貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

112 學年度嘉義縣東榮國民中學八年級第一二學期健康與體育領域體育科 教學計畫表 設計者:潘郁凱(表十二之一)

一、教材版本:南一版第三冊、第四冊 二、本領域每週學習節數:2節

三、本學期課程內涵:

第一學期:

10 M2 -0	111	學習領域	學習重點		W 77 - 17	W M C m	h) 4 pr - 1	跨領域統整
教學進度	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	規劃(無則免填)
第 1-4 週	單元五	健體-J-A1	2c-IV-3	Cd-IV-1 户	1. 了解三項	1. 介紹三項全能	上課參與	【課綱】	
	挑戰極限	具備體育與	表現自信	外休閒運動	全能的起源	起源、競賽順序	觀察記錄	戶J3理解	
	第2章	健康的知能	樂觀、勇	綜合應用。	及各種距離。	及相關知識等。	態度檢核	知識與生	
	三項全能	與態度,展	於挑戰的		2. 認識三項	2. 介紹各種不同		活環境的	
		現自我運動	學習態		全能的器材	環境的三項全能		關係,獲	
		與保健潛	度。		及使用時機。	賽。		得心靈的	
		能,探索人	3d-IV-2		3. 體驗在不	3. 事前準備三項		喜悅,培	
		性、自我價	運用運動		同項目之間	全能主要之器		養積極面	
		值與生命意	比賽中的		轉換的過	材,並說明使用		對挑戰的	
		義,並積極	各種策		程、身體感	時機。		能力與態	
		實踐,不輕	略。		受,並了解轉	4. 說明轉換區上		度。	
		言放棄。	3d-IV-3		换區的擺放	下車線的規則,		涯 J3 覺察	
		健體-J-A3	應用思考		設置。	讓學生了解這項		自己的能	
		具備善用體	與分析能		4. 學習設計	技術在三項全能		力與興	
		育與健康的	力,解決		適合自己的	中的重要性。		趣。	
		資源,以擬	運動情境		運動訓練計	5. 學生須攜帶安			
		定運動與保	的問題。		畫。	全帽,若安全帽			

		健計畫,有	4c-IV-3		5. 完成一次	數量不夠則分組			
		·							
		效執行並發	規劃提升		的小型三項	進行。			
		揮主動學習	體適能與		全能賽。	6. 說明三項全能			
		與創新求變	運動技能			當中的跑步屬於			
		的能力。	的運動計			長距離耐力跑步			
			畫。			以及配速的重要			
			4d-IV-3			性,忽快忽慢無			
			執行提升			法有好的表現。			
			體適能的						
			身體活						
			動。						
第 5-7 週	單元五	健體-J-A1	1c-IV-1	Ab-IV-1 體	1. 認識體操	1. 需事先講解場	上課參與	【課綱】	
	挑戰極限	具備體育與	了解各項	適能促進策	運動的脈絡。	地須知,有助於	平時觀察	安 J1 理解	
	第3章	健康的知能	運動基礎	略與活動方	2. 能夠了解	增加場地的使用	態度檢核	安全教育	
	競技體操	與態度,展	原理和規	法。	臺灣在國際	年限,並維護學		的意義。	
	地板	現自我運動	則。	Cb-IV-2 各	體操領域的	生的安全,降低		安 J2 判斷	
		與保健潛	1c-IV-2	項運動設施	表現。	受傷的機率。		常見的事	
		能,探索人	評估運動	的安全使用	3. 能夠了解	2. 介紹臺灣競技		故傷害。	
		性、自我價	風險,維	規定。	體操地板運	體操運動及選手		安 J6 了解	
		值與生命意	護安全的	Ia-IV-1 徒	動為何。	在國際賽事間屢		運動設施	
		義,並積極	運動情	手體操動作	4. 能夠了解	創佳績,尤其近		安全的維	
		實踐,不輕	境。	組合。	體操地板運	幾年成績相當亮		護。	
		言放棄。	2c-IV-3		動的基本動	眼。		安 J9 遵守	
		健體-J-B3	表現自信		作及練習方	3. 基本跳躍、水		環境設施	
		具備審美與	樂觀、勇		法。	平平衡及滾翻動		設備的安	
		表現的能	於挑戰的		5. 能夠學會	作練習,請學生		全守則。	

	力,了解運	學習態	體操地板運	們散開避免碰
	動與健康在	度。	動的動作與	撞,由老師在前
	美學上的特	2d-IV-1	正確技巧。	面統一帶著學生
	質與表現方	了解運動	6. 能夠學會	們一起操作動
	式,以增進	在美學上	簡單的動作	作,同時給予學
	生活中的豐	的特質與	組合,並加以	生回饋。
	富性與美感	表現方	運用。	4. 進階動作練
	田 上 ハ 八 心 間 融 。	式。	7. 能夠學會	習,如前滾翻、
	用豆内风	3c-IV-1	分析動作技	後滾翻、側手
		表現局部	巧與編排。	翻。老師須在旁
		或全身性	8. 能夠培養	保護(輔助)。
		的身體控	全身協調性	5. 介紹地板項目
		制能力,	至另 励 嗣 任 與提升肌肉	的組成、規則、
		發展專項	通能。	動作型態。最後
		運動技	9. 能遵守安	可帶入實際比賽
		能。	全規範及比	現場常發生的問
		3d-IV-1	至 死 取 及 比 賽 規 則 。	題,包括比賽場
		運用運動	登	
				地人員管控,以
		技術的學	合作的班級	及比賽中禁止使
		習策略。	氣氛。	用閃光燈攝影避
		4d-IV-3	11. 能夠欣賞	免導致選手發生
		執行提升	他人的動作	危險。
		體適能的	表現。	
		身體活		
tt [7 m]		動。		
第7週 第一次段考				

第8-10週	單元七	健體-J-C2	1c-IV-1	Hb-IV-1 陣	1. 能瞭解進	1. 說明現今籃球	上課參與	【課綱】	
	球類入門	具備理解體	了解各項	地攻守性球	行籃球練習	比賽節奏有愈來	態度檢核	品 J1 溝通	
	第1章	育與健康情	運動基礎	類運動動作	前,如何藉由	愈快的趨勢,球	技能測驗	合作與和	
	籃球 跑	境的全貌,	原理和規	組合及	腳步動態訓	員要具備外線射	分組競賽	諧人際關	
	動與配合	並做獨立思	則。	團隊戰術。	練提升體能。	籃及快速移動能		係。	
		考與分析的	1d-IV-2		2. 了解並操	力,在短時間判			
		知能,進而	反思自己		作新、舊式上	斷並穩定動作,			
		運用適當的	的運動技		籃方式。	且做出前後動作			
		策略,處理	能。		3. 能運球並	的銜接。			
		與解決體育	2c-IV-2		簡易突破障	2. 初學者應以上			
		與健康的問	表現利他		礙後上籃。	籃作為最穩定簡			
		題。	合群的態		4. 能了解正	單的得分方式,			
			度,與他		確掩護動	腳步與手的配合			
			人理性溝		作,並應用不	成了上籃、跳起			
			通與和諧		同方向的掩	能否順暢的最大			
			互動。		護阻擋防守	關鍵。教師引導			
			3d-IV-2		者,協助隊上	學生左右手都練			
			運用運動		進攻。	習,實際上場時			
			比賽中的		5. 能在簡易	更靈巧的運用上			
			各種策		賽事中自由	籃技術。			
			略。		運用掩護、擋	3. 講解掩護的基			
			4d-IV-1		拆等技術。	礎概念與動作要			
			發展適合			領,引導學生進			
			個人之專			入循環練習。			
			項運動技						
			能。						

第 11-14	單元七	健體-J-A1	1c-IV-1	Ha-IV-1 網	1. 認識桌球	1. 說明常用的球	上課參與	【課綱】	
週	球類入門	具備體育與	了解各項	/牆性球類	的發球原則。	拍共分為直拍和	態度檢核	品 J1 溝通	
	第2章	健康的知能	運動基礎	運動動作組	2. 能遵守球	横拍兩種。讓學	技能測驗	合作與和	
	桌球 誰	與態度,展	原理和規	合及團隊戰	場上安全規	生分別使用兩種		諧人際關	
	與爭鋒	現自我運動	則。	術。	則及遊戲規	握拍法進行向上		係。	
		與保健潛	1d-IV-1		則。	擊球球感練習。			
		能,探索人	了解各項		3. 能了解桌	2. 介紹桌球發球			
		性、自我價	運動技能		球正拍發平	規則及得分的概			
		值與生命意	原理。		擊球和反拍	念。			
		義,並積極	2c-IV-2		推擋的分解	3. 示範發球時的			
		實踐,不輕	表現利他		動作。	拋球動作及實作			
		言放棄。	合群的態		4. 能做出正	拋球練習,這樣			
		健體-J-A2	度,與他		拍發平擊球	的練習可以幫助			
		具備理解體	人理性溝		和反拍推擋	學生更快的掌握			
		育與健康情	通與和諧		的動作。	發球的擊球時機			
		境的全貌,	互動。		 培養控球 	和空間感。			
		並做獨立思	3c-IV-1		落點瞄準目	4. 依照發球四步			
		考與分析的	表現局部		標物的能力。	驟:預備、引拍、			
		知能,進而	或全身性		6. 相互合作	擊球、還原來講			
		運用適當的	的身體控		的班級氣氛。	解,可先做完整			
		策略,處理	制能力,			正確的動作後,			
		與解決體育	發展專項			再提醒常犯錯誤			
		與健康的問	運動技			有哪些。			
		題。	能。			5. 說明正拍發平			
		健體-J-C2	3d-IV-2			擊球控制落點的			
		具備利他及	運用運動			技巧,提醒學生			

		人形仏石丛	儿舍山丛			北线注一任輕小			
		合群的知能	比賽中的			改變這三種擊球			
		與態度,並	各種策			方式時,切勿一			
		在體育活動	略。			次改變太多,以			
		和健康生活	3d-IV-3			免失誤率提高。			
		中培育相互	應用思考			6. 講解反拍推擋			
		合作及與人	與分析能			分解動作。			
		和諧互動的	力,解決			7. 說明調整拍面			
		素養。	運動情境			角度需要利用手			
			的問題。			腕來控制內收、			
			4d-IV-2			外展、前傾、後			
			執行個人			仰等角度。			
			運動計			,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,			
			畫,實際						
			● 只然● 與身體						
			活動。						
第 14 週	第二次段考	<u> </u>	10 30						
第 15-17			1 . IV 1	Ha-IV-1 網	1 2721 2020	1	1 細 ム 仏	了细细了	
第 13 11 週	單元七	健體-J-A2	1c-IV-1		1. 認識 2020	1. 讓學生複習七	上課參與	【課網】	
23	球類入門	具備理解體	了解各項	/ 牆性球類	東京奧運選	年級習得高遠球	態度檢核	品J8理性	
	第3章	育與健康情	運動基礎	運動動作組	手的精湛表	之舊經驗,開始	技能測驗	溝通與問	
	羽球 致	境的全貌,	原理和規	合及團	現及最關鍵	前協助學生分組		題解決。	
	命一擊	並做獨立思	則。	隊戰術。	的後場致命	並講解規則。			
		考與分析的	1d-IV-1		一擊。	2. 講述羽球殺球			
		知能,進而	了解各項		2. 經由高遠	主要目的、使用			
		運用適當的	運動技能		球對抗賽,熟	時機與運用方			
		策略,處理	原理。		習舊經驗,並	法。實際舉例東			
		與解決體育	2d-IV-2		藉此建立後	京奧運金牌選手			

		與健康的問	展現運動		場擊球之基	王齊麟、李洋在			
		題。	欣賞的技		本能力。	比賽場中使用殺			
			巧,體驗		3. 了解與學	球的時機與方			
			生活的美		會後場殺球	法,加深學生印			
			感。		動作要領與	象。			
			3c-IV-1		應用,並建立	3. 說明殺球技術			
			表現局部		擊球時正確	是搶奪分數的最			
			或全身性		的拍面擊球	佳利器,在比賽			
			的身體控		位置及發力。	中若採取殺球攻			
			制能力,		4. 能了解羽	擊,通常是為了			
			發展專項		球殺球之不	要破壞對方節			
			運動技		同方式並能	奏,取得整場控			
			能。		在比賽中欣	制權而進行。			
			4d-IV-2		賞。				
			執行個人		5. 能學會殺				
			運動計		球時的使用				
			畫,實際		時機與執行				
			參與身體		方法,並實際				
			活動。		應用於比賽				
					戰術戰略。				
第 18-21	單元七	健體-J-A2	1c-IV-1	Hd-IV-1 守	1. 認識壘球	1. 說明慢速壘球	上課參與	【課綱】	
週	球類入門	具備理解體	了解各項	備/跑分性	運動的演進	場地特色。藉著	態度檢核	品 J1 溝通	
	第4章	育與健康情	運動基礎	球類運動動	脈絡。	壘球場地內外野	技能測驗	合作與和	
	壘球 身	境的全貌,	原理和規	作組合及團	2. 能比較出	的說明,一併說	分組競賽	諧人際關	
	手矯健	並做獨立思	則。	隊戰術。	棒球與壘球	明攻防的概念,		係。	
		考與分析的	2c-IV-2		的差異。	並帶入說明傳接		品 J2 重視	

知能,進而 表現利他	
策略,處理 度,與他 與解決體育 人理性溝 規則。 球之重要性。 品 J8 理性 4. 能了解傳 2. 傳接球練習並 溝通與問	
與解決體育 人理性溝 4.能了解傳 2.傳接球練習並 溝通與問	
	j
與健康的問 通與和諧 接球動作之 說明拋接的練習 題解決。	l
題。 互動。 原理。 球速較緩,但實	
具備利他及 表現自信 體各部位力 採取快速的傳球	
與態度,並 於挑戰的 定傳接球動 球更能爭取時	
在體育活動 學習態 作。 間。	
和健康生活 度。 6. 了解正式 3. 示範該怎麼因	
中培育相互 3c-IV-1 比賽的傳接 應傳遞距離來改	
合作及與人 表現局部 順序與不同 變傳球的方式。	
和諧互動的「或全身性」 的傳接組合 同樣都是傳球動	
素養。 的身體控 變化。 作,但透過微調	
制能力, 7. 相互合作 出手的角度,就	
發展專項 的班級氣氛。 可以展現出不同	
運動技	
能。	
3d-IV-1	
運用運動 4. 提醒學生判斷	
技術的學	
習策略。	
3d-IV-3 的速度移動至預	
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 21 週	第三次段考				

第二學期:

机网小片	四二月秋	學習領域	學習重點		的可口馬	机闭工网	エヨード	議題融	跨領域統整
教學進度	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	入	規劃(無則免填)
第 1-3 週	單元五	健體-J-A1	1c-IV-1	Ab-IV-1 體	1. 了解有氧	1. 說明慢跑即是	上課參與	【課綱】	
	有氧、無	具備體育與	了解各項	適能促進策	運動的益處。	一種有氧運動以	技能測驗	涯 J3 覺	
	氧運動	健康的知能	運動基礎	略與活動方	2. 建立正確	及它的好處。		察自己	
	第1章	與態度,展	原理和規	法。	的跑步運動	2. 介紹各個跑步		的能力	
	慢跑	現自我運動	則。	Ga-IV-1	概念。	場域,不同的路		與興趣。	
		與保健潛	2c-IV-2	跑、跳與推	3. 習得慢跑	面擁有不同的特			
		能,探索人	表現利他	擲的基本技	的動作技巧	性,可根據入門			
		性、自我價	合群的態	巧。	與訣竅。	到進階一一講			
		值與生命意	度,與他		4. 學會運動	解。			
		義,並積極	人理性溝		前熱身與運	3. 講解慢跑的動			
		實踐,不輕	通與和諧		動後收操伸	作要領與訣竅,			
		言放棄。	互動。		展。	並帶領學生把每			
		健體-J-B2	2c-IV-3		5. 懂得利用	一個動作訣竅練			
		具備善用體	表現自信		智慧軟體輔	習過,特別注意			
		育與健康相	樂觀、勇		助運動。	身體重心的掌握			
		關的科技、	於挑戰的		6. 養成持續	與跑步姿勢的放			
		資訊及媒	學習態		慢跑的運動	鬆。			
		體,以增進	度。		習慣。	4. 說明「速度」			
		學習的素	3d-IV-1		7. 具備簡易	與「配速」的不			
		養,並察	運用運動		的配速觀	同之處。			
		覺、思辨人	技術的學		念,並可實際	5. 提醒學生在慢			
		與科技、資	習策略。		應用於慢跑	跑運動時,做好			

		訊、媒體的	3d-IV-3		練習中。	事前的準備,多			
		互動關係。	應用思考			留意身體狀況,			
			與分析能			倘若跑時真的很			
			力,解決			不舒服,建議適			
			運動情境			時的休息,找出			
			的問題。			原因,待身體狀			
			4c-IV-1			況恢復再跑。			
			分析並善						
			用運動相						
			關之科						
			技、資						
			訊、媒						
			體、產品						
			與服務。						
			4d-IV-2						
			執行個人						
			運動計						
			畫,實際						
			參與身體						
			活動。						
			4d-IV-3						
			執行提升						
			體適能的						
			身體活						
			動。						
第 5-7 週	單元五	健體-J-A1	1c-IV-1	Ab-IV-1 體	1. 能懂得肌	1. 說明青少年的	上課參與	【課綱】	

有氧、	無 具備體育與	了解各項	適能促進策	肉鍛鍊的原	主要鍛鍊目標是	態度檢核	安 J1 理	
海運動 氣運動	健康的知能	運動基礎	略與活動方	則。	工安 戰	芯及級板 技能測驗	解安全	
第2章		原理和規	法。	2. 能認識肌		1又用6次1例		
	與態度,展	,	広 °	•	增強基本的身體		教育的	
彈力繩原		則。		力與肌耐力。	素質,注重安		意義。	
肉鍛鍊	與保健潛	1c-IV-2		3. 能瞭解肌	全。詳細就鍛鍊			
	能,探索人	評估運動		肉強化的好	計畫、漸進阻			
	性、自我價	風險,維		處。	力、安全性、適			
	值與生命意	護安全的		4. 學會正確	當重量、早期訓			
	義,並積極	運動情		的基本肌肉	練等方向進行解			
	實踐,不輕	境。		鍛練動作。	說。			
	言放棄。	1d-IV-1		5. 懂得使用	2. 介紹彈力繩的			
	健體-J-A3	了解各項		簡易肌肉鍛	優點,且有很多			
	具備善用體	運動技能		鍊的器材。	不同的形式,有			
	育與健康的	原理。		6. 可設計出	一般彈力帶、迷			
	資源,以擬	2c-IV-2		適合自己的	你彈力帶、薄布			
	定運動與保	表現利他		肌肉鍛鍊課	型彈力帶等等,			
	健計畫,有	合群的態		表。	可以幫助減輕關			
	效執行並發	度,與他		10	節負擔,因此可			
	揮主動學習	人理性溝			以有效減少肌力			
	與創新求變	通與和諧			訓練時常造成的			
	的能力。	互動。			關節傷害。			
		2c-IV-3			3. 練習彈力繩握			
		表現自信			法時,請學生留			
		樂觀、勇			意動作,先不要			
		於挑戰的			做拉扯的動作,			
		學習態			必須按照教師的			

	_	
度。	指示,避免彈力	
3c-IV-1	繩斷裂彈開,造	
表現局部	成受傷。	
或全身性		
的身體控		
制能力,		
發展專項		
運動技		
能。		
4c-IV-2		
分析並評		
估個人的		
體適能與		
運動技		
能,修正		
個人的運		
動計畫。		
4c-IV-3		
規劃提升		
體適能與		
運動技能		
的運動計		
畫。		
4d-IV-2		
執行個人		
運動計畫		

			實際參與						
			身體活						
			動。						
第7週	第一次段考	<u> </u>	-74		<u> </u>	<u> </u>			
第8-10週	單元七	健體-J-A2	1c-IV-1	Ha-IV-1 網	1. 認識藤球	1. 藤球集合足球	上課參與	【課綱】	
	球類進階	具備理解體	了解各項	/牆性球類	運動的特性	的靈巧腳法、排	態度檢核	品J1溝	
	第1章	育與健康情	運動基礎	運動動作組	與規則。	球規則、羽球場	技能測驗	通合作	
	藤球 空	境的全貌,	原理和規	合及團隊戰	2. 理解運動	地和體操武術的	分組競賽	與和諧	
	中格鬥	並做獨立思	則。	術。	前伸展的重	空翻動作,需要		人際關	
		考與分析的	2c-IV-2		要性。	極高的柔軟度與		係。	
		知能,進而	表現利他		3. 透過遊戲	協調性,讓同學		品J8理	
		運用適當的	合群的態		來思考動作	們有想像空間後		性溝通	
		策略,處理	度,與他		應用的時機。	再試著操作課		與問題	
		與解決體育	人理性溝		4. 能協調控	程。		解決。	
		與健康的問	通與和諧		制身體各個	2. 可以準備多種			
		題。	互動。		部位的力量	替换器材,讓同			
			2c-IV-3		來進行控球	學們去嘗試並討			
			表現自信		動作。	論不同的球種踢			
			樂觀、勇		5. 能感受省	起來的感受及控			
			於挑戰的		力及準確之	球的要領。			
			學習態		擊球動作。	3. 嘗試足內側或			
			度。		6. 培養定點	足背發球,引導			
			3c-IV-1		發球過網的	學生找到適合自			
			表現局部		穩定性,進一	己的發球方式。			
			或全身性		步學習移位	4. 講解擊球的位			
			的身體控		回擊球的能	置、踢球的時			

			制能力,		力。	機,最重要的是			
			發展專項		7. 相互合作	接觸球的腳背角			
			運動技		的班級氣氛。	度將會是決定方			
			能。			向的關鍵因素。			
			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。						
			4d-IV-2						
			執行個人						
			運動計						
			畫,實際						
			參與身體						
			活動。						
第 11-14	單元七	健體-J-A1	1c-IV-1	Ha-IV-1網	1. 認識桌球	1. 桌球單步步	上課參與	【課綱】	
週	球類進階	具備體育與	了解各項	/牆性球類	比賽單打規	法、側併步步法	態度檢核	品 J1 溝	
	第2章	健康的知能	運動基礎	運動動作組	則。	介紹與練習。	技能測驗	通合作	
	桌球 蓄	與態度,展	原理和規	合及團隊戰	2. 能遵守球	2. 講解正拍攻球		與和諧	
	勢待發	現自我運動	則。	術。	場上安全規	分解動作,將正		人際關	

Т					
	與保健潛	1d-IV-1	則及遊戲規	拍攻球拆分成預	係。
	能,探索人	了解各項	則。	備、引拍、擊球、	
	性、自我價	運動技能	3. 能了解桌	還原 4 步驟進行	
	值與生命意	原理。	球正拍攻球	講解。	
	義,並積極	2c-IV-2	以及步法的	3. 建議學生要明	
	實踐,不輕	表現利他	分解動作。	確的告訴自己中	
	言放棄。	合群的態	4. 能做出正	間的球要固定使	
	健體-J-C2	度,與他	拍攻球結合	用某一側拍面進	
	具備利他及	人理性溝	步法的動作。	行回擊,否則在	
	合群的知能	通與和諧	5. 培養控球	實戰的時候,容	
	與態度,並	互動。	落點瞄準目	易出現左右猶豫	
	在體育活動	2c-IV-3	標物的能力。	不決的情況,導	
	和健康生活	表現自信	6. 相互合作	致錯失較佳的擊	
	中培育相互	樂觀、勇	的班級氣氛。	球時機。	
	合作及與人	於挑戰的		4. 介紹桌球比賽	
	和諧互動的	學習態		規則。並示範裁	
	素養。	度。		判手勢及選手手	
		3c-IV-1		勢。	
		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			
<u> </u>	1				

			(3) 田 (3) 金						
			運用運動						
			比賽中的						
			各種策						
			略。						
			4d-IV-2						
			執行個人						
			運動計						
			畫,實際						
			參與身體						
			活動。						
第 14 週	第二次段考							<u>I</u>	
第 15-17	單元七	健體-J-A2	1c-IV-1	Ha-IV-1 網	1. 學會後場	1. 讓學生複習間	上課參與	【課綱】	
週	球類進階	具備理解體	了解各項	/ 牆性球類	攻擊技術的	複習上一節課的	態度檢核	品 J8 理	
	第3章	育與健康情	運動基礎	運動動作組	使用時機,並	直線站位。練習	技能測驗	性溝通	
	羽球 羽	境的全貌,	原理和規	合及團	建立後場擊	對角場地對對角		與問題	
	日俱進	並做獨立思	則。	隊戰術。	球之基本能	場地,不過		解決。	
		考與分析的	1d-IV-1		カ。	先以半場為練習			
		知能,進而	了解各項		2. 了解後場	範圍。			
		運用適當的	運動技能		切球動作要	2. 講述切球後上			
		策略,處理	○		領與應用,以	網練習,發球者			
		與解決體育	2d-IV-2		及學會拍面	以手拋球方式將			
		與健康的問							
			展現運動		擊球位置並	球送至指定位			
		題。	欣賞的技		建立正確發	置,並務必要等			
		健體-J-C2	巧,體驗		力。	待同學擊球後回			
		具備利他及	生活的美		3. 能了解羽	動再丟網前球。			
		合群的知能	感。		球切球之類				

		與態度,並	3c-IV-1		型並能在比				
		在體育活動	表現局部		賽中欣賞。				
		和健康生活	或全身性		4. 能學會切				
		中培育相互	的身體控		球的應用方				
		合作及與人	制能力,		法,並實際執				
		和諧互動的	發展專項		行於比賽中。				
		素養。	運動技						
		小 下 民	能。						
			4c-IV-1						
			分析並善						
			用運動相						
			關之科						
			技、資						
			1、媒						
			武、妹 體、產品						
			與服務。						
			4d-IV-3						
			執行提升						
			體適能的						
			身體活						
th 10 00			動。						
第 18-20	單元七	健體-J-C2	1c-IV-1	Hd-IV-1 守	1. 能遵守球	1. 介紹慢速壘球	上課參與	【課綱】	
週	球類進階	具備利他及	了解各項	備/跑分性	場上安全規	守備的位置、慢	態度檢核	品 J1 溝	
	第4章	合群的知能	運動基礎	球類運動動	則及遊戲規	速壘球投球規則	技能測驗	通合作	
	壘球 攻	與態度,並	原理和規	作組合及團	則。	及要領。		與和諧	
	守兼備	在體育活動	則。	隊戰術。	2. 能了解慢	2. 說明投手也是		人際關	

和健康生活	舌 1d-IV-1	速壘球守備	守備的一環,在	 係。
中培育相	互 了解各項	的陣型。	棒球比賽中,投	品 J2 重
合作及與	人運動技能	3. 能經由經	手的工作不僅僅	視群體
和諧互動	的 原理。	驗來了解投	只是投球而已,	規範與
素養。	2c-IV-2	手投球之原	在球投出之後,	榮譽 。
	表現利他	理。	接著也須準備防	品 J8 理
	合群的態	4. 了解如何	守打者擊出的	性溝通
	度,與他	利用身體部	球。	與問題
	人理性溝	位力量來完	3. 說明慢速壘球	解決。
	通與和諧	成投球動作。	投手投球的目的	
	互動。	5. 能比較出	不是要三振打	
	3c-IV-1	較省力之投	者,而是要讓打	
	表現局部	球動作。	擊者打得到球。	
	或全身性	6. 培養穩定	慢速壘球的好球	
	的身體控	投球的能力。	带高度在擊球員	
	制能力,	7. 相互合作	肩部以下,膝關	
	發展專項	的班級氣氛。	節以上,位置在	
	運動技		本壘板和好球板	
	能。		正上方的柱狀空	
	3d-IV-1		問。	
	運用運動		4. 拋球練習,以	
	技術的學		任務及設定條件	
	習策略。		的方式,带著學	
	3d-IV-3		生逐步在活動當	
	應用思考		中學會在慢速壘	
	與分析能		球投球的規則及	

		力,解決		原理之下進行投		
		運動情境		球。		
		的問題。				
		4d-IV-2				
		執行個人				
		運動計				
		畫,實際				
		參與身體				
		活動。				
第 20 週	第三次段考	•				

註1:請分別列出七、八、九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。