的說出上籃分解動作要領。(20%) 5. 實作：能依照動作要領做出上籃動作。(20%)	【性別平等教育】 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。 【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。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第8週	第五篇玩球樂趣多 第一章籃球（第一次段考）	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-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。 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。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 觀察：是否認真參與空手跑動接球上籃練習活動。(50%) 2. 實作：掌握3人小組直線上籃技巧，運用傳導推進完成上籃練習。(50%)	【性別平等教育】 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。 【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。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

		3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。				
第9週	第五篇玩球樂趣多 第一章籃球	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-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。 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。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 發表：能說出快速進攻戰術—以多打少的四大要領。(20%) 2. 觀察：能與他人溝通合作，從錯誤中學習調整。(20%) 3. 實作：能在活動中熟練的做出2人快速進攻戰術。(20%) 4. 觀察：戰術執行前，是否認真參與教練戰術板模擬演練活動。(20%) 5. 觀察：戰術執行後，是否能了解執行過程的優與劣，並加以改善。(20%)	【性別平等教育】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。 【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。 【生涯規劃教育】涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第10週	第五篇玩球樂趣多 第一章籃球	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-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。 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。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 觀察：是否認真參與三對三籃球比賽練習活動。(50%) 2. 實作：戰術執行後是否能透過影像資料分析，提升團隊進攻效率。(50%)	【性別平等教育】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。 【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。 【生涯規劃教育】涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第11週	第五篇玩球樂趣多 第二章排球	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-3 應用運動比賽的各項策略。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 問答：同學們是否能了解各式肩上發球在比賽戰術中所使用的目的。(20%) 2. 觀察：是否認真參與活動。(20%) 3. 觀察：是否認真參與肩上漂浮發球活動。(20%) 4. 發表：能正確的說出肩上漂浮發球的動作要領。(20%) 5. 實作：能依動作要領做出肩上漂浮發球的動作。(20%)	【性別平等教育】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。 【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。 【生涯規劃教育】涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第12週	第五篇玩球樂趣多 第二章排球	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-3 應用運動比賽的各項策略。 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. 觀察：是否認真參與肩上漂浮發球活動。(50%) 2. 實作：能掌握肩上漂浮發球技巧，控制直、斜線發球的落點位置。(50%)	【性別平等教育】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。 【人權教育】人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重	

		<p>略。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>			<p>並欣賞其差異。</p> <p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	
第13週	第五篇玩球樂趣多 第二章排球	<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-3 應用運動比賽的各項策略。</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>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 發表：能說出肩上漂浮發球在比賽中策略及運用。(33%)</p> <p>2. 觀察：知道如何與他人溝通合作從比賽中獲得勝利。(33%)</p> <p>3. 實作：能在活動或比賽中，熟練的使用肩上漂浮發球技術。(34%)</p>	<p>【性別平等教育】 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。</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> <p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	
第14週	第五篇玩球樂趣多 第三章羽球	<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>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 說明：學生能夠了解何謂羽毛球後場、什麼是高擊球。(12%)</p> <p>2. 實作：學生能夠做出高手丟羽毛球的動作。(11%)</p> <p>3. 觀察：完成表格並勇於分享自己使用的丟擲方式。(11%)</p> <p>4. 實作：學生能完成長球、殺球、切球的球路落點與效益。(11%)</p> <p>5. 觀察：是否能夠熱烈參與活動與討論。(11%)</p> <p>6. 實作：學生能依動作要領成功擊出長球。(11%)</p> <p>7. 實作：學生能依動作要領成功擊出殺球。(11%)</p> <p>8. 觀察：是否能夠與同儕合作並熱烈參與活動。(11%)</p> <p>9. 實作：完成紀錄表並寫下優點或改進建議。(11%)</p>	<p>【性別平等教育】 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。</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> <p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	
第15週	第五篇玩球樂趣多 第三章羽球（第二次段考）	<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>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 實作：學生能依動作要領成功擊出切球。(13%)</p> <p>2. 觀察：學生能在練習活動中積極認真參與。(13%)</p> <p>3. 實作：學生能完成拍攝立即觀看。(13%)</p> <p>4. 觀察：是否能夠熱烈參與活動。(13%)</p> <p>5. 實作：能了解組合方式的用意，完成表格。(12%)</p> <p>6. 實作：對戰紀錄。(12%)</p> <p>7. 觀察：學生能在練習活動中積極認真參與。(12%)</p> <p>8. 發表：學生能從進攻方與防守方的角度說出擊球的策略。(12%)</p>	<p>【性別平等教育】 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。</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> <p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	

第16週	第五篇玩球樂趣多 第四章棒球	<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>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。</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>1. 認知：能充分了解棒球好球區範圍。(20%)</p> <p>2. 情意：尊重同學對於好球帶的判斷，並互相學習判斷方式。(20%)</p> <p>3. 情意：認真參與練習活動。(20%)</p> <p>4. 認知：能指出打擊動作要領。(20%)</p> <p>5. 技能：能做出揮棒動作。(20%)</p>	<p>【性別平等教育】 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。</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> <p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>
第17週	第五篇玩球樂趣多 第四章棒球	<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>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。</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>1. 情意：認真參與練習活動。(17%)</p> <p>2. 認知：能說出接滾地球動作要領。(17%)</p> <p>3. 技能：能做出接滾地球動作表現。(17%)</p> <p>4. 情意：參與三人制棒球活動。(17%)</p> <p>5. 認知：能說出跑壘方法與攻略。(16%)</p> <p>6. 技能：活動中能綜合運用所學技能。(16%)</p>	<p>【性別平等教育】 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。</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> <p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>
第18週	第六篇運動樣樣行 第一章田賽	<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>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>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 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>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	<p>1. 說明：學生能夠清楚了解立定跳遠的動作要領。(15%)</p> <p>2. 問答：學生能說出立定跳遠的要領，並觀察同學的動作比較出差異性。(15%)</p> <p>3. 實作：學生能做出立定跳遠的動作。(14%)</p> <p>4. 實作：學生能在手持重物擺臂下，立定跳遠跳出更遠的距離。(14%)</p> <p>5. 問答：學生能感受並說出手持重物及徒手的立定跳遠之間的差異性。(14%)</p> <p>6. 觀察：是否能透過教師示範及資料蒐集，合作設計出的跳躍多樣組合動作。(14%)</p> <p>7. 觀察：學生是否能夠鼓勵他人，共同完成挑戰。(14%)</p>	<p>【性別平等教育】 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。</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> <p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>
第19週	第六篇運動樣樣行 第一章田賽	<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>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>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>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	<p>1. 說明：學生能夠清楚了解跳遠規則。(9%)</p> <p>2. 發表：學生透過影片能看懂並說出對規則的認識，進而能發現問題並解決。(9%)</p> <p>3. 說明：活動中學生能了解並自行調整角錐距離。(9%)</p> <p>4. 實作：能在活動中跑出流暢的助跑節奏、速度及做出身體姿勢的控制。(9%)</p> <p>5. 實作：能做出雙臂協調向上</p>	<p>【性別平等教育】 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。</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> <p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>

		<p>3d-IV-1 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>帶動及單腳起跳動作，並能借助拍球來體會到空中時間。(8%)</p> <p>6. 觀察：覺察同學動作缺失並能幫助同學調整動作。(8%)</p> <p>7. 實作：能依動作要領做出起跳動作及空中走步式動作。(8%)</p> <p>8. 觀察：學生能在練習活動中積極認真參與。(8%)</p> <p>9. 實作：能在椅子上做出平衡身體的動作。(8%)</p> <p>10. 實作：能正確地做出落地動作。(8%)</p> <p>11. 發表：能評估自身的狀況，進而選擇適合自己的跳遠方式展現。(8%)</p> <p>12. 觀察：學生能在成果發表中欣賞同學，能肯定讚賞他人。(8%)</p>	<p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	
第20-21週	第六篇運動樣樣行 第二章民俗運動—跳繩	<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>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>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>	<p>Ic-IV-1 民俗運動進階與綜合動作。</p> <p>Ic-IV-2 民俗運動個人或團隊展演。</p>	<p>觀察(50%)</p> <p>實作(50%)</p>	<p>【性別平等教育】 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。</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> <p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	
第二學期	第1-2週	第四篇青春的躍動 第一章運動營養	<p>1c-IV-4 了解身體發展、運動和營養的關係。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>	<p>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。</p>	<p>問答50%</p> <p>說明50%</p>	<p>【安全教育】 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。</p>
	第3-4週	第四篇青春的躍動 第二章休閒運動-自行車	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>	<p>Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。</p> <p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。</p>	<p>問答50%</p> <p>說明50%</p>	<p>【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。</p> <p>安 J6 了解運動設施安全的維護。</p>
	第5週	第五篇運動大進擊 第一章籃球～固若金湯	<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-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-1 運用運動技術的學習策</p>	<p>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>提問50%</p> <p>觀察50%</p>	<p>【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。</p>

		<p>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>				
第6週	第五篇運動大進擊 第一章籃球～固若金湯	<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-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-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>	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>觀察30%</p> <p>發表40%</p> <p>實作30%</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p>	
第7週	第五篇運動大進擊 第一章籃球～固若金湯(第一次段考)	<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-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-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>	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>觀察30%</p> <p>發表40%</p> <p>實作30%</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p>	
第8-10週	第五篇運動大進擊 第二章排球～攻其不備	<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-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>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</p>	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>提問25%</p> <p>發表25%</p> <p>觀察25%</p> <p>實作25%</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p>	

		決運動情境的問題。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。				
第11週	第五篇運動大進擊 第三章桌球～正、反手結合技術	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	說明30% 問答30% 實作40%	【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第12週	第五篇運動大進擊 第三章桌球～正、反手結合技術	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	觀察50% 實作50%	【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第13週	第五篇運動大進擊 第三章桌球～正、反手結合技術	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	觀察30% 實作40% 行動30%	【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第14-15週	第五篇運動大進擊 第四章足球～群起而攻(第二次段考)	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。 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。 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，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。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hc-IV-1 標的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。	認知33% 情意34% 技能33%	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第16-18週	第六篇大家動起來 第一章游泳～仰式	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。 1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。 3a-IV-1 精熟的操作健康技能。 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	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cc-IV-1 水域休閒活動綜合運用。 Gb-IV-1 岸邊救生步驟、安全活動水域的辨識、意外落水自救與仰漂30秒。 Gb-IV-2 游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。	認知33% 情意34% 技能33%	【海洋教育】 海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。	

		<p>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。 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。</p>				
第19-21週	第六篇大家動起來 第二章體操	<p>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。 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。</p>	Ia-IV-2 器械體操動作組合。	<p>認知33% 情意34% 技能33%</p>	<p>【生涯規劃教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p>	
教學設施 設備需求						
備註						