111 學年度嘉義縣民雄國民中學九年級第一學期健體領域_體育_科 教學計畫表 設計者:____健體領域教師_____(表十二之一)

一、教材版本:奇鼎版第五册 二、本領域每週學習節數:2節

三、本學期課程內涵:

教學	四 二 <i>力 fi</i> è	學習領域	學習重點		翻到口	业组 千里	证 目 十 上	→¥ 명조 하 L ` `	跨域統整或協同
進度	單元名稱	核心素養	學習表現	學習內容	學習目標	教學重點	評量方式	議題融入	教學規劃 (無則 免填)
第一週 8/23- 8/26	◎體育 第4單元龍騰虎躍 第1章轟天震地~ 鉛球	健解境立知當解的健制能體生合互 J-A2與,與而,策體與J-合度動培與素 與與而,處與 具的並健相和。 理情獨的適與康 理情獨的適與康	1c估險全情1d思運2c現群與性和3c現全身能專技4d展1V運,的境IV自動IV利的他溝諧IV局身體力項能IV適2動護運。2己能2他度人通動1部性控發運。1合評風安動 反的。表合,理與。表或的制展動 發個	Ga-IV-1 跑、 跳與推擲的 基本技巧。	1.身動少練運發培自身動慣全為2.步作觀作作現3.討能、,推習動生養主或的,的。能、,摩,技。能論理伸可擲或傷,運進伸運建運 做推並 改改 與如解展以鉛比害進動行展動立動 好撐透和善能 同何暖活減球賽的而前暖活習安行 滑動過合動表 學提	1. 發記落項。 1. 發記, 2. 設落項 3. 動 4. 預預完 4. 頭頭 4. 可頭 4. 可動 4. 可助 4	1. 評 2. 評 3. 我 4. 驗 性 性 自 測		

	1					I		
			人之專項		升肌力訓練			
			運動技能。		的方法,並			
					正向溝通有			
					效策略,提			
					高學習效			
					能。			
					4. 能從班級			
					的推擲鉛球			
					的觀摩中,			
					發表運動欣			
					賞之心得。			
					5. 能做到鉛			
					球持球、置			
					球、滑步、			
					推撐及完成			
					動作技術。			
					6. 能透過班			
					級檢測活動			
					中,檢視彼			
					此的動作正			
					確及完整			
					性。			
		健體-J-A2具備理	1c-IV-2 評	Ga-IV-1 跑、	1. 能理解暖	1. 練習推擲鉛球的	1. 歷程性	
		解體育與健康情	估運動風	跳與推擲的	身、伸展活	動作。	評量	
	◎體育	境的全貌,並做獨	險,維護安	基本技巧。	動,可以減	2. 活動練習「推推	2. 總結性	
第二週		立思考與分析的	全的運動		少推擲鉛球	運動會」。	評量	
8/29-	第4單元龍騰虎躍 第1章轟天震地~	知能,進而運用適	情境。		練習或比賽		3. 學生自	
9/2		當的策略,處理與	1d-IV-2 反		運動傷害的		我檢核	
	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	解決體育與健康	思自己的		發生,進而		4. 紙筆測	
		的問題。	運動技能。		培養運動前		驗	
		健體-J-C2 具備	2c-IV-2 表		自主進行暖			

利地及合释的知知 規利 他合 能與態度,並在 解的態度, 與他人 理 性 法通與 在 作及與人和語 五 動的素素。 五 動的素素。 五 動的素素。 五 動的素素。				
權育活動和健康 生活中培育相互 合作及與人和諧 五動的素養。 3.C-IV-1 表 現局 報性制能力,運動 核能力,運動 核能。 4d-IV-1 發展 夏 專 推檢。 4d-IV-1 發展 與 內學 展 通 今 專 運動技能。 4d-IV-1 發 所 表	利他及合群的知	現利他合	身或伸展活	
生活中培育相互合作及與人和谐互動。 3c-IV-I 表	能與態度,並在	群的態度,	動的運動習	
合作及與人和谐 互動的素養。 和谐互動。 30-1V-1表 现局前或 全身性的 身體控制 能力,發動 技能。 4d-1V-1 發 展 通 海 (體育活動和健康	與他人理	慣,建立安	
互動的素養。 3c-IV-I 表現局部或全身性的或角性的的身體控制能力,發展專項運動作放能表現人之專項運動作放能。 4d-IV-I 發展人之專項運動対能。 3.能與同學科學與人之專項運動対能。 3.能與同學科學與一個人人之事項運動対能。 4.能從那級本的的觀摩中,發表運動於的的觀摩中,發表運動於的的觀摩中,發表逐動的的觀摩中,發表逐動的的觀摩中,發表逐動的的觀摩中,發表逐動的發展發動於一個,發表逐動的發展發動於一個,發表逐動的發展發動於一個,發表逐動的發展發動。 5.能做到經歷中,發表逐動的發展發動於一個,發表逐動的發展發動於一個,發表逐動的發展發動於一個,發表逐步的發展發展發展發展發展發展發展發展發展發展發展發展發展發展發展發展發展發展發展	生活中培育相互	性溝通與	全的運動行	
現身性的	合作及與人和諧	和諧互動。	為。	
全身性的身體於利。 學相對 影力,發展 專項運動 技能。 4d-IV-1 發 展之專項 運動技能。 4d-IV-1 發 展之專項 運動技能。 4. 能與同學 耐力方法,並 正白溝鳴,提 高。 4. 能從班級 的的就學習 的說學習 能。 4. 能從班級 的的觀學過失 的的觀學過失 的的觀學過失 的的觀學過失 對論如何提 所见力 所及 一面 一面 一面 一面 一面 一面 一面 一面 一面 一面	互動的素養。	3c-IV-1 表	2. 能做好滑	
身體控制能力。發展專項運動 作技術 改善數 作 放		現局部或	步、推撐動	
能力,發展專項運動 技能。 4d-IV-I 發展通過合個 人之專項 運動技能。 3.能與同學 展通過合個 人之專項 運動技能。 的方法,通有 效策學習 能。 4.能從班級 的的觀寒運動欣 的觀寒運動欣 資本心得到。 5.能做到。 5.能做到。 5.能做到。 5.能做到。 5.能做到。 5.能做到。 5.能做到。 5.能做到。 6. 在, 6.		全身性的	作,並透過	
能力,發展專項運動 技能。 4d-IV-I 發展通過合個 人之專項 運動技能。 3.能與同學 展通過合個 人之專項 運動技能。 的方法,通有 效策學習 能。 4.能從班級 的的觀寒運動欣 的觀寒運動欣 資本心得到。 5.能做到。 5.能做到。 5.能做到。 5.能做到。 5.能做到。 5.能做到。 5.能做到。 5.能做到。 6. 在, 6.		身體控制	觀摩和合	
技能。 4d-IV-1 發展適合順人之專項運動技能。 2 數技能。 4 能與同學對論如何提升和別為,並正向漢通有效策略,提高學習效能。 4 能從班級的的觀學中,發表之心得到的說樂中,發表之心得到。 5. 能做到、實際,一個人。 5. 能做到。 4. 推擇及完成。 4. 推擇及完成。 4. 推擇及完成。 4. 推擇及完成。			作,改善動	
技能。 4d-IV-1 發展適合順人之專項運動技能。 2 數技能。 4 能與同學對論如何提升和別為,並正向漢通有效策略,提高學習效能。 4 能從班級的的觀學中,發表之心得到的說樂中,發表之心得到。 5. 能做到、實際,一個人。 5. 能做到。 4. 推擇及完成。 4. 推擇及完成。 4. 推擇及完成。 4. 推擇及完成。		專項運動	作技能表	
展適合個人之專項運動技能。 「理動技能。 「理動技能。 「以下,, 「以下, 「以下, 「以下,			現。	
人之專項 運動技能。 升肌力訓練 的方法,並 正向溝通有 效策略習 数 。 4.能從班級 的推擲部球 的觀運動欣 質之心得。 5.能做到鉛 球持球、置 球、滑步、 推撐及完成 動作技術。		4d-IV-1 發	3. 能與同學	
運動技能。 的方法,並正向溝通有效策略,提高學習效能。 4.能從班級的推擲鉛球的觀摩中,發表運動欣賞之心得。 5.能做到鉛環持球、置球、滑步、推撲及完成動作技術。		展適合個	討論如何提	
運動技能。 的方法,並正向溝通有效策略,提高學習效能。 4.能從班級的推擲鉛球的觀摩中,發表運動欣賞之心得。 5.能做到鉛環持球、置球、滑步、推撲及完成動作技術。		人之專項	升肌力訓練	
效策略,提高學習效能。 4.能從班級的推擲鉛球的觀摩中, 發表運動欣賞之心得。 5.能做到鉛 球持球、置 球、滑步、 推撑及完成 動作技術。			的方法,並	
高學習效能。 4.能從班級的推擲鉛球的觀摩中, 發表運動於 賞之心得。 5.能做到鉛 球持球、置 球、滑步、 推撐及完成 動作技術。			正向溝通有	
能。 4.能從班級的推擲鉛球的觀摩中, 發表運動欣 賞之心得。 5.能做到鉛 球持球、置 球、滑步、 推撲及完成 動作技術。			效策略,提	
能。 4.能從班級的推擲鉛球的觀摩中, 發表運動欣 賞之心得。 5.能做到鉛 球持球、置 球、滑步、 推撲及完成 動作技術。			高學習效	
的推擲鉛球的觀摩中, 發表運動欣 賞之心得。 5.能做到鉛 球持球、置 球、滑步、 推撐及完成 動作技術。				
的觀摩中, 發表運動欣 賞之心得。 5. 能做到鉛 球持球、置 球、滑步、 推撑及完成 動作技術。			4. 能從班級	
發表運動欣 賞之心得。 5. 能做到鉛 球持球、置 球、滑步、 推撑及完成 動作技術。			的推擲鉛球	
賞之心得。 5. 能做到鉛 球持球、置 球、滑步、 推撑及完成 動作技術。			的觀摩中,	
5. 能做到鉛 球持球、置 球、滑步、 推撑及完成 動作技術。			發表運動欣	
球持球、置球、滑步、推撑及完成動作技術。				
球、滑步、 推撑及完成 動作技術。			5. 能做到鉛	
球、滑步、 推撑及完成 動作技術。			球持球、置	
推撑及完成 動作技術。				
動作技術。				
			6. 能透過班	

				1				1
					級檢測活動			
					中,檢視彼			
					此的動作正			
					確及完整			
					性。			
		健體-J-A1 具備	1c-IV-1	Ia-IV-2 器	1. 能瞭解跳	1. 說明跳馬起源及	1. 歷程性	
		體育與健康的知	瞭解各項	械體操動作	馬與平衡木	技術演變。	評量	
		能與態度,展現自	運動基礎	組合。	的發展歷	2. 講解並示範跳箱	2. 總結性	
		我運動與保健潛	原理和規		程。	的動作要領。	評量	
		能,探索人性、自	則。		2. 將練習要		3. 學生自	
		我價值與生命意	1d-IV-2		點融入在練		我檢核	
		義,並積極實踐。	反思自己		習過程中。		4. 紙筆測	
		健體-J-B3 具備	的動作技		3. 讓學生練		驗	
		審美與表現的能	能。		習評估自己			
		力,瞭解運動與	2c-IV-3		與觀察他人			
		健康在美學上的	表現自信		的動作表			
	◎體育	特質與表現方	樂觀、勇於		現。			
第三週	第4單元龍騰虎躍	式,以增進生活	挑戰的學		, ,			
9/5-9/9	第2章上下翻飛~	中的豐富性與美	習態度。					
0, 0, 0, 0	器械式體操	■ 感體驗 。	3c-IV-1					
	an had a differ this	154 /15E VM	表現局部					
			或全身性					
			的身體控					
			制能力,發					
			展專項運					
			版 等 埙 廷 動技能。					
			到权呢。 4d-IV-1					
			發展適合					
			個人之專					
			項運動技					
			能。					

		健體-J-A1 具備	1c-IV-1	Ia-IV-2 器	1. 能瞭解跳	1. 練習跳箱動作。	1. 歷程性	
		體育與健康的知	瞭解各項	械體操動作	馬與平衡木	2. 活動練習。	評量	
		能與態度,展現自	運動基礎	組合。	的發展歷	2. 伯勒林目	2. 總結性	
		我運動與保健潛	原理和規	() () ()	的 敬 辰 歴 程。		評量	
		能,探索人性、自	則。		2. 將練習要		3. 學生自	
		我價值與生命意	1d-IV-2		點融入在練		我檢核	
		義,並積極實踐。	反思自己		習過程中。		4. 紙筆測	
		健體-J-B3 具備	的動作技		3. 讓學生練		驗	
		審美與表現的能	能。		習評估自己			
		力,瞭解運動與	2c-IV-3		與觀察他人			
		健康在美學上的	表現自信		的動作表			
第四週	◎體育	特質與表現方	樂觀、勇於		現。			
9/12-	第4單元龍騰虎躍	式,以增進生活	挑戰的學					
9/16	第2章上下翻飛~	中的豐富性與美	習態度。					
9/10	器械式體操	感體驗。	3c-IV-1					
			表現局部					
			或全身性					
			的身體控					
			制能力,發					
			展專項運					
			動技能。					
			4d-IV-1					
			發展適合					
			個人之專					
			項運動技					
			能。					
		健體-J-A1 具備	1c-IV-1	Ia-IV-2 器	1. 能瞭解跳	1. 介紹平衡木的起	1. 歷程性	
第五週	◎體育	體育與健康的知	瞭解各項	械體操動作	馬與平衡木	源及演變過程。	評量	
9/19-	第4單元龍騰虎躍	能與態度,展現自	原肝谷頃	組合。	的發展歷	2. 教師講解示範俯	2. 總結性	
9/19-	第2章上下翻飛~	我運動與保健潛	原 理 和 規	2011日	1 程。	- 2. 教師講解小魁術 - 平衡、園地項賞跳	2. 總結任 評量	
9/ 40	器械式體操				· ·			
		能,探索人性、自	則。		2. 將練習要	動作。	3. 學生自	

	1				1		1	ı	
		我價值與生命意	1d-IV-2		點融入在練		我檢核		
		義,並積極實踐。	反思自己		習過程中。		4. 紙筆測		
		健體-J-B3 具備	的動作技		3. 讓學生練		驗		
		審美與表現的能	能。		習評估自己				
		力,瞭解運動與	2c-IV-3		與觀察他人				
		健康在美學上的	表現自信		的動作表				
		特質與表現方	樂觀、勇於		現。				
		式,以增進生活	挑戰的學						
		中的豐富性與美	習態度。						
		感體驗。	3c-IV-1						
			表現局部						
			或全身性						
			的身體控						
			制能力,發						
			展專項運						
			動技能。						
			4d-IV-1						
			發展適合						
			個人之專						
			項運動技						
			能。						
		健體-J-A1 具備	1c-IV-1	Ia-IV-2 器	1. 能瞭解跳	1. 教師講解並示範	1. 歷程性		
		體育與健康的知	瞭解各項	械體操動作	馬與平衡木	團身跳下動作,引	評量		
		能與態度,展現自	運動基礎	組合。	的發展歷	導同學練習。	2. 總結性		
第 上細	◎體育	我運動與保健潛	原理和規		程。	2. 活動練習。	評量		
第六週	第4單元龍騰虎躍	能,探索人性、自	則。		2. 將練習要		3. 學生自		
9/26- 9/30	第2章上下翻飛~	我價值與生命意	1d-IV-2		點融入在練		我檢核		
9/ JU	器械式體操	義,並積極實踐。	反思自己		習過程中。		4. 紙筆測		
		健體-J-B3 具備	的動作技		3. 讓學生練		驗		
		審美與表現的能	能。		習評估自己				
		力,瞭解運動與	2c-IV-3		與觀察他人				

		12 + 1 - 4 / 2 - 11	+ -11 / 11		. د بی چ. بر		1	
		健康在美學上的	表現自信		的動作表			
		特質與表現方	樂觀、勇於		現。			
		式,以增進生活	挑戰的學					
		中的豐富性與美	習態度。					
		感體驗。	3c-IV-1					
			表現局部					
			或全身性					
			的身體控					
			制能力,發					
			展專項運					
			動技能。					
			4d-IV-1					
			發展適合					
			個人之專					
			項運動技					
			能。					
		健體-J-B1 具備	1c-IV-1 瞭	Hd-IV-1 守	1. 能瞭解棒	1. 介紹臺灣棒球的	1. 歷程性	
		情意表達的能	解各項運	備/跑分性	球基本規則	起源。	評量	
		力,能以同理心	動基礎原	運動動作組	以及發展	2. 介紹棒球的規則	2. 總結性	
		與人溝通互動,	理和規則。	合及團隊戰	史。	及場地。	評量	
		並理解體育與保	1d-IV-2 反	術。	2. 能透過球	3. 個人與多人球感	3. 學生自	
	(put -	健的基本概念,	思自己的		感練習課	練習。	我檢核	
第七週	◎體育	應用於日常生活	動作技能。		程,與同儕		4. 紙筆測	
10/3-	第5單元運動教室	中。	3c-IV-1 表		相互配合討		驗	
10/7	第1章再接再厲~		現局部或		論,並正向			
	棒球		全身性的		溝通有效策			
			身體控制		略,提高學			
			能力,發展		習效能。			
			專項運動		3. 能理解接			
			技能。		滾地球的技			
			4d-IV-1 發		術要領,並			

				1	1	I		1	I
			展適合個		做出接滾地				
			人之專項		球的動作。				
			運動技能。		4. 能理解接				
					飛球的技術				
					要領,並做				
					出接飛球的				
					動作。				
					5. 能在練習				
					當中與人溝				
					通互動,並				
					理解體育與				
					保健的基本				
					概念,並選				
					擇適合的自				
					己練習方				
					式。				
					6. 能透過課				
					程瞭解守備				
					性運動與其				
					他運動的差				
					異性為何。				
		健體-J-B1 具備	1c-IV-1 瞭	Hd-IV-1 守	1. 能瞭解棒	1. 說明如何接滾地	1. 歷程性		
		情意表達的能	解各項運	備/跑分性	球基本規則	球及時機點。	評量		
		力,能以同理心	動基礎原	運動動作組	以及發展	2. 說明如何接高飛	2. 總結性		
第八週	◎體育	與人溝通互動,	理和規則。	合及團隊戰	史。	球及時機點。	評量		
10/10-	第5單元運動教室	並理解體育與保	1d-IV-2 反	術。	2. 能透過球		3. 學生自		
10/10-	第1章再接再厲~	健的基本概念,	思自己的		感練習課		我檢核		
10/14	棒球	應用於日常生活	動作技能。		程,與同儕		4. 紙筆測		
		中。	3c-IV-1 表		相互配合討		驗		
			現局部或		論,並正向				
			全身性的		溝通有效策				

			ı		I	I	ı	T
			身體控制		略,提高學			
			能力,發展		習效能。			
			專項運動		3. 能理解接			
			技能。		滾地球的技			
			4d-IV-1 發		術要領,並			
			展適合個		做出接滾地			
			人之專項		球的動作。			
			運動技能。		4. 能理解接			
					飛球的技術			
					要領,並做			
					出接飛球的			
					動作。			
					5. 能在練習			
					當中與人溝			
					通互動,並			
					理解體育與			
					保健的基本			
					概念,並選			
					擇適合的自			
					己練習方			
					式。			
					6. 能透過課			
					程瞭解守備			
					性運動與其			
					他運動的差			
					異性為何。			
	◎體育	健體-J-A2 具備理	1c-IV-1 瞭	Hb-IV-1 陣	1. 能瞭解團	1. 教師講解一對一	1. 歷程性	
第九週	◎ ¹	解體育與健康情	解各項運	地攻守性球	隊合作在籃	攻防戰所需的技巧	評量	
10/17-	第2章你來我往~	境的全貌,並做獨	動基礎原	類運動動作	球比賽中的	及概念。	2. 總結性	
10/21	弗 2 早 你 來 我 任 ~ 籃球	立思考與分析的	理和規則。	組合及團隊	重要性。	2. 教師介紹半場 1	評量	
	监 /	知能,進而運用適	1c-IV-2 評	戰術。	2. 瞭解 1	對1進攻的運球方	3. 學生自	

	<u> </u>				
當的策略,處理與	估運動風	對 1 的基	式與行徑方向。	我檢核	
解決體育與健康	險,維護安	本進攻動作		4. 紙筆測	
的問題。	全的運動	要領與姿		驗	
健體-J-B1 具備情	情境。	勢,並檢核			
意表達的能力,能	1d-IV-2 反	動作的正確			
以同理心與人溝	思自己的	性。			
通互動,並理解體	運動技能。	3. 學會突破			
育與保健的基本	1d-IV-3 應	多人防守技			
概念,應用於日常	用運動比	術,並發揮			
生活中。	賽的各項	團隊合作。			
健體-J-C2	策略。	4. 養成遵守			
具備利他及合群	2c-IV-2 表	常規並主動			
的知能與態度,	現利他合	參與團體的			
並在體育活動和	群的態度,	學習。			
健康生活中培育	與他人理				
相互合作及與人	性溝通與				
和諧互動的素	和諧互動。				
養。	3d-IV-2 運				
	用運動比				
	賽中的各				
	種策略。				
	3d-IV-3 應				
	用思考與				
	分析能力,				
	解決運動				
	情境的問				
	題。				
	4d-IV-2 執				
	行個人運				
	動計畫,實				
	際參與身				

			體活動。					
		健體-J-A2具備理	1c-IV-1 瞭	Hb-IV-1 陣	1. 能瞭解團	1. 教師講解小組合	1. 歷程性	
		解體育與健康情	解各項運	地攻守性球	隊合作在籃	作的觀念及技巧。	評量	
		境的全貌,並做獨	動基礎原	類運動動作	球比賽中的	2. 教師引導學生進	2. 總結性	
		立思考與分析的	理和規則。	組合及團隊	重要性。	行全場籃球比賽,	評量	
		知能,進而運用適	1c-IV-2 評	戰術。	2. 瞭解 1	講解並示範規則及	3. 學生自	
		當的策略,處理與	估運動風		對 1 的基	得分方式。	我檢核	
		解決體育與健康	險,維護安		本進攻動作		4. 紙筆測	
		的問題。	全的運動		要領與姿		驗	
		健體-J-B1 具備情	情境。		勢,並檢核			
		意表達的能力,能	1d-IV-2 反		動作的正確			
		以同理心與人溝	思自己的		性。			
		通互動,並理解體	運動技能。		3. 學會突破			
	◎體育	育與保健的基本	1d-IV-3 應		多人防守技			
第十週	第5單元運動教室	概念,應用於日常	用運動比		術,並發揮			
10/24-	第2章你來我往~	生活中。	賽的各項		團隊合作。			
10/28	第 2 早 你 不 我 任 ~	健體-J-C2	策略。		4. 養成遵守			
	监场	具備利他及合群	2c-IV-2 表		常規並主動			
		的知能與態度,	現利他合		參與團體的			
		並在體育活動和	群的態度,		學習。			
		健康生活中培育	與他人理					
		相互合作及與人	性溝通與					
		和諧互動的素	和諧互動。					
		養。	3d-IV-2 運					
			用運動比					
			賽中的各					
			種策略。					
			3d-IV-3 應					
			用思考與					
			分析能力,					

			解決運動					
			情境的問					
			題。					
			4d-IV-2 執					
			行個人運					
			動計畫,實					
			際參與身					
			體活動。					
		健體-J-C2 具備	1c-IV-1 瞭	Ha-IV-1 網/	1. 能理解暖	1. 教師講解扣殺的	1. 歷程性	
		利他及合群的知	解各項運	牆性球類運	身、伸展活	使用時機。	評量	
		能與態度,並在	動基礎原	動動作組合	動,可以減	2. 教師說明原地扣	2. 總結性	
		體育活動和健康	理和規則。	及團隊戰	少排球練習	球、墊步扣球、二	評量	
		生活中培育相互	2c-IV-2 表	術。	或比賽運動	步扣球、三步扣球	3. 學生自	
		合作及與人和諧	現利他合		傷害的發	及多步扣球的使用	我檢核	
		互動的素養。	群的態度,		生,進而培	時機。	4. 紙筆測	
			與他人理		養 運動前	3. 介紹原地扣球、	驗	
			性溝通與		自主進行暖	三步扣球的動作要		
第十一	○體育		和諧互動。		身或伸展活	領。		
週	第5單元運動教室		2c-IV-3 表		動的運動習	4. 教師講解並示範		
10/31-	第3章攻守相生~		現自信樂		慣,建立安	攔網動作及步法。		
11/4	排球		觀、勇於挑		全的運動行			
11/4	17F 27		戰的學習		為。			
			態度。		2. 能完成攔			
			3d-IV-3 應		網的動作要			
			用思考與		領。能做好			
			分析能力,		個人攔網,			
			解決運動		並和隊友合			
			情境的問		作完成多人			
			題。		攔網學習。			
			4d-IV-2 執		3. 能說出移			
			行個人運		位及攔網的			

	1		•				1	1
			動計畫,實		動作要領。			
			際參與身		4. 能從班級			
			體活動。		的排球比賽			
					觀摩中,欣			
					賞參賽者的			
					移位合作和			
					精湛球技。			
		健體-J-C2 具備	1c-IV-1 瞭	Ha-IV-1 網/	1. 能理解暖	1. 教師講解接發球	1. 歷程性	
		利他及合群的知	解各項運	牆性球類運	身、伸展活	隊形與防守隊形並	評量	
		能與態度,並在	動基礎原	動動作組合	動,可以減	實際下場練習。	2. 總結性	
		體育活動和健康	理和規則。	及團隊戰	少排球練習	2. 引導進行對抗	評量	
		生活中培育相互	2c-IV-2 表	術。	或比賽運動	賽。	3. 學生自	
		合作及與人和諧	現利他合		傷害的發		我檢核	
		互動的素養。	群的態度,		生,進而培		4. 紙筆測	
			與他人理		養 運動前		驗	
			性溝通與		自主進行暖			
			和諧互動。		身或伸展活			
第十二	◎體育		2c-IV-3 表		動的運動習			
週	第5單元運動教室		現自信樂		慣,建立安			
11/7-	第3章攻守相生~		觀、勇於挑		全的運動行			
11/11	排球		戰的學習		為。			
			態度。		2. 能完成攔			
			3d-IV-3 應		網的動作要			
			用思考與		領。能做好			
			分析能力,		個人攔網,			
			解決運動		並和隊友合			
			情境的問		作完成多人			
			題。		攔網學習。			
			4d-IV-2 執		3. 能說出移			
			行個人運		位及攔網的			
			動計畫,實		動作要領。			

			際參與身		4. 能從班級				
			體活動。		的排球比賽				
					觀摩中,欣				
					賞參賽者的				
					移位合作和				
					精湛球技。				
		健體-J-A2具備理	1c-IV-1 了	Ha-IV-1網/	1. 能夠知道	1. 教師說明殺球路	1. 歷程性		
		解體育與健康情	解各項運	牆性球類運	殺球的時機	徑及運用時機。	評量		
		境的全貌,並做獨	動基礎原	動動作組合	點為何。	2. 說明揮拍的動作	2. 總結性		
		立思考與分析的	理和規則。	及團隊戰	2. 能夠學習	要領。	評量		
		知能,進而運用適	1d-IV-1 7	術。	殺球的動作	3. 示範揮空拍練習	3. 學生自		
		當的策略,處理與	解各項運		要領,並運	的動作及技巧。	我檢核		
		解決體育與健康	動技能原		用於比賽	4. 教師講解並示範	4. 紙筆測		
		的問題。	理。		中。	殺球擊球。	驗		
		健體-J-C2 具備	2c-IV-2 表		3. 可以確實				
第十三	◎體育	利他及合群的知	現利他合		練習活動,				
週	第5單元運動教室	能與態度,並在	群的態度,		提升自己的				
11/14-	第4章誰羽爭鋒~	體育活動和健康	與他人理		殺球技能。				
11/18	羽球	生活中培育相互	性溝通與		4. 能夠瞭解				
		合作及與人和諧	和諧互動。		羽球單打、				
		互動的素養。	3d-IV-1 運		雙打的比賽				
			用運動技		規則,讓自				
			術的學習		己能夠看懂				
			策略。		一場精采的				
			4d-IV-1 發		球賽。				
			展適合個						
			人之專項						
	O 51 45		運動技能。		4 63	4 4		.	
第十四	◎體育	健體-J-A2具備理	1c-IV-1 7	Ha-IV-1網/	1. 能夠知道	1.介紹羽球比賽規	1. 歷程性	【品德教	
週	第5單元運動教室	解體育與健康情	解各項運	牆性球類運	殺球的時機	則。	評量	育】	
11/21-	第4章誰羽爭鋒~	境的全貌,並做獨	動基礎原	動動作組合	點為何。	2. 講解單打與雙打	2. 總結性	品 EJU6	

11/25	羽球	立思考與分析的	理和規則。	及團隊戰	2. 能夠學習	比賽不同的差異。	評量	謙遜包	
		知能,進而運用適	1d-IV-1 7	術。	殺球的動作	3. 活動練習,並修	3. 學生自	容。	
		當的策略,處理與	解各項運		要領,並運	正錯誤動作。	我檢核	品 J2 重視	
		解決體育與健康	動技能原		用於比賽		4. 紙筆測	群體規範	
		的問題。	理。		中。		驗	與榮譽。	
		健體-J-C2 具備	2c-IV-2 表		3. 可以確實				
		利他及合群的知	現利他合		練習活動,				
		能與態度,並在	群的態度,		提升自己的				
		體育活動和健康	與他人理		殺球技能。				
		生活中培育相互	性溝通與		4. 能夠瞭解				
		合作及與人和諧	和諧互動。		羽球單打、				
		互動的素養。	3d-IV-1 運		雙打的比賽				
			用運動技		規則,讓自				
			術的學習		己能夠看懂				
			策略。		一場精采的				
			4d-IV-1 發		球賽。				
			展適合個						
			人之專項						
			運動技能。						
		健體-J-A1 具備體	1c-IV-1 7	Ab-IV-1 體	1. 能瞭解並	1. 介紹有關跆拳道	1. 歷程性	【品德教	
		育與健康的知能	解各項運	適能促進策	做出跆拳道	運動的起源說。	評量	育】	
		與態度,展現自我	動基礎原	略與活動方	暖身活動,	2. 介紹跆拳道的比	2. 總結性	品 EJU6	
		運動與保健潛能,	理和規則。	法。	以避免跆拳	賽形式。	評量	謙遜包	
第十五	◎體育	探索人性、自我價	3c-IV-1 表		道練習運動	3. 跆拳道基本動作	3. 學生自	容。	
週	第5單元運動教室	值與生命意義,並	現局部或		傷害的產	介紹。	我檢核	品 J2 重視	
11/28-	第5章虎虎生風~	積極實踐,不輕言	全身性的	的處理與風	生,並培養		4. 紙筆測	群體規範	
12/2	跆拳道	放棄。	身體控制	險規避	進行任何運		驗	與榮譽。	
		健體-J-A2具備理	能力,發展	Bd-IV-1 武	動前的暖身				
		解體育與健康情	專項運動	術套路動作	習慣,建立				
		境的全貌,並做獨	技能。	與攻防技	安全的運動				
		立思考與分析的	3d-IV-3 應	巧。	行為。				

 		,			,
知能,進而運用適	用思考與	Bd-IV-2 技	2. 能理解跆		
當的策略,處理與	分析能力,	擊綜合動作	拳道運動情		
解決體育與健康	解決運動	與攻防技	境中的安全		
的問題。	情境的問	巧。	風險性,並		
健體-J-A3 具備	題。		且做好安全		
善用體育與健康			防護、減少		
的資源,以擬定			危險的發		
運動與保健計			生。		
畫,有效執行並			3. 能從兩人		
發揮主動學習與			一組的練習		
創新求變的能			情境當中,		
力。			了解生活情		
			境可能會運		
			用到的防衛		
			動作,並能		
			學會判斷人		
			身安全距離		
			與自己身體		
			的控制能		
			カ。		
			4. 能做出手		
			眼協調的跆		
			拳道基本套		
			路動作,並		
			能欣賞跆拳		
			道力與美的		
			表現。		
			5. 能做出跆		
			拳道基本的		
			正面踢擊動		
			作,並透過		

							1		
					兩人一組練				
					習,互相提				
					醒踢擊動作				
					的要領與注				
					意事項,學				
					會互助合作				
					與人和諧的				
					素養能力。				
		健體-J-A1 具備體	1c-IV-1 7	Ab-IV-1 體	1. 能瞭解並	1. 講解及示範基本	1. 歷程性	【品德教	
		育與健康的知能	解各項運	適能促進策	做出跆拳道	踢擊動作。	評量	育】	
		與態度,展現自我	動基礎原	略與活動方	暖身活動,	2. 教師講解並示	2. 總結性	品 EJU6	
		運動與保健潛能,	理和規則。	法。	以避免跆拳	範:架擋、外防、	評量	謙遜包	
		探索人性、自我價	3c-IV-1 表	Bc-IV-1 簡	道練習運動	下防及閃躲的動	3. 學生自	容。	
		值與生命意義,並	現局部或	易運動傷害	傷害的產	作。	我檢核	品 J2 重視	
		積極實踐,不輕言	全身性的		生,並培養	3. 引導同學練習。	4. 紙筆測	群體規範	
		放棄。	身體控制		進行任何運		驗	與榮譽。	
		健體-J-A2 具備理	能力,發展	Bd-IV-1 武	動前的暖身				
	O 711 47	解體育與健康情	專項運動	術套路動作	習慣,建立				
第十六	◎體育	境的全貌,並做獨	技能。	與攻防技	安全的運動				
週	第5單元運動教室	立思考與分析的	3d-IV-3 應		行為。				
12/5-	第5章虎虎生風~	知能,進而運用適	用思考與		2. 能理解跆				
12/9	跆拳道	當的策略,處理與	分析能力,	擊綜合動作	拳道運動情				
		解決體育與健康	解決運動	與攻防技	境中的安全				
		的問題。	情境的問	巧。	風險性,並				
		健體-J-A3 具備	題。		且做好安全				
		善用體育與健康	~~		防護、減少				
		的資源,以擬定			危險的發				
		運動與保健計			生。				
		畫,有效執行並			1 3. 能從兩人				
		發揮主動學習與			一組的練習				
		創新求變的能			情境當中,				
		四7777700000000000000000000000000000000		l	1月7七日 1		l	l	

						7		1
		力。			了解生活情			
					境可能會運			
					用到的防衛			
					動作,並能			
					學會判斷人			
					身安全距離			
					與自己身體			
					的控制能			
					力。			
					4. 能做出手			
					眼協調的跆			
					拳道基本套			
					路動作,並			
					能欣賞跆拳			
					道力與美的			
					表現。			
					5. 能做出跆			
					拳道基本的			
					正面踢擊動			
					作,並透過			
					兩人一組練			
					習,互相提			
					醒踢擊動作			
					的要領與注			
					意事項,學			
					會互助合作			
					與人和諧的			
					素養能力。			
第十七	◎體育	健體-J-C2 具備	1c-IV-2 評	Hb-IV-1 攻	1. 能理解暖	1. 說明足球的進門	1. 歷程性	
週	第6單元手足齊發	利他及合群的知	估運動風	守入侵性運	身、伸展活	得分判定。	評量	
12/12-	第1章足足有娱~	能與態度,並在	險,維護安			2. 說明足球的場地	2. 總結性	

12/16	足球	體育活動和健康	全的運動	及團隊戰術	少足球練習	設施。	評量	
12/10	1	生活中培育相互	情境。	人国 小大門	立と紫運動	3. 教師講解分別講	3. 學生自	
		合作及與人和諧	1d-IV-2 反		傷害的發	解射門及正足背射	我檢核	
		互動的素養。	思自己的		生,進而培	門的重要性及優	4. 紙筆測	
		工场 7.77 K	動作技能。		養運動前自	點。	驗	
			2c-IV-2 表		主進行暖身	4. 示範正足背射門	-344	
			現利他合		或伸展活動	的動作。		
			群的態度,		的運動習	47 27 11		
			與他人理		惯,建立安			
			性溝通與		全的運動行			
			和諧互動。		為。			
			2c-IV-3 表		2. 複習足球			
			現自信樂		行進間運球			
			觀、勇於挑		和傳接球組			
			戰勇的學		合。			
			習態度。		3. 能完成正			
			3c-IV-1 表		足背踢球的			
			現局部或		動作要領。			
			全身性的		能個人運球			
			身體控制		至球門前做			
			能力,發展		足內側、足			
			專項運動		外側、正足			
			技能。		背的射門。			
			4d-IV-1 發		能透過競爭			
			展適合個		和合作學習			
			人之專項		策略,改善			
			運動技能。		動作技能表			
			4d-IV-2 執		現。			
			行個人運		4. 能說出守			
			動計畫,發		門員接球法			
			展運動參		及及擊球法			

			與方法。		的動作要			
					領。			
					5. 能從班級			
					的足球比賽			
					觀摩中,體			
					察參賽者			
					運、傳球行			
					進的變化和			
					精湛球技,			
					發表運動欣			
					賞之體驗。			
		健體-J-C2 具備	1c-IV-2 評	Hb-IV-1 攻	1. 能理解暖	1. 講解守門員的重	1. 歷程性	
		利他及合群的知	估運動風	守入侵性運	身、伸展活	要性。	評量	
		能與態度,並在	險,維護安	動動作組合	動,可以減	2. 講解並示範滾地	2. 總結性	
		體育活動和健康	全的運動	及團隊戰術	少足球練習	球的接法、高飛球	評量	
		生活中培育相互	情境。		或比賽運動	的接法及擊球法。	3. 學生自	
		合作及與人和諧	1d-IV-2 反		傷害的發	3. 教師介紹足球陣	我檢核	
		互動的素養。	思自己的		生,進而培	式的專業術語。	4. 紙筆測	
			動作技能。		養運動前自		驗	
第十八	◎體育		2c-IV-2 表		主進行暖身			
週	第6單元手足齊發		現利他合		或伸展活動			
12/19-	第1章足足有娱~		群的態度,		的運動習			
12/23	足球		與他人理		慣,建立安			
			性溝通與		全的運動行			
			和諧互動。		為。			
			2c-IV-3 表		2. 複習足球			
			現自信樂		行進間運球			
			觀、勇於挑		和傳接球組			
			戰勇的學		合。			
			習態度。		3. 能完成正			
			3c-IV-1 表		足背踢球的			

			現局部或		動作要領。			
			全身性的		能個人運球			
			身體控制		至球門前做			
			能力,發展		足內側、足			
			專項運動		外側、正足			
			技能。		背的射門。			
			4d-IV-1 發		能透過競爭			
			展適合個		和合作學習			
			人之專項		策略,改善			
			運動技能。		動作技能表			
			4d-IV-2 執		現。			
			行個人運		4. 能說出守			
			動計畫,發		門員接球法			
			展運動參		及及擊球法			
			與方法。		的動作要			
					領。			
					5. 能從班級			
					的足球比賽			
					觀摩中,體			
					察參賽者			
					運、傳球行			
					進的變化和			
					精湛球技,			
					發表運動欣			
					賞之體驗。			
		健體-J-A1 具備體	1c-IV-1 7	Ha-IV-1 隔	1. 能瞭解浮	1. 講解浮士德球的	1. 歷程性	
第十九	◎體育	育與健康的知能	解各項運	網球類運動	士德球技術	起源史及發展過	評量	
週	第6單元手足齊發	與態度,展現自我	動基礎原	動作組合及	之相關知	程。	2. 總結性	
12/26-	第2章拳拳到球~	運動與保健潛能,	理和規則	團隊戰術。	識。	2. 說明浮士德球與	評量	
12/30	浮士德球	探索人性、自我價	1d-IV-1 了		2. 能學習充	排球的差異	3. 學生自	
		值與生命意義,並	解各項運		分運用戰術	3. 講解並示範擊球	我檢核	

		4	4. 11 11 T		14 34 61 L	£. 11.	4 14 kk ml	
·		積極實踐,不輕言	動技能原		於活動中,	動作。	4. 紙筆測	
		放棄。	理		以及能發揮		驗	
1		健體-J-C2 具備	1d-IV-3 應		團隊合作學			
		利他及合群的知	用運動比		習之精神。			
		能與態度,並在	賽的各項					
		體育活動和健康	策略					
		生活中培育相互	2c- IV -2					
		合作及與人和諧	表現利他					
		互動的素養。	合群的態					
			度,與他人					
			理性溝通					
			與和諧互					
			動。					
			2d- IV -1					
			了解運動					
			在美學上					
			的特質與					
			表現方式。					
			3c- IV -2					
			發展動作					
			創作和展					
			演的技巧,					
			展現個人					
			運動潛能。					
			3d- IV -1					
			運用運動					
			技術的學					
ļ			習策略。					
第二十	◎體育	健體-J-A1 具備體	1c-IV-1 7	Ha-IV-1 隔	1. 能瞭解浮	1. 教師示範正確扣	1. 歷程性	
週	第6單元手足齊發	育與健康的知能	解各項運	網球類運動	士德球技術	球動作。	評量	
1/2-1/6	第2章拳拳到球~	與態度,展現自我	動基礎原	動作組合及	之相關知	2. 引導練習扣球動	2. 總結性	

浮士德球	運動與保健潛能,	理和規則	團隊戰術。	識。	作。	評量	
	探索人性、自我價	1d-IV-1 7		2. 能學習充	3. 活動練習。	3. 學生自	
	值與生命意義,並	解各項運		分運用戰術		我檢核	
	積極實踐,不輕言	動技能原		於活動中,		4. 紙筆測	
	放棄。	理		以及能發揮		驗	
	健體-J-C2 具備	1d-W-3 應		團隊合作學			
	利他及合群的知	用運動比		習之精神。			
	能與態度,並在	賽的各項		·			
	體育活動和健康	策略					
	生活中培育相互	2c- IV -2					
	合作及與人和諧	表現利他					
	互動的素養。	合群的態					
		度,與他人					
		理性溝通					
		與和諧互					
		動。					
		2d- IV -1					
		了解運動					
		在美學上					
		的特質與					
		表現方式。					
		3c− IV -2					
		發展動作					
		創作和展					
		演的技巧,					
		展現個人					
		運動潛能。					
		3d− IV -1					
		運用運動					
		技術的學					
		習策略。					

第二十 一週 1/9- 1/13	1. 歷程性 評量 2. 總結性 評量 3. 學生自 我檢核 4. 紙筆測 驗
---------------------------	--

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。