

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

110 學年度嘉義縣民和國民中學九年級第一學期健康與體育領域體育科 教學計畫表 設計者：何鑫榮 (表十二之一)

一、教材版本：康軒版第 5 冊 二、本領域每週學習節數： 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					
第一週	第4單元運動生活 第1章五環運動力—奧林匹克教育	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	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。	Cb-IV-3:奧林匹克運動會的精神。	1. 能理解奧林匹克之相關知識與情意精神原理,並能實踐在日常生活當中。 2. 能理解奧林匹克與永續發展,並能在日常生活當中實踐愛地球。 3. 能展現奧	1. 能展現包容異己並相互尊重之態度,以運用民主方式進行和諧溝通,並能相互協助指導,發揮團隊合作學習精神。 2. 能欣賞並實踐運動中力與美的展現,培養自信樂觀、勇於挑戰的堅持不放棄的學習態度。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知評量 4. 運動行為計畫實踐表 5. 學習活動單 6. 技能實作	【環境教育】 環J4:了解永續發展的意義(環境、社會、與經濟的均衡發展)與原則。	綜合活動

		<p>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-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-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</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>4d-IV-2: 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>	<p>林匹克與藝術文化的力與美學在日常生活。</p>				
--	--	--	---	----------------------------	--	--	--	--

		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。							
第二週	第4單元運動生活 第1章五環運動力—奧林匹克教育	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、	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。	Cb-IV-3: 奧林匹克運動會的精神。	1. 能理解奧林匹克之相關知識與情意精神原理，並能實踐在日常生活當中。 2. 能理解奧林匹克與永續發展，並能在日常生活當中實踐愛地球。 3. 能展現奧	1. 能展現包容異己並相互尊重之態度，以運用民主方式進行和諧溝通，並能相互協助指導，發揮團隊合作學習精神。 2. 能欣賞並實踐運動中力與美的展現，培養自信樂觀、勇於挑戰的堅持不放棄的學習態度。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知評量 4. 運動行為計畫實踐表 5. 學習活動單 6. 技能實作	【環境教育】 環 J4: 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。	綜合活動

		<p>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-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-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</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>4d-IV-2: 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>		<p>林匹克與藝術文化的力與美學在日常生活。</p>				
--	--	---	---	--	----------------------------	--	--	--	--

		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。							
第三週	第4單元運動生活 第2章打造健康規律新生活一體適能計畫擬定與執行	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	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	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. 透過體適能之相關知識與技能原理，並能評估自我身體能力及結合個人生活，擬定屬於自己的計畫並有效執行在日常生活當中。 2. 能正確做	1. 能做到「堅持、不放棄」、守紀律之運動精神。 2. 能展現包容不同的力與美並相互尊重之態度，以省思及運用民主方式進行和諧溝通，並能相互協助指導，發揮個人差異化的團隊合作學習精	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知評量 5. 運動行為計畫實踐表 6. 學習活動單		

		<p>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>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</p>		<p>到深蹲、平板撐、單車式捲腹、上犬式及嬰兒式技術，手腳並用以提升全身性之肌力、柔軟度與協調性之體適能。</p>	<p>神。</p> <p>3. 能欣賞並實踐運動中展現的樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p>			
--	--	--	---	--	---	---	--	--	--

			<p>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>						
第四週	<p>第4單元運動生活</p> <p>第2章打造健康規律新生活一體適能計畫擬定與執行</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</p>	<p>1c-IV-1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1:</p>	<p>Ab-IV-1: 體適能促進策略與活動方法。</p> <p>Ab-IV-2: 體適能運動處方基礎設計原則。</p>	<p>1. 透過體適能之相關知識與技能原理，並能評估自我身體能力，反思</p>	<p>1. 能做到「堅持、不放棄」、守紀律之運動精神。</p> <p>2. 能展現包容不同的力與美並相</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 認知評</p>		

		<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-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的能力。</p>	<p>了解各項運動技能原理。</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: 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p>		<p>及結合個人生活，擬定屬於自己的計畫並有效執行在日常生活當中。</p> <p>2. 能正確做到深蹲、平板撐、單車式捲腹、上犬式及嬰兒式技術，手腳並用以提升全身性之肌力、柔軟度與協調性之體適能。</p>	<p>互尊重之態度，以省思及運用民主方式進行和諧溝通，並能相互協助指導，發揮個人差異化的團隊合作學習精神。</p> <p>3. 能欣賞並實踐運動中力與美的展現，培養自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p>	<p>量</p> <p>5. 運動行為計畫實踐表</p> <p>6. 學習活動單</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</p>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

<p>第五週</p>	<p>第4單元運動生活 第3章有 氧起來—有 氧舞蹈</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。 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-B3: 具備審美與表現的能</p>	<p>動。 1c-IV-1: 了解各項運動基礎原理和規則。 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。 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:</p>	<p>Ab-IV-2: 體適能運動處方基礎設計原則。 Ib-IV-1: 自由創作舞蹈。</p>	<p>1. 了解階梯有氧和拳擊有氧的基本動作要領與練習方法。 2. 學習運用資訊，增進階梯有氧與拳擊有氧的技能。</p>	<p>1. 培養尊重他人及互助合作精神。 2. 培養積極參與的態度，勇於表現自己的舞姿。 3. 經常跳有氧舞蹈，強化身體健康體適能。</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單</p>	<p>【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 EJU7: 欣賞感恩。</p>	<p>藝術</p>
------------	--	---	--	---	--	--	---	---	-----------

		<p>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>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，展現個人運動潛能。</p> <p>3d-IV-3: 應用思考與分析能力，解決</p>						
--	--	---	---	--	--	--	--	--	--

			<p>運動情境的問題。</p> <p>4c-IV-1: 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。</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</p>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

			活動。 4d-IV-3: 執行提升 體適能的 身體活 動。						
第六週	第4單元運 動生活 第3章有氧 嗨起來—有 氧舞蹈	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	1c-IV-1: 了解各項 運動基礎 原理和規 則。 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。 2c-IV-1: 展現運動 禮節，具 備運動的	Ab-IV-2:體 適能運動處 方基礎設計 原則。 Ib-IV-1:自 由創作舞 蹈。	1. 了解階梯 有氧和拳擊 有氧的基本 動作要領與 練習方法。 2. 學習運用 資訊，增進 階梯有氧與 拳擊有氧的 技能。	1. 培養尊重他人 及互助合作精 神。 2. 培養積極參與 的態度，勇於表 現自己的舞姿。 3. 經常跳有氧舞 蹈，強化身體健 康體適能。	1. 課堂觀 察 2. 口語問 答 3. 技能實 作 4. 學習活 動單	【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。 品 EJU7: 欣賞感 恩。	藝術

		<p>的能力。</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>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-1: 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。</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:</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。						
第七週 (段考週)	第5單元神 來之手 第1章一擲定江山一投擲	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，	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	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。	1. 了解標槍及鉛球的動作要領。 2. 學會標槍及鉛球的動作技巧。	1. 養成練習時集中注意力並注意周遭環境安全的習慣。 2. 養成積極參與的態度，並隨時注意安全。 3. 培養尊重他人及團隊合作的精神。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知評量 5. 運動行為計畫實踐表	【品德教育】 品 J1: 溝通合作與和諧人際關係。	綜合活動

		<p>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>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</p>	<p>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-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:</p>						
--	--	---	--	--	--	--	--	--	--

		和諧互動的 素養。	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。 4c-IV-1:						
--	--	--------------	--	--	--	--	--	--	--

			<p>分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。</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>						
第八週	第5單元神	健體-J-A1:	1c-IV-1:	Ab-IV-1:體	1. 了解標槍	1. 養成練習時集	1. 課堂觀	【品德教	綜合活動

	<p>來之手 第1章—擲 定江山—投 擲</p>	<p>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</p>	<p>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。 1d-IV-3: 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2:</p>	<p>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>及鉛球的動作要領。 2. 學會標槍及鉛球的動作技巧。</p>	<p>中注意力並注意周遭環境安全的習慣。 2. 養成積極參與的態度，並隨時注意安全。 3. 培養尊重他人及團隊合作的精神。</p>	<p>察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知評量 5. 運動行為計畫實踐表</p>	<p>育】 品 J1: 溝通合作與和諧人際關係。</p>	
--	--------------------------------------	--	--	---	---------------------------------------	---	---	----------------------------------	--

		<p>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和諧互動的素養。</p>	<p>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-1: 運用運動技術的學</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-1: 分析並善 用運動相 關之科 技、資 訊、媒 體、產品 與服務。</p> <p>4c-IV-3: 規劃提升 體適能與</p>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

			<p>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>						
第九週	<p>第5單元神來之手</p> <p>第2章滾球趣—保齡球</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:</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>2c-IV-1: 展現運動</p>	<p>Hc-IV-1: 標準的性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 能了解保齡球運動相關之基礎原理與規則，並評估自我身體能力，表現個人組合動作的技術與應用策略，養成自發練習與實</p>	<p>1. 能了解保齡球運動的相關禮儀，並於活動進行中能展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力，以培養良好的公民意識。</p> <p>2. 能在保齡球相關活動中展現自信樂觀、勇於挑戰的學習與包容</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 認知評量</p> <p>4. 技能實作</p> <p>5. 運動行為計畫實踐表</p> <p>6. 任務單</p>	<p>【家庭教育】</p> <p>家J5: 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p>	<p>數學</p> <p>綜合活動</p> <p>自然</p>

		<p>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-C1: 具備生活中具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。</p>	<p>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-2: 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美</p>		<p>踐的習慣，以持續精進自我身心表現，展現運動潛能。</p> <p>2. 能理解保齡球運動的知識、技能原理與應用策略，採取整體系統性的全方位思考作為，應用適當的策略，進而完善地處理與解決運動情境中的問題。</p>	<p>異己，相互尊重之態度，並運用民主方式進行和諧溝通，相互協助指導，發揮團隊合作學習精神。</p>			
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--

			<p>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>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>4d-IV-2: 執行個人 運動計 畫，實際 參與身體 活動。</p>						
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

<p>第十週</p>	<p>第5單元神來之手 第2章滾球趣—保齡球</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-C1: 具備生活中有關運動與</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。 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。</p>	<p>Hc-IV-1: 標性的球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 能了解保齡球運動相關之基礎原理與規則，並評估自我身體能力，表現個人組合動作的技術與應用策略，養成自發練習與實踐的習慣，以持續精進自我身心表現，展現運動潛能。 2. 能理解保齡球運動的知識、技能原理與應用策略，採取整體系統性的全方位思</p>	<p>1. 能了解保齡球運動的相關禮儀，並於活動進行中能展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力，以培養良好的公民意識。 2. 能在保齡球相關活動中展現自信樂觀、勇於挑戰的學習與包容異己之態度，並運用民主方式進行和諧溝通，相互協助指導，發揮團隊合作學習精神。</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知評量 4. 技能實作 5. 運動行為計畫實踐表 6. 任務單</p>	<p>【家庭教育】 家J5: 了解與家人溝通及相互支持的適切方式。</p>	<p>數學 綜合活動 自然</p>
------------	--------------------------------	---	--	-----------------------------------	--	--	--	---	---------------------------

		<p>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。</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>3d-IV-1: 運用運動技術的學</p>	<p>考作為，應用適當的策略，進而完善地處理與解決運動情境中的問題。</p>				
--	--	--	---	--	--	--	--	--

			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。						
第十一週	第6單元球 之有道 第1章疾風 勁壘—棒壘 球	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-B3:	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:	Hd-IV-1:守 備/跑分性 球類運動動 作組合及團 隊戰術。	1. 能了解棒 壘球運動項 目中跑壘的 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。 2. 能做出跑	1. 藉由各式跑壘 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。 2. 藉由壘指導員 指揮進行比賽， 能具備戰術應用 與表現的能力， 同時培養良好人 際關係與團隊合 作精神。	1. 課堂觀 察 2. 口語問 答 3. 認知評 量 4. 技能實 作 5. 學習活 動	【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。	綜合活動

		<p>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>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</p>	<p>壘的各項動作技巧，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>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>4d-IV-1: 發展適合個人之專項運動技能。</p>						
第十二週	<p>第6單元球之有道</p> <p>第1章疾風勁壘—棒壘球</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</p>	<p>1c-IV-1: 了解各項運動基礎原理和規</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. 能了解棒壘球運動項目中跑壘的動作技巧發</p>	<p>1. 藉由各式跑壘動作技巧，表現個人局部或全身性的身體控制能</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 認知評</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1: 溝通合作與和諧人際</p>	<p>綜合活動</p>

		<p>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-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>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:</p>		<p>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. 能做出跑壘的各項動作技巧，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>力，展現個人的運動潛能。</p> <p>2. 藉由壘指導員指揮進行比賽，能具備戰術應用與表現的能力，同時培養良好人際關係與團隊合作精神。</p>	<p>量</p> <p>4. 技能實作</p> <p>5. 學習活動單</p>	<p>關係。</p> <p>品 J2: 重視群體規範與榮譽。</p>	
--	--	--	--	--	--	---	---	------------------------------------	--

			<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-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>						
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

			4d-IV-1: 發展適合個人之專項運動技能。						
第十三週 (段考週)	第6單元球 之有道 第2章門陣 特攻—籃球	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	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。	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. 能學會籃球三對三的進攻技術與策略，並實際應用於比賽或活動中。 2. 能了解所介紹的進攻策略的發展與成因。 3. 在活動中了解個別能力的差異性，學習積極溝通、包容和接納他人的想法。	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。 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。 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。	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 5. 學習活動單	【人權教育】 人J3: 探利索各種益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議正當的程形式及程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。	藝術 綜合活動

		<p>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的和諧互動的素養。</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>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>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>						
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

			4c-IV-3: 規畫提升 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。						
第十四週	第6單元球 之有道 第2章門陣 特攻—籃球	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	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	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. 能學會籃 球三對三的 進攻技術與 策略，並實 際應用於比 賽或活動 中。 2. 能了解所 介紹的進攻 策略的發展 與成因。 3. 在活動中 了解個別能	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。 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。 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。	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 5. 學習活 動	【人權教 育】 J3:探 索各種利 益可能發 生的衝 突，並了 解如何運 用民主審 議正當的 程序，以 形成規 章、公 共、落 實、自 保、平 等之保 障。	藝術 綜合活動

		<p>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</p>	<p>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-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>力的差異性，學習積極溝通、包容和接納他人的想法。</p>				
--	--	---	--	--	---------------------------------	--	--	--	--

		和諧互動的素養。	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。 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。						
--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--

			<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: 規畫提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-IV-3: 執行提升體適能的身體活動。</p>						
第十五週	<p>第6單元球之有道</p> <p>第3章防城如意—排球</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</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</p>	<p>Ha-IV-1: 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 了解排球的防守基本技術。</p> <p>2. 增加運動欣賞的能力。</p>	<p>學會如何將排球防守運用在比賽上。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 認知評量</p>		<p>綜合活動</p>

		<p>值與生命意義，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>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>5. 運動行為計畫實踐表</p> <p>6. 學習活動單</p>		
--	--	--	--	--	--	--	-------------------------------------	--	--

			3d-IV-2: 運用運動 比賽中的 各種策 略。						
第十六週	第6單元球 之有道 第3章防城 如意—排球	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	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	Ha-IV-1:網 /牆性球類 運動動作組 合及團隊戰 術。	1. 了解排球 的防守基本 技術。 2. 增加運動 欣賞的能 力。	學會如何將排球 防守運用在比賽 上。	1. 課堂觀 察 2. 口語問 答 3. 技能實 作 4. 認知評 量 5. 運動行 為計畫實 踐表 6. 學習單		

		中。 健體-J-C2: 具備利他及 合群的知能 與態度，並 在體育活動 和健康生活 中培育相互 合作及與人的 和諧互動的 素養。	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-2: 運用運動 比賽中的 各種策 略。						
第十七週	第6單元球 之有道 第4章手到 擒來—手球	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	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	Cb-IV-2:各 項運動設施 的安全使用 規定。 Cd-IV-1:戶 外休閒運動 綜合應用。	1. 認識手球 及發展現 況。 2. 能了解傳 接球及射門 的要領與方 法。	1. 學會傳接球、 跑動中傳接球及 三步射門的動作 技能。 2. 學習欣賞他人 優點及能欣賞手 球運動。 3. 培養自我肯 定、遵守規則規	1. 課堂觀 察 2. 口語問 答 3. 技能實 作 4. 學習活 動單	【法治教 育】 法 J1:探 討平等。	綜合活動

		<p>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-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</p>	<p>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</p>			<p>範、尊重他人及團隊合作之精神。</p>			
--	--	---	---	--	--	------------------------	--	--	--

		<p>與態度，並在體育活動和生活中培育相互合作及和諧的素養。</p>	<p>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: 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>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:</p>						
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

			執行個人運動計畫，實際參與身體活動。						
第十八週	第6單元球之有道 第4章手到擒來—手球	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	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。	Cb-IV-2: 各項運動設施的安全使用規定。 Cd-IV-1: 戶外休閒運動綜合應用。	1. 認識手球及發展現況。 2. 能了解傳接球及射門的要領與方法。	1. 學會傳接球、跑動中傳接球及三步射門的動作技能。 2. 學習欣賞他人優點及能欣賞手球運動。 3. 培養自我肯定、遵守規則規範、尊重他人及團隊合作之精神。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單	【法治教育】 法 J1: 探討平等。	綜合活動

		<p>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>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</p>					
--	--	---	---	--	--	--	--	--

			<p>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>3d-IV-1: 運用運動技術的學習策略。</p> <p>4c-IV-2: 分析並評</p>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

			<p>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>						
第十九週	<p>第6單元球之有道</p> <p>第5章羽你有約—羽球</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: 評估運動風險，維</p>	<p>Ha-IV-1: 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 能了解羽毛球正/反手平抽球、正/反手網前撲球之動作要領與運用時機，並能透過練習與反</p>	<p>1. 能做到正確且流暢之正/反手平抽球、正/反手網前撲球動作，並充分實踐運用，進而有效提升身體適能，養成規律運動習</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>5. 技能實作</p> <p>6. 分組討</p>		綜合活動

		<p>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>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</p>		<p>思增進動作技能。</p>	<p>慣。</p> <p>2. 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>論</p> <p>7. 學習活動單</p>		
--	--	---	---	--	-----------------	--	--------------------------	--	--

			<p>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>						
第二十週 (段考週)	第6單元球 之有道 第5章羽你 有約—羽球	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	1c-IV-1: 了解各項 運動基礎 原理和規 則。	Ha-IV-1:網 /牆性球類 運動動作組 合及團隊戰 術。	1. 能了解羽 球正/反手平 抽球、正/反 手網前撲球 之動作要領	1. 能做到正確且 流暢之正/反手 平抽球、正/反 手網前撲球動 作，並充分實踐	1. 課堂觀 察 2. 口語問 答 3. 技能實 作		

		<p>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>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</p>	<p>與運用時機，並能透過練習與反思增進動作技能。</p>	<p>運用，進而有效提升身體適能，養成規律運動習慣。</p> <p>2. 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>5. 技能實作</p> <p>6. 分組討論</p> <p>7. 學習活動單</p>		
--	--	--	---	-------------------------------	---	---	--	--

			<p>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>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

110 學年度嘉義縣民和國民中學九年級第二學期健康與體育領域體育科 教學計畫表 設計者：何鑫榮 (表十二之一)

一、教材版本：康軒版第 6 冊 二、本領域每週學習節數： 2 節

三、本學期課程內涵：
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					
第一週	第 4 單元 親水之旅 第 1 章 水 域嬉遊/水 域休閒(2)	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。 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。	1c-IV-2: 評估運動 風險,維 護安全的 運動情 境。 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	Bc-IV-1:簡 易運動傷害 的處理與風 險規避。 Cb-IV-2:各 項運動設施 的安全使用 規定與辨 別。 Cc-IV-1:水 域休閒運動 綜合應用。	1. 認識水域 休閒動的種 類。	1. 了解參與水域 活動的安全注意 事項。 2. 學會基礎浮潛 活動技能。	1. 課堂觀 察 2. 口語問 答 3. 實作練 習 4. 分享討 論	【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。	綜合活動

			<p>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-3: 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-3: 執行提升體適能的休閒運動。</p>						
第二週	第4單元 親水之旅 第1章 水域嬉遊／水域休閒(2)	健體-J-A1: 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動	1c-IV-2: 評估運動風險，維護安全的	Bc-IV-1: 簡易運動傷害的處理與風險規避。	1. 知道浮潛活動的裝備及功能。	1. 學會立式槳板(SUP)的操作技能。 2. 能與同伴討論分享並在活動中	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 實作練	【海洋教育】 海 J1: 參與多元海洋休閒與	綜合活動

		<p>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>健體-J-C2: 具備利他及合群之態度，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>運動情境。</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-3: 應用思考</p>	<p>Cb-IV-2: 各項運動設施的安全使用規定與辨別。</p> <p>Cc-IV-1: 水域休閒運動綜合應用。</p>		<p>展現團隊默契。</p>	<p>習 4. 分享討論</p>	<p>水域活動，熟練各種水域求生技能。</p> <p>海識 J2: 認識並參與安全的海洋生態旅遊。</p>	
--	--	---	--	---	--	----------------	----------------------	---	--

			與分析能力，解決運動情境的問題。 4d-IV-3: 執行提升體適能的休閒運動。						
第三週	第4單元 親水之旅 第2章 徜徉水面／游泳(2)	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	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	Cb-IV-3: 奧林匹克運動會的精神。 Gb-IV-2 游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。	1. 認識仰式動作特色，並了解國內外選手仰式競賽成績紀錄。	1. 學習仰式打水、划手、手腳配合的動作要領，及練習的方法。(1)打水練習：岸上打水、池邊打水、二人一組浮板打水、浮條打水、仰漂打水及雙手夾頭兩側打水。(2)划手練習：岸上站立划手、躺在池邊或看台上划手、二人一組划手、夾浮板或浮球划手。(3)手腳配合練習：先進行仰式打水，讓身體浮在水面上且能穩定前進再練習單邊划手，確認二邊划	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知測驗卷 5. 運動行為計畫實踐表 6. 學習活動單	【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。 性 J12: 省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動。	綜合活動

		<p>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: 具備利他及合群的态度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及和諧的素養。</p>	<p>合群的態度，與他人理性溝通和諧互動。</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>手都能穩定前進再進行二手交替划手。</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、正義的原本生活，並在實踐。</p>	
--	--	---	--	--	--	--------------------------	--	--	--

<p>第四週</p>	<p>第4單元 親水之旅 第2章 徜徉水面／游泳(2)</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。 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-B2: 具備善用體育與健康相</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。 2c-IV-2: 表現利他合群的態度，與他人理性溝通和諧互動。 2c-IV-3: 表現自信樂觀、勇</p>	<p>Cb-IV-3: 奧林匹克運動會的精神。 Gb-IV-2 游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。</p>	<p>1. 認識單臂划手及一手六腳等仰式練習方法。</p>	<p>1. 認識仰式新版出發及轉身競賽規則。 2. 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>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知測驗卷 5. 運動行為計畫實踐表 6. 學習活動單</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</p>	<p>綜合活動</p>
------------	---	---	---	--	-------------------------------	---	---	--	-------------

		<p>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的和諧互動的素養。</p>	<p>於挑戰的學習態度。</p> <p>4c-IV-1: 分析並善用運動相關之科技、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>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>J4: 了解平等、正義的原則，並在實踐中。</p>	
第五週	<p>第5單元 瞄準目標 第1章 推心置腹／高爾夫球(2)</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</p>	<p>1c-IV-1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>2c-IV-1: 展現運動禮節，具</p>	<p>Hc-IV-1: 標準的性球類運動動作組合與團隊戰術。</p>	<p>1. 能了解高爾夫運動相關之基礎原理與規則，並評估自我身體能力，表現個人組合動作的技</p>	<p>1. 能做到欣賞高爾夫運動的基本禮儀和力與美的特質，並在活動中展現中審美與表現的能力，以增進生活中的豐富性與美感體</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 運動賞析紀錄表</p>		

		<p>義，並積極實踐，不輕言放棄。</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-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</p>	<p>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-1: 了解運動在美學上的特質與表現方式。</p> <p>3c-IV-1: 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項</p>		<p>術與應用策略，養成自發練習與實踐的習慣，以持續精進自我身心表現，展現運動潛能。</p> <p>2. 能應用思考與分析能力並善用校園環境有限的資源，規畫與擬定體驗高爾夫運動的方式，有效解決運動情境的問題，以培養執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p>	<p>驗。</p> <p>2. 能在高爾夫相 關活動中展現自 信樂觀、學習與 戰的學習態度，並 異己之民主方式， 民諧溝通，相互 助指導，發揮團 隊合作學習精 神。</p>			
--	--	---	--	--	---	--	--	--	--

		與態度，並在體育活動和生活中培育相互合作及和諧互動的素養。	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。						
第六週	第5單元 瞄準目標 第2章 一桿入袋／撞球(2)	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: 了解各項運動基本原理和規則。 1d-IV-3: 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2: 表現利他	Hc-IV-1: 標準的性球類運動動作組合與團隊戰術。	1. 能理解撞球運動的知識、技能原理與應用策略，採取整體系統性的全方位思考作為，應用適當的策略，進而完善地處理與	1. 能應用思考與分析能力並善用校園環境有限的資源，規畫與擬定體驗撞球運動的方式，有效解決運動情境的問題，以培養執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知習題 5. 踏查探究作業紀錄表		自然

		<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-C2: 具備利他及合群之知能與態度，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>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>4d-IV-2: 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>		<p>解決運動情境中的問題。</p> <p>2. 能在撞球相關活動中展現自信樂觀、勇於挑戰的學習與包容異己、相互尊重之態度，並運用民主方式進行溝通，相互協助指導，發揮團隊合作精神。</p>				
第七週 (段考週)	第6單元 精益求精	健體-J-A2: 具備理解體	1c-IV-1: 了解各項	Hd-IV-1: 守備／跑分性球類運動動	1. 能了解棒壘球運動之	做出棒壘球打擊戰術短打、打帶跑等動作，表現	1. 課堂觀察	【品德教育】	綜合活動

	<p>第1章 比 手畫腳／棒 壘球(2)</p>	<p>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-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>運動基礎 原理和規 則。 1c-IV-3: 了解身體 發展與動 作發展的 關係。 d. 技能原 理。 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-2:</p>	<p>作組合及團 隊戰術。</p>	<p>規則，以及 進階打擊動 作的相關知 識與技能原 理，並能反 思、發展學 習策略，改 善動作技 能。</p>	<p>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. 口語問 答 3. 技能實 作 4. 學習活 動單</p>	<p>品 J1: 溝 通合作與 和諧人際 關係。</p>	
--	----------------------------------	--	---	-----------------------	--	--	--	--	--

			<p>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</p>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

			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。						
第八週	第6單元 精益球精 第1章 比手畫腳／棒壘球(2)	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-C2:	1c-IV-1: 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-3: 了解身體發展與動作發展的關係。 d. 技能原	Hd-IV-1: 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	能欣賞、表現及運用戰術於棒壘球運動中，培養良好人際關係與團隊合作精神，並精進、挑戰個人能力。	學會棒壘球攻擊暗號手勢，依賽況運用戰術，並能於活動中能保護個人及他人的人身安全。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知測驗卷(白紙)	【品德教育】 品通 J1: 溝通合作與和諧人際關係。	綜合活動

		<p>具備利他及合群的態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及和諧的素養。</p>	<p>理。 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-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</p>						
--	--	---	---	--	--	--	--	--	--

			<p>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>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:</p>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

			發展適合個人之專項運動技能。						
第九週	第6單元 精益球精 第2章 防禦陣線聯盟 ／籃球(2)	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	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: 反思自己的動作技能。 1d-IV-3:	Bc-IV-1:簡易運動傷害的處理與風險規避。 Hb-IV-1:攻守入侵性運動動作組合及團隊戰術。	1. 能學會籃球三對三的防守技術與策略，並實際應用於比賽或活動中。 2. 能了解所介紹的防守策略的發展與成因。 3. 在活動中了解個別能力的差異性，學習積極溝通、包容和接納他人的想法。	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。 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。 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。	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 5. 學習活動	【人權教育】 人J3: 了解各種利益衝突，並如何運用民主式的程序，以形成規則、平等保障。	藝術 綜合活動

		<p>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>應用比賽的各項策略。</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>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，增進生活的美感體驗。</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>3d-IV-1: 表現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-3:</p>						
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

			規畫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。						
第十週	第6單元 精益求精 第3章 手腦並用/手球(2)	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，	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	Cd-IV-1: 戶外休閒運動綜合應用。 Hb-IV-1: 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 了解球星發展的心路歷程。	1. 能了解不同射門技術的要領與方法。 2. 學會防守基本技術及守門員的防守要領。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單	【法治教育】 法J1: 探討平等。	綜合活動

		<p>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: 具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與表現方</p>	<p>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，與他人理性溝通與和諧互動。</p>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

		<p>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>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-2: 發展動作創作和展演的技巧，展現</p>						
--	--	---	--	--	--	--	--	--	--

			<p>個人運動 潛能。</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>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</p>						
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

			參與身體活動。						
第十一週	第6單元 精益求精 第3章 手 腦並用／手 球(2)	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。 1d-IV-2: 反思自己的運動技能。 1d-IV-3: 應用運動	Cd-IV-1:戶 外休閒運動綜合應用。 Hb-IV-1:陣 地攻守性球 類運動動作 組合及團隊 戰術。	1. 學習欣賞他人優點及能體驗手球運動的力與美。 2. 遵守規則規範、尊重他人及培養自我肯定和團隊合作之精神。	從小組攻守中透過溝通及反思，以加強團隊攻守默契及技能。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單	【法治教育】 法 J1:探討平等。	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</p>	<p>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:</p>					
--	--	--	--	--	--	--	--	--

		<p>和生活中相互合作及和諧的素養。</p>	<p>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-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-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>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>						
第十二週	第 6 單元 精益求精 第 4 章 乒乓球旋風／桌球(2)	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	<p>1c-IV-1: 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2:</p>	Ha-IV-1: 網球／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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，採用溝通合作的模式，培養團	能了解桌球運動之相關知識與基本技術原理，藉由各項練習與反思，學習正確動作技能，於練習	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p>	【品德教育】 品 EJU9: 公平正義。	自然

		<p>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</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>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</p>	<p>隊意識。</p>	<p>與競賽中展現。</p>			
--	--	--	---	-------------	----------------	--	--	--

		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，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	互動。 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。 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。						
第十三週 (段考週)	第 6 單元	健體-J-A1:	1c-IV-1:	Ha-IV-1: 網／牆性球類	1. 透過持續學習，感受	1. 學習球拍摩擦桌球後的正、反	1. 課堂觀	【品德教	自然

<p>精益求精 第4章 乒乓球旋風/桌球(2)</p>	<p>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，</p>	<p>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。 1d-IV-3: 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2:</p>	<p>運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>桌球運動的樂趣，同時技能皆獲得提升與增強，進而養成規律的運動習慣。</p>	<p>旋轉，在接觸桌球桌後產生的彈跳軌徑。 2. 利用桌球拍拍面角度變化，產生平直球、上旋球及下旋球。</p>	<p>察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單 5. 我的個人戰術表</p>	<p>育】 品EJU9: 公平正義。</p>	
---------------------------------	--	--	---------------------	--	---	--	--------------------------------	--

		<p>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>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，解決運動情境的問題。</p> <p>4c-IV-2: 分析並評估個人的</p>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

			體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。						
第十四週	第 6 單元 精益求精 第 5 章 東攔西阻／排球(2)	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	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	Ha-IV-1:網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 了解排球的攔網基本技術。 2. 學會如何將排球攔網運用在比賽上。	學習排球攔網手部角度，運用攔網時機和技巧造成攻守間的轉換	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知測驗卷 5. 運動行為計畫實踐表 6. 學習活動單		綜合活動

		中。 健體-J-C2: 具備利他及 合群的知能 與態度，並 在體育活動 和健康生活 中培育相互 合作及與人的 和諧互動的 素養。	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-2: 運用運動 比賽中的 各種策 略。						
第十五週	第 6 單元 精益球精 第 5 章 東 攔西阻／排 球(2)	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	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	Ha-IV-1:網 ／牆性球類 運動動作組 合及團隊戰 術。	1. 了解排球 的攔網基本 技術。 2. 學會如何 將排球攔網 運用在比賽 上。	學習排球攔網手 部角度，運用攔 網時機和技巧造 成攻守間的轉換	1. 課堂觀 察 2. 口語問 答 3. 技能實 作 4. 認知測 驗卷 5. 運動行 為計畫實		綜合活動

		<p>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: 具備利他及合群之知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人的和諧互動的素養。</p>	<p>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>3d-IV-2:</p>				<p>踐表 6. 學習活 動單</p>		
--	--	---	---	--	--	--	-----------------------------	--	--

			運用運動比賽中的各種策略。						
第十六週	第 7 單元 我行我術 第 1 章 操 之在我／體 操(2)	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。	1c-IV-1: 了解各項運動基礎原理和規則。 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-2: 表現利他	Ia-IV-2:器械體操動作組合。	1. 能夠安全且流暢地完成槓上動作。 2. 能夠享受完成單槓動作的樂趣及成就感。	1. 透過練習槓上動作學會控制核心肌群並提升核心與上肢肌力。 2. 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。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單(運動行為計畫實踐表)	【安全教育】 安 J9: 遵守環境設施設備的安全守則。	

		<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>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: 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>4c-IV-2: 分析並評 估個人的 體適能與</p>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

			<p>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-3: 執行提升體適能的身體活動。</p>						
第十七週	<p>第 7 單元 我行我術 第 1 章 操之在我 / 體操(1) 第 2 章 形神兼備、內外兼修 / 武術(1)</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>Ia-IV-2: 器械體操動作組合。</p> <p>Bd-IV-1 武術套路動作與攻防技巧。</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，且能夠把自己的想法轉達給他人。</p> <p>2. 積極參與體操運動，</p>	<p>1. 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>2. 能夠欣賞體操比賽、關注體操運動員並分析比較其動作表現。</p> <p>能熟練並靈活運用至少三種防衛</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習活動單(運動行為計畫實踐表)</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J1: 理解安全教育的意義。</p> <p>【多元文化教育】</p> <p>多 J8: 探討不同文化接觸時可能產生的衝突、</p>	藝術領域

	<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</p>		<p>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. 能辨別、評估生活中潛在危險環境與人、事、物特徵</p> <p>4. 能說明「八大式」技擊動作之使用時機</p> <p>5. 能正確操作不同攻防、位移動作</p> <p>6. 能展現「武德」精神。</p>	<p>技巧。</p> <p>3. 能相互協助指導、重組習得動作並進行不同套路編排，發揮創意。</p> <p>4. 有能力鑑賞武術運動並判別技能操作過程中之優缺點。</p> <p>5. 培養積極、自信，勇於挑戰的學習態度。</p>	融合或創新。	
--	---	--	--	--	--------	--

	<p>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>【第2章形神兼備、內外兼修——武術】</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，</p>							
--	---	--	--	--	--	--	--	--

		<p>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-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</p>							
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

第十八週	第 7 單元 我行我術 第 2 章 形 神兼備、內 外兼修／武 術(2)	<p>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-B3:</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</p>	Bd-IV-1 武術套路動作與攻防技巧。	<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. 能辨別、評估生活中潛在危險環境與人、事、物特徵</p> <p>4. 能說明「八大式」</p>	<p>1. 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>2. 能夠欣賞體操比賽、關注體操運動員並分析比較其動作表現。能熟練並靈活運用至少三種防衛技巧。</p> <p>3. 能相互協助指導、重組習得動作並進行不同套路編排，發揮創意。</p> <p>4. 有能力鑑賞武術運動並判別技能操作過程中之優缺點。</p> <p>5. 培養積極、自信，勇於挑戰的學習態度。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 學生自評</p> <p>3. 技能實作</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J1: 理解安全教育的意義。</p> <p>【多元文化教育】</p> <p>多 J8: 探討不同文化接觸時可能產生的衝突、融合或創新。</p>	藝術領域
------	---	---	---	----------------------	--	---	--	--	------

		<p>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>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-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</p>	<p>技擊動作之使用時機</p> <p>5. 能正確操作不同攻防、位移動作</p> <p>6. 能展現「武德」精神。</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

			<p>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: 運用思考 與分析能 力，解決 運動情境 問題。</p> <p>4d-IV-1: 發展適合 個人之專 項運動技 能。</p>						
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--