

## 貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

112 學年度嘉義縣溪口國民中學八年級第一二學期健康與體育領域體育科 教學計畫表 設計者：楊東淇

一、教材版本：南一版第 3-4 冊 二、本科目每週學習節數：2 節

三、本學期課程內涵：

第一學期：

教學進度	單元名稱	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學重點	評量方式	議題融入	跨領域統 整規劃 (無則免 填)
			學習表現	學習內容					
第 1 週 8/28~9/1 8/30 開學	田徑	健體-J-A1	1c-IV-1。 1d-IV-2 2c-IV-2 2c-IV-3 3c-IV-1 4d-IV-2 4d-IV-3	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。	1.能遵守標槍 場上安全規則 及遊戲規則。 2.能經由同儕 間的觀察學習 了解標槍動作 的原理。 3.懂得聯合身 體各部位提升 運動表現。 4.能成功做出 完整的標槍動 作。 5.相互合作的 班級氣氛。 6.能將學習到 的軀幹、下肢 訓練法運用於 標槍運動增 能。	1.引導介紹田徑運 動中的標槍項目， 介紹我國好手。 2.簡易說明標槍拿 法分別有美國式、 芬蘭式、鉗式 3 種 擲槍手法。 3.插槍練習務必保 持安全距離。雙腳 平行站立預備。出 手保持槍身朝前， 避免左右晃動。 4.保持拉槍動作並 減少晃動。保持槍 身穩定不晃動，利 用全身力量的聯合 來進行發力。 5.練習徒手深蹲、 捲腹運動、跪姿起 身體能訓練。	實作評量 上課參與 觀察記錄	【課綱】 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 2 週 9/4~9/8	田徑	健體-J-A1	1c-IV-1。 1d-IV-2 2c-IV-2 2c-IV-3 3c-IV-1 4d-IV-2 4d-IV-3	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。	1.能遵守標槍 場上安全規則 及遊戲規則。 2.能經由同儕 間的觀察學習 了解標槍動作 的原理。	1.引導介紹田徑運 動中的標槍項目， 介紹我國好手。 2.簡易說明標槍拿 法分別有美國式、 芬蘭式、鉗式 3 種 擲槍手法。	實作評量 上課參與 觀察記錄	【課綱】 品 J1 溝通 合作與和諧 人際關係。 品 J8 理性 溝通與問題 解決。	

					<p>3.懂得聯合身體各部位提升運動表現。</p> <p>4.能成功做出完整的標槍動作。</p> <p>5.相互合作的班級氣氛。</p> <p>6.能將學習到的軀幹、下肢訓練法運用於標槍運動增能。</p>	<p>3.插槍練習務必保持安全距離。雙腳平行站立預備。出手保持槍身朝前，避免左右晃動。</p> <p>4.保持拉槍動作並減少晃動。保持槍身穩定不晃動，利用全身力量的聯合來進行發力。</p> <p>5.練習徒手深蹲、捲腹運動、跪姿起身體能訓練。</p>			
<p>第 3 週</p> <p>9/11~9/15</p>	三項全能	<p>健體-J-A1</p> <p>體-J-A3</p>	<p>2c-IV-3</p> <p>3d-IV-2</p> <p>3d-IV-3</p> <p>4c-IV-3</p> <p>4d-IV-3</p>	<p>Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。</p>	<p>1.了解三項全能的起源及各種距離。</p> <p>2.認識三項全能的器材及使用時機。</p> <p>3.體驗在不同項目之間轉換的過程、身體感受，並了解轉換區的擺放設置。</p> <p>4.學習設計適合自己的運動訓練計畫。</p> <p>5.完成一次的小型三項全能賽。</p>	<p>1.介紹三項全能起源、競賽順序及相關知識等。</p> <p>2.介紹各種不同環境的三項全能賽。</p> <p>3.事前準備三項全能主要之器材，並說明使用時機。</p> <p>4.說明轉換區上下車線的規則，讓學生了解這項技術在三項全能中的重要性。</p> <p>5.學生須攜帶安全帽，若安全帽數量不夠則分組進行。</p> <p>6.說明三項全能當中的跑步屬於長距離耐力跑步以及配速的重要性，忽快忽慢無法有好的表現。</p>	<p>上課參與觀察記錄態度檢核</p>	<p>【課綱】</p> <p>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。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	
<p>第 4 週</p> <p>9/18~9/23</p>	三項全能	<p>健體-J-A1</p> <p>體-J-A3</p>	<p>2c-IV-3</p> <p>3d-IV-2</p> <p>3d-IV-3</p> <p>4c-IV-3</p> <p>4d-IV-3</p>	<p>Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。</p>	<p>1.了解三項全能的起源及各種距離。</p> <p>2.認識三項全能的器材及使</p>	<p>1.介紹三項全能起源、競賽順序及相關知識等。</p> <p>2.介紹各種不同環境的三項全能賽。</p>	<p>上課參與觀察記錄態度檢核</p>	<p>【課綱】</p> <p>戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心</p>	

					<p>用時機。</p> <p>3.體驗在不同項目之間轉換的過程、身體感受，並了解轉換區的擺放設置。</p> <p>4.學習設計適合自己的運動訓練計畫。</p> <p>5.完成一次的小型三項全能賽。</p>	<p>3.事前準備三項全能主要之器材，並說明使用時機。</p> <p>4.說明轉換區上下車線的規則，讓學生了解這項技術在三項全能中的重要性。</p> <p>5.學生須攜帶安全帽，若安全帽數量不夠則分組進行。</p> <p>6.說明三項全能當中的跑步屬於長距離耐力跑步以及配速的重要性，忽快忽慢無法有好的表現。</p>		<p>靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	
<p>第 5 週</p> <p>9/25~9/29</p>	<p>三項全能</p>	<p>健體-J-A1</p> <p>體-J-A3</p>	<p>2c-IV-3</p> <p>3d-IV-2</p> <p>3d-IV-3</p> <p>4c-IV-3</p> <p>4d-IV-3</p>	<p>Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。</p>	<p>1.了解三項全能的起源及各種距離。</p> <p>2.認識三項全能的器材及使用時機。</p> <p>3.體驗在不同項目之間轉換的過程、身體感受，並了解轉換區的擺放設置。</p> <p>4.學習設計適合自己的運動訓練計畫。</p> <p>5.完成一次的小型三項全能賽。</p>	<p>1.介紹三項全能起源、競賽順序及相關知識等。</p> <p>2.介紹各種不同環境的三項全能賽。</p> <p>3.事前準備三項全能主要之器材，並說明使用時機。</p> <p>4.說明轉換區上下車線的規則，讓學生了解這項技術在三項全能中的重要性。</p> <p>5.學生須攜帶安全帽，若安全帽數量不夠則分組進行。</p> <p>6.說明三項全能當中的跑步屬於長距離耐力跑步以及配速的重要性，忽快忽慢無法有好的表現。</p>	<p>上課參與觀察記錄態度檢核</p>	<p>【課綱】</p> <p>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。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	

<p>第 6 週 10/2~10/6 第一次段考</p>	<p>籃球</p>	<p>健體-J-C2</p>	<p>1c-IV-1 1d-IV-2 2c-IV-2 3d-IV-2 4d-IV-1</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>1. 能瞭解進行籃球練習前，如何藉由腳步動態訓練提升體能。 2. 了解並操作新、舊式上籃方式。 3. 能運球並簡易突破障礙後上籃。 4. 能了解正確掩護動作，並應用不同方向的掩護阻擋防守者，協助隊上進攻。 5. 能在簡易賽事中自由運用掩護、擋拆等技術。</p>	<p>1. 說明現今籃球比賽節奏有愈來愈快的趨勢，球員要具備外線射籃及快速移動能力，在短時間判斷並穩定動作，且做出前後動作的銜接。 2. 初學者應以上籃作為最穩定簡單的得分方式，腳步與手的配合成了上籃、跳起能否順暢的最大關鍵。教師引導學生左右手都練習，實際上場時更靈巧的運用上籃技術。 3. 講解掩護的基礎概念與動作要領，引導學生進入循環練習。</p>	<p>上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽</p>	<p>【課綱】 品 J1 溝通 合作與和諧 人際關係。</p>	
<p>第 7 週 10/9~10/13</p>	<p>籃球</p>	<p>健體-J-C2</p>	<p>1c-IV-1 1d-IV-2 2c-IV-2 3d-IV-2 4d-IV-1</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>1. 能瞭解進行籃球練習前，如何藉由腳步動態訓練提升體能。 2. 了解並操作新、舊式上籃方式。 3. 能運球並簡易突破障礙後上籃。 4. 能了解正確掩護動作，並應用不同方向的掩護阻擋防守者，協助隊上進攻。 5. 能在簡易賽</p>	<p>1. 說明現今籃球比賽節奏有愈來愈快的趨勢，球員要具備外線射籃及快速移動能力，在短時間判斷並穩定動作，且做出前後動作的銜接。 2. 初學者應以上籃作為最穩定簡單的得分方式，腳步與手的配合成了上籃、跳起能否順暢的最大關鍵。教師引導學生左右手都練習，實際上場時更靈巧的運用上籃技術。</p>	<p>上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽</p>	<p>【課綱】 品 J1 溝通 合作與和諧 人際關係。</p>	

					事中自由運用掩護、擋拆等技術。	3. 講解掩護的基礎概念與動作要領，引導學生進入循環練習。			
第 8 週 10/16~10/20	籃球	健體-J-C2	1c-IV-1 1d-IV-2 2c-IV-2 3d-IV-2 4d-IV-1	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能瞭解進行籃球練習前，如何藉由腳步動態訓練提升體能。</li> <li>2. 了解並操作新、舊式上籃方式。</li> <li>3. 能運球並簡易突破障礙後上籃。</li> <li>4. 能了解正確掩護動作，並應用不同方向的掩護阻擋防守者，協助隊上進攻。</li> <li>5. 能在簡易賽事中自由運用掩護、擋拆等技術。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 說明現今籃球比賽節奏有愈來愈快的趨勢，球員要具備外線射籃及快速移動能力，在短時間判斷並穩定動作，且做出前後動作的銜接。</li> <li>2. 初學者應以上籃作為最穩定簡單的得分方式，腳步與手的配合成了上籃、跳起能否順暢的最大關鍵。教師引導學生左右手都練習，實際上場時更靈巧的運用上籃技術。</li> <li>3. 講解掩護的基礎概念與動作要領，引導學生進入循環練習。</li> </ol>	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽	【課綱】 品 J1 溝通 合作與和諧 人際關係。	
第 9 週 10/23~10/27	桌球	健體-J-C2	1c-IV-1 1d-IV-2 2c-IV-2 3d-IV-2 4d-IV-1	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識桌球的發球原則。</li> <li>2. 能遵守球場上安全規則及遊戲規則。</li> <li>3. 能了解桌球正拍發平擊球和反拍推擋的分解動作。</li> <li>4. 能做出正拍發平擊球和反拍推擋的動作。</li> <li>5. 培養控球落</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 說明常用的球拍共分為直拍和橫拍兩種。讓學生分別擊球球感練習。</li> <li>2. 介紹桌球發球規則及得分的概念。</li> <li>3. 示範發球時</li> <li>4. 依照發球四步</li> <li>5. 說明正拍發平擊球控制落點的技巧，提醒學生改變這三種擊球方式</li> <li>6. 講解反拍推擋分解動作。</li> </ol>	上課參與 態度檢核 技能測驗	【課綱】 品 J1 溝通 合作與和諧 人際關係。	

					<p>點瞄準目標物的能力。</p> <p>6.相互合作的班級氣氛。</p>	<p>7.說明調整拍面角度需要利用手腕來控制內收、外展、前傾、後仰等角度。</p>			
<p>第 10 週</p> <p>10/30~11/3</p>	<p>桌球</p>	<p>健體-J-C2</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>1d-IV-2</p> <p>2c-IV-2</p> <p>3d-IV-2</p> <p>4d-IV-1</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1.認識桌球的發球原則。</p> <p>2.能遵守球場上安全規則及遊戲規則。</p> <p>3.能了解桌球正拍發平擊球和反拍推擋的分解動作。</p> <p>4.能做出正拍發平擊球和反拍推擋的動作。</p> <p>5.培養控球落點瞄準目標物的能力。</p> <p>6.相互合作的班級氣氛。</p>	<p>1.說明常用的球拍共分為直拍和橫拍兩種。讓學生分別擊球球感練習。</p> <p>2.介紹桌球發球規則及得分的概念。</p> <p>3.示範發球時</p> <p>4.依照發球四步</p> <p>5.說明正拍發平擊球控制落點的技巧，提醒學生改變這三種擊球方式</p> <p>6.講解反拍推擋分解動作。</p> <p>7.說明調整拍面角度需要利用手腕來控制內收、外展、前傾、後仰等角度。</p>	<p>上課參與態度檢核技能測驗</p>	<p>【課綱】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p>	
<p>第 11 週</p> <p>11/6~11/10</p>	<p>羽球</p>	<p>健體-J-A2。</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>1d-IV-2</p> <p>2c-IV-2</p> <p>3d-IV-2</p> <p>4d-IV-1</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1.認識 2020 東京奧運選手的精湛表現及最關鍵的後場致命一擊。</p> <p>2.經由高遠球對抗賽，熟習舊經驗，並藉此建立後場擊球之基本能力。</p> <p>3.了解與學會後場殺球動作要領與應用，並建立擊球時正確的拍面擊</p>	<p>1.讓學生複習七年級習得高遠球之舊經驗，開始前協助學生分組並講解規則。</p> <p>2.講述羽球殺球主要目的、使用時機與運用方法。實際舉例東京奧運金牌選手王齊麟、李洋在比賽場中使用殺球的時機與方法，加深學生印象。</p> <p>3.說明殺球技術是搶奪分數的最佳利器，在比賽中若採</p>	<p>上課參與態度檢核技能測驗</p>	<p>【課綱】</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p>	

					球位置及發力。 4.能了解羽球殺球之不同方式並能在比賽中欣賞。 5.能學會殺球時的使用時機與執行方法，並實際應用於比賽戰術戰略。	取殺球攻擊，通常是為了要破壞對方節奏，取得整場控制權而進行。			
第 12 週 11/13~11/17	羽球	健體-J-A2。	1c-IV-1 1d-IV-2 2c-IV-2 3d-IV-2 4d-IV-1	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1..經由高遠球對抗賽，熟習舊經驗，並藉此建立後場擊球之基本能力。 2.了解與學會後場殺球動作要領與應用，並建立擊球時正確的拍面擊球位置及發力。 3.能了解羽球殺球之不同方式並能在比賽中欣賞。 4.能學會殺球時的使用時機與執行方法，並實際應用於比賽戰術戰略。	1.複習七年級習得高遠球之舊經驗，開始前協助學生分組並講解規則。 2.講述羽球殺球主要目的、使用時機與運用方法。 3.說明殺球技術是搶奪分數的最佳利器，在比賽中若採取殺球攻擊，通常是為了要破壞對方節奏，取得整場控制權而進行。	上課參與 態度檢核 技能測驗	【課綱】 品 J8 理性 溝通與問題 解決。	
第 13 週 11/20~11/24	羽球	健體-J-A2。	1c-IV-1 1d-IV-2 2c-IV-2 3d-IV-2 4d-IV-1	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1..經由高遠球對抗賽，熟習舊經驗，並藉此建立後場擊球之基本能力。	1.複習七年級習得高遠球之舊經驗，開始前協助學生分組並講解規則。 2.講述羽球殺球主	上課參與 態度檢核 技能測驗	【課綱】 品 J8 理性 溝通與問題 解決。	

					<p>力。</p> <p>2.了解與學會後場殺球動作要領與應用，並建立擊球時正確的拍面擊球位置及發力。</p> <p>3.能了解羽球殺球之不同方式並能在比賽中欣賞。</p> <p>4.能學會殺球時的使用時機與執行方法，並實際應用於比賽戰術戰略。</p>	<p>要目的、使用時機與運用方法。</p> <p>3.說明殺球技術是搶奪分數的最佳利器，在比賽中若採取殺球攻擊，通常是為了要破壞對方節奏，取得整場控制權而進行。</p>			
<p>第 14 週</p> <p>11/27~12/1</p> <p>第二次段考</p>	羽球	健體-J-A2。	1c-IV-1 1d-IV-2 2c-IV-2 3d-IV-2 4d-IV-1	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>1..經由高遠球對抗賽，熟習舊經驗，並藉此建立後場擊球之基本能力。</p> <p>2.了解與學會後場殺球動作要領與應用，並建立擊球時正確的拍面擊球位置及發力。</p> <p>3.能了解羽球殺球之不同方式並能在比賽中欣賞。</p> <p>4.能學會殺球時的使用時機與執行方法，並實際應用於比賽戰術戰略。</p>	<p>1.複習七年級習得高遠球之舊經驗，開始前協助學生分組並講解規則。</p> <p>2.講述羽球殺球主要目的、使用時機與運用方法。</p> <p>3.說明殺球技術是搶奪分數的最佳利器，在比賽中若採取殺球攻擊，通常是為了要破壞對方節奏，取得整場控制權而進行。</p>	上課參與 態度檢核 技能測驗	【課綱】 品 J8 理性 溝通與問題 解決。	



					略。				
第 15 週 12/4~12/8	壘球	健體-J-A2 健體-J-C2	1c-IV-1 2c-IV-2 2c-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-1 3d-IV-3 4d-IV-2	Hd-IV-1 守備 /跑分性球類 運動動作組 合及團隊戰 術。	1.認識壘球運 動的演進脈 絡。 2.能比較出棒 球與壘球的差 異。 3.能遵守球場 上的遊戲規 則。 4.能了解傳接 球動作之原 理。 5.能利用身體 各部位力量來 完成穩定傳接 球動作。 6.了解正式比 賽的傳接順序 與不同的傳接 組合變化。 7.相互合作的 班級氣氛。	1. 說明慢速壘球場 地特色。藉著壘球 場地內外野的說 明，一併說明攻防 的概念，並帶入說 明傳接球於守備起 到的作用，講解傳 接球之重要性。 2. 傳接球練習並說 明拋接的練習球速 較緩，但實際比賽 時，應該採取快速 的傳球方式，直線 的傳球更能爭取時 間。 3. 示範該怎麼因應 傳遞距離來改變傳 球的方式。同樣都 是傳球動作，但透 過微調出手的角 度，就可以展現出 不同的飛行軌跡來 因應賽場的各種變 化。 4. 提醒學生判斷來 球方向後，你需要 預先用最快的速度 移動至預測落點等 待。	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽	【課綱】 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 16 週 12/11~12/15	壘球	健體-J-A2 健體-J-C2	1c-IV-1 2c-IV-2 2c-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-1 3d-IV-3 4d-IV-2	Hd-IV-1 守備 /跑分性球類 運動動作組 合及團隊戰 術。	1. 能比較出棒 球與壘球的差 異。 2. 能遵守球場 上的遊戲規 則。 3. 能了解傳接 球動作之原 理。	1. 說明慢速壘球場 地特色。藉著壘球 場地內外野的說 明，一併說明攻防 的概念，並帶入說 明傳接球於守備起 到的作用，講解傳 接球之重要性。 2. 傳接球練習並說	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽	【課綱】 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	

					<p>4. 能利用身體各部位力量來完成穩定傳接球動作。</p> <p>5. 了解正式比賽的傳接順序與不同的傳接組合變化。</p> <p>7.相互合作的班級氣氛</p>	<p>明拋接的練習球速較緩，但實際比賽時，應該採取快速的傳球方式，直線的傳球更能爭取時間。</p> <p>3. 示範該怎麼因應傳遞距離來改變傳球的方式。同樣都是傳球動作，但透過微調出手的角度，就可以展現出不同的飛行軌跡來因應賽場的各種變化。</p> <p>4. 提醒學生判斷來球方向後，你需要預先用最快的速度移動至預測落點等待。</p>		解決。	
<p>第 17 週 12/18~12/22</p>	壘球	<p>健體-J-A2 健體-J-C2</p>	<p>1c-IV-1 2c-IV-2 2c-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-1 3d-IV-3 4d-IV-2</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. 能比較出棒球與壘球的差異。</p> <p>2. 能遵守球場上的遊戲規則。</p> <p>3. 能了解傳接球動作之原理。</p> <p>4. 能利用身體各部位力量來完成穩定傳接球動作。</p> <p>5. 了解正式比賽的傳接順序與不同的傳接組合變化。</p> <p>7.相互合作的班級氣氛</p>	<p>1. 說明慢速壘球場地特色。藉著壘球場地內外野的說明，一併說明攻防的概念，並帶入說明傳接球於守備起到的作用，講解傳接球之重要性。</p> <p>2. 傳接球練習並說明拋接的練習球速較緩，但實際比賽時，應該採取快速的傳球方式，直線的傳球更能爭取時間。</p> <p>3. 示範該怎麼因應傳遞距離來改變傳球的方式。同樣都是傳球動作，但透過微調出手的角</p>	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽	<p><b>【課綱】</b> 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。</p>	

						度，就可以展現出不同的飛行軌跡來因應賽場的各種變化。 4. 提醒學生判斷來球方向後，你需要預先用最快的速度移動至預測落點等待。			
第 18 週 12/25~12/29	壘球	健體-J-A2 健體-J-C2	1c-IV-1 2c-IV-2 2c-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-1 3d-IV-3 4d-IV-2	Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能比較出棒球與壘球的差異。</li> <li>2. 能遵守球場上的遊戲規則。</li> <li>3. 能了解傳接球動作之原理。</li> <li>4. 能利用身體各部位力量來完成穩定傳接球動作。</li> <li>5. 了解正式比賽的傳接順序與不同的傳接組合變化。</li> <li>7. 相互合作的班級氣氛</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 說明慢速壘球場地特色。藉著壘球場地內外野的說明，一併說明攻防的概念，並帶入說明傳接球於守備起到的作用，講解傳接球之重要性。</li> <li>2. 傳接球練習並說明拋接的練習球速較緩，但實際比賽時，應該採取快速的傳球方式，直線的傳球更能爭取時間。</li> <li>3. 示範該怎麼因應傳遞距離來改變傳球的方式。同樣都是傳球動作，但透過微調出手的角度，就可以展現出不同的飛行軌跡來因應賽場的各種變化。</li> <li>4. 提醒學生判斷來球方向後，你需要預先用最快的速度移動至預測落點等待。</li> </ol>	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽	【課綱】 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 19 週	排球	健體-J-A2	1c-IV-1 1d-IV-1	Ha-IV-1 網/牆性球類運	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識排球低手發球、低手</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>一. 低手傳球</li> <li>二. 步伐</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 實作</li> </ol>	【性別平等教育】	

1/1~1/5		健體-J-C2	1d-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-2	動動作組合及團隊戰術。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	傳接球等排球基礎技術。 2. 認識正確的排球低手擊球的手部動作、身體軀幹姿勢的穩定。 3. 能夠操作低手擊球的動作			性 J4 【人權教育】 人 J5 【生涯規劃教育】 涯 J3	
第 20 週 1/8~1/12	排球	健體-J-A2 健體-J-C2	1c-IV-1 1d-IV-1 1d-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-2	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 認識排球低手發球、低手傳接球等排球基礎技術。 2. 認識正確的排球低手擊球的手部動作、身體軀幹姿勢的穩定。 3. 能夠操作低手擊球的動作	一. 低手傳球 二. 步伐	1. 觀察 2. 實作	【性別平等教育】 性 J4 【人權教育】 人 J5 【生涯規劃教育】 涯 J3	
第 21 週 1/15-1/19 第三次段考 休業式	排球	健體-J-A2 健體-J-C2	1c-IV-1 1d-IV-1 1d-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-2	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 認識排球低手發球、低手傳接球等排球基礎技術。 2. 認識正確的排球低手擊球的手部動作、身體軀幹姿勢的穩定。 3. 能夠操作低手擊球的動作	一. 低手傳球 二. 步伐	1. 觀察 2. 實作	【性別平等教育】 性 J4 【人權教育】 人 J5 【生涯規劃教育】 涯 J3	

第二學期：

教學進度	單元名稱	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學重點	評量方式	議題融入	跨領域統整 規劃（無則 免填）
			學習表現	學習內容					
第 1 週 2/12~2/17 2/16 開學	Olympic Games	健體-J-C3	2c-IV-1 2d-IV-3 4c-IV-1	Cb-IV-1 Cb-IV-3	1.認識現代奧林匹克運動會的復興。 2.了解國際奧林匹克委員會與奧運會的關係。 3.了解夏、冬季奧運項目，並知悉我國曾出戰的項目。 4.了解奧林匹克精神如何落實，回顧歷屆奧運的代表性事件。 5.認識我國在奧林匹克運動會奪牌的優秀運動員。 6.了解我國參與奧運與奪牌的歷程。 7.能欣賞奧林匹克運動會表現優異的選手。	1.奧林匹克精神就是相互瞭解、友誼、團結和公平競爭的精神。能基於平等與公平的原則形塑一種文化價值。 2.說明奧運五環這正是代表五大洲的團結。 3.介紹奧運分為夏季奧運與冬季奧運，經主辦國奧運籌委會遞交國際奧委會申請書，就可望增加新的奧運項目。 4.介紹臺灣奧運名人，讓同學了解奪牌面臨的障蔽是如何巨大，了解要得到任何一面獎牌都不是件容易的事情。	上課參與 小組討論 分組報告	【課綱】 國 J4 尊重 與欣賞世界 不同文化的 價值。	
第 2 週 2/19~2/23	Olympic Games	健體-J-C3	2c-IV-1 2d-IV-3 4c-IV-1	Cb-IV-1 Cb-IV-3	1.認識現代奧林匹克運動會的復興。 2.了解國際奧林匹克委員會與奧運會的關係。 3.了解夏、冬	1.奧林匹克精神就是相互瞭解、友誼、團結和公平競爭的精神。能基於平等與公平的原則形塑一種文化價值。 2.說明奧運五環這	上課參與 小組討論 分組報告	【課綱】 國 J4 尊重 與欣賞世界 不同文化的 價值。	

					<p>季奧運項目，並知悉我國曾出戰的項目。</p> <p>4.了解奧林匹克精神如何落實，回顧歷屆奧運的代表性事件。</p> <p>5.認識我國在奧林匹克運動會奪牌的優秀運動員。</p> <p>6.了解我國參與奧運與奪牌的歷程。</p> <p>7.能欣賞奧林匹克運動會表現優異的選手。</p>	<p>正是代表五大洲的團結。</p> <p>3.介紹奧運分為夏季奧運與冬季奧運，經主辦國奧運籌委會遞交國際奧委會申請書，就可望增加新的奧運項目。</p> <p>4.介紹臺灣奧運名人，讓同學了解奪牌面臨的障蔽是如何巨大，了解要得到任何一面獎牌都不是件容易的事情。</p>			
<p>第3週 2/26~3/1</p>	<p>田徑-有 氧、無氧 慢跑</p>	<p>健體-J-A1 健體-J-B2</p>	<p>1c-IV-1 了 2c-IV-2 2c-IV-3 3d-IV-1 3d-IV-3 4c-IV-1 4d-IV-2 4d-IV-3</p>	<p>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。</p>	<p>1.了解有氧運動的益處。</p> <p>2.建立正確的跑步運動概念。</p> <p>3.習得慢跑的動作技巧與訣竅。</p> <p>4.學會運動前熱身與運動後收操伸展。</p> <p>5.懂得利用智慧軟體輔助運動。</p> <p>6.養成持續慢跑的運動習慣。</p> <p>7.具備簡易的配速觀念，並可實際應用於慢跑練習中。</p>	<p>1.說明慢跑即是一種有氧運動以及它的好處。</p> <p>2.介紹各個跑步場域，不同的路面擁有不同的特性，可根據入門到進階一一講解。</p> <p>3.講解慢跑的動作要領與訣竅，並帶領學生把每一個動作訣竅練習過，特別注意身體重心的掌握與跑步姿勢的放鬆。</p> <p>4.說明「速度」與「配速」的不同之處。</p> <p>5.提醒學生在慢跑運動時，做好事前的準備，多留意身</p>	<p>上課參與 技能測驗</p>	<p>【課綱】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	

						體狀況，倘若跑時真的很不舒服，建議適時的休息，找出原因，待身體狀況恢復再跑。			
第 4 週 3/4~3/8	田徑-有 氧、無氧 慢跑	健體-J-A1 健體-J-B2	1c-IV-1 了 2c-IV-2 2c-IV-3 3d-IV-1 3d-IV-3 4c-IV-1 4d-IV-2 4d-IV-3	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。	1.了解有氧運 動的益處。 2.建立正確的 跑步運動概 念。 3.習得慢跑的 動作技巧與訣 竅。 4.學會運動前 熱身與運動後 收操伸展。 5.懂得利用智 慧軟體輔助運 動。 6.養成持續慢 跑的運動習 慣。 7.具備簡易的 配速觀念，並 可實際應用於 慢跑練習中。	1.說明慢跑即是一 種有氧運動以及它 的好處。 2.介紹各個跑步場 域，不同的路面擁 有不同的特性，可 根據入門到進階一 一講解。 3.講解慢跑的動作 要領與訣竅，並帶 領學生把每一個動 作訣竅練習過，特 別注意身體重心的 掌握與跑步姿勢的 放鬆。 4.說明「速度」與 「配速」的不同之 處。 5.提醒學生在慢跑 運動時，做好事前 的準備，多留意身 體狀況，倘若跑時 真的很不舒服，建 議適時的休息，找 出原因，待身體狀 況恢復再跑。	上課參與 技能測驗	【課綱】 涯 J3 覺察 自己的能力 與興趣。	
第 5 週 3/11~3/15	田徑-有 氧、無氧 慢跑	健體-J-A1 健體-J-B2	1c-IV-1 了 2c-IV-2 2c-IV-3 3d-IV-1 3d-IV-3 4c-IV-1 4d-IV-2 4d-IV-3	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。	1.了解有氧運 動的益處。 2.建立正確的 跑步運動概 念。 3.習得慢跑的 動作技巧與訣 竅。 4.學會運動前	1.說明慢跑即是一 種有氧運動以及它 的好處。 2.介紹各個跑步場 域，不同的路面擁 有不同的特性，可 根據入門到進階一 一講解。 3.講解慢跑的動作	上課參與 技能測驗	【課綱】 涯 J3 覺察 自己的能力 與興趣。	

					<p>熱身與運動後收操伸展。</p> <p>5.懂得利用智慧軟體輔助運動。</p> <p>6.養成持續慢跑的運動習慣。</p> <p>7.具備簡易的配速觀念，並可實際應用於慢跑練習中。</p>	<p>要領與訣竅，並帶領學生把每一個動作訣竅練習過，特別注意身體重心的掌握與跑步姿勢的放鬆。</p> <p>4.說明「速度」與「配速」的不同之處。</p> <p>5.提醒學生在慢跑運動時，做好事前的準備，多留意身體狀況，倘若跑時真的很不舒服，建議適時的休息，找出原因，待身體狀況恢復再跑。</p>			
<p>第 6 週</p> <p>3/18~3/22</p>	跳繩/肌肉鍛鍊	<p>健體-J-A1</p> <p>健體-J-A3</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>1c-IV-2</p> <p>1d-IV-1</p> <p>2c-IV-2</p> <p>4c-IV-3</p>	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。	<p>1.能懂得肌肉鍛鍊的原則。</p> <p>2.能認識肌力與肌耐力。</p> <p>3.能瞭解肌肉強化的好處。</p> <p>4.學會正確的基本肌肉鍛鍊動作。</p> <p>5.懂得使用簡易肌肉鍛鍊的器材。</p> <p>6.可設計出適合自己的肌肉鍛鍊課表。</p>	<p>1.說明青少年的主要鍛鍊目標是促進生長發育，增強基本的身體素質，注重安全。詳細就鍛鍊計畫、漸進阻力、安全性、適當重量、早期訓練等方向進行解說。</p> <p>2.介紹跳繩的優點</p>	上課參與 態度檢核 技能測驗	<p>【課綱】</p> <p>安 J1 理解安全教育的意義。</p>	
<p>第 7 週</p> <p>3/25~3/29</p> <p>第一次段考</p>	跳繩/肌肉鍛鍊	<p>健體-J-A1</p> <p>健體-J-A3</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>1c-IV-2</p> <p>1d-IV-1</p> <p>2c-IV-2</p> <p>4c-IV-3</p>	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。	<p>1.能懂得肌肉鍛鍊的原則。</p> <p>2.能認識肌力與肌耐力。</p> <p>3.能瞭解肌肉強化的好處。</p> <p>4.學會正確的基本肌肉鍛鍊</p>	<p>1.說明青少年的主要鍛鍊目標是促進生長發育，增強基本的身體素質，注重安全。詳細就鍛鍊計畫、漸進阻力、安全性、適當重量、早期訓練等</p>	上課參與 態度檢核 技能測驗	<p>【課綱】</p> <p>安 J1 理解安全教育的意義。</p>	



					<p>動作。</p> <p>5.懂得使用簡易肌肉鍛鍊的器材。</p> <p>6.可設計出適合自己的肌肉鍛鍊課表。</p>	<p>方向進行解說。</p> <p>2. 介紹跳繩的優點</p>			
<p>第 8 週</p> <p>4/1~4/5</p>	<p>水上安全與自救(水域安全宣導)</p>	<p>健體-J-A1</p>	<p>1c-IV-2</p> <p>1d-IV-1</p> <p>3c-IV-1</p>	<p>Cb-IV-2</p> <p>Gb-IV-1</p>	<p>1. 藉由新聞訊息傳遞了解安全水域判斷。</p> <p>2. 讓學生了解常見水域意外發生的原因。</p> <p>3. 讓學生了解常見水域意外發生的原因。</p> <p>4. 認識安全水域與警示旗。</p> <p>5. 自救學習技能操作。</p> <p>6. 浮具自製技能操作。</p> <p>7. 叫叫伸拋划救援法。</p>	<p><b>一、常見水域發生意外的原因</b></p> <p><b>二、認識水域遊憩活動警示</b></p> <p><b>三、討論活動</b></p> <p>說明：戲水游泳時，看似平靜的海面，可不可以直接下水游泳？請列舉可行的判斷方式？</p> <p>1. 我會選擇哪一類型的水域戲水？</p> <p>2. 看到黃色旗幟該注意什麼？</p> <p><b>四、離岸流注意事項</b></p> <p><b>五、自製浮具</b></p> <p>1. 說明：失足落水時，身上穿的衣服和褲子是影響水上活動很大的阻礙，但脫下來的衣服、褲子卻可已成為最好的求生工具。</p> <p>2. 介紹：介紹上衣利用法、褲子漂浮法以自救。</p>	<p>認知情意發表觀察實作</p>	<p><b>【安全教育】</b></p> <p>安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。</p> <p><b>【海洋教育】</b></p> <p>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>	
<p>第 9 週</p> <p>4/8~4/12</p>	<p>桌球</p>	<p>健體-J-A1</p> <p>健體-J-C2</p>	<p>1c-IV-1</p> <p>1d-IV-1</p> <p>2c-IV-2</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊</p>	<p>1.認識桌球比賽單打規則。</p> <p>2.能遵守球場</p>	<p>1. 桌球單步步法、側併步步法介紹與練習。</p>	<p>上課參與態度檢核技能測驗</p>	<p><b>【課綱】</b></p> <p>品 J1 溝通合作與和諧</p>	

			2c-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-2 4d-IV-2	戰術。	上安全規則及遊戲規則。 3.能了解桌球正拍攻球以及步法的分解動作。 4.能做出正拍攻球結合步法的動作。 5.培養控球落點瞄準目標物的能力。 6.相互合作的班級氣氛。	2.講解正拍攻球分解動作，將正拍攻球拆分成預備、引拍、擊球、還原4步驟進行講解。 3.建議學生要明確的告訴自己中間的球要固定使用某一側拍面進行回擊，否則在實戰的時候，容易出現左右猶豫不決的情況，導致錯失較佳的擊球時機。 4.介紹桌球比賽規則。並示範裁判手勢及選手手勢。		人際關係。	
第 10 週 4/15~4/19	桌球	健體-J-A1 健體-J-C2	1c-IV-1 1d-IV-1 2c-IV-2 2c-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-2 4d-IV-2	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.認識桌球比賽單打規則。 2.能遵守球場上安全規則及遊戲規則。 3.能了解桌球正拍攻球以及步法的分解動作。 4.能做出正拍攻球結合步法的動作。 5.培養控球落點瞄準目標物的能力。 6.相互合作的班級氣氛。	1.桌球單步步法、側併步步法介紹與練習。 2.講解正拍攻球分解動作，將正拍攻球拆分成預備、引拍、擊球、還原4步驟進行講解。 3.建議學生要明確的告訴自己中間的球要固定使用某一側拍面進行回擊，否則在實戰的時候，容易出現左右猶豫不決的情況，導致錯失較佳的擊球時機。 4.介紹桌球比賽規則。並示範裁判手勢及選手手勢。	上課參與 態度檢核 技能測驗	【課綱】 品 J1 溝通 合作與和諧 人際關係。	
第 11 週 4/22~4/26	羽球	健體-J-A2 健體-J-C2	1c-IV-1 1d-IV-1 2d-IV-2	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團	1.學會後場攻擊技術的使用時機，並建立	1.讓學生複習間複習上一節課的直線站位。練習對角場	上課參與 態度檢核 技能測驗	【課綱】 品 J8 理性 溝通與問題	

			4d-IV-3	隊戰術。	後場擊球之基本能力。 2.了解後場切球動作要領與應用，以及學會拍面擊球位置並建立正確發力。 3.能了解羽球切球之類型並能在比賽中欣賞。 4.能學會切球的應用方法，並實際執行於比賽中。	地對對角場地，不過 先以半場為練習範圍。 2.講述切球後上網練習，發球者以手拋球方式將球送至指定位置，並務必要等待同學擊球後回動再丟網前球。		解決。	
第 12 週 4/29~5/3	羽球	健體-J-A2 健體-J-C2	1c-IV-1 1d-IV-1 2d-IV-2 4d-IV-3	Ha-IV-1 網/ 牆性球類運動 動作組合及團 隊戰術。	1.學會後場攻擊技術的使用時機，並建立後場擊球之基本能力。 2.了解後場切球動作要領與應用，以及學會拍面擊球位置並建立正確發力。 3.能了解羽球切球之類型並能在比賽中欣賞。 4.能學會切球的應用方法，並實際執行於比賽中。	1.讓學生複習間複習上一節課的直線站位。練習對角場地對對角場地，不過 先以半場為練習範圍。 2.講述切球後上網練習，發球者以手拋球方式將球送至指定位置，並務必要等待同學擊球後回動再丟網前球。	上課參與 態度檢核 技能測驗	【課綱】 品 J8 理性 溝通與問題 解決。	
第 13 週 5/6~5/10 第二次段考	羽球	健體-J-A2 健體-J-C2	1c-IV-1 1d-IV-1 2d-IV-2 4d-IV-3	Ha-IV-1 網/ 牆性球類運動 動作組合及團 隊戰術。	1.學會後場攻擊技術的使用時機，並建立後場擊球之基本能力。	1.讓學生複習間複習上一節課的直線站位。練習對角場地對對角場地，不過	上課參與 態度檢核 技能測驗	【課綱】 品 J8 理性 溝通與問題 解決。	

					<p>2.了解後場切球動作要領與應用，以及學會拍面擊球位置並建立正確發力。</p> <p>3.能了解羽球切球之類型並能在比賽中欣賞。</p> <p>4.能學會切球的應用方法，並實際執行於比賽中。</p>	<p>先以半場為練習範圍。</p> <p>2.講述切球後上網練習，發球者以手拋球方式將球送至指定位置，並務必等待同學擊球後回動再丟網前球。</p>			
<p>第 14 週 5/13~5/17</p>	<p>羽球</p>	<p>健體-J-A2 健體-J-C2</p>	<p>1c-IV-1 1d-IV-1 2d-IV-2 4d-IV-3</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1.學會後場攻擊技術的使用時機，並建立後場擊球之基本能力。</p> <p>2.了解後場切球動作要領與應用，以及學會拍面擊球位置並建立正確發力。</p> <p>3.能了解羽球切球之類型並能在比賽中欣賞。</p> <p>4.能學會切球的應用方法，並實際執行於比賽中。</p>	<p>1.讓學生複習間複習上一節課的直線站位。練習對角場地對對角場地，不過先以半場為練習範圍。</p> <p>2.講述切球後上網練習，發球者以手拋球方式將球送至指定位置，並務必等待同學擊球後回動再丟網前球。</p>	<p>上課參與 態度檢核 技能測驗</p>	<p>【課綱】 品 J8 理性溝通與問題解決。</p>	
<p>第 15 週 5/20~5/24</p>	<p>壘球</p>	<p>健體-J-C2</p>	<p>1c-IV-1 1d-IV-1 2c-IV-2 3c-IV-1 3d-IV-1 4d-IV-2</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.能遵守球場上安全規則及遊戲規則。</p> <p>2.能了解慢速壘球守備的陣型。</p> <p>3.能經由經驗</p>	<p>1.介紹慢速壘球守備的位置、慢速壘球投球規則及要領。</p> <p>2.說明投手也是守備的一環，在棒球比賽中，投手的工</p>	<p>上課參與 態度檢核 技能測驗</p>	<p>【課綱】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。</p>	

					<p>來了解投手投球之原理。</p> <p>4.了解如何利用身體部位力量來完成投球動作。</p> <p>5.能比較出較省力之投球動作。</p> <p>6.培養穩定投球的能力。</p> <p>7.相互合作的班級氣氛。</p>	<p>作不僅僅只是投球而已，在球投出之後，接著也須準備防守打者擊出的球。</p> <p>3.說明慢速壘球投手投球的目的不是要三振打者，而是要讓打擊者打得到球。慢速壘球的好球帶高度在擊球員肩部以下，膝關節以上，位置在本壘板和好球板正上方的柱狀空間。</p> <p>4.拋球練習，以任務及設定條件的方式，帶著學生逐步在活動當中學會在慢速壘球投球的規則及原理之下進行投球。</p>		<p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p>
<p>第 16 週 5/27~5/31</p>	<p>壘球</p>	<p>健體-J-C2</p>	<p>1c-IV-1 1d-IV-1 2c-IV-2 3c-IV-1 3d-IV-1 4d-IV-2</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.能遵守球場上安全規則及遊戲規則。</p> <p>2.能了解慢速壘球守備的陣型。</p> <p>3.能經由經驗來了解投手投球之原理。</p> <p>4.了解如何利用身體部位力量來完成投球動作。</p> <p>5.能比較出較省力之投球動作。</p> <p>6.培養穩定投球的能力。</p>	<p>1.介紹慢速壘球守備的位置、慢速壘球投球規則及要領。</p> <p>2.說明投手也是守備的一環，在棒球比賽中，投手的工作不僅僅只是投球而已，在球投出之後，接著也須準備防守打者擊出的球。</p> <p>3.說明慢速壘球投手投球的目的不是要三振打者，而是要讓打擊者打得到球。慢速壘球的好球帶高度在擊球員</p>	<p>上課參與態度檢核技能測驗</p>	<p>【課綱】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J2 重視群體規範與榮譽。</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p>

					7.相互合作的班級氣氛。	肩部以下，膝關節以上，位置在本壘板和好球板正上方的柱狀空間。 4.拋球練習，以任務及設定條件的方式，帶著學生逐步在活動當中學會在慢速壘球投球的規則及原理之下進行投球。			
第 17 週 6/3~6/7	足球	健體-J-A2 具 健體-J-B1 健體-J-C2	1d-IV-1 1d-IV-3 用 3c-IV-1 3d-IV-1 3d-IV-2 4d-IV-1	Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運動。	1.使學生了解傳球基本技巧，透過傳球練習傳球基本技巧。 2.了解並學會傳球的動作要領。 3.傳接球的綜合運用。 4.熟練傳接球的動作要領。 5.學習盤運球的技術動作。 6.表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	一、傳球技術 二、活動「傳球練習」	觀察 發表 實作	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第 18 週 6/10~6/14 畢業典禮	足球	健體-J-A2 具 健體-J-B1 健體-J-C2	1d-IV-1 1d-IV-3 用 3c-IV-1 3d-IV-1 3d-IV-2 4d-IV-1	Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運動。	1.使學生了解傳球基本技巧，透過傳球練習傳球基本技巧。 2.了解並學會傳球的動作要領。 3.傳接球的綜合運用。 4.熟練傳接球	一、傳球技術 二、活動「傳球練習」	觀察 發表 實作	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

					的動作要領。 5.學習盤運球的技術動作。 6.表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。				
第 19 週 6/17~6/21	足球	健體-J-A2 具 健體-J-B1 健體-J-C2	1d-IV-1 1d-IV-3 用 3c-IV-1 3d-IV-1 3d-IV-2 4d-IV-1	Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運動。	1.使學生了解傳球基本技巧，透過傳球練習傳球基本技巧。 2.了解並學會傳球的動作要領。 3.傳接球的綜合運用。 4.熟練傳接球的動作要領。 5.學習盤運球的技術動作。 6.表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	一、傳球技術 二、練習控球	觀察 發表 實作	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第 20 週 6/24~6/28 第三次段考 休業式	足球	健體-J-A2 具 健體-J-B1 健體-J-C2	1d-IV-1 1d-IV-3 用 3c-IV-1 3d-IV-1 3d-IV-2 4d-IV-1	Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運動。	1.使學生了解傳球基本技巧，透過傳球練習傳球基本技巧。 2.了解並學會傳球的動作要領。 3.傳接球的綜合運用。 4.熟練傳接球的動作要領。 5.學習盤運球的技術動作。 6.表現利他合	一、傳球技術 二、練習控球	觀察 發表 實作	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

					群的態度，與 他人理性溝通 與和諧互動。				
--	--	--	--	--	----------------------------	--	--	--	--