

三、嘉義縣六美國小 114 學年度校訂課程教學內容規劃表(上/下學期，各一份。若為同一個課程主題則可合為一份)

表 14-3 校訂課程教學內容規劃表

全校學生人數未滿五十人需實施混齡，本課程是否實施混齡教學：是 ☒ (五_年級和六_年級) 否 ☐

年級	高年級	年級課程 主題名稱	足球	課程 設計者	陳盈霖	總節數/學期 (上/下)	40 節/上學 期 40 節/下學 期
符合 彈性 課程 類型	☐ 第一類 跨領域統整性探究課程 ☐ 主題 ☐ 專題 ☐ 議題 ☒ 第二類 ☒ 社團課程 ☐ 技藝課程 ☐ 第四類 其他類課程 ☐ 本土語文/新住民語文 ☐ 服務學習 ☐ 戶外教育 ☐ 班際或校際交流 ☐ 自治活動 ☐ 班級輔導 ☐ 學生自主學習 ☐ 領域補救教學(可以複選)						
學校 願景	健康活力 良好態度	國際接軌 生態永續	與學校願 景呼應之 說明	1. 透過足球運動訓練體能，促進身心健康與活力。 2. 藉由足球運動培養團體合作、健康休閒運動的動態生活。 3. 養成愛好足球與運動的習慣，知悉國際足球運動狀況。			
總綱 核心 素養	E-A1 具備良好生活的習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活問題。 E-C1 具備個人生活道德的知識與是非判斷能力，理		課程 目標	1. 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 2. 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 3. 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 4. 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。			

	解並遵守社會道德規範， 培養公民意識，關懷生態 環境。 E-C2 具備理解他人感受， 樂於與人互動，並與團隊 成員合作之素養。		
議題 融入	*應融入 ☐ 性別平等教育 ☐ 安全教育(交通安全) ☒ 戶外教育(至少擇一) 或 ☐ 其他議題_____ (非必選) 戶外教育議題已在本年級小種籽的「成長之路」實施融入		
融入 議題 實質 內涵	戶 E5 理解他人對環境的不同感受，並且樂於分享自身經驗。		

教學 進度	單元名稱	領域學習表現 /議題實質內涵	自訂 學習內容	學習目標	表現任務 (學習評量)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節 數
上學期 第(1)	一、足球 介紹 1. 安全踢 球 與 運 球。 2. 場地與 比 賽 規	健體1c-III-1/了 解運動技能要素 和基本運動規範。 健體3d-III-1/應 用學習策略,提高 運動技能學習效 能。	1. 學習 傳、接球 的動作要 領。 2. 能正確 地做出運 球動作。	1. 了解傳、接球的動作技能與足球運 動規範。 2. 應用學習足球動作策略，進行五人 制邊線球練習與比賽，提高傳接球學 習效能。 3. 了解傳接球技能的要素和要領。 4. 應用五人制練習比賽的學習，進行	1. 能做出正確的傳、接球的動 作要領。 2. 能做出正確的運球的動作 要領。 3. 能參與五人制邊線球比 賽，並遵守規則，能不傷害他 人或避免被傷害。	1. 說明及示範足球踢擊部位(教師 動作示範)。 2. 運用足球以雙腳內外側固定場地 來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、 拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊 技巧。 3. 挑球:1人1顆球，單獨地以各種	1. 足球指 導教材(中 華 民 國 足 球協會。 2. 五人制 足球比賽 規則文本。	8

週 － 第(4) 週	則。 3. 五人制 邊線球比 賽。	健體1d-III-1/了 解運動技能的要 素和要領。 健體1d-III-3/了 解比賽的進攻和 防守策略。 健體2c-III-1/表 現基本運動精神 和道德規範。 健體4d-III-1/養 成規律運動習 慣，維持動態生 活。	3. 五人制 邊線球練 習比賽 (傳、接)。	演練進攻和防守策略。5. 表現足球運 動精神和道德規範。 6. 養成規律足球運動習慣，維持動態 生活。	4. 能養成規律運動習慣與運 動精神，並持續維持動態生 活。	方法，將球往上踢看看。 關鍵要領:接觸球的部位要固定，頭 部保持平穩看著球。 4. Z 字型運球:設 1~6 個標示筒，前 5 個間隔 1m，第 5、第 6 個標示筒間 隔 5m。玩球者在兩標示筒間用(內 側、外側、右腳、左腳交替使用運 球)。 5. 踢球基本動作練習: 2 人 1 組，球 1 顆，用內側、外側、 右腳、左腳交替使用停球或傳球。。 6. 說明部分簡易比賽規則。 7. 五人制邊線球(傳、接)比賽。 遊戲規則: 1. 攻擊的一方，以運球或帶球跑方 式越過指定區域的邊線得一分。 2. 得分多的一方獲勝。 3. 可使用傳球、運球等方式自由的 攻擊。 4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。 5. 得分後，從得分處改由對方發 球，比賽在繼續。 關鍵要領:判斷力、快速觸球、運		
---------------------	----------------------------	--	---------------------------------	--	--------------------------------------	---	--	--

						球、帶球跑的判斷力。		
第(5)週 - 第(8)週	二、足球運球 1. 左右單腳運球。 2. 雙腳運球。 3. 足球遊戲~雙人搶珠與大魚吃小魚。 4. 足球分組競賽	健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體 3d-III-1/應用學習策略,提高運動技能學習效能。 健體 1d-III-1/了解運動技能的要素和要領。 健體 3d-III-2/演練比賽中的進攻和防守策略。	1. 熟練左、右腳,內、外側運球。 2. 練習各種帶球轉身方法。 3. 五人制邊練習比賽(有設2個小球門)。	1. 了解左、右腳,內、外側運球運動技能要素和足球運動規範。 2. 了解左、右腳,內、外側運球的技能要素和要領。 3. 應用帶球轉身的學習策略,培養身體控制和協調能力,提高正確的停球、傳球學習效能。 4. 了解各種帶球轉身的要素和要領。 1. 5. 演練五人制比賽中的進攻和防守策略。	1. 能做出正確的運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球動作技能。 2. 能做出身體協調的帶球轉身動作。 3. 能在五人制邊線球比賽中,表現出積極參與、接受挑戰的學習態度。 4. 能在五人制邊線球比賽中,了解進攻和防守策略的方法。	1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。 2. 挑球:1人1顆球,單獨地以各種方法,將球往上踢看看。 關鍵要領:接觸球的部位要固定,頭部保持平穩看著球。 3. Z字型運球:設1~6個標示筒,前5個間隔1m,第5、第6個標示筒間隔5m。玩球者在兩標示筒間用(內側、外側、右腳、左腳交替使用運球)。 4. 踢球基本動作練習: 2人1組,球1顆,用內側、外側、右腳、左腳交替使用停球或傳球。 5. 單腳及雙腳內外側固定距離來回運球。 6. 運用訓練盤練習單腳及雙腳運球。	1. 足球指導教材(中華民國足球協會。 2. 五人制足球比賽規則文本。	8

						7. 五人制邊練習比賽。 遊戲規則： 1. 攻擊的一方，以傳接球或帶球跑方式，踢球進對方球門得一分。 2. 得分多的一方獲勝。 3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。 4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。 5. 得分後，從得分處改由對方發球，比賽在繼續。 關鍵要領：判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。		
第(9)週 - 第(12)週	三、傳接球 1. 兩人固定位置傳接球。 2. 兩人跑步傳接球 3. 足球傳接球、搶球遊戲	健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體 3d-III-1/應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 1d-III-1/了解運動技能的要素和要領。	1. 練習 2 人或 3 人跑位左、右腳，內、外側傳接球動作。 2. 分組搶球遊戲。 3. 4 對 4 邊線球練	1. 了解 2 人或 3 人跑位左、右腳，內、外側傳接球動作的要素和足球運動規範。 2. 應用 2 人或 3 人跑位左、右腳，內、外側傳接球動作的學習策略，提高身體控制和協調能力。 3. 了解外側傳接球動作的要素和要領。 4. 了解 4 對 4 邊線球練習比賽的學習，進行進攻和防守策略。	1. 能做出正確熟練的 2 人或 3 人跑位左、右腳，內、外側傳接球動作的動作要領。 2. 能做出熟練的 2 人或 3 人跑位左、右腳，內、外側傳接球的動作技能。 3. 能在分組搶球遊戲比賽中，表現出積極參與、接受挑戰的學習態度。 4. 能在 4 對 4 邊線球練習比賽中，了解進攻和防守策略的方	1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。 2. 挑球：2 人 1 顆球，以各種方法，將球往上踢控球後，以空對空互傳。 關鍵要領：接觸球的部位要固定，頭部保持平穩看著球。 3. Z 字型運球：設 1~6 個標示筒，前 5 個間隔 1m，第 5、第 6 個標示筒間	1. 足球指導教材(中華民國足球協會。 2. 五人制足球比賽規則文本。	8

		健體 1d-III-3/了解比賽的進攻和防守策略。 健體 2c-III-1/表現基本運動精神和道德規範。	習比賽（有設 4 個小球門）。	5. 透過分組搶球遊戲比賽，表現出積極參與、接受挑戰的運動精神和道德規範。	法，並遵守規則參與競賽。	隔 5m。玩球者在兩標示筒間用（內側、外側、右腳、左腳交替使用運球）。 4. 踢球基本動作練習： 2 人或 3 人 1 組，球 1 顆，用內側、外側、右腳、左腳交替使用停球或傳球。 5. 雙人四角（長方形）跑步位傳接球。 6. 三或四人分 1 組，足球傳接、球搶球遊戲。 遊戲規則： 1. 攻擊的一方，以傳接球或帶球跑方式，踢球進對方球門得一分。 2. 得分多的一方獲勝。 3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。 4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。 5. 得分後，從得分處改由對方發球，比賽在繼續。 關鍵要領：判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。		
--	--	--	------------------------	--	---------------------	---	--	--

第 (13) 週 - 第 (15) 週	四、射門 1. 六碼線定點射門。 2. 帶球射球門。 3. 足球比賽	健體 1c-Ⅲ-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體3d-Ⅲ-1/應用學習策略,提高運動技能學習效能。 健體1d-Ⅲ-1/了解運動技能的要素和要領。 健體 3d-Ⅲ-2/演練比賽中的進攻和防守策略。 健體 2c-Ⅲ-3/表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 健體 1d-Ⅲ-2/比較自己或他人運動技能的正確性。 健體 4a-Ⅲ-2/自我反省與修正促進健康的行動。	1. 熟練左、右腳,內、外側傳接球動作。 2. 定點射門(站位、助跑射門、轉身射門)。 3. 分組帶球障礙跑步競賽練習。 4. 分組比賽練習。	1. 了解熟練左、右腳,內、外側傳接球動作技能要素。 2. 應用定點射門(站位、助跑射門、轉身射門)的學習策略,提高定點射門動作技能學習效能。 3. 了解定點射門技能的要素和要領。 3. 透過分組帶球障礙跑步競賽練習,演練足球比賽中進攻與防守策略。 4. 表現積極參與足球運動、接受挑戰的學習態度。 4. 比較觀察自己或隊友的運動技能表現與正確性 5. 自我反省修正自我技能的改進。	1. 能做出熟練的左、右腳,內、外側傳接球動作要領。 2. 能做出正確的定點射門(站位、助跑射門、轉身射門)動作要領。 3. 能經由分組帶球障礙跑步競賽練習,培養出積極參與、接受挑戰的學習態度。 4. 能經由分組比賽練習觀察,說出隊友的美技優點,反思自我技能的改進。	1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。 2. 挑球:2人1顆球,以各種方法,將球往上踢控球後,以空對空互傳。 關鍵要領:接觸球的部位要固定,頭部保持平穩看著球。 3. Z字型運球:設1~6個標示筒,前5個間隔1m,第5、第6個標示筒間隔5m。玩球者在兩標示筒間用(內側、外側、右腳、左腳交替使用運球)。 4. 定點射門三要領:站對方向、助跑、轉身射門。 5. 帶球跑步三要領:快跑、輕踢、內外側。 6. 帶球射門三要領:推、追、射 7. 足球競賽遊戲~保護、搶球與傳球要領。 遊戲規則: 1. 攻擊的一方,由球場中線發球,	1. 足球指導教材(中華民國足球協會。 2. 五人制足球比賽規則文本。	6
--	---	--	--	--	--	--	--	----------

						以傳接球或帶球跑方式，踢球進對方球門得一分。 2. 得分多的一方獲勝。 3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。 4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。 5. 得分後，改由對方從球場中線發球，比賽在繼續。 關鍵要領：判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。		
第 (16) 週 - 第 (18) 週	五、守門員 1. 守門員移位接球要領：伸、緩、抱。 2. 守門員移位接滾地球要領：等、捲、抱。 3. 高飛球	健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體 3d-III-1/應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 3c-III-1/表現穩定的身體控制和協調能力。 健體 1d-III-3/了解比賽的進攻和防守策略。	1. 守門員接球練習。 2. 守門員反應訓練。 3. 守門員擲球練習。 4. 分組比賽練習。	1. 了解守門員接球的動作技能要領與足球運動規範。 2. 應用守門員反應訓練學習策略，提高守練接球動作技能學習效能。 3. 表現守門員擲球動作技能身體控制與協調能力。 4. 了解守門員比賽中的防守策略演練。 5. 應用守門員身體活動的防護知識，維護足球競賽中的運動安全。	1. 能做出正確的守門員接球動作要領。 2. 能做出正確的守門員動作，參與足球競賽，並能維護運動安全避免受傷。 3. 能做出身體協調的守門員擲球動作。 4. 能做出正確的守門員動作技能，並能在比賽中，應用進攻和防守策略。 5. 參與足球競賽，並能維護運動安全避免受傷。	1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。 2. 挑球：1 人 1 顆球，單獨地以各種方法，將球往上踢看看。 關鍵要領：接觸球的部位要固定，頭部保持平穩看著球。 3. 守門員移位要領練習：踏併與踩飛 4. 雙人練習守門員移位接球動作要領。	1. 足球指導教材(中華民國足球協會。 2. 五人制足球比賽規則文本。	6

	接 球 要 領：跳、 捲、抱、 提。 4. 足球競 賽遊戲	健體 1c-III-2/應 用身體活動的防 護知識，維護運動 安全。				5. 雙人練習守門員移位接滾地球動 作要領。 6. 雙人互拋高球練習高飛球接球動 作要領。 7. 雙人練習守門員擲球動作要領。 7. 守門員靈敏度遊戲練習。 8. 守門員原地移位注視全場要領。 9. 分組比賽練習。 遊戲規則： 1. 攻擊的一方，由球場中線發球， 以傳接球或帶球跑方式，踢球進對 方球門得一分。 2. 得分多的一方獲勝。 3. 可使用傳球、運球等方式自由的 攻擊。 4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。 5. 得分後，改由對方從球場中線發 球，比賽在繼續。 關鍵要領：判斷力、快速觸球、運 球、帶球跑的判斷力。		
第 (19) 週	六、 綜合 複習 1. 運球	健體 1c-III-1/了 解運動技能要素 和基本運動規範。	1. 四角 2 人跑位 傳、接球	1. 了解四角 2 人跑位傳接球練習，和 跑位傳、接球技能要素與運動規範。 2. 了解四角 3 人跑位傳、接球技能的	1. 能做出雙人、多人四角移位 傳接球動作要領。 2. 能應用控制身體協調力，組	1. 運用足球以雙腳內外側固定場地 來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、 拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊	1. 足球指 導教材(中 華 民 國 足 球協會。 2. 五人制	4

－ 第 (20) 週	2. 傳接球 3. 射門 4. 守門	健體 3d-Ⅲ-1/應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 1d-Ⅲ-1/了解運動技能的要素和要領。 健體 1d-Ⅲ-3/了解比賽的進攻和防守策略。 健體 2c-Ⅲ-1/表現基本運動精神和道德規範。	練習。 2. 四角 3 人跑位傳、接球練習。 3. 五人制邊線球比賽(傳、接球)。 4. 分組對抗賽。	要素和要領。 3. 應用四角 3 人跑位傳、接球學習策略，提高運動技能學習效能。 4. 了解組合運球、傳接球、射門等動作技能，在五人制邊線球比賽活動中找出進攻和防守策略。 4. 在分組對抗比賽中，表現出遵守競賽規則的行為與精神。	合運球、傳接球、射門的動作模式。 3. 能應用進攻和防守策略，在競賽活動中找出贏的策略。 4. 能在比賽中，遵守規則參與競賽，並表現出良好的運動精神。	技巧。 2. 挑球:2 人 1 顆球，以各種方法，將球往上踢控球後，以空對空互傳。 關鍵要領:接觸球的部位要固定，頭部保持平穩看著球。 3. 障礙運球練習~左右單腳及左右腳互換。 4. 四角 2 人跑位傳、接球練習，雙人對練與移位傳接球練習：內側傳球、腳底及內側接球。 5. 四角 3 人跑位傳、接球練習，3 人移位傳接球練習：內側傳球、腳底及內側接球。 6. 守門員動作要領練習。 7. 五人制邊線球比賽。 遊戲規則： 1. 攻擊的一方，以運球或帶球跑方式越過指定區域的邊線得一分。 2. 得分多的一方獲勝。 3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。 4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。 5. 得分後，從得分處改由對方發	足球比賽規則文本。	
---------------------------------	-----------------------------------	--	--	---	--	--	------------------	--

						球，比賽在繼續。 關鍵要領:判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。 8. 足球比賽練習。 規則:五人制足球比賽規則。		
下學期 第(1)週 - 第(4)週	一、足球運球與射門 1. 運球穿越障礙射門。 2. 運球過人與攻防。	健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體 1d-III-1/了解運動技能的要素和要領。 健體 3d-III-1/應用學習策略,提高運動技能學習效能。 健體 3d-III-2/演練比賽中的進攻和防守策略。 健體 2c-III-3/表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 健體 2c-III-2/表現同理心、正向溝通的團隊精神。	1. 熟練運球轉身技巧。 2. 1對1攻防練習比賽。 3. 4對4攻防練習比賽。	1. 了解運球轉身動作與運球過人技能要素與足球運動規範。 2. 了解運球轉身技能的要素和要領。 3. 應用1對1攻防對抗學習策略,提高運球轉身技能學習效能。 3. 演練4對4攻防練習比賽中的運球進攻和防守策略。 4. 表現積極參與足球運動、接受挑戰的學習態度。 1. 5. 透過4對4攻防練習比賽,表現出過人與小組配合進攻的正向溝通的團隊精神。	1. 能做出自由帶球的轉向過人。 2. 在1對1攻防對抗中,能做出帶球過人,並表現出積極參與、接受挑戰的學習態度。 3. 在4對4攻防練習中,能做出具有創造力的小組傳接球進攻模組。 4. 能熟練進攻和防守策略,展現個人與小組配合的團隊精神。	1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回運球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。 2. 挑球:1人1顆球,單獨地以各種方法,將球往上踢看看。 關鍵要領:接觸球的部位要固定,頭部保持平穩看著球。 3. 腳下控球:2人1組,球1顆,在指定區域內傳控。方式:一人以拋球方式投球,另一人則彈性的將球接於腳下,控球後將球由指定區域內用各種踢法正確地傳球給對方。 關鍵要領:眼盯著球,自我控自腳的柔軟度。 關鍵要領:接觸球的部位要固定,頭部保持平穩看著球。 4. Z字型運球:設1~6個標示筒,前	1. 足球指導教材(中華民國足球協會。 2. 五人制足球比賽規則文本。	8

						5 個間隔 1m，第 5、第 6 個標示筒間隔 5m。玩球者在兩標示筒間用(內側、外側、右腳、左腳交替使用運球)。 5. 穿越障礙與轉向過人運球練習。 6. 帶球過人或障礙物並射門。 7. 1 對 1 攻防練習比賽。 8. 4 對 4 攻防練習比賽。 遊戲規則： 1. 攻擊的一方，由球場中線發球，以傳接球或帶球跑方式，踢球進對方球門得一分。 2. 得分多的一方獲勝。 3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。 4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。 5. 得分後，改由對方從球場中線發球，比賽在繼續。 關鍵要領：判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。		
第(5)週 — 第(8)	二、傳接球與射門 1. 傳接球	健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體 3d-III-1/應	1. 熟練左、右腳，內、外側傳接	1. 了解左、右腳，內、外側傳接球動作技能和傳球運動規範。 2. 應用分組搶球遊戲比賽學習策略，提高具創造力的小組配合進攻技能學	1. 能做出熟練的左、右腳，內、外側傳接球動作。 2. 能做出具有創造力的小組配合進攻。	1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。	1. 足球指導教材(中華民國足球協會。 2. 五人制	8

週	連續動作與內外側停球。 2. 運球穿越障礙、傳球與射門。 3. 雙人、三人、四人攻防射門練習	用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 1d-III-1/了解運動技能的要素和要領。 健體 1d-III-3/了解比賽的進攻和防守策略。 健體 2c-III-2/表現同理心、正向溝通的團隊精神。	球動作。 2. 分組搶球遊戲。 3. 4 對 4 邊線球(傳、接)比賽。 4. 分組對抗比賽。	習效能。 3. 了解 4 對 4 邊線球(傳、接)比賽中的進攻和防守策略。 4. 了解左、右腳，內、外側傳接球動作技能要素和要領。 4. 表現分組對抗比賽中的正向溝通及團隊精神。	3. 能在比賽中表現出進攻和防守策略。 4. 能在分組對抗比賽中，表現出團隊正向溝通的團隊合作精神。	2. 挑球:2 人 1 顆球，以各種方法，將球往上踢控球後，以空對空互傳。 關鍵要領:接觸球的部位要固定，頭部保持平穩看著球。 3. 腳下控球:3 對 3 或 2 對 2 以足網球方式，在指定區域內傳控。 關鍵要領:接觸球的部位要固定，頭部保持平穩看著球。 4. Z 字型運球:設 1~6 個標示筒，前 5 個間隔 1m，第 5、第 6 個標示筒間隔 5m。玩球者在兩標示筒間用(內側、外側、右腳、左腳交替使用運球)。 5. 運用繩梯或訓練盤練習腳步移動。 6. 運用訓練盤練習帶球、傳球與射門組合練習，(雙人或三人或四人交互傳球帶球射門。 7. 4 對 4 邊線球比賽。 遊戲規則: 1. 攻擊的一方，以運球或帶球跑方式越過指定區域的邊線得一分。 2. 得分多的一方獲勝。	足球比賽規則文本。	
---	---	--	---	---	--	--	-----------	--

						3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。 4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。 5. 得分後，從得分處改由對方發球，比賽在繼續。 關鍵要領：判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。 8. 分組足球對抗比賽。 規則：五人制足球比賽規則。		
第(9)週 第(12)週	三、足球的進攻與防守 1. 進攻隊形與原則。 2. 防守隊形與原則	健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體 3d-III-1/應用學習策略，提高運動技能學習效能。 健體 1d-III-1/了解運動技能的要素和要領。 健體 1d-III-3/了解比賽的進攻和防守策略。 健體 4d-III-1/養	1. 腳下控球練習。 2. 3 對 3 邊線球比賽。 3. 4 對 4 比賽(設 4 個小球門)。 4. 分組 5 對 5 攻防對抗比賽。	1. 了解腳下控球的動作技能要素和足球運動規範。 2. 了解腳下控球技能的要素和要領。 3. 應用 3 對 3 邊線球比賽學習策略，提高腳下控球技能學習效能。 4. 了解 4 對 4 邊線球比賽(設 4 個小球門)，進行比賽的進攻和防守策略演練。 4. 經由參與足球比賽的體驗，養成規律運動習慣，並持續維持動態生活。	1. 能熟練腳下控球的動作要領。 2. 能了解 3 對 3 邊線球比賽的進攻和防守策略。 3. 能熟練 4 對 4 邊線球比賽的進攻和防守策略。 4. 能養成規律運動習慣，並持續維持動態生活。	1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。 2. 腳下控球：2 人 1 組，球 1 顆，在指定區域內傳控。方式：一人以拋球方式投球，另一人則彈性的將球接於腳下，控球後將球由指定區域內用各種踢法正確地傳球給對方。 關鍵要領：眼盯著球，自我控自腳的柔軟度。 3. Z 字型運球：設 1~6 個標示筒，前 5 個間隔 1m，第 5、第 6 個標示筒間隔 5m。玩球者在兩標示筒間用(內	1. 足球指導教材(中華民國足球協會。 2. 五人制足球比賽規則文本。	8

		成規律運動習慣，維持動態生活。				側、外側、右腳、左腳交替使用運球)。 4. 二人或三人一組跑位傳接球進攻練習。 5. 一二一隊形變化進攻練習(防守者守則：近球者搶球、嚴守責任區)。 6. 隊形變化進攻練習(防守者守則：近球者搶球、嚴守責任區)。 7. 防守轉進攻跑位變化練習： 3 對 3 邊線球比賽 遊戲規則： 1. 攻擊的一方，以運球或帶球跑方式越過指定區域的邊線得一分。 2. 得分多的一方獲勝。 3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。 4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。 5. 得分後，從得分處改由對方發球，比賽在繼續。 關鍵要領：判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。 8. 分組足球對抗比賽。 規則：五人制足球比賽規則。		
--	--	-----------------	--	--	--	---	--	--

						4 對 4 比賽 遊戲規則： 1. 攻擊的一方，由球場中線發球，以傳接球或帶球跑方式，踢球進對方球門得一分。 2. 得分多的一方獲勝。 3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。 4. 防守得一方搶到球，馬上進攻。 5. 得分後，改由對方從球場中線發球，比賽在繼續。 關鍵要領：判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。 8. 足球比賽練習。 規則：五人制足球比賽規則。		
第 (13) 週 - 第 (16) 週	四、邊線球處理 1. 邊線球進攻與防守策略。 2. 角球進攻與防守策略。	健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體 1d-III-1/了解運動技能的要素和要領。 健體 3d-III-1/應用學習策略，提高	1. 邊線球進攻防守演練。 2. 角球進攻防守演練。 3. 4 對 4 比賽(設 4	1. 了解邊線球進攻防守演練技能要素和足球運動規範。 2. 了解邊線球進攻防守技能的要素和要領。 3. 應用 4 對 4 邊線球比賽(設 4 個小球門)學習策略，提高比賽的角球進攻和防守技能學習效能。 4. 表現 5 對 5 攻防練習比賽中的正向溝通團隊精神。	1. 能做出不同位置邊線球，進攻與防守的站位要領。 2. 能做出角球小組配合，且具創造力的進攻策略。 3. 能熟練 4 對 4 邊線球比賽的進攻和防守策略。 4. 能在 5 對 5 攻防練習比賽中，表現出團隊正向溝通的團隊精神。	1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。 2. 腳下控球：3 對 3 或 2 對 2 以足網球方式，在指定區域內傳控。 關鍵要領：接觸球的部位要固定，頭部保持平穩看著球。	1. 足球指導教材(中華民國足球協會。 2. 五人制足球比賽規則文本。	8

		運動技能學習效能。 健體 2c-III-2/表現同理心、正向溝通的團隊精神。	個小球門)。 4.5 對 5 攻防練習比賽。			3. Z 字型運球: 設 1~6 個標示筒, 前 5 個間隔 1m, 第 5、第 6 個標示筒間隔 5m。玩球者在兩標示筒間用(內側、外側、右腳、左腳交替使用運球)。 4. 運用訓練盤練習帶球、傳球與射門。 6. 角球進攻站位與發球方法。 7. 角球防守站位與搶球要領。 8. 靠近己方球門邊線球的進攻發球、站位處理。 9. 靠近中線邊線球的進攻發球、站位處理。 10. 靠近對方球門邊線球的進攻發球、站位處理。 11. 足球對抗賽。 規則: 五人制足球比賽規則。		
第 (17) 週 - 第 (18) 週	五、自由球、球門球的處理 1. 自由球	健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體 1d-III-1/了解運動技能的要素和要領。	1. 自由球進攻、防守演練。 2. 球門球進攻、防守演練。	1. 了解自由球技能要素和足球運動規範。 2. 了解自由球技能的要素和要領。 3. 應用自由球進攻防守學習策略, 提高比賽的球門進攻技能學習效能。 4. 應用球門球的進攻和防守學習策	1. 能做出自由球進攻和防守策略要領。 2. 能做出熟練的球門球進攻和防守策略。 3. 能表現積極參與和接受挑戰的學習態度。	1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。 2. 腳下控球: 2 人 1 組, 球 1 顆, 在指定區域內傳控。方式: 一人以拋球	1. 足球指導教材(中華民國足球協會。 2. 五人制足球比賽規則文本。	4

	進攻與防守策略。 2. 球門球進攻與防守策略。	健體 3d-III-1/應用學習策略,提高運動技能學習效能。 健體 1d-III-3/了解比賽的進攻和防守策略。 健體 2c-III-3/表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 健體 4d-III-1/養成規律運動習慣,維持動態生活。	3. 5 對 5 攻防練習比賽。	略,提高比賽的球門防守技能學習效能。 3. 表現對 5 對 5 攻防練習比賽的積極參與和接受挑戰的學習態度。 4. 透過參與 5 對 5 攻防比賽的體驗,養成規律運動習慣,並持續維持動態生活。	4. 能養成規律運動習慣,並持續維持動態生活。	方式投球,另一人則彈性的將球接於腳下,控球後將球由指定區域內用各種踢法正確地傳球給對方。 關鍵要領:眼盯著球,自我控自腳的柔軟度。 3. Z 字型運球:設 1~6 個標示筒,前 5 個間隔 1m,第 5、第 6 個標示筒間隔 5m。玩球者在兩標示筒間用(內側、外側、右腳、左腳交替使用運球)。 4. 靠近己方自由球進攻與防守的要領練習。 5. 靠近中線自由球進攻與防守的要領練習。 6. 靠近對方球門自由球進攻與防守的要領。 7. 足球對抗賽 規則:五人制足球比賽規則。		
第 (19) 週 - 第 (20)	六、綜合複習 1. 運球、傳球與射門綜合練	健體 1c-III-1/了解運動技能要素和基本運動規範。 健體 1d-III-1/了解運動技能的要	1. 2 人、3 人、4 人小組配合練習,(運球、傳球	1. 了解 2 人、3 人、4 人小組運球、傳球與射門技能要素和足球運動規範。 2. 了解運球、傳球與射門技能的要素和要領。 3. 應用 4 對 4 邊線球學習策略,提高	1. 能做出具有創造力的小組配合,進攻組合。 2. 能做出熟練的 4 對 4 邊線球比賽攻、守策略。 3. 能表現積極參與和接受挑	1. 運用足球以雙腳內外側固定場地來回帶球(運球、轉身、點球、撥球、拉球、扣球)做暖身運動並融入踢擊技巧。 2. 腳下控球:2 人 1 組,球 1 顆,在	1. 足球指導教材(中華民國足球協會。 2. 五人制足球比賽規則文本。	4

週	習。 2.	素和要領。 健體 3d-III-1/應用學習策略,提高運動技能學習效能。 健體 1d-III-3/了解比賽的進攻和防守策略。 健體 2c-III-3/表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 健體 4d-III-1/養成規律運動習慣,維持動態生活。	與射門) 綜合練習。 2.4 對 4 邊線球比賽。 3.分組對抗比賽。	運球、傳球與射門技能學習效能。 3. 了解4對4邊線球比賽的進攻和防守策略。 4.透過分組對抗比賽,表現積極參與和接受挑戰的學習態度。 4.透過參與5對5攻防比賽的體驗,養成規律運動習慣,並持續維持動態生活。	戰的學習態度。 4.能養成規律運動習慣,並持續維持動態生活。	指定區域內傳控。方式:一人以拋球方式投球,另一人則彈性的將球接於腳下,控球後將球由指定區域內用各種踢法正確地傳球給對方。 關鍵要領:眼盯著球,自我控自腳的柔軟度。 3.Z字型運球:設1~6個標示筒,前5個間隔1m,第5、第6個標示筒間隔5m。玩球者在兩標示筒間用(內側、外側、右腳、左腳交替使用運球)。 4.2人、3人、4人小組配合練習,(運球、傳球與射門)綜合練習。 5.4對4邊線球比賽。 遊戲規則: 1. 攻擊的一方,以運球或帶球跑方式越過指定區域的邊線得一分。 2. 得分多的一方獲勝。 3. 可使用傳球、運球等方式自由的攻擊。 4. 防守得一方搶到球,馬上進攻。 5. 得分後,從得分處改由對方發球,比賽在繼續。		
---	---------------------	--	---	--	--	--	--	--

						關鍵要領:判斷力、快速觸球、運球、帶球跑的判斷力。 6. 分組對抗賽 規則:五人制足球比賽規則。		
教材來源		☐ 選用教材 () ☒ 自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)						
本主題是否融入資訊科技教學內容		☒ 無 融入資訊科技教學內容 ☐ 有 融入資訊科技教學內容 共()節 (以連結資訊科技議題為主)						
特教需求學生課程調整		※身心障礙類學生: ☒ 無 ☐ 有-智能障礙()人、學習障礙()人、情緒障礙()人、自閉症()人、 <u>(自行填入類型/人數)</u> ※資賦優異學生: ☒ 無 ☐ 有- <u>(自行填入類型/人數,如一般智能資優優異 2 人)</u> ※課程調整建議(特教老師填寫): 1. 特教老師姓名:(打字即可) 普教老師姓名:陳盈霖						

填表說明:

- 第一類課程需跨領域，以主題/專題/議題的類型，進行統整性探究設計；且不得僅為部定課程單一領域或同一領域下科目之間的重複學習
- 第四類其他類課程，在同一份設計中可以依照不同的週次需要，複選多種內容。例如:1-4 週為班級輔導，5-7 週為自治活動，8-10 週為班際交流，11-14 週為戶外教育，15-20 週為班級輔導。
- 議題融入:性別平等教育、安全教育(交通安全)、戶外教育，以上三項議題至少需選擇一項，其他議題則是自由選擇。