

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

114 學年度嘉義縣忠和國民中學九年級第一二學期教學計畫表 設計者：健康與體育領域 (表十一之一)

- 一、領域/科目：☐語文(☐國語文☐英語文☐本土語文/臺灣手語/新住民語文) ☐數學
☐自然科學(☐理化☐生物☐地球科學) ☐社會(☐歷史☐地理☐公民與社會)
☒健康與體育(☐健康教育☒體育) ☐藝術(☐音樂☐視覺藝術☐表演藝術)
☐科技(☐資訊科技☐生活科技) ☐綜合活動(☐家政☐童軍☐輔導)

二、教材版本：翰林版第 5、6 冊

三、本領域每週學習節數：2 節

四、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
			學習表現	學習內容					
第一週	第四篇挑戰自我 第 1 章運動防護	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。	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。	1.了解簡易運動風險的概念。 2.應用運動風險評估指標降低運動情境中的危險問題。 3.了解簡易運動傷害處理的方法。	1. 認識學校運動風險管理 2. 理解運動風險評估指標 3. 運動風險評估指標應用原則 4. 認識急性運動傷害處理原則 5. 演練 PRICE 處理步驟	1.問答 2.行為展現 3.發表 4.實作	【安全教育】 安J6 了解運動設施安全的維護。 安J11 學習創傷救護技能。	
第二週	第四篇挑戰自我 第 2 章防衛運動	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。	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。 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。	Bc-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。	1.了解跆拳道運動價值以及基本技能原理。 2.表現跆拳道準備姿勢與基本手法、步法。 3.表現跆拳道綜合動作的身體控制能力	1. 說明跆拳道運動價值。 2. 跆拳道基本動作(準備姿勢) 3. 跆拳道基本手法、步法。 4. 進行綜合訓練。	1.問答 2.行為展現 3.發表 4.實作		
第三週	第四篇挑戰自我 第 2 章防衛	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	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	Bc-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。	1.表現跆拳道基本腳法和綜合動作的身體控制能力。	1. 跆拳道基本腳、步法。 2. 進行攻擊技巧的模式	1.問答 2.行為展現 3.實作		

	運動	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。	2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 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。		2.表現簡易對打技巧。 3 展現跆拳道運動應有的運動禮節。 4.展現跆拳道運動應有的運動禮節。 5.願意實踐自主練習。	對練 3. 模擬對練比賽 4. 練習活動與修正			
第四週	第五篇團隊動力 第 2 章籃球 3X3 籃球	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。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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、勇於挑戰的學習態度。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.了解三對三籃球賽的打法與比賽規則。 2.理解三對三籃球賽站位的型態。 3.了解選擇站位型態，與身材、打法有其相關的地方。 4.透過教學選擇適合自己與團隊的進攻站位，並以此為進攻的基礎贏得比賽。	1. 簡介三對三籃球規則 2. 實際操作新規則 3. 說明三對三站位與空間及實際演練。 4. 無防守者練習	1.問答 2.實作		
第五週	第五篇團隊動力 第 2 章籃球 3X3 籃球	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。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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、勇於挑戰的學習態度。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.透過球的轉移增加防守難度，提升投籃的空檔。 2.傳球之後的移，能夠創造投籃機會，造防守者在協防或溝通上的困擾。 3.認識球場上常見的無持球切入方式 4.運用比賽策略為團隊贏得勝利。	1. 說明無球者的移動策略。 2. 傳切練習 3. 實際練習 4. 無防守者練習	1.問答 2.實作		

第六週	第五篇團隊動力 第 2 章籃球 3X3 籃球	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。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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、勇於挑戰的學習態度。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.精準的傳球和切入，以及將練習做得平順有連續性。 2.認識球場上常見的無持球切入方式：開後門切與閃切。 3.能夠在比賽中利用無持球的切入來為自己與隊友創造得分機會。 4.認識個人防守與團隊防守的差異。 5.運用比賽策略為團隊贏得勝利。。	1. 說明閃切結合開後門切入的練習。 2. 三對零訓練。 3. 類全場三對三比賽 4. 說明小組防守觀念 5. 實際練習 6. 攻守轉換	1.實作		
第七週	第五篇團隊動力 第 2 章排球 攔網（第一次段考）	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 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，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	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-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。 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。 4d-IV-1 發展	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.認識攔網技術，學會攔網動作基本概念，激發學習動機及參與感。 2.運用助跑起跳，完成攔網動作。 3.學會攔網技術動作要領。	1. 介紹排球的扣球技術。 2. 說明攔網動作 3. 說明攔網跨步、助跑起跳動作要領。			

			適合個人之專項運動技能。						
第八週	第五篇團隊動力 第 2 章排球攔網	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 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，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	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-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。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.學會攔網技術動作要領。 2.學會助跑攔網，伸臂包覆攔網目標。 3.讓學生在練習中，學會快速移動、起跳的攔網技巧。 4.能站立做出正確的攔網手勢。 5.學會跨步攔網動作要領。	1. 左右跨步攔網練習 2. 助跑攔網練習 3. 兩人面對面扣球攔網 4. 高台扣球-跨步攔網	1.觀察 2.發表 3.實作		
第九週	第五篇團隊動力 第 2 章排球攔網	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 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	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-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利他合群的態	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.學會不攔網陣形的動作要領。 2.學會與他人合作完成單人攔網陣形。 3.透過二打二排球比賽練習，學會與他人合作完成扣球技術。 4.學會六人制單人攔網防守陣形。	1.團隊防守概念—不攔網防守隊形 2.團隊防守概念—單人攔網的防守隊形 3.二打二排球比賽 4.兩側高台團隊攔網防守佈陣練習 5.	1.觀察 2.問答 3.實作		

		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。	度，與他人理性溝通與和諧互動。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。						
第十週	第五篇團隊動力 第 3 章羽球前場區域擊球	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。	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。 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。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.了解羽球前場區域與可使用的技術。 2.認識前場區域擊球在羽球中的重要性。 3.了解放小球與挑球的特性。 4.能控制擊球的高度與擊球準確度。 5.認識與學會正手放小球技術。 6.學習如何檢核自己與他人的放小球動作。	1.向上擊球練習」（放小球） 2.說明並示範正、反手放小球 3.複習正、反手放小球技術動作要領 4.替代性放小球練習	1.觀察 2.問答 3.實作		
第十一週	第五篇團隊動力 第 3 章羽球前場區域擊球	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	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。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.認識與學會正手放小球技術。 2.學習如何檢核自己與他人的放小球動作。 3.認識與學會正、反手挑球技術。 4.認識與學會正、反手挑球技術。	1.一拋一打練習 2.網前球對抗 3.正、反手挑球實作練習 4.複習正、反手挑球技術動作要領 5.向上擊球練習(挑球) 6.拍面角度練習	1.觀察 2.問答 3.實作		

		生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	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。		5.學習主動挑球與被動挑球方法。 6.學習如何回擊放小球與挑球。				
第十二週	第五篇團隊動力 第 3 章羽球前場區域擊球	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。	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。 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。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.學習運用前場放小球、挑球的組 2.了解對手站位並選擇相關技術的方法。 3.綜合學習學習羽球不同區域的擊球手段及站位合作。	1.一拋一打練習 2.前場技術的運用與回擊 3.區域站位羽球賽 4.前後區域羽球賽 5.	1.觀察 2.問答 3.實作		
第十三週	第五篇團隊動力 第 4 章棒球觸擊短打與布陣戰術	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 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。 健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。	2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.藉由情境了解運動時事。 2.認識觸擊短打擊突襲短打動作要領	1.認識棒球守備代號及守備位置 2.說明觸擊短打動作要領 3.短打替代練習 4.說明並示範突襲短打動作要領	1.觀察 2.問答 3.實作		
第十四週	第五篇團隊動力 第 4 章棒球	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知能，進而運	2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。	1.認識攻守佈陣的戰術策略。 2.了解不同出局數	1.基本打擊姿勢檢視 2.短打練習-「點球進籃」 3.攻戰術打帶跑	1.觀察 2.問答 3.實作		

	觸擊短打與布陣戰術 (第二次段考)	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。 健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。	性溝通與和諧互動。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	佈陣分析。				
第十五週	第五篇團隊動力 第4章棒球觸擊短打與布陣戰術	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 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。 健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。	2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.認識攻守佈陣的戰術策略。 2.了解不同出局數佈陣分析。 3.藉由排壘球活動認識棒球運動，並積極參與全民運動。	1.複習並說明進攻戰術打帶跑 2.排壘球練習賽	1.觀察 2.問答 3.實作		
第十六週	第六篇超越自我 第1章田徑-長距離跑	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-A3 具備善用體育與健康的資源，以	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-3 應用運動比賽的項	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ga-IV-2 跑、跳與推擲的基本技巧。	1.了解長距離跑的項目及內容。 2.了解長距離跑的技術分析。 3.了解並做出長距離跑起跑技術。 4.能做出中長距離跑的動作要領。	1.複習田徑項目 2.中長距離跑介紹 3.說明起跑、加速跑、中間跑及彎道跑要領 4.說明中長距離跑步姿勢注意事項	1.觀察 2.問答 3.實作	【國際教育】 國J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	

		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。	策略。 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。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。		5.了解彎道跑及終點衝刺的動作要領。 6.了解中長距離跑的正确與錯誤姿勢。				
第十七週	第六篇超越自我 第1章田徑-長距離跑	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-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。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的項策略。 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。 3d-IV-3 應用	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ga-IV-2 跑、跳與推擲的基本技巧。	1.能理解法特雷克訓練法的內涵並結合生活情境設計一套法特雷克訓練路線。 2.能了解並做出調整身體姿勢去適應不同地形。 3.能了解馬拉松的起及 42.195 公里的距離由來。	1.說明法克雷克 Fartlek 訓練法 2.說明不同地形中跑步，該如何調整身體姿勢去適應地形(上下坡跑)。 3.法克雷克跑實作 4.說明馬拉松的起源	1.觀察 2.問答 3.實作	【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	

			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。						
第十八週	第六篇超越自我 第 1 章田徑-長距離跑	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-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。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的項策略。 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。 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。	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ga-IV-2 跑、跳與推擲的基本技巧。	1.能了解「兔子」名詞的由來。 2.能了解領跑者的職責與任務。 3.能了解配速的內涵及重要性。 4.能了解跑步的各項裝備及其功能性。 5.能了解並結合 3C 產品實際運用在跑步活動中。	1.說明何謂兔子 2.說明配速的重要性及操作要領 3.創新產品與路跑的結合應用	1.觀察 2.問答 3.實作	【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
第十九週	第六篇超越自我 第 1 章田徑-長距離跑	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	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ga-IV-2 跑、	1.能了解並結合 3C 產品實際運用在跑步活動中。 2.能自行規劃路線	1.結合法克雷課及 3C 產品設計屬於自計的長距離跑步計畫。 2.測驗中長距離跑	1.實作	【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界	

		我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 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。	各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的項策略。 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。 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。	跳與推擲的基本技巧。	並跑出圖形。			不同文化的價值。	
第二十週	第六篇超越自我 第 2 章競技啦啦隊舞蹈	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。 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-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。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	1b-IV-1 自由創作舞蹈。	1.結合學生生活中觀看運動賽事的經驗引發興趣，透過提問討論並引導學生認識競技啦啦隊的起源與發展。 2.了解競技啦啦隊的比賽內容項目。 3.了解手姿的基本動作及嘗試做出手姿的各項動作。 4.了解腳步的基本動作及嘗試做出腳步的各項動作。	1.說明競技啦啦隊起源及發展 2.手姿的基本練習 3.介紹左、右 L 式及高、低 V 式的手姿動作要領及注意重點 4.	1.觀察 2.問答 3.實作	【安全教育】 安 J9 遵守環境設施、設備的安全守則 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	

			2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。						
第二十一週	第六篇超越自我 第 2 章競技啦啦隊舞蹈 (第三次段考)	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。 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-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。 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	1b-IV-1 自由創作舞蹈。	1.了解口號在比賽中的具體內容並嘗試做出整齊有力的呼喊口號。 2.能有節奏地做出口號與身體動作的協調搭配。 3.學生能相互合作，設計出適切的口號組合動作。 4.瞭解舞伴技巧安全的重要性。 5.了解雙股立姿的動作要領並能做出雙股立姿的動作。	1.競技啦啦隊比賽中口號介紹 2.口號及手姿的基本練習 3.分組設計創意口號 4.舞伴技巧人員介紹 5.說明雙股立姿動作要領	1.觀察 2.問答 3.實作	【安全教育】 安 J9 遵守環境設施、設備的安全守則 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	

			運動技能。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。					
--	--	--	---	--	--	--	--	--

適應體育調整策略	目標為確保體育教師與肢障學生建立良好溝通，增進學生的學習。以下為與體育教師合作及注意的調整策略： 1.教師可以將教學活動分割成小步驟的教學，且教師的教學指令宜明確簡短，並加以解說示範，必要時教師可以重複的解說示範，以確保學生可以了解教師的教學指令。 2.教師簡化體育運動的活動難度，根據學生的實際能力設計活動，以學生能坐在輪椅上可以達成的體育活動為宜。 3.鼓勵學生使用為其申請的羽球運動輪椅輔具參與體育活動，並為學生設計適合其參與的活動任務，提昇其學習自信心與參與感。 4.考慮學生的個人體能狀況，可多使用軟球、氣球或輕排球。 5.視學生的體能狀況，必要時可以減少活動或比賽的時間，並給予適當的休息時間。 6.鼓勵班級同儕在適合的情境下提供同儕的支持，例如成為學生的活動搭檔或是協助解說。 7.與學生及其家長溝通合作，了解學生的個人喜好和需求，例如學生比較會排斥接受新的事物，若是免強會有較大的情緒反應，所以之前要先與學生做充分的溝通，並以合適的方式鼓勵學生嘗試新的活動或是輔具。 8.為鼓勵學生的學習動機，提昇學生的學習自信心，可以適度的修改活動競賽規則，增加學生可以得分的機會(如可以多次嘗試或較低對抗競爭)，降低評量的標準。 9.籃球活動時可以降低難度，如縮短與籃框的距離或是定點投擲，練習上肢協調與投擲力。
----------	---

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
			學習表現	學習內容					
第一週	第四篇超越運動障礙第1章運動無礙	健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。	Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。	1.理解帕拉林匹克運動會的起源與文化價值。2.認識國內、外推展適應體育，營造無障礙運動環境的具體行動。 3.同理身心障礙者運動需求思考協助他們參與運動，享受運動權的方法。	1.認識國內適應體育發展現況 2.認識帕拉林匹克運動會的文化價值與運動員分級 3.認識帕拉林匹克運動會的包容價值與比賽種類 4.認識國內保障身心障礙者運動權的作法 5.認識國內外適應體育推展方式	1.觀察 2.問答		
第二週	第四篇超越運動障礙第2章地板滾球	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知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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。	Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.了解地板滾球的比賽規則和技能原理。 2.體驗坐式與輔具的地板滾球活動，同理肢障者參與運動之需求。	1.認識地板滾球 2.認識地板滾球的簡易規則 3.投球及進攻練習 4.進行地板滾球比賽 5.坐式地板滾球體驗	1.觀察 2.問答 3.實作		
第三週	農曆春節								
第四週	第五篇動如脫兔第1章籃球～5x5 全場比賽	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 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-1 了解各項運動基礎原理和規則。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、勇於挑戰的學習態度。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.在籃球比賽中運用策略達到防守強化與提升進攻效率。 2.展現利他合群態度與同學共同完成比賽。 3.透過比賽了解自己的不足並能持續練習。	1.說明區域防守的特性 2.全場攻守轉換練習 3.快攻路線介紹 4.實際演練	1.觀察 2.問答 3.實作		

			略。						
第五週	第五篇動如脫兔 第 1 章籃球～5x5 全場比賽	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 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-1 了解各項運動基礎原理和規則。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、勇於挑戰的學習態度。3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.在籃球比賽中運用策略達到防守強化與提升進攻效率。 2.展現利他合群態度與同學共同完成比賽。 3.透過比賽了解自己的不足並能持續練習。	1.團隊進攻講解 2.常見團隊進攻方法介紹 3.實際演練	1.觀察 2.問答 3.實作		
第六週	第五篇動如脫兔 第 2 章桌球～下旋球與雙打比賽	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 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。1d-IV-1 了解各項運動技能原理。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。3c-IV-1 表現局部或全身性的身體	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.了解桌球旋轉的特性與原理。 2.學會發與接下旋球。 3.了解桌球策略的運用並學習與他人溝通互動。 4.學會雙打比賽。	1.說明並示範正手發下旋球 2.下旋發球練習	1.觀察 2.問答 3.實作		

			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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。						
第七週	第五篇動如脫兔 第2章桌球～下旋球與雙打比賽 (第一次段考)	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 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。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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。 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。 4d-IV-1 發	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.了解桌球旋轉的特性與原理。 2.學會發與接下旋球。 3.了解桌球策略的運用並學習與他人溝通互動。 4.學會雙打比賽。	1.說明並示範切球技術 2.切球比賽 3.說明回擊下旋球的方法 4.說明並示範正手抽下旋球技術 5.抽下旋球練習	1.觀察 2.問答 3.實作		

			展適合個人之專項運動技能。						
第八週	第五篇動如脫兔 第 2 章桌球～下旋球與雙打比賽	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 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。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.了解桌球旋轉的特性與原理。 2.學會發與接下旋球。 3.了解桌球策略的運用並學習與他人溝通互動。 4.學會雙打比賽。	1.說明雙打的站位與跑位 2.雙打跑位練習 3.說明雙打的策略運用 4.雙打練習	1.觀察 2.問答 3.實作		
第九週	第五篇動如脫兔 第 3 章排球～初級進攻戰術	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	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.了解快攻動作技術分析。 2.認識團隊進攻戰術概念。 3.學會平行攻擊戰術基本	1.六人制比賽規格說明 2.舉球員基本戰術暗號介紹 3.能正確的說出扣快球動作要領 4.扣快球練習	1.觀察 2.問答 3.實作		

		略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 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，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	解各項運動技能原理。 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。		技巧。 4.能與同學溝通、討論，培養默契、合作完成平行攻擊戰術。				
第十週	第五篇動如脫兔 第 3 章排球～初級進攻戰術	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 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，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	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-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。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.了解快攻動作技術分析。 2.認識團隊進攻戰術概念。 3.學會平行攻擊戰術基本技巧。 4.能與同學溝通、討論，培養默契、合作完成平行攻擊戰術。	1.A、B、C、D 快攻介紹 2.A 式快攻練習 3.初級進攻戰術-平行攻擊介紹及演練 4.	1.觀察 2.問答 3.實作		
第十一週	第五篇動如脫兔 第 4 章足球	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組	1.了解足球防守方式和概念。 2.學會個人防守中的盯防	1.介紹足球運動的防守方式及概念 2.小組防守觀念介紹	1.觀察 2.問答 3.實作		

	～防守	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 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，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	規則 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	合及團隊戰術。	技巧。 3.學會小組協防的團隊防守觀念。 4.運用小組協防技巧，做出平衡的防守陣形。	3.小組防守實戰演練			
第十二週	第五篇動如脫兔 第 4 章足球 ～防守	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。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.學會單邊斷球觀念和策略並運用做出成功的防守戰。 2.了解盯人防守與區域防守的技巧及概念。 3.學會運用團隊防守觀念及戰術。 4.能在比賽中做出團隊防守陣形的變換。	1.單邊斷球戰術介紹 2.2 對 2 單邊斷球防守練習 3.盯人防守觀念介紹 4.區域防守觀念介紹 5.團隊防守觀念介紹 6. 3 對 3 足球比賽	1.觀察 2.問答 3.實作		

		健體-J-B1 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，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	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。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。						
第十三週	第六篇我愛運動 第2章民俗體育～扯鈴	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。	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。 2d-IV-1 了解運動在美	1c-IV-1 民俗運動進階與綜合動作。	1.認識與欣賞扯鈴的文化意涵和價值。 2.欣賞扯鈴運動的身體控制能力及身體美學。 3.了解扯鈴運動中的繞腿運動技能相關概念。 4.表現扯鈴運動中繞腿運動技能，展現身體的協調和控制能力。	1.介紹扯鈴運動的文化發展 2.介紹扯鈴加速連鈴的技術原理及分組練習 3.進行扯鈴繞腿的進階動作練習 4.進行扯鈴繞手的進階動作練習	1.觀察 2.問答 3.實作	【多元文化教育】 多 J2 關懷我族文化遺產的傳承與興革。	

			學上的特質與表現方式。 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。						
第十四週	第六篇我愛運動 第2章民俗體育～扯鈴(第二次段考)	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。	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。 2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。 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。	Ic-IV-1 民俗運動進階與綜合動作。	1.了解扯鈴運動中的繞腿運動技能相關概念。 2.了解扯鈴運動中的大輪迴運動技能相關概念。 3.表現扯鈴運動中大輪迴運動技能，展現身體的協調和控制能力。 4.了解扯鈴連貫動作的動作要領。 5.展現扯鈴連貫動作的運動技能。	1.進行扯鈴肩甩的進階動作練習 2.進行扯鈴大輪迴的進階動作練習 3.進行扯鈴連貫動作的組合一練習 4.進行扯鈴連貫動作的組合二練習 5.同儕評量	1.觀察 2.問答 3.實作		
第十五	第六篇我愛	健體-J-A3 具備	1b-IV-2 認	Gb-IV-2 游	1.了解蝶泳打水的動力來	1.複習游泳四式	1.觀察	【海洋教	

週	運動 第 1 章游泳 ～蝶泳	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。 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。	識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動	泳前進 25 公尺（需換氣 5 次以上）。	源，並能展現連續蝶腿動作。 2.藉由陸上練習認識蝶泳划水分解動作。 3.能學會蝶泳換氣、了解有節奏的蝶腿，達成有效率的換氣。	2.海豚游 3.蝶泳陸上划水練習 4.蝶泳水中站立划水練習	2.問答 3.實作	育】 海 J2 認識並參與安全的海洋生態旅遊。	
---	----------------------	--	---	-----------------------	--	-------------------------------------	--------------	----------------------------	--

第十六週	第六篇我愛運動 第1章游泳～蝶泳	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。 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。	技能。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。 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。 4d-IV-1 發	Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺（需換氣 5 次以上）。	1. 解蝶泳打水的動力來源，並能展現連續蝶腿動作。 2. 藉由陸上練習認識蝶泳划水分解動作。 3. 能學會蝶泳換氣、了解有節奏的蝶腿，達成有效率的換氣。	1. 動作說明單臂划手蝶泳技能 2. 單臂蝶泳划手練習 3. 動作順序與活動練習 4. 連續蝶腿打水 25 公尺	1. 觀察 2. 問答 3. 實作	【海洋教育】 海 J2 認識並參與安全的海洋生態旅遊。	
------	---------------------	--	---	--------------------------------	--	---	-------------------------	--------------------------------	--

			展適合個人之專項運動技能。						
第十七週	第六篇我愛運動 第 1 章游泳～蝶泳	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。 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。	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。 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。	Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺（需換氣 5 次以上）。	1. 解蝶泳打水的動力來源，並能展現連續蝶腿動作。 2.藉由陸上練習認識蝶泳划水分解動作。 3.能學會蝶泳換氣、了解有節奏的蝶腿，達成有效率的換氣。	1.動作說明單臂划手蝶泳技能 2.單臂蝶泳划手練習 3.動作順序與活動練習 4.連續蝶泳打水 25 公尺	1.觀察 2.問答 3.實作	【海洋教育】 海 J2 認識並參與安全的海洋生態旅遊。	

			4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。						
第十八週	第六篇我愛運動 第 1 章游泳～蝶泳	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。 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。	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。 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	Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺（需換氣 5 次以上）。	1. 解蝶泳打水的動力來源，並能展現連續蝶腿動作。 2. 藉由陸上練習認識蝶泳划水分解動作。 3. 能學會蝶泳換氣、了解有節奏的蝶腿，達成有效率的換氣。	1. 動作說明單臂划手蝶泳技能 2. 單臂蝶泳划手練習 3. 動作順序與活動練習 4. 蝶泳測驗	1. 觀察 2. 問答 3. 實作	【海洋教育】 海 J2 認識並參與安全的海洋生態旅遊。	

			動技能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。						
第十九週	第六篇我愛運動 第 1 章游泳～蝶泳	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。 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。	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。 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，	Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺（需換氣 5 次以上）。	1. 解蝶泳打水的動力來源，並能展現連續蝶腿動作。 2.藉由陸上練習認識蝶泳划水分解動作。 3.能學會蝶泳換氣、了解有節奏的蝶腿，達成有效率的換氣。	1.動作說明單臂划手蝶泳技能 2.單臂蝶泳划手練習 3.動作順序與活動練習 4.蝶泳測驗	1.觀察 2.問答 3.實作	【海洋教育】 海 J2 認識並參與安全的海洋生態旅遊。	

			發展專項運動技能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。						
適應體育調整策略	目標為確保體育教師與肢障學生建立良好溝通，增進學生的學習。以下為與體育教師合作及注意的調整策略： 1.教師將體育動作拆解成小步驟，逐步分段練習，以教師或同儕學生示範動作，幫助學生理解與執行，必要時請教師可以重複的解說和示範。 2.教師將體育活動調整簡化成學生坐在輪椅上可行能力範圍內的身體活動，學習培養自信心、活動參與度與健康素養。 3.體育教學活動的設計以增進上肢協調與力量、強化核心與上肢肌力，增進上肢協調與力量，同時也要注意維護學生運動時的安全。 4.為確保學生坐在輪椅上參與體育活動的安全，必須注意教學場域地面需平整、防滑，並為學生安排學習小天使，幫忙留意學生即時的學習狀況和教學環境的狀況。 5.考慮學生的個人體能狀況，可多使用軟球、氣球或輕排球。 6.視學生的體能狀況，必要時可以減少活動或比賽的時間，並給予適當的休息時間。 7.評量時視學生的狀況，降低活動的難度和標準，若學生受限於無法做到的肢體活動可改為口頭問答評量的方式。 8.學習評量宜採多元評量，評量可以加入學生的參與投入度、挑戰自我、與同儕互動情形、參與課堂活動意願，以發展學生自我積極學習與同儕互動合作學習的能力。								

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。