

109 學年度嘉義縣鹿草國民中學八年級第一學期健體領域體育科 教學計畫表

設計者：吳孟宗(新課綱) (表十二之一)

一、教材版本：康軒版第三冊

二、本領域每週學習節數：2

三、總綱核心素養：

- A1 身心素質與自我精進 ■A2 系統思考與解決問題 ■A3 規劃執行與創新應變 ■B1 符號運用與溝通表達 ■B2 科技資訊與媒體素養
 ■B3 藝術涵養與美感素養 ■C1 道德實踐與公民意識 ■C2 人際關係與團隊合作 ■C3 多元文化與國際理解給選項

四、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	單元/主題名稱	學習領域核心素養/ 學習目標	教學重點		評量方式	議題融入	跨域統整或協 同教學規劃(無 則免填)
				學習表現	學習內容			
一	8/31-9/4	第 4 單元體能挑戰 第 1 章大力水手— 肌力與肌耐力	學習領域核心素養 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:具備情意	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。 4c- IV -2: 分析並評	Ab- IV -1: 體適能促 進策略與 活動方法。 Ab- IV -2: 體適能運 動處方基 礎設計原 則。	1. 課堂觀 察 2. 口語問 答 3. 技能實 作 4. 學習單	安全教育 J2	綜合活動 健康與體育

			<p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解增進肌肉適能的益處。 2. 了解肌肉適能訓練基本原則。 3. 學會上肢、下肢及核心肌群、胸、腹肌群的動作訓練及注意事項。 4. 學會肌力與肌耐力運動計畫的設計。 5. 養成積極參與的態度，並注意運動時的安全。 	<p>估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c- IV -3: 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d- IV -2: 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p> <p>4d- IV -3: 執行提升體適能的身體活動。</p>				
二	9/7-9/11	第 4 單元體能挑戰 第 2 章躍如脫兔—跳	學習領域核心素養 健體-J-A1: 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與	1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規	Ab- IV -1: 體適能促進策略與活動方法。	1. 課堂觀察 2. 口語問答	【生涯規劃教育】 涯 J3: 覺察自己的	綜合活動

			<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解跳遠及跳高的動作要領。 2. 養成練習時集中注意力並注意周遭環境安全的習慣。 3. 學會跳遠及跳高的動作技巧。 	<p>則。</p> <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>2d- IV -3: 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</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:</p>	<p>Cb- IV -2: 各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Ga- IV -1: 跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	<p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>	<p>能力與興趣。</p> <p>涯 J4: 了解自己的性格特質與價值觀。</p> <p>涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。</p>	
--	--	--	--	---	---	------------------------------	---	--

				<p>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>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。</p> <p>4d- IV -2: 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p> <p>4d- IV -3: 執行提升體適能的</p>				
--	--	--	--	---	--	--	--	--

三	9/14-9/18	<p>第 4 單元體能挑戰 第 2 章躍如脫兔—跳</p>	<p>學習領域核心素養 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-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。 學習目標 1. 了解跳遠及跳高的動作要領。</p>	<p>身體活動。</p> <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。 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。</p>	<p>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。</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習單</p>	<p>【生涯規劃教育】 涯 J3: 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4: 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。</p>	<p>綜合活動</p>
---	-----------	-----------------------------------	---	--	---	---	---	-------------

			<p>2. 養成練習時集中注意力並注意周遭環境安全的習慣。</p> <p>3. 學會跳遠及跳高的動作技巧。</p> <p>4. 養成積極參與的態度，並隨時注意安全。</p> <p>5. 培養尊重他人及團隊合作的精神。</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>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。</p> <p>4d- IV -2: 執行個人運動計畫，實際參</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

				與身體活動。 4d- IV -3: 執行提升 體適能的 身體活動。				
四	9/21-9/25	第 4 單元體能挑戰 第 3 章翻山越嶺— 山野活動	學習領域核心素養 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。 學習目標 1. 了解台灣山林開放 政策。 2. 認識登山活動的分 類。 3. 知道登山活動的特	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。 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	Ba- IV -1: 居家、學 校、社區環 境潛在危 機的評估 方法。 Cd- IV -1: 戶外休閒 運動綜合 應用。	1. 課堂觀 察 2. 口語問 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。	社會 綜合活動

			<p>性及安全注意事項。</p> <p>4. 學會山野活動的裝備準備原則。</p>	<p>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>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。</p> <p>4d- IV -2: 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>				
五	9/28-10/2	第 4 單元體能挑戰	學習領域核心素養	1c- IV -2:	Ba- IV -1:	1. 課堂觀	【環境教	社會

		<p>趣 第 3 章翻山越嶺— 山野活動</p>	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 知道山難發生的原因並了解預防方法。 2. 學會發生緊急事故時的通報方法。 3. 能擬定並實踐登山計畫。 	<p>評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <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 -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</p>	<p>居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。</p> <p>Cd- IV -1: 戶外休閒運動綜合應用。</p>	<p>察</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習單 	<p>育】</p> <p>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。</p>	<p>綜合活動</p>
--	--	----------------------------------	--	--	---	---	--	-------------

				<p>與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>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。</p> <p>4d- IV -2: 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>				
六	10/5-10/9	第 5 單元團體攻防戰 第 1 章排列組合—排球	學習領域核心素養 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。	<p>1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c- IV -3: 了解身體發展與動</p>	Ha- IV -1: 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>	<p>品德教育 J1</p> <p>品德教育 J8</p> <p>安全教育 J6</p>	藝術 綜合活動

			<p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 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。 2. 學會排球高手托球與移動托球學習方式。 	<p>作發展的關係。</p> <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>2d- IV -3: 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</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 -3: 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>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。</p> <p>4d- IV -2: 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>				
七 段考	10/12-10/16	<p>第 5 單元團體攻防戰</p> <p>第 1 章排列組合——排球</p> <p>【第一次評量週】</p>	<p>學習領域核心素養</p> <p>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</p>	<p>1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c- 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. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p>	<p>品德教育 J1</p> <p>品德教育 J8</p> <p>安全教育 J6</p>	<p>藝術 綜合活動</p>

			<p>意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學會排球高手托球與移動托球學習方式。 2. 在練習、比賽中，能與同學合作共同完成目標。 3. 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。 	<p>了解身體發展與動作發展的關係。</p> <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>2d- IV -3: 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</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</p>	4. 學習單		
--	--	--	--	--	--------	--	--

				<p>技術的學習策略。</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>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。</p> <p>4d- IV -2: 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>				
八	10/19-10/23	第 5 單元團體攻防戰 第 2 章彈跳之間—桌球	學習領域核心素養 健體-J-A1: 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與	1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規	Cb- IV -2: 各項運動設施的安全使用規	1. 課堂觀察 2. 口語問答	品德教育 J1 品德教育 J8	

		<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <p>1. 能了解桌球運動之相關知識與基本技術</p>	<p>則。</p> <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>3d- IV -1: 運用運動技術的學</p>	<p>定。</p> <p>Ha- IV -1: 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>	<p>安全教育</p> <p>J6</p>	
--	--	---	---	--	------------------------------	-----------------------	--

			<p>原理，藉由各項練習與反思，學習正確動作技能，於練習與競賽中展現。</p> <p>2. 進行練習或競賽時，遵守規範，注意運動安全，並尊重個別差異，採用溝通與合作的模式，培養團隊意識。</p> <p>3. 透過持續學習，感受桌球運動的樂趣，同時技能與體適能皆獲得提升與增強，進而養成規律的運動習慣。</p>	<p>習策略。</p> <p>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。</p> <p>4d- IV -2: 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>				
九	10/26-10/30	<p>第 5 單元團體攻防戰</p> <p>第 3 章羽眾不同—羽球</p>	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>健體-J-B1: 具備情意表達的能力，能以同</p>	<p>1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c- IV -2: 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p>	<p>Ha- IV -1: 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>	<p>品德教育 J1</p> <p>品德教育 J8</p> <p>安全教育 J6</p>	

			<p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <p>1. 能了解羽球正手切球、正／反手挑球之動作要領與運用時機，並能透過練習與反思增進動作技能。</p> <p>2. 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。</p>	<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>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</p>			
--	--	--	---	--	--	--	--

				<p>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>				
十	11/2-11/6	<p>第 5 單元團體攻防戰</p> <p>第 3 章羽眾不同——羽球</p>	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>健體-J-C2: 具備利他及合群的知能與態</p>	<p>1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c- IV -2: 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d- IV -1: 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d- IV -2: 反思自己</p>	<p>Ha- IV -1: 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>	<p>品德教育 J1</p> <p>品德教育 J8</p> <p>安全教育 J6</p>	

			<p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解羽球正手切球、正／反手挑球之動作要領與運用時機，並能透過練習與反思增進動作技能。 2. 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。 3. 能瞭解個別差異，養成尊重他人之態度，透過合作學習解決學習歷程所面臨之問題，並發揮團隊精神，促進人際互動關係。 	<p>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>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 -2: 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4d- IV -1:</p>				
--	--	--	--	---	--	--	--	--

				發展適合個人之專項運動技能。				
十一	11/9-11/13	第 5 單元團體攻防戰 第 4 章合作無間—籃球	學習領域核心素養 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:具備情意	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。 1d- IV -2: 反思自己的運動技能。 2c- IV -1: 展現運動禮節，具備運動的道	Bc- IV -1: 簡易運動傷害的處理與風險。 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. 學習單	【人權教育】 人 J3: 探索各種利益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。	綜合活動

			<p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解籃球各種傳接球之相關知識和技能原理，並能反思和發展學習策略，以改善動作技能。 2. 能做出胸前、地板和頂上等傳接球的動作技能，並學習運用策略於活動或籃球比賽中。 	<p>德思辨和實踐能力。</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>2d- IV -2: 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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: 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>4c- IV -2: 分析並評 估個人的 體適能與 運動技</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

				<p>能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c- IV -3: 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d- IV -2: 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p> <p>4d- IV -3: 執行提升體適能的身體活動。</p>				
十二	11/16-11/20	<p>第 5 單元團體攻防戰</p> <p>第 4 章合作無間—籃球</p>	<p>學習領域核心素養健體-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，</p>	<p>1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c- IV -2: 評估運動</p>	<p>Bc- IV -1: 簡易運動傷害的處理與風險。</p> <p>Hb- IV -1: 陣地攻守性球類運</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人 J3: 探索各種利益可能發生的衝突，並了</p>	綜合活動

			<p>不輕言放棄。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>風險，維護安全的運動情境。</p> <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 -1:展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</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</p>	<p>動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>解如何運用民主審議方式及正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。</p>	
--	--	--	---	--	--------------------	---	--

			<p>學習目標</p> <p>1. 能遵守籃球規則，以培養守法、尊重他人和團隊合作之精神。</p> <p>2. 養成積極參與的態度，並集中注意力隨時注意周遭環境安全。</p> <p>3. 能具備審美與表現的能力，培養賞析、建構和分享的態度與能力，進而有效精進個人學習與挑戰個人極限。</p>	<p>樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>2d- IV -2: 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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: 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>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。</p> <p>4c- IV -3: 規劃提升 體適能與 運動技能 的運動計 畫。</p> <p>4d- IV -2: 執行個人</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

				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。				
十三	11/23-11/27	第 5 單元團體攻防戰 第 5 章攻占堡壘— 棒壘球	學習領域核心素養 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-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	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。 1d- IV -2: 反思自己的運動技能。	Hd- IV -1: 守備/跑分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。	綜合活動

			<p>健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>學習目標</p> <p>1. 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。</p> <p>2. 能做出肩上傳球、接球、跑壘等動作技巧，並學習運用於其他運動項目或日常生活中，保護個人人身安全。</p>	<p>2c- IV -1: 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</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>2d- IV -3: 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</p> <p>3c- IV -1: 表現局部或全身性</p>				
--	--	--	---	---	--	--	--	--

				<p>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 -3: 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4c- IV -3: 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d- IV -1: 發展適合個人之專項運動技能。</p> <p>4d- IV -3:</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

				執行提升體適能的身體活動。				
十四 段考	11/30-12/4	第 5 單元團體攻防戰 第 5 章攻占堡壘— 棒壘球 【第二次評量週】	學習領域核心素養 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-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。 學習目標 1. 藉由各式肩上傳	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。 1d- IV -2: 反思自己 的運動技 能。 2c- IV -1: 展現運動 禮節，具備 運動的道 德思辨和	Hd- IV -1: 守備/跑分 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。	綜合活動

			<p>球、接球、跑壘等動作技巧，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。</p> <p>2. 能具備欣賞與表現的能力，培養良好人際關係與團隊合作精神，並精進個人學習與挑戰個人極限。</p>	<p>實踐能力。</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>2d- IV -3: 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</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:</p>			
--	--	--	--	--	--	--	--

				<p>運用運動技術的學習策略。</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>4c- IV -3: 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d- IV -1: 發展適合個人之專項運動技能。</p> <p>4d- IV -3: 執行提升體適能的身體活動。</p>				
十五	12/7-12/11	第 5 單元團體攻防戰	學習領域核心素養 健體-J-A1: 具備體育	1c- IV -1: 了解各項	Ab- IV -1: 體適能促	1. 課堂觀察	品德教育 J1	

		<p>第 6 章頂上功夫—足球</p>	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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，應用於日常生活中變的能力。</p> <p>學習目標</p>	<p>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 -2:反思自己的運動技能。</p> <p>1d- IV -3:應用運動比賽的各項策略。</p> <p>2c- IV -1:展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</p> <p>2c- IV -2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通</p>	<p>進策略與活動方法。</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>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>	<p>品德教育 J8</p> <p>安全教育 J6</p>	
--	--	---------------------	---	---	---	---	---------------------------------------	--

			<p>1. 了解定位向前頭頂球、守門員防守與進攻的動作要領。</p> <p>2. 學會向前頭頂球、守門員防守與進攻的動作技能。</p> <p>3. 了解與運用比賽戰術的概念。</p>	<p>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 -2: 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>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。</p> <p>4c- IV -3: 規劃提升體適能與運動技能的運動計</p>				
--	--	--	---	--	--	--	--	--

十六	12/14-12/18	<p>第 5 單元團體攻防戰</p> <p>第 6 章頂上功夫—足球</p>	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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</p>	<p>畫。</p> <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 -2: 反思自己的運動技能。</p> <p>1d- IV -3: 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>2c- IV -1: 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</p> <p>2c- IV -2: 表現利他</p>	<p>Ab- IV -1: 體適能促進策略與活動方法。</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. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>	<p>品德教育 J1</p> <p>品德教育 J8</p> <p>安全教育 J6</p>	
----	-------------	--	---	--	---	--	--	--

			<p>基本概念，應用於日常生活中變的能力。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解與運用比賽戰術的概念。 2. 養成積極參與的態度，並隨時注意安全。 3. 培養尊重他人、守法及團隊合作的精神。 	<p>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 -2: 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>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。</p> <p>4c- IV -3: 規劃提升</p>				
--	--	--	--	---	--	--	--	--

				體適能與運動技能的運動計畫。				
十七	12/21-12/25	第 6 單元現技好身手 第 1 章超越障礙—體操	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>健體-J-B3:具備審美</p>	<p>1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c- IV -2: 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1c- IV -3: 了解身體發展與動作發展的關係。</p> <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</p>	<p>Ab- IV -1: 體適能促進策略與活動方法。</p> <p>Ia- IV -2: 器械體操動作組合。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J6: 了解運動設施安全的維護。</p>	

			<p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 享受完成動作的樂趣與快樂，能夠流暢地完成動作。 2. 了解跳箱運動的特性與過程，認識動作名稱及進行方法。 3. 學會兔跳／蛙跳拍腳、跳撐上臺、跳馬背及分腿／併腿騰躍之動作技巧。 	<p>能。</p> <p>2c- IV -1: 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</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>2d- IV -1: 了解運動在美學上的特質與表現方式。</p> <p>2d- IV -2: 展現運動</p>			
--	--	--	--	---	--	--	--

				<p>欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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: 運用運動技術的學習策略。</p> <p>3d- IV -3: 應用思考與分析能力，解決運動情境的</p>				
--	--	--	--	---	--	--	--	--

				<p>問題。</p> <p>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。</p> <p>4c- IV -3: 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>				
十八	12/28-1/1	<p>第 6 單元現技好身手</p> <p>第 1 章超越障礙—體操</p>	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>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</p>	<p>1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c- IV -2: 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1c- IV -3:</p>	<p>Ab- IV -1: 體適能促進策略與活動方法。</p> <p>Ia- IV -2: 器械體操動作組合。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J6: 了解運動設施安全的維護。</p>	

			<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <p>1.發現自己動作技術上的問題並設計合理的解決方法，且能夠</p>	<p>了解身體發展與動作發展的關係。</p> <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 -1:展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</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:</p>			
--	--	--	--	--	--	--	--

			<p>把自己的想法轉達給他人。</p> <p>2. 積極參與體操運動，能夠支持夥伴的學習並認同每個人有不同的課題與挑戰。</p> <p>3. 能夠隨時注意安全並培養尊重他人及團隊合作的精神。</p>	<p>表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>2d- IV -1: 了解運動在美學上的特質與表現方式。</p> <p>2d- IV -2: 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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</p>				
--	--	--	---	--	--	--	--	--

				<p>人運動潛能。</p> <p>3d- IV -1: 運用運動技術的學習策略。</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>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。</p> <p>4c- IV -3: 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

<p>十九</p>	<p>1/4-1/8</p>	<p>第 6 單元現技好身手 第 1 章超越障礙—體操</p>	<p>學習領域核心素養 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-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-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</p>	<p>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。 1c- IV -3: 了解身體發展與動作發展的關係。 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 -1: 展現運動禮節，具備</p>	<p>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。</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習單</p>	<p>【安全教育】 安 J6:了解運動設施安全的維護。</p>	
-----------	----------------	-------------------------------------	---	--	--	---	-------------------------------------	--

			<p>性與美感體驗。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.發現自己動作技術上的問題並設計合理的解決方法，且能夠把自己的想法轉達給他人。 2.積極參與體操運動，能夠支持夥伴的學習並認同每個人有不同的課題與挑戰。 3.能夠隨時注意安全並培養尊重他人及團隊合作的精神。 	<p>運動的道德思辨和實踐能力。</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>2d- IV -1:了解運動在美學上的特質與表現方式。</p> <p>2d- IV -2:展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</p> <p>3c- IV -1:</p>				
--	--	--	--	---	--	--	--	--

				<p>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: 運用運動技術的學習策略。</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>4c- IV -2: 分析並評估個人的</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

				<p>體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c- IV -3: 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>				
廿	1/11-1/15	<p>第 6 單元現技好身手 第 2 章活靈活現—扯鈴 【第三次評量週】</p>	<p>學習領域核心素養 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-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-B3: 具備審美</p>	<p>1c- IV -2: 評估運動風險，維護安全的運動情境。 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</p>	<p>Bc- IV -1: 簡易運動傷害的處理與風險。 Cb- IV -2: 各項運動設施的安全使用規定。 Ic- IV -1: 民俗運動進階與綜合動作。 Ic- IV -2: 民俗運動</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習單</p>	<p>【安全教育】 安 J6: 了解運動設施安全的維護。</p>	綜合活動

		<p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 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。 2. 能做到扯鈴繞手及扭轉乾坤之運動技能，並學習充分運用策略於活動中，解決運動相關問題及能發揮團隊合作學習之方法。 3. 能養成遵理守法的態度與實踐運用民主 	<p>動。</p> <p>2c- IV -3: 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>2d- IV -2: 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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:</p>	<p>個人或團隊展演。</p>		
--	--	---	---	-----------------	--	--

			<p>溝通及法律程序來進行活動之人權、法治觀念，與培養運動員「勝不驕、敗不餒」之運動家精神。</p> <p>4. 能了解性別平等之意涵及做到尊重異性、共同參與事務及與之合作學習的態度。</p> <p>5. 能養成固定運動的習慣，有計畫地提升體適能與運動技能。</p> <p>6. 能學習如何欣賞扯鈴動作，並提供回饋給同一組的同學，進而增進彼此學習效能。</p>	<p>運用運動技術的學習策略。</p> <p>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。</p> <p>4d- IV -1: 發展適合個人之專項運動技能。</p> <p>4d- IV -2: 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>				
廿一段 考	1/18-1/22	第 4 單健康體能樂生活 第 1 章身體軟 Q 力—柔軟度	學習領域核心素養 健體-J-A1: 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與	1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規	Ab- IV -1: 體適能促進策略與活動方法。	1. 課堂觀察 2. 口語問答	性別平等教育 J11	

		【休業式】	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解柔軟度的定義，以及影響柔軟度的可能因素有哪些？ 2. 認識身體各部位的靜態伸展動作與技巧，並能正確的操作伸展動作。 	<p>則。</p> <p>1c- IV -2: 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d- IV -1: 了解各項運動技能原理。</p> <p>4d- IV -3: 執行提升體適能的身體活動。</p>		<p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>		
--	--	-------	--	---	--	------------------------------	--	--

註 1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期八個學習領域（語文、數學、自然科學、綜合、藝術、健體、社會及科技等領域）之教學計畫表。

註 2：議題融入部份，請填入法定議題及課綱議題。

註 3：藝術才能班請於表件中加入「課程目標/學習構面」項目，該項目內容含創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活、藝術專題，共計 5 面向。

註 4：起迄日期可依疫情或實際需要彈性調整。

109 學年度嘉義縣鹿草國民中學八年級第二學期健體領域體育科 教學計畫表

設計者：吳孟宗(新課綱) (表十二之一)

一、教材版本：康軒版第三冊

二、本領域每週學習節數：2

三、總綱核心素養：

■A1 身心素質與自我精進 ■A2 系統思考與解決問題 ■A3 規劃執行與創新應變 ■B1 符號運用與溝通表達 ■B2 科技資訊與媒體素養

■B3 藝術涵養與美感素養 ■C1 道德實踐與公民意識 ■C2 人際關係與團隊合作 □C3 多元文化與國際理解給選項

四、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	單元/主題名稱	學習領域核心素養/ 學習目標	教學重點		評量方式	議題融入	跨域統整或協 同教學規劃(無 則免填)
				學習表現	學習內容			
一	2/17-2/19	第 4 單元健康體能 樂生活 第 1 章身體軟 Q 力— 柔軟度	學習領域核心素養 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。	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。 4d- IV -3:	Ab- IV -1: 體適能促 進策略與 活動方法。	1. 課堂觀 察 2. 口語問 答 3. 學習單 4. 技能實 作	性別平等 教育 J11	無

			<p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解柔軟度的定義，以及影響柔軟度的可能因素有那些？ 2. 認識身體各部位的靜態伸展動作與技巧，並能正確的操作伸展動作。 3. 了解柔軟度的訓練原則及訓練處方，並能進一步規劃與安排柔軟度訓練。 4. 認識柔軟度評估的檢測細則，並能正確執行柔軟度評估的方法與步驟。 	執行提升體適能的 身體活動。				
二	2/22-2/26	第 4 單元健康體能樂生活 第 2 章運動知識家—運動傷害防護	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>健體-J-A2: 具備理解體育與健康情境的全</p>	<p>1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c- IV -2: 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p>	<p>Bc- IV -1: 簡易運動傷害的處理與風險。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 	<p>【安全教育】</p> <p>安 J4: 探討日常生活發生事故的影響因素。</p>	綜合活動

			<p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 哪些人為疏失將可能會導致校園運動傷害發生？ 2. 了解急、慢性運動傷害的定義，並能進一步舉例。 3. 認識校園內常見的急性運動傷害類型與事故發生時的處理方法。 4. 能分辨緊急性運動傷害有哪些，並能在第一時間尋求專業人士協助。 	3d- IV -3: 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。				
三	3/1-3/5	<p>第 4 單元健康體能樂生活</p> <p>第 3 章化險為夷護身法—柔道</p>	<p>學習領域核心素養</p> <p>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</p>	<p>1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c- IV -2:</p>	<p>Bd- IV -2: 技擊綜合動作與攻防技巧。</p> <p>Cb- IV -2: 各項運動</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1: 溝通合作與和諧人際關係。</p>	無

		<p>與解決體育與健康的問題。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解柔道禮儀的重要性與動作要領。 2. 了解練習時，周遭環境的安全性。 3. 學會後倒、側倒及前倒時護身的動作技巧。 4. 養成積極參與的態度，並隨時注意安全。 5. 培養尊重他人及互 	<p>評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d- IV -1: 了解各項運動技能原理。</p> <p>2c- IV -1: 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</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>2d- IV -2: 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</p>	<p>設施的安全使用規定。</p> <p>Ic- IV -2: 民俗運動個人或團隊展演。</p>	4. 學習單	<p>品 J2: 重視群體規範與榮譽。</p>	
--	--	---	--	--	--------	-------------------------	--

			助合作的精神。	3c- IV -2: 發展動作 創作和展 演的技 巧,展現個 人運動潛 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。				
四	3/8-3/12	第 4 單元健康體能 樂生活 第 3 章化險為夷護 身法—柔道	學習領域核心素養 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-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,	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	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。 Ic- IV -2: 民俗運動 個人或團	1. 課堂觀 察 2. 口語問 答 3. 技能實 作 4. 學習單	【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。	無

			<p>以增進生活中的豐富性與美感體驗。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解柔道禮儀的重要性與動作要領。 2. 了解練習時，周遭環境的安全性。 3. 學會後倒、側倒及前倒時護身的動作技巧。 4. 養成積極參與的態度，並隨時注意安全。 5. 培養尊重他人及互助合作的精神。 	<p>運動技能原理。</p> <p>2c- IV -1: 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</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>2d- IV -2: 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</p> <p>3c- IV -2: 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛</p>	<p>隊展演。</p>			
--	--	--	---	---	-------------	--	--	--

				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。				
五	3/15-3/19	第 5 單元熱血向前行 第 1 章棒壘一家親 — 棒壘球	學習領域核心素養 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-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	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。 1d- IV -2: 反思自己的運動技能。	Hd- IV -1: 守備/跑分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	【品德教育】 品 J1: 溝通合作與和諧人際關係。	綜合活動

			<p>健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解棒球與壘球運動項目之差異及打擊動作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。 2. 能做出棒壘球投手投球動作、打擊等動作技巧，並學習運用於其他運動項目或日常生活中，保護個人人身安全。 3. 藉由各式棒壘球投手投球動作、打擊等動作技巧，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。 4. 能具備欣賞與表現的能力，培養良好人際關係與團隊合作精神，並精進個人學習 	<p>2c- IV -1: 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</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>2d- IV -3: 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</p> <p>3c- IV -1: 表現局部或全身性</p>			
--	--	--	---	---	--	--	--

			與挑戰個人極限。	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。 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。				
六	3/22-3/26	第 5 單元熱血向前行 第 1 章棒壘一家親—棒壘球	學習領域核心素養 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-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。 學習目標 1. 能了解棒球與壘球	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。 1d- IV -2: 反思自己的運動技能。 2c- IV -1: 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和	Hd- IV -1: 守備/跑分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	【品德教育】 品 J1:溝通合作與和諧人際關係。	綜合活動

			<p>運動項目之差異及打擊動作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。</p> <p>2. 能做出棒壘球投手投球動作、打擊等動作技巧，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。</p> <p>3. 藉由各式棒壘球投手投球動作、打擊等動作技巧，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。</p> <p>4. 能具備欣賞與表現的能力，培養良好人際關係與團隊合作精神，並精進個人學習與挑戰個人極限。</p>	<p>實踐能力。</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>2d- IV -3: 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</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:</p>			
--	--	--	---	--	--	--	--

				<p>運用運動技術的學習策略。</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>4c- IV -3: 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d- IV -1: 發展適合個人之專項運動技能。</p> <p>4d- IV -3: 執行提升體適能的身體活動。</p>				
七 (段	3/29-4/2	第 5 單元熱血向前行	學習領域核心素養 健體-J-A2: 具備理解	1c- IV -1: 了解各項	Cb- IV -3: 奧林匹克	1. 課堂觀察	【性別平等教育】	綜合活動

考)		<p>第 2 章水中蛙游—游泳 【第一次評量週】</p>	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p>	<p>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 -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>2c- IV -3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>4c- IV -1:分析並善用運動相</p>	<p>運動會的精神。</p> <p>Gb- IV -2:游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。</p>	<p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 運動行為計畫實踐表</p> <p>5. 學習單</p>	<p>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。</p> <p>性 J12:省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J3:探索各種利益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議方式及</p>	
----	--	----------------------------------	---	--	--	---	---	--

			<p>1. 認識蛙式動作特色，並了解國外選手蛙泳動作與競賽成績紀錄。</p> <p>2. 學習蛙式踢腳動作要領，及練習的方法。</p> <p>3. 學習蛙式划手動作要領，及練習的方法。</p> <p>4. 學習蛙式手腳配合及換氣動作。</p> <p>5. 認識蛙式競賽規則。</p> <p>6. 能積極運用學會之游泳技能，發揮團隊合作精神，享受水中遊戲樂趣。</p>	<p>關之科技、資訊、媒體、產品與服務。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>			<p>正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。</p> <p>人 J4: 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p> <p>【海洋教育】</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>	
八	4/5-4/9	第 5 單元熱血向前行 第 2 章水中蛙游一	學習領域核心素養 健體-J-A2: 具備理解體育與健康情境的全	1c- IV -1: 了解各項運動基礎	Cb- IV -3: 奧林匹克運動會的	1. 課堂觀察 2. 口語問	【性別平等教育】 性 J11: 去	綜合活動

		<p>游泳</p>	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <p>1. 認識蛙式動作特</p>	<p>原理和規則。</p> <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>2c- IV -3: 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>4c- IV -1: 分析並善用運動相關之科</p>	<p>精神。</p> <p>Gb- IV -2: 游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。</p>	<p>答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 運動行為計畫實踐表</p> <p>5. 學習單</p>	<p>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。</p> <p>性 J12: 省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J3: 探索各種利益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程</p>	
--	--	-----------	--	--	---	---	--	--

			<p>色，並了解國外選手蛙泳動作與競賽成績紀錄。</p> <p>2. 學習蛙式踢腳動作要領，及練習的方法。</p> <p>3. 學習蛙式划手動作要領，及練習的方法。</p> <p>4. 學習蛙式手腳配合及換氣動作。</p> <p>5. 認識蛙式競賽規則。</p> <p>6. 能積極運用學會之游泳技能，發揮團隊合作精神，享受水中遊戲樂趣。</p>	<p>技、資訊、媒體、產品與服務。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>			<p>序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。</p> <p>人 J4: 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p> <p>【海洋教育】</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>	
九	4/12-4/16	第 5 單元熱血向前行 第 3 章智者的運動 一定向越野	學習領域核心素養 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	1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規則。	Cd- IV -1: 戶外休閒運動綜合應用。 Ce- IV -1:	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實	【生涯規劃教育】 涯 J3: 覺察自己的能力與興	綜合活動

			<p>性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識定向越野與其基本能力。 2. 能判讀定向越野地圖。 3. 能設計定向越野賽程。 	<p>2c- IV -3: 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</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>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。</p>	<p>其他休閒運動綜合應用。</p>	<p>作</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. 運動行為計畫實踐表 5. 認知測驗卷 6. 學習單 	<p>趣。</p> <p>涯 J4: 了解自己的性格特質與價值觀。</p> <p>涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。</p>	
十	4/19-4/23	第 5 單元熱血向前行 第 3 章智者的運動	<p>學習領域核心素養</p> <p>健體-J-A1:具備體育與健康的知能與態</p>	<p>1c- IV -1: 了解各項運動基礎</p>	<p>Cd- IV -1: 戶外休閒運動綜合</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂觀察 2. 口語問 	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3: 覺</p>	綜合活動

		一定向越野	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識定向越野與其基本能力。 2. 能判讀定向越野地圖。 3. 能設計定向越野賽程。 	<p>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>3d- IV -3: 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>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。</p>	<p>應用。</p> <p>Ce- IV -1: 其他休閒運動綜合應用。</p>	<p>答</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. 技能實作 4. 運動行為計畫實踐表 5. 認知測驗卷 6. 學習單 	<p>察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4: 了解自己的性格特質與價值觀。</p> <p>涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。</p>	
十一	4/26-4/30	第 5 單元熱血向前	學習領域核心素養	1c- IV -1:	Ab- IV -1:	1. 課堂觀	【性別平	藝術

		<p>行 第 4 章力拔山河— 八人制拔河</p>	<p>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: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。</p>	<p>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。 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:表現利他合群的態度，與他人</p>	<p>體適能促進策略與活動方法。 Hb- IV -1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>察 2. 口語問答 3. 技能實作</p>	<p>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。 性 J12:省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動。 【人權教育】 人 J3:探索各種利益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審</p>	<p>綜合活動</p>
--	--	-----------------------------------	--	--	--	----------------------------------	---	-------------

			<p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 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。 4. 認識八人制拔河基本動作、裝備與器材。 5. 能與同學合作做出起步、進攻動作。 6. 了解八人制拔河簡易規則。 7. 能欣賞和觀摩一場拔河比賽。 	<p>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 -2: 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>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。</p> <p>4c- IV -3: 規畫提升體適能與運動技能</p>			<p>議方式及正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。</p> <p>人 J4: 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--	--

				的運動計畫。				
十二	5/3-5/7	第 5 單元熱血向前 行 第 4 章力拔山河— 八人制拔河	學習領域核心素養 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:具備情意 表達的能力，能以同 理心與人溝通互動，	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。 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:	Ab- IV -1: 體適能促 進策略與 活動方法。 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	【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。 性 J12:省 思與他人 的性別權 力關係， 促進平等 與良好的 互動。 【人權教 育】 人 J3:探 索各種利 益可能發 生的衝	藝術 綜合活動

			<p>並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 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。 4. 認識八人制拔河基本動作、裝備與器材。 5. 能與同學合作做出起步、進攻動作。 6. 了解八人制拔河簡易規則。 7. 能欣賞和觀摩一場拔河比賽。 	<p>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 -2: 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>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。</p> <p>4c- IV -3:</p>			<p>突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。</p> <p>人 J4: 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p>	
--	--	--	---	--	--	--	--	--

				規畫提升體適能與運動技能的運動計畫。				
十三	5/10-5/14	第6單元球賽對決 第1章誰與爭鋒－籃球 【第二次評量週】	學習領域核心素養 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。	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。 1d- IV -2: 反思自己的運動技能。 2c- IV -1: 展現運動禮節，具備	Bc- IV -1: 簡易運動傷害的處理與風險。 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. 運動行為計畫實踐表	【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。 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。 性J12:省思與他人	藝術 綜合活動

			<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解籃球攻守技巧之相關知識和技能原理，並能反思和發展學習策略，以改善動作技能。 2. 能做出進攻三重威脅動作、各式擺脫動 	<p>運動的道德思辨和實踐能力。</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>2d- IV -2: 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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</p>			<p>的性別權力關係，促進平等與良好的互動。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J3: 探索各種利益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。</p> <p>人 J4: 了解平等、正義的原則，並在生活中實</p>	
--	--	--	--	---	--	--	---	--

			<p>作以及個人攻守基本動作技能，並學習運用策略於活動或籃球比賽中。</p> <p>3. 能遵守籃球規則，以培養守法、尊重他人和團隊合作之精神。</p> <p>4. 養成積極參與的態度，並集中注意力隨時注意周遭環境安全。</p> <p>5. 能具備審美與表現的能力，培養賞析、建構和分享的態度與能力，進而有效精進個人學習與挑戰個人極限。</p>	<p>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: 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>4c- IV -2: 分析並評估個人的體適能與</p>			<p>踐。</p>	
--	--	--	--	---	--	--	-----------	--

				<p>運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c- IV -3: 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d- IV -2: 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p> <p>4d- IV -3: 執行提升體適能的身體活動。</p>				
十四 (段考)	5/17-5/21	第 6 單元球賽對決 第 1 章誰與爭鋒－ 籃球	學習領域核心素養 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	<p>1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c- IV -2:</p>	<p>Bc- IV -1: 簡易運動傷害的處理與風險。</p> <p>Hb- IV -1: 陣地攻守</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 J4: 認識身體自主權相關議題，維</p>	藝術 綜合活動

			<p>意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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</p>	<p>評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <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 -1:展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</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:</p>	<p>性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>4.運動行為計畫實踐表</p>	<p>護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>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。</p> <p>性 J12:省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J3:探索各種利益可能發生的衝</p>	
--	--	--	---	--	------------------------	--------------------	--	--

			<p>性與美感體驗。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解籃球攻守技巧之相關知識和技能原理，並能反思和發展學習策略，以改善動作技能。 2. 能做出進攻三重威脅動作、各式擺脫動作以及個人攻守基本動作技能，並學習運用策略於活動或籃球比賽中。 3. 能遵守籃球規則，以培養守法、尊重他人和團隊合作之精神。 4. 養成積極參與的態度，並集中注意力隨時注意周遭環境安 	<p>表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>2d- IV -2: 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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: 運用運動技術的學</p>			<p>突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。</p> <p>人J4:了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p>	
--	--	--	--	---	--	--	--	--

			<p>全。</p> <p>5. 能具備審美與表現的能力，培養賞析、建構和分享的態度與能力，進而有效精進個人學習與挑戰個人極限。</p>	<p>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>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。</p> <p>4c- IV -3: 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d- IV -2:</p>				
--	--	--	---	---	--	--	--	--

				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。				
十五	5/24-5/28	第 6 單元球賽對決 第 2 章排敵禦功— 排球	學習領域核心素養 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-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-C2: 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和	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。 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:	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 5. 認知測驗卷 6. 運動行為計畫實踐表	【人權教育】 人 J4: 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。	綜合活動

			<p>健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解排球的攻擊基本技術。 2. 學會如何將排球攻擊運用在比賽上。 3. 增加運動欣賞的能力。 	<p>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 -2: 運用運動比賽中的各種策略。</p>				
十六	5/31-6/4	第 6 單元球賽對決 第 2 章排敵禦功－排球	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>健體-J-B1: 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，</p>	<p>1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d- IV -2: 反思自己的運動技能。</p> <p>2c- IV -2: 表現利他</p>		<ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習單 5. 認知測驗卷 6. 運動行為計畫實 	<p>【人權教育】</p> <p>人 J4: 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p>	綜合活動

			<p>並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解排球的攻擊基本技術。 2. 學會如何將排球攻擊運用在比賽上。 3. 增加運動欣賞的能力。 	<p>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>3d- IV -2: 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>Ha- IV -1: 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰</p>	<p>踐表</p>		
--	--	--	---	---	-----------	--	--

十七	6/7-6/11	第 6 單元球賽對決 第 3 章羽出驚人— 羽球	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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</p>	<p>術。</p> <p>1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c- IV -2: 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <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>Ha- IV -1: 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 分組討論 5. 學習單 	<p>品德教育 J1 品德教育 J8 安全教育 J6</p>	無
----	----------	--------------------------------	--	---	--------------------------------------	--	--	---

			<p>合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>學習目標</p> <p>1. 能了解羽球正手殺球、正、反手網前短球之動作要領與運用時機，並能透過練習與反思增進動作技能。</p> <p>2. 能做到正確且流暢之正手殺球、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。</p> <p>3. 能了解個別差異，養成尊重他人之態度，透過合作學習解決學習歷程所面臨之問題，並發揮團隊精神，促進人際互動關係。</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>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>				
十八	6/14-6/18	第 6 單元球賽對決 第 3 章羽出驚人— 羽球	<p>學習領域核心素養</p> <p>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</p>	1c- IV -1: 了解各項運動基礎原理和規	Ha- IV -1: 網/牆性球類運動動作組合及	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p>	<p>品德教育 J1</p> <p>品德教育 J8</p>	無

			<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <p>1. 能了解羽球正手殺球、正、反手網前短</p>	<p>則。</p> <p>1c- IV -2: 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <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>2c- IV -3: 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p>	<p>團隊戰術。</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 分組討論</p> <p>5. 學習單</p>	<p>安全教育</p> <p>J6</p>	
--	--	--	---	--	--	-----------------------	--

			<p>球之動作要領與運用時機，並能透過練習與反思增進動作技能。</p> <p>2. 能做到正確且流暢之正手殺球、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。</p> <p>3. 能了解個別差異，養成尊重他人之態度，透過合作學習解決學習歷程所面臨之問題，並發揮團隊精神，促進人際互動關係。</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>				
十九	6/21-6/25	<p>第 6 單元球賽對決 第 4 章合作玩球－合球 【第三次評量週】</p>	<p>學習領域核心素養 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。</p> <p>健體-J-B2: 具備善用體育與健康相關的科</p>	<p>1c- IV -2: 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d- IV -1: 了解各項運動技能原理。</p>	Hb- IV -1: 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 合作學習</p>	<p>【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</p>	無

			<p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解合球得分技術之技能與原理，並能反思後，改善動作技能。 2. 能修正錯誤之動作，與隊友相互溝通解決相關問題，並能了解各項技術之使用時機，發揮團隊合作學習提升技術水準以達到目標。 3. 能了解性別平等之意涵及做到尊重異性、共同參與討論及 	<p>1d- IV -2: 反思自己的運動技能。</p> <p>1d- IV -3: 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>2c- IV -2: 表現利他的合群的態度，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 -2: 運用運動比賽中的各種策略。</p>			<p>平等互動的能力。</p> <p>性 J12: 省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J4: 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p>	
--	--	--	--	--	--	--	---	--

			<p>與之合作學習的態度。</p> <p>4. 能養成規律運動的習慣，有計畫地提升體適能與運動技能。</p>	<p>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。</p> <p>4c- IV -3: 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>				
廿(缺考)	6/28-6/30	第 6 單元球賽對決 第 4 章合作玩球—合球	<p>學習領域核心素養 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。</p> <p>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</p>	<p>1c- IV -2: 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <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</p>	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"> 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 合作學習 	<p>【性別平等教育】</p> <p>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。</p> <p>性 J12: 省</p>	無

			<p>技、資訊、媒體的互動關係。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解合球得分技術之技能與原理，並能反思後，改善動作技能。 2. 能修正錯誤之動作，與隊友相互溝通解決相關問題，並能了解各項技術之使用時機，發揮團隊合作學習提升技術水準以達到目標。 3. 能了解性別平等之意涵及做到尊重異性、共同參與討論及與之合作學習的態度。 4. 能養成規律運動的 	<p>能。</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 -2: 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4c- IV -2: 分析並評估個人的</p>			<p>思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J4: 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p>	
--	--	--	---	---	--	--	---	--

			<p>習慣，有計畫地提升體適能與運動技能。</p>	<p>體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c- IV -3: 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>				
--	--	--	---------------------------	---	--	--	--	--

註 1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期八個學習領域（語文、數學、自然科學、綜合、藝術、健體、社會及科技等領域）之教學計畫表。

註 2：議題融入部份，請填入法定議題及課綱議題。

註 3：藝術才能班請於表件中加入「課程目標/學習構面」項目，該項目內容含創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活、藝術專題，共計 5 面向。

註 4：起迄日期可依疫情或實際需要彈性調整。