

臺北市立興雅國民中學 115 學年度部定課程計畫

1150119修訂

領域/科目		☐ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 本土語文(☐ 閩南語文 ☐ 客語文) ☐ 數學 ☐ 社會(☐ 歷史 ☐ 地理 ☐ 公民與社會) ☐ 自然科學(☐ 理化 ☐ 生物 ☐ 地球科學)					
		☐ 藝術(☐ 音樂 ☐ 視覺藝術 ☐ 表演藝術) ☐ 綜合活動(☐ 家政 ☐ 童軍 ☐ 輔導) ☐ 科技(☐ 資訊科技 ☐ 生活科技) ☒ 健康與體育(☐ 健康教育 ☒ 體育)					
實施年級		☐ 7年級 ☒ 8年級 ☐ 9年級 ☒ 上學期 ☒ 下學期					
教材版本		☒ 選用教科書:南一版_____			節數	學期內每週2節(科目對開請說明，例：家政與童軍科上下學期對開)	
		☐ 自編教材 (經課發會通過)					
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-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-C1具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 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		本學期課程以「運動保護、自我挑戰與多元嘗試」為主軸，首先學習貼紮技術與各種貼紮材料的應用方式，理解對運動傷害預防的幫助與限制，並實際操作簡單貼紮技巧。接續認識標槍運動的歷史與規則，並透過分解動作與拋擲練習，協助學生掌握協調與穩定發力的技巧。學生亦將參與三項全能體驗，了解其起源與不同賽程配置，實地感受項目間轉換對身體負荷的挑戰，進行自主節奏調控與策略安排。體操單元則從國際賽事脈絡出發，鼓勵學生認識台灣體操選手的努力歷程，再從地板基本動作開始，逐步發展身體靈活度與平衡能力。水域活動課程延伸至泳技進階訓練，包括換氣節奏、划手與腿部協調配合，強化推進效率。也將導入浮潛知識，介紹裝備、安全守則與基礎技巧，增強學生在水中探索時的判斷力與自救能力。球類運動單元涵蓋籃球、羽球、桌球與壘球等基礎規則與動作，透過團隊合作任務與比賽練習，強化班級凝聚力與公平競爭精神。下學期體育課程以運動文化探索、體能發展與技能應用為核心，首先引導學生認識奧林匹克運動會的歷史背景、精神與現代意義，結合台灣優秀選手故事，激發學生對運動的熱情與敬佩之心。接著透過慢跑與有氧運動課程，說明其對心肺功能的好處，並透過實地練習學習正確跑步姿勢、呼吸與配速技巧。體適能單元中學生將學習肌力與肌耐力的概念，了解訓練原則與休息的重要性，進行徒手與器材輔助的基本肌群訓練。體操跳箱課程則從分解動作到整體實作，幫助學生克服恐懼、強化爆發力與下肢協調。游泳單元聚焦於仰泳技巧，學生需掌握腿部打水、手臂滑水與全身配合節奏，提升在水中的流暢移動與體能調控。另安排獨木舟教學，學生將認識裝備種類、基本槳法與水上安全須知，並進行穩定操作與轉向練習。最後將延伸至藤球與進階球類技術訓練，搭配自我與同儕的動作分析，發展策略思考與團隊合作能力，讓學生在多元運動情境中展現體能與心理素養的整合應用。					
學習進度 週次		單元/主題 名稱	學習重點		評量方法	議題融入實質內涵	跨領域/科目 協同教學
			學習 表現	學習 內容			
第一	第一週	單元4 貼心！就能安心！	1c-IV-2評估運動風險，維護安全的運動情境。 2c-IV-2表現利他合群的態度，與他人理性溝通	Bc-IV-1簡易運動傷害的處理與風險。	上課參與 平時觀察	【安全教育】 安 J1理解安全教育的意義。	

學期		第1章運動與貼紮	與和諧互動。 3d-IV-3應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4c-IV-1分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。		實務操作	安 J2判斷常見的事故傷害。 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。 安 J11學習創傷救護技能。	
	第二週	單元4 貼心！就能安心！ 第1章運動與貼紮	1c-IV-2評估運動風險，維護安全的運動情境。 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-3應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4c-IV-1分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	Bc-IV-1簡易運動傷害的處理與風險。	上課參與 平時觀察 實務操作	【安全教育】 安 J1理解安全教育的意義。 安 J2判斷常見的事故傷害。 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。 安 J11學習創傷救護技能。	
	第三週	單元5 挑戰極限 第1章標槍 千斤一擲	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。 4d-IV-3執行提升體適能的身體活動。	Ab-IV-1體適能促進策略與活動方法。 Ga-IV-1跑、跳與推擲的基本技巧。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【品德教育】 品 J1溝通合作與和諧人際關係。 品 J8理性溝通與問題解決。	
	第四週	單元5 挑戰極限 第1章標槍 千斤一擲	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-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。 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。	Ab-IV-1體適能促進策略與活動方法。 Ga-IV-1跑、跳與推擲的基本技巧。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【品德教育】 品 J1溝通合作與和諧人際關係。 品 J8理性溝通與問題解決。	
	第五週	單元5 挑戰極限 第2章三項全能	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-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。	Cd-IV-1戶外休閒運動綜合應用。	上課參與 平時觀察	【戶外教育】 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。 【生涯規劃】 涯 J3覺察自己的能力與興趣。	
	第六週	單元5 挑戰極限 第2章三項全能	2c-IV-3表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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。	Cd-IV-1戶外休閒運動綜合應用。	上課參與 平時觀察	【戶外教育】 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。	

			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。			【生涯規劃】 涯 J3覺察自己的能力與興趣。	
	第七週	單元5 挑戰極限 第3章競技體操 地板	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。 2d-IV-1了解運動在美學上的特質與表現方式。 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。 4d-IV-3執行提升體適能的身體活動。	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。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【安全教育】 安 J1理解安全教育的意義。 安 J2判斷常見的事故傷害。 安 J6了解運動設施安全的維護。	
	第八週	單元5 挑戰極限 第3章競技體操 地板	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。 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。 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。 4d-IV-3執行提升體適能的身體活動。	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。 Ia-IV-1徒手體操動作組合。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【安全教育】 安 J1理解安全教育的意義。 安 J2判斷常見的事故傷害。 安 J6了解運動設施安全的維護。 安 J9遵守環境設施設備的安全守則。	
	第九週	單元6 水上游龍 第1章捷泳 泳無止息	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。 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。	Gb-IV-2游泳前進25公尺 (需換氣5次以上)。	上課參與 平時觀察		
	第十週	單元6 水上游龍 第1章捷泳 泳無止息	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。 3d-IV-1運用運動技術的學習策略。	Gb-IV-2游泳前進25公尺 (需換氣5次以上)。	實作評量		
	第十一週	單元6 水上游龍 第2章浮潛 深入潛出	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。	Cb-IV-2各項運動設施的安全使用規定。 Cc-IV-1水域休閒運動綜合應用。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【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。 海 J2認識並參與安全的海洋生態旅遊。	
	第十二週	單元6 水上游龍 第2章浮潛 深入潛出	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。 3d-IV-1運用運動技術的學習策略。	Cb-IV-2各項運動設施的安全使用規定。 Cc-IV-1水域休閒運動綜合應用。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【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。 海 海 J14探討海洋生物與生態環境之關聯。	
	第十三週	單元7	1c-IV-1了解各項運動基礎原理和規則。	Hb-IV-1陣地攻守性球類運	上課參與		

		球類入門 第1章籃球 跑動與配合	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-1發展適合個人之專項運動技能。	動動作組合及團隊戰術。	平時觀察 技能測驗		
	第十四週	單元7 球類入門 第1章籃球 跑動與配合	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。 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。	Hb-IV-1陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	上課參與 平時觀察 技能測驗		
	第十五週	單元7 球類入門 第2章桌球 誰與爭鋒	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。 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。 3d-IV-3應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	上課參與 平時觀察	【品德教育】 品 J1溝通合作與和諧人際關係。	
	第十六週	單元7 球類入門 第2章桌球 誰與爭鋒	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。 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-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	技能測驗 上課參與 平時觀察	【品德教育】 品 J1溝通合作與和諧人際關係。	
	第十七週	單元7 球類入門 第3章羽球 致命一擊	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。 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。	Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	平時觀察 上課參與		
	第十八週	單元7 球類入門 第3章羽球 致命一擊	1d-IV-1了解各項運動技能原理。 2d-IV-2展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 4d-IV-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	平時觀察 上課參與 技能測驗		
	第十九週	單元7 球類入門 第4章壘球 身手矯健	1c-IV-1了解各項運動基礎原理和規則。 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-3應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	Hd-IV-1守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	上課參與 平時觀察	【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。 品 J8理性溝通與問題解決。	
	第二十週	單元7	1c-IV-1了解各項運動基礎原理和規則。	Hd-IV-1守備/跑分性球類運	上課參與	【品德教育】	

		球類入門 第4章壘球 身手矯健	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-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-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	動動作組合及團隊戰術。	平時觀察	品 J1溝通合作與和諧人際關係。 品 J2重視群體規範與榮譽。 品 J8理性溝通與問題解決。	
	第二十一週	單元7 球類入門 第4章壘球 身手矯健	1c-IV-1了解各項運動基礎原理和規則。 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。	Hd-IV-1守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	技能測驗	【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。 品 J8理性溝通與問題解決。	
第二學期	第一週	單元4 Olympic Games 運動誌 第1章 奧林匹克故事館	2c-IV-1展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 2d-IV-3鑑賞本土與世界運動的文化價值。 4c-IV-1分析並善用運動相關之科技、資訊、體、產品與服務。	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-3奧林匹克運動會的精神。	上課參與 平時觀察	【國際教育】 國 J4尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
	第二週	單元4 Olympic Games 運動誌 第1章 奧林匹克故事館	2c-IV-1展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 2d-IV-3鑑賞本土與世界運動的文化價值。	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。	上課參與 平時觀察	【國際教育】 國 J4尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
	第三週	單元5 有氧、無氧運動 第1章慢跑	1c-IV-1了解各項運動基礎原理和規則。 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-1運用運動技術的學習策略。 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-1體適能促進策略與活動方法。 Ga-IV-1跑、跳與推擲的基本技巧。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【生涯規劃】 涯 J3覺察自己的能力與興趣。	
	第四週	單元5 有氧、無氧運動 第1章慢跑	1c-IV-1了解各項運動基礎原理和規則。 2c-IV-3表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ab-IV-1體適能促進策略與活動方法。 Ga-IV-1跑、跳與推擲的基本技巧。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【生涯規劃】 涯 J3覺察自己的能力與興趣。	
	第五週	單元5 有氧、無氧運動 第1章慢跑 第2章彈力繩肌肉鍛鍊	【第1章 慢跑】 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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1章 慢跑】 Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。	【第1章 慢跑】 上課參與 平時觀察 技能測驗	【第1章 慢跑】 【生涯規劃】 涯 J3覺察自己的能力與興趣。	

			2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。 【第2章 彈力繩肌肉鍛鍊】 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。 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。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-2 執行個人運動計畫實際參與身體活動。	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。 【第2章 彈力繩肌肉鍛鍊】 Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。	【第2章 彈力繩肌肉鍛鍊】 上課參與 平時觀察		
	第六週	單元5 有氧、無氧運動 第2章彈力繩肌肉鍛鍊	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。 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。	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。	上課參與 平時觀察 技能測驗		
	第七週	單元5 有氧、無氧運動 第2章彈力繩肌肉鍛鍊	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫實際參與身體活動。	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。	上課參與 平時觀察 技能測驗		
	第八週	單元5 有氧、無氧運動 第3章器械體操 跳箱	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。 2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。 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。	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。 Ia-IV-2 器械體操動作組合。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【安全教育】 安 J2 判斷常見的事故傷害。 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。	
	第九週	單元5 有氧、無氧運動 第3章器械體操 跳箱	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-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	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。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【安全教育】 安 J2 判斷常見的事故傷害。 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。	

			2d-IV-1了解運動在美學上的特質與表現方式。 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。	Ia-IV-2器械體操動作組合。			
	第十週	單元6 力爭上游 第1章仰泳 趾高氣揚	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。	Gb-IV-2游泳前進25公尺 (需換氣5次以上)。	上課參與 平時觀察 技能測驗		
	第十一週	單元6 力爭上游 第1章仰泳 趾高氣揚	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。 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。	Gb-IV-2游泳前進25公尺 (需換氣5次以上)。	上課參與 平時觀察 技能測驗		
	第十二週	單元7 球類進階 第1章藤球 空中格鬥	1c-IV-1了解各項運動基礎原理和規則。 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-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。	Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【品德教育】 品 J1溝通合作與和諧人際關係。 品 J8理性溝通與問題解決。	
	第十三週	單元7 球類進階 第1章藤球 空中格鬥	1c-IV-1了解各項運動基礎原理和規則。 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。 4d-IV-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【品德教育】 品 J1溝通合作與和諧人際關係。 品 J8理性溝通與問題解決。	
	第十四週	單元7 球類進階 第2章桌球 蓄勢待發	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。	Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	上課參與 平時觀察	【品德教育】 品 J1溝通合作與和諧人際關係。	
	第十五週	單元7 球類進階 第2章桌球 蓄勢待發	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-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。 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。	上課參與 平時觀察	【品德教育】 品 J1溝通合作與和諧人際關係。	
	第十六週	單元7 球類進階 第2章	【第2章 桌球 蓄勢待發】 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2章 桌球 蓄勢待發】 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	【第2章 桌球 蓄勢待發】 上課參與	【第2章 桌球 蓄勢待發】 【品德教育】 品 J1溝通合作與和諧人際關	

		桌球 蓄勢待發 第3章羽球 「羽」日俱進	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。 4d-IV-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 【第3章 羽球 「羽」日俱進】 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	【第3章 羽球 「羽」日俱進】 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	平時觀察 技能測驗 【第3章 羽球 「羽」日俱進】 平時觀察 上課參與	係。	
	第十七週	單元7 球類進階 第3章羽球 「羽」日俱進	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。 2d-IV-2展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 4d-IV-3執行提升體適能的身體活動。	Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	平時觀察 上課參與		
	第十八週	單元7 球類進階 第3章羽球 「羽」日俱進	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。 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-3 執行提升體適能的身體活動。	Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	平時觀察 上課參與		
	第十九週	單元7 球類進階 第4章壘球 攻守兼備	1c-IV-1了解各項運動基礎原理和規則。 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-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。	Hd-IV-1守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	上課參與 平時觀察	【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。 品 J8理性溝通與問題解決。	
	第二十週	單元7 球類進階 第4章壘球 攻守兼備	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。 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。 4d-IV-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Hd-IV-1守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【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。 品 J8理性溝通與問題解決。	
	第二十一週	單元7 球類進階 第4章壘球 攻守兼備	1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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。	Hd-IV-1守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【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。 品 J8理性溝通與問題解決。	

			3d-IV-3應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。				
教學設施 設備需求							
備 註							