

臺北市忠孝國民中學109學年度領域/科目課程計畫

領域/科目	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會(<input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民與社會) <input type="checkbox"/> 自然科學(<input type="checkbox"/> 理化 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學) <input type="checkbox"/> 藝術(<input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 視覺藝術 <input type="checkbox"/> 表演藝術) <input type="checkbox"/> 綜合活動(<input type="checkbox"/> 家政 <input type="checkbox"/> 童軍 <input type="checkbox"/> 輔導) <input type="checkbox"/> 科技(<input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 生活科技) <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育(<input type="checkbox"/> 健康教育 <input checked="" type="checkbox"/> 體育)		
實施年級	<input checked="" type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級		
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書:康軒版 <input type="checkbox"/> 自編教材(經課發會通過)	節數	每週 2 節 上、下學期共 80 節
領域核心素養	<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-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-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-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-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,並主動參與公益團體活動,關懷社會。</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>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。</p>		
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識運動前健康評估與體適能檢測。 2. 了解運動處方設計原則。 3. 建立使用運動設施安全意識。 4. 學會自行車、跑步、水中自救及救人原則。 5. 培養自我挑戰、自我精進的態度。 6. 認識籃球的單、雙手投籃技巧。 7. 了解排球的接球技巧。 8. 熟悉羽球發球、接發球及正手高遠球的技巧。 9. 認識體操的跳躍、翻滾等技巧。 10. 了解創意啦啦舞的基本動作與組合。 11. 學習扯鈴的繞腳及繞腳轉身技巧。 12. 認識心肺耐力相關知識及運動計畫的擬定。 13. 了解運動的水分與營養補給知識。 14. 認識跆拳道武德精神,建立運動欣賞能力,學習旋踢技能。 15. 認識飛盤的基礎概念及傳接盤技術。 16. 學習並增進捷泳的能力。 17. 透過運動五大要素,探索與創作身體律動。 18. 學習籃球控球與運球。 		

		19. 學習排球低手發球技巧並認識接發球隊形。 20. 學習桌球正手發球、反手推擋及正手平擊球技術。 21. 學習足球停球、踢空中球技術。							
學習進度 週次		單元 活動主題	學習重點		評量方法	議題融入實質 內涵	教學設施設備 需求	跨領域 /科目 協同教學	備註
			學習 表現	學習 內容					
第1學 期	第一週	第1章活躍 人生——健 康評估與體 適能檢測	1c-IV -2:評估 運動風 險,維護 安全的 運動情 境。 4c-IV -3:規劃 提升體 適能與 運動技 能的運 動計畫。	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. 口語 問答 2. 認知 測驗卷 單 3. 學習 單 4. 課堂 觀察 5. 運動 行為計 畫實踐 表	【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。	1. 運動 前健康 安全問 卷、運 動前危 險因子 分類評 量表。	無	請老師 參閱上 學年度 學生體 適能資 料進行 加強後 測驗
第1學 期	第二週	第2章安全 運動沒煩惱 ——運動設 施安全	1c-IV -2:評估 運動風 險,維護 安全的 運動情 境。 2c-IV -2:表現 利他合 群的態 度,與他 人理性 溝通與 和諧互 動。 4c-IV -1:分析 並善用 運動相 關之科 技、資 訊、媒 體、產 品與服 務。	Bc-IV -1:簡易 運動傷 害的處 理與風 險。 Cb-IV -2:各項 運動設 施的安 全使用 規定。	1. 口語 問答 2. 課堂 觀察 3. 運動 行為計 畫實踐 表	【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。 環J12: 認識不 同類型 災害可 能伴隨 的危 險,學 習適當 預防與 避難行 為。	1. 校園 運動地 圖、校 園潛在 的危險 資料。	綜合活 動	

第1學期	第三週	第1章雙輪 闖天下—— 自行車	<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>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>2d-IV -3:鑑賞本土與世界運動的文化價值。</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>4d-IV -2:執行</p>	<p>Cb-IV -2:各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Cd-IV -1:戶外休閒運動綜合應用。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人J4:了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p>	<p>1. 筆記型電腦、單槍投影機、教學媒體、教學簡報、彈力繩(熱身與伸展)。</p>	綜合活動	補充臺北市河濱自行車道相關資源
------	-----	-----------------------	---	--	-------------------------------	--	---	------	-----------------

			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1學期	第四週	第1章雙輪 闖天下—— 自行車	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。 2c-IV -1:展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 2d-IV -3:鑑賞本土與世界運動的文化價值。	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. 課堂觀察 2. 口語問答	【人權教育】 人J4:了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。	1. 筆記型電腦、單槍投影機、教學媒體、教學簡報、彈力繩(熱身與伸展)。	綜合活動	大稻埕河濱自行車道資源補充

			<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>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1學期	第五週	第2章疾走如風——跑	<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>1d-IV -2:反思自己的運動技能。</p> <p>2d-IV -3:鑑賞本土與世界運動的文化價值。</p> <p>3c-IV -1:表現局部或全身性</p>	<p>Ab-IV -1:體適能促進策略與活動方法。</p> <p>Cb-IV -2:各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Ga-IV -1:跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 認知測驗卷</p> <p>4. 學習單</p> <p>5. 技能實作</p> <p>6. 運動行為計畫實踐表</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J2: 具備生涯規劃的知識與概念。</p>	<p>1. 跨領域說明：透過跑步技術訓練及改善計畫，增進自我管理能力，提升學習效能。</p>	綜合活動	體適能心肺耐力測驗與跑步的關係

			<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 -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，實際參與身體活動。</p> <p>4d-IV -3:執行提升體適能的身體活動。</p>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

第1學期	第六週	第2章疾走如風——跑	<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>1d-IV -2:反思自己的運動技能。</p> <p>2d-IV -3:鑑賞本土與世界運動的文化價值。</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</p>	<p>Ab-IV -1:體適能促進策略與活動方法。</p> <p>Cb-IV -2:各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Ga-IV -1:跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 認知測驗卷</p> <p>4. 學習單</p> <p>5. 技能實作</p> <p>6. 運動行為計畫實踐表</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J2: 具備生涯規劃的知識與概念。</p>	<p>1. 跨領域說明：透過跑步技術訓練及改善計畫，增進自我管理能力，提升學習效能。</p>	<p>綜合活動</p>	<p>教師自行斟酌補充田徑競賽相關項目與田賽、競賽之差別與介紹</p>
------	-----	------------	--	---	--	--	--	-------------	-------------------------------------

			<p>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1學期	第七週	第2章疾走如風——跑	<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>1d-IV -2:反思自己的運動技能。</p> <p>2d-IV -3:鑑賞本土與世界運動的文化價值。</p> <p>3c-IV</p>	<p>Ab-IV -1:體適能促進策略與活動方法。</p> <p>Cb-IV -2:各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Ga-IV -1:跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 認知測驗卷</p> <p>4. 學習單</p> <p>5. 技能實作</p> <p>6. 運動行為計畫實踐表</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J2: 具備生涯規劃的知識與概念。</p>	<p>1. 跨領域說明：透過跑步技術訓練及改善計畫，增進自我管理能力，提升學習效能。</p>	綜合活動	徑賽項目之介紹

			<p>-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</p> <p>-1:運用運動技術的學習策略。 3d-IV</p> <p>-2:運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV</p> <p>-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4c-IV</p> <p>-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。 4d-IV</p> <p>-2:執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 4d-IV</p> <p>-3:執行提升體適能的</p>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

			身體活動。						
第1學期	第八週	第3章優游自在——游泳	<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>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 -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</p>	<p>Cb-IV -2:各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Cc-IV -1:水域休閒運動綜合應用。</p> <p>Gb-IV -1:岸邊救生步驟、安全活動水域的辨識、意外落水自救與仰漂30秒。</p> <p>Gb-IV -2:游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 學習單</p> <p>4. 技能實作</p>	<p>【海洋教育】</p> <p>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。</p>	<p>1. 水域安全學習單、游泳設備。</p>	自然科學	請教師加強水中安全宣導

			<p>題。</p> <p>4c-IV -2:分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p>						
第1學期	第九週	第3章優游自在——游泳	<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>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 -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</p>	<p>Cb-IV -2:各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Cc-IV -1:水域休閒運動綜合應用。</p> <p>Gb-IV -1:岸邊救生步驟、安全活動水域的辨識、意外落水自救與仰漂30秒。</p> <p>Gb-IV -2:游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 學習單</p> <p>4. 技能實作</p>	<p>【海洋教育】</p> <p>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。</p>	<p>1. 水域安全學習單、游泳設備。</p>	<p>自然科學</p>	<p>請泳池協同教學教師幫忙水中安全宣導與教學</p>

			<p>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，修正個人的運動計畫。</p>						
第1學期	第十週	第1章應聲入網——籃球	<p>1c-IV-1:了解各項運動基礎原理和規則。</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</p>	Hb-IV-1:障地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 合作學習</p> <p>5. 運動行為計畫實踐表</p> <p>6. 學習單</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>1. 網路上之各種職業籃球比賽的分之影片、錄放設備、籃球、球場。</p>	綜合活動	請斟酌加入籃球規則介紹

			<p>-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</p> <p>-3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>2d-IV</p> <p>-2:展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美感。</p> <p>3c-IV</p> <p>-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</p> <p>-1:運用運動技術的學習策略。</p> <p>3d-IV</p> <p>-3:應用思考與分析能力,解決運動情境的問題。</p> <p>4c-IV</p> <p>-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。 4d-IV-2:執行個人運動計畫，實際參與身體活動。						
第1學期	第十一週	第1章應聲入網——籃球	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。 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	Hb-IV-1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 合作學習 5. 運動行為計畫實踐表 6. 學習單	【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。	1. 網路上之各種職業籃球比賽的分之影片、錄放設備、籃球、球場。	綜合活動	請斟酌加入籃球規則介紹與本校八年級三班對三班際籃球的進行與規則介紹

			<p>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 -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，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV</p>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

			-2:執行個人運動計畫,實際參與身體活動。						
第1學期	第十二週	第2章排除萬難——排球	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,與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV -3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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	Bc-IV -1:簡易運動傷害的處理與風險。 Ha-IV -1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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. 學習單	【安全教育】安 J2:判斷常見的事務傷害。	1. 排球、排球場地、排球相關影片、錄放設備。	綜合活動	

			<p>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>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，實際參與身體活動。</p>						
第1學期	第十三週	第2章排除萬難——排球	<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>1d-IV</p>	<p>Bc-IV -1:簡易運動傷害的處理與風險。</p> <p>Ha-IV -1:網/牆性球類運動動作組合及團</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 運動行為計畫實踐表</p> <p>5. 學習單</p>	<p>【安全教育】安 J2:判斷常見的事故傷害。</p>	<p>1. 排球、排球場地、排球相關影片、錄放設備。</p>	綜合活動	排球規則的介紹

			<p>-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>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 -3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問</p>	隊戰術。					
--	--	--	---	------	--	--	--	--	--

			<p>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>						
第1學期	第十四週	第3章羽中作樂——羽毛球	<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>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</p>	Ha-IV -1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習單 5. 分組討論 	<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。</p> <p>【人權教育】人 J3: 探索各種利益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程序，以</p>	1. 發球練習檢核表學習單、羽球、羽球場。	綜合活動	教師斟酌加入我國羽球發展現狀之介紹

			<p>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:運用運動技術的學習策略。</p> <p>4d-IV -1:發展適合個人之專項運動技能。</p>			<p>形成公共規則，落實平等自由之保障。</p>			
第1學期	第十五週	第3章羽中作樂——羽毛球	<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>1d-IV -1:了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV</p>	<p>Ha-IV -1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p> <p>5. 分組討論</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。</p> <p>【人權教育】人J3:探索各</p>	<p>1. 發球練習檢核表學習單、羽球、羽球場。</p>	綜合活動	<p>教師斟酌介紹我國羽球選手在現今世界羽壇的發展</p>

			<p>-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 -1:發展適合個人之專項運動技能。</p>			<p>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>			
第1學期	第十六週	第1章登峰造極——體操	<p>1c-IV -1:了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV -2:評估</p>	<p>Bc-IV -1:簡易運動傷害的處理與風險。</p> <p>Ia-IV -1:徒手</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>	<p>【性別平等教育】 性 J4: 認識身體自主權相關議題，</p>	<p>1. 保護軟墊數個、筆記型電腦、單槍投影機、教學簡</p>	藝術	

			<p>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>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 -3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p>	體操動作組合。	5.運動行為計畫實踐表	<p>維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>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。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J8: 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。</p>	報、「體操精靈」學習活動單。		
第1學期	第十七週	第1章登峰造極——體操	<p>1c-IV -1:了解各項運動基礎原理和規則。</p>	<p>Bc-IV -1:簡易運動傷害的處理與風險。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 J4: 認識身體自主</p>	<p>1. 保護軟墊數個、筆記型電腦、單槍投影</p>	藝術	

			<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>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 -3:應用思考與分析能力,解決運動情境的問題。</p>	Ia-IV -1:徒手體操動作組合。	<p>4.學習單</p> <p>5.運動行為計畫實踐表</p>	<p>權相關議題,維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>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。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J8: 了解人身自由權,並具有自我保護的知能。</p>	<p>機、教學簡報、「體操精靈」學習活動單。</p>		
第1學期	第十八週	第2章呼朋喚友——創意啦啦舞	<p>1c-IV -1:了解各項運動基礎</p>	Ib-IV -1:自由創作舞蹈。	<p>1.課堂觀察</p> <p>2.口語問答</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 J11:</p>	<p>1.口號、創意啦啦相關影</p>	藝術	

			<p>原理和規則。</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>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>3. 技能實作</p>	<p>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。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J4: 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p>	<p>片、動作組合、適合的音樂、舞蹈道具(如彩球)。</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 -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1學期	第十九週	第2章呼朋喚友——創意啦啦舞	<p>1c-IV -1:了解各項運動基礎原理和規則。</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>	Ib-IV -1:自由創作舞蹈。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>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。</p> <p>【人權教育】</p>	<p>1. 口號、創意啦啦相關影片、動作組合、適合的音樂、舞蹈道具(如彩球)。</p>	藝術	

			<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>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</p>			<p>人 J4: 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p>			
--	--	--	--	--	--	--------------------------------------	--	--	--

			<p>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>4d-IV -1:發展適合個人之專項運動技能。</p>						
第1學期	第廿週	第3章鈴滴盡致——扯鈴	<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>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</p>	1c-IV -1:民俗運動進階與綜合動作。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 運動實踐紀錄表</p>	【生涯規劃教育】 涯 J2: 具備生涯規劃的知識與概念。	<p>1. 舊報紙、排球若干個、白板、鈴具、鈴繩每人一組、適合扯鈴繞腳教學的場地、提供腳踩踏的凳子或器具。</p>	藝術	補充民俗體育介紹

			<p>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>4c-IV -1:分析</p>						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

			<p>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>						
第2學期	第一週	第1章健康地基—心肺耐力	<p>1c-IV -2: 評估運動風險，維護安全的運動情境。</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>4c-IV -2: 分析並評估個人的體適能</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. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p>	<p>【生涯規畫教育】</p> <p>涯 J3: 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。</p>	<p>1. 號碼衣、碼表、原子筆。</p>	綜合活動	介紹體適能心肺耐力與健康的關係

			與運動技能，修正個人的運動計畫。 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2學期	第二週	第2章動吃關係大解密—運動營養	1c-IV -4:了解身體發展、運動和營養的關係。 1d-IV -3:應用運動比賽的各項策略。 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。	Bc-IV -1:簡易運動傷害的處理與風險。 Cb-IV -1:運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。	1. 課堂觀察 2. 口語問答	【安全教育】安J4:探討日常生活發生事故的影響因素。	1. 筆記型電腦、單槍投影機、教學簡報。	綜合活動	補充每日飲食習慣與運動的關係介紹
第2學期	第三週	第3章武德技藝—跆拳道	1c-IV -1:了解各項運動基礎	Bd-IV -2:技擊綜合動作與攻	1. 課堂觀察 2. 口語問答	【生涯規畫教育】涯J3:	1. 「進擊的技術」學習活動	綜合活動	

		<p>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。 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。 2c-IV-3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2d-IV-1:了解運動在美學上的特質</p>	防技巧。	<p>3. 技能實作 4. 認知測驗卷 5. 運動行為計畫實踐表 6. 學習單</p>	<p>覺察自己的能力與興趣。 涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。</p>	單、跆拳道比賽影片。		
--	--	---	------	---	---	------------	--	--

			<p>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，發展專項運動技能。</p> <p>3d-IV -1:運用運動技術的學習策略。</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>						
第2學期	第四週	第3章武德技藝—跆拳道	<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>1d-IV -1:了解各項運</p>	Bd-IV -2:技擊綜合動作與攻防技巧。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 認知測驗卷</p> <p>5. 運動行為計畫實踐表</p> <p>6. 學習單</p>	<p>【生涯規畫教育】</p> <p>涯 J3: 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。</p>	<p>1. 「進擊的技術」學習活動單、跆拳道比賽影片。</p>	綜合活動	

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

			<p>-1:運用運動技術的學習策略。</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>						
第2學期	第五週	第1章飛雲掣電—飛盤	<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>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</p>	Ce-IV -1:其他休閒運動綜合應用。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 認知測驗卷</p> <p>5. 運動行為計畫實踐表</p> <p>6. 學習單</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1: 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J2: 重視群體規範與榮譽。</p>	<p>1. 小型三角錐數個、飛盤數片、壘包一組。</p>	綜合活動	

			<p>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>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>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>						
第2學期	第六週	第1章飛雲掣電—飛盤	<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>1d-IV -2:反思自己的運動技能。</p> <p>1d-IV -3:應用運動比</p>	Ce-IV -1:其他休閒運動綜合應用。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 認知測驗卷</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1: 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J2: 重視群體規範與榮譽。</p>	<p>1. 小型三角錐數個、飛盤數片、壘包一組。</p>	綜合活動	

			<p>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>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>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>						
第2學期	第七週	第2章力爭上游—游泳	<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</p>	<p>Cb-IV -3:奧林匹克運動會的精神。</p> <p>Gb-IV -2:游泳前進25公尺(需換氣5次</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 運動行為計畫實踐表</p>	無	<p>1. 浮板、球、泳池。</p>	綜合活動	請教師加強水中安全宣導

			<p>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>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>	以上)。					
第2學期	第八週	第2章力爭上游—游泳	<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</p>	<p>Cb-IV -3:奧林匹克運動會的精神。</p> <p>Gb-IV -2:游泳前進25公尺(需換氣5次</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 運動行為計畫實踐表</p>	無	<p>【第2章力爭上游—游泳】</p> <p>1. 浮板、球、泳池。</p>	綜合活動	請泳池協同教學教師幫忙水中安全宣導與教學

			<p>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,與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV -3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 4c-IV -1: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。</p>	以上)。					
第2學期	第九週	第3章身體塗鴉—創造性舞蹈	<p>1c-IV -1:了解各項運動基礎原理和規則。 2c-IV -3:表現自信樂觀、勇於</p>	Ib-IV -1:自由創作舞蹈。	<p>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</p>	無	<p>1. 雕塑品揭示圖片、節拍器、鈴鼓、引導道具(如大毛巾,紙片</p>	藝術	

			<p>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>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>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 -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</p>				等)、音響、數字圖卡、瑜伽彈力帶。		
--	--	--	--	--	--	--	-------------------	--	--

			體活動。						
第2學期	第十週	第3章身體塗鴉—創造性舞蹈	1c-IV -1:了解各項運動基礎原理和規則。 2c-IV -3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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。 3c-IV -2:發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。 4c-IV -1:分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	Ib-IV -1:自由創作舞蹈。	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	無	1. 雕塑品揭示圖片、節拍器、鈴鼓、引導道具(如大毛巾，紙片等)、音響、數字圖卡、瑜伽彈力帶。	藝術	

			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2學期	第十一週	第1章掌控自如—籃球	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: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	Hb-IV -1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	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	無	1. 籃球、球場、單槍投影機、自行搜尋或剪輯國內外職業比賽優秀控球後衛之影片。	綜合活動	斟酌介紹籃球犯規動作與裁判手勢

			<p>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>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:規畫提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>						
第2學期	第十二週	第1章掌控自如－籃球	<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>1d-IV -3:應用運動比</p>	Hb-IV -1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p>	無	<p>1. 籃球、球場、單槍投影機、自行搜尋或剪輯國內外職業比賽優秀控球後衛之影片。</p>	綜合活動	斟酌介紹本校九年級畢籃賽的實施與規則

			<p>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 -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>4c-IV -3:規畫提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>						
第2學期	第十三週	第2章百發百中—排球	<p>1c-IV -1:了解各項運動基礎原理和</p>	<p>Ha-IV -1:網/牆性球類運動動作組</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能</p>	<p>【人權教育】 人 J5: 了解社會上有</p>	<p>1. 比賽戰術運用資料、比賽影</p>	<p>綜合活動</p>	<p>介紹排球競賽中自由球員的規則與</p>

			<p>規則。 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。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p>	<p>合及團隊戰術。</p>	<p>實作</p>	<p>不同的群體和文化, 尊重並欣賞其差異。</p>	<p>片。</p>		<p>相關動作</p>
<p>第2學期</p>	<p>第十四週</p>	<p>第2章百發百中—排球</p>	<p>1c-IV-1: 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-2: 反思自己的運動技能。 2c-IV</p>	<p>Ha-IV-1: 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作</p>	<p>【人權教育】 人 J5: 了解社會上有不同的群體和文化, 尊重並欣賞其差異。</p>	<p>1. 比賽戰術運用資料、比賽影片。</p>	<p>綜合活動</p>	<p>介紹排球競賽中自由球員的規則與相關動作</p>

			<p>-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</p> <p>-3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</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-2</p> <p>運用運動比賽中的各種策略。</p>						
第2學期	第十五週	第3章「桌」拿好手—桌球	<p>1c-IV</p> <p>-1:了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV</p> <p>-1:了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV</p> <p>-2:反思自己的運動技能。</p> <p>1d-IV</p> <p>-3:應用運動比</p>	Ha-IV -1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>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。</p>	1. 學習活動單、桌球場地。	社會領域	

			<p>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>3d-IV -1:運用運動技術的學習策略。</p>						
第2學期	第十六週	第3章「桌」拿好手—桌球	<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>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>3d-IV -1:運用</p>	Ha-IV -1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>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。</p>	1. 學習活動單、桌球場地。	社會領域	

			運動技術的學習策略。						
第2學期	第十七週	第4章舉足輕重—足球	<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>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>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</p>	<p>Ab-IV -1:體適能促進策略與活動。</p> <p>Hb-IV -1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p>	<p>【生涯規畫教育】</p> <p>涯 J3: 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。</p>	1. 足球、足球場地。	綜合活動	斟酌加入世界杯足球賽的介紹

			<p>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>4c-IV -3:規畫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>						
第2學期	第十八週	第4章舉足輕重—足球	<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>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</p>	<p>Ab-IV -1:體適能促進策略與活動。</p> <p>Hb-IV -1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 運動欣賞</p> <p>5. 運動計畫</p>	<p>【生涯規畫教育】</p> <p>涯 J3: 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。</p>	<p>1. 足球、足球場地。</p>	綜合活動	斟酌加入世界杯足球賽的介紹

			<p>-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</p> <p>-2:展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美感。</p> <p>3c-IV</p> <p>-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</p> <p>-1:運用運動技術的學習策略。</p> <p>3d-IV</p> <p>-2:運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4c-IV</p> <p>-3:規畫提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-IV</p> <p>-2:執行個人運動計畫,實際參與身</p>					
--	--	--	---	--	--	--	--	--

			體活動。						
第2學期	第十九週	複習第4、5單元			1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習單	【生涯規畫教育】 涯 J3: 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。 【安全教育】 安 J4: 探討日常生活發生事故的影響因素。 【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。	1. 各種運動器材。 2. 學習單。	綜合活動 藝術	詢問與回饋學生本學期的運動知識與技能
第2學期	第廿週	複習第6單元	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	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. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習單	【人權教育】 人 J5: 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【性別	1. 各種運動器材。 2. 學習單。	綜合活動 社會領域	詢問與回饋學生本學期的運動知識與技能

			境。 1c-IV -4:了解身體發展、運動和營養的關係。 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。 1d-IV -3:應用運動比賽的各項策略。 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。 2c-IV -3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2d-IV -1:了解	Bc-IV -1:簡易運動傷害的處理與風險。 Bd-IV -2:技擊綜合動作與攻防技巧。 Cb-IV -1:運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。 Cb-IV -3:奧林匹克運動會的精神。 Ce-IV -1:其他休閒運動綜合應用。 Gb-IV -2:游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。 Ha-IV -1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hb-IV -1:陣地攻守性球類運		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。 【生涯規畫教育】 涯 J3: 覺察自己的能力與興趣。 涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。			
--	--	--	---	---	--	--	--	--	--

			<p>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>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>動動作組合及團隊戰術。</p> <p>Ib-IV -1: 自由創作舞蹈。</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>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 -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>						
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--