

新北市欽賢國民中學 114 學年度九年級第 1 學期 部定課程計畫 設計者：陳重勝

一、課程類別：

1. 國語文 2. 英語文 3. 健康與體育 4. 數學 5. 社會 6. 藝術 7. 自然科學 8. 科技 9. 綜合活動
 10. 閩南語文 11. 客家語文 12. 原住民族語文：____族 13. 新住民語文：____語 14. 臺灣手語

二、課程內容修正回復：

當學年當學期課程審閱意見	對應課程內容修正回復

※上述表格自 113 學年度第 2 學期起正式列入課程計畫備查必要欄位。

☆本局審閱意見請至新北市國中小課程計畫備查資源網下載。

◎當學期課程審查後，請將上述欄位自行新增並填入審查意見及課程內容修正回復。

三、學習節數：每週(2)節，實施(21)週，共(42)節。

四、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<input type="checkbox"/> A1 身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2 系統思考與解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> A3 規劃執行與創新應變 <input checked="" type="checkbox"/> B1 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3 藝術涵養與美感素養 <input type="checkbox"/> C1 道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3 多元文化與國際理解	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-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-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。 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。

五、課程架構：

六、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
第一週 9/01- 9/05	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-2 展現運動欣賞的技	Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。	第 1 章五環運動力—奧林匹克教育 1. 第 1 節：讓學生觀賞教師自行蒐集的奧運會開幕影片，例如：西元 2012 年倫敦奧運開幕典禮藝術文化表演，或西元 2016 年巴西里約的夏季奧運開幕式。 2. 教師進一步了解學生觀看後的感想，引導學生分享對奧運會的印象——想到奧運會就想到什麼？ 3. 教師分享歷年奧運會標語、海報，詢問學生在歷屆海報中所見的元素，請	2	1. 奧運海報學習活動單、奧運會開幕影片。	1. 思考與表達學習策略。 2. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 3. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知評量 4. 運動行為計畫實踐表 5. 學習活動單 6. 技能實作	【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。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	巧，體驗生活的美感。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。		學生思考這些元素與標語的意義，引導學生反思。 4. 介紹奧林匹克永續發展的精神。 5. 第 2 節：詢問學生是否知道奧運會起源於哪個國家，教師可自行上網搜尋奧運會起源的影片，亦可參考本章「參考書目與相關網站」所提供的資訊，例如：奧林匹克運動會的起源。 6. 教師分享古代奧運的起源和現代奧運的發展、《停戰協定》及和平鴿象徵的意涵及奧林匹克精神。						
第二週 9/08- 9/12	2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。	Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。	第 1 章五環運動力—奧林匹克教育 1. 第 1 節：教師回顧古代奧運會的競賽項目。	2	1. 奧運海報學習活動單、奧運會開幕影片。	1. 思考與表達學習策略。 2. 圖像記憶策略，	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知評量 4. 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	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<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>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>		<p>2. 教師製造情境，供學生體驗古代奧運會。</p> <p>3. 進行「愛體育：來一場仿古奧林匹克運動會」活動競技部分：運動員進場、聖火傳遞、運動員宣誓、開幕表演、古代奧運會競賽(短跑規則、跳遠規則、網球擲遠規則、擲飛盤規則、單手拔河規則)。</p> <p>4. 第 2 節：播放一段郭婞淳專訪影片，請學生觀看並分享心得。</p> <p>5. 引導學生思考：郭婞淳的生命是風平浪靜還是交錯著高山與低谷呢？當他遇到人生的困難和挫折時，是選擇放棄嗎？還是以哪些方式因應？</p> <p>6. 教師鼓勵學生遇到挫折不要放棄，若能多些堅持，就像郭婞淳在運動場上的拚勁，這就是奧林匹克的精神。</p>			<p>圖解整合重要概念。</p> <p>3. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。</p>	<p>5. 學習活動單</p> <p>6. 技能實作</p>	境、社會、與經濟的均衡發展)與原則。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
第三週 9/15- 9/19	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。 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-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個	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。 Bc-IV-2 終身運動計畫的擬定原則。	第 2 章打造健康規律新生活—體適能計畫擬定與執行 1. 第 1 節：請學生分享平常的生活習慣，說明調整哪些習慣能讓身體更健康，並探討原因。 2. 請學生思考：現代生活中，人們心理壓力有哪些？請每位學生仔細思考並分享答案。運動的好處有哪些？如何養成規律的運動習慣？ 3. 第 2 節：詢問學生是否知道健康體適能？對健康體適能的認識為何？ 4. 教師藉由課本中所提之三種日常生活情境，說明不同適能的訓練方式。	2	1. 學習活動單 2. 核心運動影片、 瑜伽影片	1. 思考與表達學習策略。 2. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 3. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知評量 5. 運動行為計畫實踐表 6. 學習活動單	【生涯規劃教育】 涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<p>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-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>								
<p>第四週</p> <p>9/22-</p> <p>9/26</p>	<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>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</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>Bc-IV-2 終身運動計畫的擬定原則。</p>	<p>第 2 章打造健康規律新生活—體適能計畫擬定與執行</p> <p>1. 第 1 節：教師說明肌肉適能、心肺適能、柔軟度相關的分解動作、注意事項並帶領學生操作。</p> <p>2. 第 2 節：播放運動比賽影片，詢問學生的心得。例如：令人印象深刻的部</p>	2	<p>1. 學習活動單</p> <p>2. 核心運動影片、瑜伽影片</p>	<p>1. 思考與表達學習策略。</p> <p>2. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。</p> <p>3. 小組合作分工練</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 認知評量</p> <p>5. 運動行為計畫實踐表</p> <p>6. 學習活動單</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p>	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<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>4c-IV-3 規劃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>		<p>分為何？藉此強化堅持不放棄、正確性與自律的重要，並強調肌肉適能、心肺適能及柔軟度須憑藉不斷練習才能進步，此節課要加強學過的技術並整合、擬定屬於自己的運動計畫。</p> <p>3. 個別化運動計畫：學過前兩堂課提升體適能的動作後，依自我技術表現情況，針對須加強的身體適能，擬定個人運動計畫。</p>			<p>習，精進各種運動技能。</p>			

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。								
第五週 9/29- 10/03	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。 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。	Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。 Ib-IV-1 自由創作舞蹈。	第 3 章有氧嗨起來—有氧舞蹈 1. 第 1 節：詢問學生是否聽過、看過或跳過有氧舞蹈。 2. 有氧舞蹈有許多風格類型，如放克(Funk)、街舞(Hip Hop)、拉丁(Latin aerobic)、階梯有氧(Step)或拳擊有氧(Kick Boxing)，甚至學生喜歡跳的流行熱舞，都可以作為有氧舞蹈的動作元素；不同風格的有氧舞蹈，可以選配不同的音樂，反覆練習簡單的動作或組合練習，可消耗熱量，鍛鍊身體，提升身體的律動和舞感，令人活力充沛，精神愉快。	2	1. 音響設備、麥克風、踏板 2. 電腦、投影器材 3. 有氧舞蹈(高、低衝擊不同速度)階梯有氧和拳擊有氧的教學影片和音樂	1. 思考與表達學習策略。 2. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 3. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單	【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。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<p>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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>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>3. 教師介紹各風格的有氧舞蹈，並強調有氧舞蹈能提升體適能。</p> <p>4. 進行原地踏步、走三步點、側併步、麻花步、後勾腿、前抬膝、側點步、剪刀步、跑步動作解析。</p> <p>5. 第 2 節：引導學生回想上一堂課學過的有氧舞蹈動作，接著詢問學生是否嘗試過創作，並告訴學生，有氧舞蹈稍加變化，便能表演呵！</p> <p>6. 強調本節課中，學生可創新求變，體驗創作樂趣，試試手臂的動作變化。</p> <p>7. 複習上一堂課所學習的動作：依序為原地踏步→走三步點→側併步→麻花步→後勾腿→前抬膝→側點步→剪刀步→跑步。每個動作練習 2 個 8 拍。</p>						

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	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。								
第六週 10/06- 10/10	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。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。	Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。 Ib-IV-1 自由創作舞蹈。	第 3 章有氧嗨起來—有氧舞蹈 1. 第 1 節：詢問學生是否曾在踏板上跳有氧舞蹈，是否知道運用踏板的有氧舞蹈名稱為何。 2. 播放 2 分鐘教師自行蒐集的階梯有氧影片，吸引學生觀賞，詢問其觀後心得，試問幾個問題(以下舉例)，再說明這堂課將體驗階梯有氧舞蹈。 3. 提問舉例：初學者踏板的高度是否愈高愈好？(答案：安全起見，初學者應先選擇較低的踏板練習。)	2	1. 音響設備、麥克風、踏板 2. 電腦、投影器材 3. 有氧舞蹈(高、低衝擊不同速度)階梯有氧和拳擊有氧的教學影片和音樂	1. 思考與表達學習策略。 2. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 3. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單	【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。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<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-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>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>腳掌要如何踩踏板比較安全？(答案：全腳掌踏貼在踏板上較安全。)</p> <p>4. 介紹階梯有氧。</p> <p>5. 進行前踏步、V 字步、K 字步、前抬膝動作解析。</p> <p>6. 第 2 節：詢問學生是否曾經跳過拳擊有氧呢？</p> <p>7. 說明拳擊有氧舞蹈除了帥氣，還可以防身！強調學生可多元學習不同類型的有氧舞蹈，豐富自己的運動計畫，再播放 2 分鐘教師自行蒐集的拳擊有氧影片，吸引學生觀賞和學習。</p> <p>8. 介紹拳擊有氧和操作注意事項。</p> <p>9. 進行直拳、側勾拳、上勾拳、前踢、側踢、後踢動作解析。</p>						

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	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。 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。								
第七週 10/13- 10/17	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。	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	第1章—擲定江山—投擲 【第一次評量週】 1. 第1節：詢問學生是否知道西元2017年世大運標槍冠軍，並介紹選手鄭兆村，藉此導入標槍比賽進行的方式。 2. 教師講述標槍簡史與安全觀念。	2	1. 教學簡報 2. 操場 3. 籃球、投擲器材	1. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 2. 研究與探索各種運動技能。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單 5. 互評表 6. 認知測驗卷	【性別平等教育】 性J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<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>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>3. 進行「愛體育：你來我往」活動(標槍投擲動作講解：雙手、單手過肩動作)。</p> <p>4. 第 2 節：標槍握法(美式、芬蘭式、叉子式握槍法)講解。</p> <p>5. 標槍投擲注意事項。</p>			<p>3. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。</p>			

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	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。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。								

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
第八週 10/20- 10/24	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。 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。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	第1章—擲定江山—投擲 1. 第1節：詢問學生鉛球與標槍投擲方式有何不同？要如何讓自己投擲得更遠？ 2. 鉛球握法講解(三指、四指、五指握球法)。 3. 站姿推鉛球(正向、側身、轉身推球)動作講解。 4. 第2節：詢問學生對推鉛球比賽的認識為何？ 5. 側向式墊步推鉛球技術講解。	2	1. 教學簡報 2. 操場 3. 籃球、投擲器材	1. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 2. 研究與探索各種運動技能。 3. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單 5. 互評表 6. 認知測驗卷	【性別平等教育】 性J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	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-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。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 4c-IV-3 規劃提升體適能與								

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	運動技能的運動計畫。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。								
第九週 10/27- 10/31	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-2 表現利他合群的態	Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	第1章疾風勁壘—棒壘球 1. 第1節：每人發一張紙，請學生畫出簡易棒壘球場地，包含場地線、壘包及打擊區，並分別用不同顏色畫出跑一壘、二壘、三壘及全壘的路線，請學生分享、討論。 2. 說明跑壘基本觀念：強迫進壘、擠壘、強迫回壘。 3. 一壘直線衝刺動作說明(起步、加速、踩壘、減速後回壘)。 4. 弧線繞壘動作說明。	2	1. 相關球類器材、紀錄表 2. 操場 3. 學習活動單	1. 研究與探索各種運動技能。 2. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知評量 4. 技能實作 5. 學習活動單	【家庭教育】 家J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	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-1 運用運動技術的學習策略。 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。		5. 第 2 節：詢問學生回家觀賞棒壘球比賽時，觀察到什麼跑壘技術和跑壘路線？是否看到球員進行滑壘動作？滑壘會比跑壘快嗎？ 6. 提醒學生跑壘活動的安全注意事項。 7. 棒球離壘、壘球離壘動作說明。 8. 練習活動：全班分四組，一人擔任投手，依投手動作進行離壘動作練習。						

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
第十週 11/03- 11/07	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-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	Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	第1章疾風勁壘—棒壘球 1. 第1節：詢問學生跑壘時，假設守備員已經接到球並在壘包等待觸殺，此時可以繞過守備員再踩壘嗎？ 2. 帶入三尺線的觀念：跑壘員跑壘時，因避開防守方的觸球動作而脫離壘線左右方三尺以上者，跑壘者應被判出局。但若為閃避準備接球的守備員，則不在此限。 3. 第2節：本壘到一壘、本壘到二壘的跑法說明，以及二壘跑壘員、三壘跑壘員的跑法說明。 4. 練習活動：教師說明上述概念後，讓學生分組操作，設置一名投手，一名捕手及若干野手，教師在本壘依教學情境丟球，學生在壘上進行跑壘。	2	1. 相關球類器材、紀錄表 2. 操場 3. 學習活動單	1. 研究與探索各種運動技能。 2. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知評量 4. 技能實作 5. 學習活動單	【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。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<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-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>								
<p>第十一週</p> <p>11/10-</p> <p>11/14</p>	<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>Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。</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>第2章門陣特攻—籃球</p> <p>1. 介紹國內外最新籃球消息(NBA、SBL、WSBL、UBA、HBL、3x3)運動賽事。利用多媒體播放，國內外籃球賽事中的兩人進攻組合花絮。詢問同學知道 NBA 兩人最佳組合事嗎？引發動機並利用多媒體簡報介紹兩人擋拆的圖</p>	2	<p>1. 筆記型電腦、投影器材</p> <p>2. 教學簡報</p> <p>3. 籃球場</p> <p>4. 籃球</p>	<p>1. 研究與探索各種運動技能。</p> <p>2. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。</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. 學習活動單</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</p>	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<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>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>片，以及傳切和運球掩護的進攻組合。</p> <p>2. 進行老鷹捉小雞活動，四人一組，一人當老鷹，三人搭肩排成一列，第一位當母雞，需張開雙臂左右移動保護後面小雞不被觸碰。活動開始，老鷹和最後一隻小雞都要運球。老鷹碰到最一隻小雞或最後一隻小雞運球失控則成功，之後再互換。活動後引導學生進反思，母雞應該怎麼站才可以以最大範圍擋住老鷹？身體站正面或側面比容易阻擋？老鷹如何移動才能抓後面的小雞？藉此引導籃球防守的動作，正面面對移動進攻者(老鷹)，以及進攻者如何利用擺脫動作甩開防守者，達到進攻的目的(抓到小雞)。</p>					公共規則，落實平等自由之保障。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	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。 4c-IV-3 規劃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。		3. 老鷹捉小雞進階版，同上活動，只是老鷹和最後一個小雞皆有運球。老鷹碰到最一隻小雞或最後一隻小雞運球失控則成功，之後再互換。 數量最多的為勝隊。						
第十二週 11/17- 11/21	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	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運	第2章鬥陣特攻—籃球 1. 詢問同學是否有上網搜尋 NBA、SBL、UBA 或 HBL、3x3 相關等相關影片或電視轉播節目，並請學生發表	2	1. 筆記型電腦、投影器材 2. 教學簡報 3. 籃球場	1. 研究與探索各種運動技能。 2. 小組合作分工練	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	【人權教育】 人J3 探索各種利益可能發生的衝突，並了解	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<p>護安全的運動情境。</p> <p>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，發展專項運動技能。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p>	<p>動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>最常看到哪些進攻策略以及投籃的方式？</p> <p>2. 介紹傳切與切傳進攻策略的使用時機、執行流程與動作要領講解。</p> <p>3. 進行貓捉老鼠活動，十人一組，分成兩隊。活動於半個籃球場，準備十條小方巾或 25~30 公分色紙條。將小方巾夾至運動褲鬆緊帶後方，以貓捉老鼠方式，相互追逐、擺脫並擋人，去搶下另一隊的小方巾。時間一分鐘，搶得數量最多的為勝隊。</p> <p>4. 進行半場三對三傳切與切傳進攻策略模擬練習，先行模擬傳切進攻路線，傳切八次後再投籃或上籃。其次是模擬切傳路線，最後視兩者合併。</p>		4. 籃球	<p>習，精進各種運動技能。</p>	5. 學習活動單	<p>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>	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	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-3 執行提升體適能的身體活動。								
第十三週 11/24- 11/28	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。	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	第2章鬥陣特攻—籃球 1. 詢問同學經過上一堂介紹的傳切和切傳進攻策略防守後，是否有去搜尋其他進攻策略？哪些經典畫面或人物讓你印象深刻？ 2. 介紹擋拆進攻策略，並說明使用時間、戰術執行過程與要領。 3. 進行半場三對三擋拆進攻策略模擬練習，先行模擬進攻擋拆路線，擋拆三次後再投籃或上籃。教師	2	1. 筆記型電腦、投影器材 2. 教學簡報 3. 籃球場 4. 籃球	1. 研究與探索各種運動技能。 2. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。	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. 學習活動單	【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。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<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>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-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>亦可依不同進攻機會設計情境，如：先模擬上籃、投籃或跳投、傳球給籃下隊友、傳給無球邊的隊友投籃。</p>						

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。								
第十四週 12/01- 12/05	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。 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	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	第2章門陣特攻—籃球 1.再次說明傳切、擋拆進攻策略的使用時機，除此之外還有什麼進攻策略可使用，或者透過前面除此之外還有什麼進攻策略可使用，或者透過前面課程時，是否有發現其他同學有執行不一樣的進攻策略？以及國內比賽中，SBL、WSBL、HBL有什麼經典的進攻策略？ 2.介紹掩護進攻策略，並說明使用時間、戰術執行過程與要領。 3.愛體育：攻城掠地：空間跑位與擋人練習，十人一組，五人進攻，五人防	2	1.筆記型電腦、投影器材 2.教學簡報 3.籃球場 4.籃球	1.研究與探索各種運動技能。 2.小組合作分工練習，精進各種運動技能。	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.學習活動單	【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。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	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。 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-3 執行提升體適能的身體活動。		守。活動於全場籃球場地，以橄欖球模式為基礎，分邊對抗，由胯下開球，目標帶球衝進達陣區點地得 1 分。防守者觸碰持球進攻者，則攻守交換。每次進攻時間為 24 秒。比賽時間 5 分鐘，得分最多者獲勝。						

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
第十五週 12/08- 12/12	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。 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。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	第3章防城如意—排球 1. 第1節：詢問學生是否曾經觀賞職業與非職業排球比賽影片，引導學生分享印象中的防守方式，藉此了解學生對防守動作的認識，並說明接球與防守的差異。 2. 防守基本動作說明。 3. 愛體育：米字形敏捷性測驗：防守時敏捷性練習。在5x5公尺的正方形場地中間畫一個區域，於場地四個角落及四角的連線中央擺放三角錐或其他識別物，隨意標示號碼1~8。一人於場地中心點出發，依號碼順序移動，碰到標示物後即返回中心點，再立即往下一個號碼移動。也可請八位學生代替標的物，待操作學生從中心點出發或返回時，舉手讓同學即時判斷下一個	2	1. 筆記型電腦、投影器材 2. 教學簡報 3. 排球	1. 研究與探索各種運動技能。 2. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知評量 5. 運動行為計畫實踐表 6. 學習活動單	【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。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
			<p>移動方向。將八個標示物碰觸完畢，並返回中心點後，才算完成挑戰。完成秒數愈短，表示敏捷性愈好。</p> <p>4. 第 2 節：詢問學生觀賞職業與非職業排球比賽影片後的心得，並請學生分享印象深刻的防守畫面，藉此引起學生的學習動機。</p> <p>5. 愛體育：你丟我擋(原地擋高防守)：兩人一組防守(一人丟球、一人防守)練習。教師說明：經過「愛體育：你丟我擋(原地定點防守)」活動後，學生應已建立排球基本防守概念，接著將進行原地擋高防守練習，讓學生從以身體為中心，利用雙手守球的練習，提升防守成功的能力。兩人一組一顆球，面對面相距 4~5 公尺。甲平</p>						

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
			丟球(有速度)給乙，乙將球擋高於身體上方，接起後丟回甲。練習數次後，兩邊互換。						
第十六週 12/15- 12/19	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。 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	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	第3章防城如意—排球 1. 第1節：詢問學生經過前兩堂課的訓練，是否對於排球防守的反應更為熟練？告訴學生今天的練習將加入更多的變化，鼓勵學生挑戰。 2. 教師說明防守動作的訓練，在個人防守動作概念建立後，將漸進由正面防守轉化為身體側轉與180度轉向的強丟球防守練習，藉以訓練防守者依照攻擊者(丟球者)位置，讓身體轉向，將球守回至攻擊方(丟球方)，並將球回至目標處，練習控球能力。	2	1. 筆記型電腦、投影器材 2. 教學簡報 3. 排球	1. 研究與探索各種運動技能。 2. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知評量 5. 運動行為計畫實踐表 6. 學習單	【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。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	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>3. 愛體育：轉向訓練(天旋地轉)：180 度轉身防守。此活動由兩人丟球，一人防守。三人一組一顆球，相距 4~5 公尺。丙先背對甲、乙，聽到甲喊「轉」時，丙立即轉身判斷來球遠近，並進行防守。待熟練後，甲、乙可將球拋在任何位置，丙將球接起至身體上方，再將球托回甲、乙後，回至原出發點。練習數次後，角色互換。</p> <p>4. 愛體育：轉向訓練(打中至正)：此活動由兩人丟球，一人防守，一人接球。四人一組，甲、乙各拿一顆球，丙進行防守練習，丁站中間作為丙的傳球目標。甲、乙站於丙前方 4~5 公尺處之左右兩側，輪流丟球(也可舉手提示丙)。丙防守時，必須讓</p>						

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
			<p>身體完整轉向丟球方向，進行防守接球，並將球接給丁，丁接到球即視為得分。一顆球一分，得分最多的組別獲勝。每位擔任防守者的組員面對左右來球共 10 顆後，即換人防守。提醒學生可觀察防守者的動作與身體轉向是否正確，身體能否回正且將球防守至目標處。</p> <p>5. 第 2 節：教師說明個人原地防守動作的技能建立後，訓練將變化成身體前後移動防守加上托球的綜合練習。藉此培養防守者精準判斷並立即反應移動的能力，以防守各種距離的來球，例如：強而有力的攻擊、距球網很近的突襲式小球、打在防守者前方或後方的球。</p> <p>6. 愛體育：進退有據(進退防守)：一人丟球、一人防</p>						

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
			守。兩人一組一顆球，面對面相距 4~5 公尺。甲先平丟球(有速度)給乙，乙將球擋回甲，甲馬上將球拋在前方 1 公尺位置，乙立刻將球接起，再回至原出發點。練習數次後，兩邊互換。						
第十七週 12/22- 12/26	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。	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。	第 4 章手到擒來—手球 1. 第 1 節：教師可先簡述手球的運動方式與比賽型態，或事先請學生上網觀賞手球比賽的精彩畫面，藉由觀賞比賽講述手球運動對提升體適能具全面性的功效，故對正值發育時期青少年的生長有很有幫助。鼓勵學生以勇於面對挑戰，並積極尋求解決方式的態度，當個樂於接受「自我挑戰」的勇者。	2	1. 筆記型電腦、投影器材 2. 教學簡報 3. 手球	1. 研究與探索各種運動技能。 2. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習活動單	【法治教育】 法 J1 探討平等。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<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>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</p>		<p>2. 教師講述手球運動簡史，並帶入運動明星的講述，提升學生的注意力與興趣。</p> <p>3. 接球、肩上傳球動作解析。</p> <p>4. 第 2 節：進行「愛體育：肩上傳球」活動：教師依場地及球的數量，將學生分成數組。若球的數量不夠兩人一顆，可將數人分成一組，每一組再分成兩小組，學生距離約 6~10 公尺分站兩端，進行對傳，傳完球後依序至同邊後方排隊。待同學熟悉傳接球技術，可逐步增加傳接球距離。</p> <p>5. 三步傳球步法解析、傳球的要點。</p>						

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<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>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-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>第十八週</p> <p>12/29-</p> <p>1/02</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p>	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。</p>	<p>第4章手到擒來—手球</p> <p>1. 第1節：詢問學生，對上一堂課的傳球技術是否</p>	2	<p>1. 筆記型電腦、投影器材</p>	<p>1. 研究與探索各種運動技能。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p>	<p>【法治教育】</p> <p>法J1 探討平等。</p>	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<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>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>Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。</p>	<p>熟練？想不想灌爆守門員防線，享受得分喜悅？</p> <p>2. 複習「愛體育：三人傳球」活動。依據學生人數及場地器材數量，適當分組。操作前再次提醒學生傳接球的要領，以及三步傳球的注意事項。</p> <p>3. 跨步射門、跳躍射門動作解析。</p> <p>4. 第 2 節：詢問學生觀賞上一堂課課末提供的手球比賽精采剪輯連結的心得，例如：令人印象深刻的部分為何？比賽中若想得分，射門時要注意什麼？藉此加強學生對射門要領的意象。</p> <p>5. 複習傳接球技術：可適度的加長傳接球的距離，但須考慮學生的個別差異與學習成效。</p> <p>6. 複習射門技術：雖然不同的練習模式有助技術的</p>		<p>2. 教學簡報</p> <p>3. 手球</p>	<p>2. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。</p>	<p>4. 學習活動單</p>		

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<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>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</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>成長，但手球運動學生可能較少接觸，因此建議以相同的練習模式進行，亦即以「愛體育：射門挑戰」練習即可。</p>						

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	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。								
第十九週 1/05- 1/09	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-2 表現利他合群的態度，與他人理	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	第5章羽你有約—羽球 1. 第1節：詢問學生：是否觀看過羽球比賽？透過什麼方式觀看？ 2. 教師講解與示範正／反手平抽球動作。 3. 教師說明正／反手平抽球特點與使用時機：平抽球為中場擊球技術，於中場左、右兩側以平快的方式回擊，使球近於網高並快速壓迫至對方後場，是具攻擊、侵略性的球路。 4. 學生兩人一組，分別進行正／反手平抽球練習。	2	1. 筆記型電腦、投影器材 2. 教學簡報 3. 羽球場 4. 羽球 5. 角錐	1. 研究與探索各種運動技能。 2. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知評量 5. 互評表 6. 分組討論 7. 學習活動單	【生涯規劃教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<p>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-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>		<p>5. 愛體育：定點練習(正、反手平抽球)：兩人一組，一人站於場邊，以徒手方式將球拋擲至場內，另一人站於中場進行正、反手抽球練習。完成指定次數後，甲、乙角色互換。</p> <p>6. 第 2 節：詢問學生是否知道羽球除了殺球還有哪些進攻球路？運用撲球照片引導學生認識撲球技術。</p> <p>7. 教師講解與示範正／反手網前撲球動作。</p> <p>8. 教師說明正／反手網前撲球特點與使用時機：撲球是網前進攻球路之一，當對方回擊的球高於網高時，透過判斷與動作技巧，爭取擊球時間，給予對手壓迫。</p> <p>9. 愛體育：定點練習(正、反手網前撲球)：兩人一組，分別站於球場兩側。</p>						

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
			甲徒手拋擲網前球，乙進行正、反手網前撲球練習。完成指定次數後，甲、乙角色互換。						
第廿週 1/12- 1/16	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-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。	第5章羽你有約—羽球【第三次評量週】 1. 第1節：詢問學生，進行網前擊球時，可能會出現哪些問題？ 2. 抽球結合網前撲球練習：三人一組，甲站於場邊以徒手方式將球拋擲至中場，乙則徒手拋擲網前球，丙先平抽球後，連貫至網前進行撲球，反覆操作數分鐘後，三人角色互換。 3. 第2節：詢問學生：在分組綜合練習時，隊友間如何互相鼓勵，增加團體氣勢？ 4. 愛體育：羽球友誼賽：比賽採50分，落地得分	2	1. 筆記型電腦、投影器材 2. 教學簡報 3. 羽球場 4. 羽球 5. 角錐	1. 研究與探索各種運動技能。 2. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知評量 5. 互評表 6. 分組討論 7. 學習活動單	【生涯規劃教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。		制，平分不加分，先取得50分為勝方。(可依人數多寡決定比賽分數。)各隊人數為5人，由各隊小隊長安排棒次1~5棒，決定後則不能擅自更換棒次。比賽以10分為基準做棒次接力。比賽開始，任一方分數先達到10、20、30、40時，雙方須同時下場，由下一棒同時上場做接力競賽。每隊人數固定，不可重複上場或中途交換棒次。 5. 配合填寫課本比賽戰術分析表，分析觀察結果，並於賽後與同學討論。						
第廿一週 1/19- 1/23	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	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。	複習第4~6單元【休業式】 1. 第1節：引起動機，教師分享歷年奧運會標語、海報，並介紹古代奧運的	2	1. 奧運海報學習活動單、奧運會開幕影片。	1. 思考與表達學習策略。 2. 圖像記憶策略，圖解整合	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知評量 4. 運動行為計畫實踐表	【法治教育】 法J1 探討平等。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<p>護安全的運動情境。</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-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</p>	<p>Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。</p> <p>Bc-IV-2 終身運動計畫的擬定原則。</p> <p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。</p> <p>Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。</p> <p>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</p> <p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p> <p>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運</p>	<p>起源，以及奧林匹克永續發展的精神。</p> <p>2. 引起動機，請學生分享平常的生活習慣，說明調整哪些習慣能讓身體更健康，熟悉課本中關於心肺耐力適能及柔軟度的示範動作，擬定屬於自己的運動計畫。</p> <p>3. 引起動機，介紹不同風格的有氧舞蹈，有氧舞蹈能提升健康體適能。體驗有氧舞蹈、階梯有氧舞蹈、拳擊有氧。</p> <p>4. 引起動機，介紹鄭兆村選手、標槍比賽如何進行，了解鉛球與標槍投擲方式的不同、比賽方式。</p> <p>5. 引起動機，介紹保齡球相關設施與規則，並了解持球與助跑步法的重要性、以及其對投擲準度與力量的功用、瞄準原理。</p>		<p>2. 學習活動單</p> <p>3. 核心運動影片、瑜伽影片</p> <p>4. 音響設備、麥克風、踏板</p> <p>5. 電腦、投影器材</p> <p>6. 有氧舞蹈(高、低衝擊不同速度)階梯有氧和拳擊有氧的教學影片和音樂</p> <p>7. 教學簡報</p> <p>8. 操場</p> <p>9. 籃球、投擲器材</p>	<p>重要概念。</p> <p>3. 小組合作分工練習，精進各種運動技能。</p> <p>4. 研究與探索各種運動技能。</p>	<p>5. 學習活動單</p> <p>6. 技能實作</p> <p>7. 互評表</p> <p>8. 認知測驗卷</p> <p>9. 任務單</p> <p>10. 分組討論</p>		

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	<p>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>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>動動作組合及團隊戰術。</p> <p>Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。</p> <p>Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。</p> <p>Ib-IV-1 自由創作舞蹈。</p>	<p>6. 第 2 節：引起動機，介紹棒壘球場地、跑壘技術、滑壘、跑壘路線、踩壘規則與三尺線觀念。</p> <p>7. 引起動機，介紹籃球運動賽事、兩人擋拆、傳切、運球掩護、進攻策略。</p> <p>8. 引起動機，介紹排球賽的防守方式與動作，說明接球與防守差異，並進行防守練習活動。</p> <p>9. 引起動機，簡述手球運動簡史、方式、比賽型態、射門要領。</p> <p>10. 起動機，介紹羽球比賽、正/反手平抽球動作、撲球技術、網前擊球問題討論。</p>		<p>10. 保齡球計分規則講義與比賽影片</p> <p>11. 相關球類器材、紀錄表</p> <p>12. 操場</p> <p>13. 籃球場</p> <p>14. 羽球場</p> <p>15. 籃球</p> <p>16. 排球</p> <p>17. 手球</p> <p>18. 羽球</p> <p>19. 角錐</p>				

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	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。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 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。								

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
	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。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。								

六、本課程是否有校外人士協助教學：**(本表格請勿刪除。)**

否，全學年都沒有(以下免填)。

有，部分班級，實施的班級為：_____。

有，全學年實施。

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		<input type="checkbox"/> 簡報 <input type="checkbox"/> 印刷品 <input type="checkbox"/> 影音光碟			

		<input type="checkbox"/> 其他於課程或活動中使用之 教學資料，請說明： _____			

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。