

新北市 丹鳳 高級中學(國中部)113學年度八年級第1學期部定課程計畫 設計者：詹岱衛

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、學習節數：每週(2)節，實施(22)週，共(44)節。

三、課程內涵：

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

四、課程架構：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)

五、 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 08/26~08/30	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-2 反思自己的動作技能。 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	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法	單元-體適能 主題-體適能檢測 活動內容： 1、說明介紹體適能測驗項目 2、進行增進體適能能力的相關訓練 ※體適能測驗 【生涯規劃】 經由體適能相關課程與測驗，使學生了解自身在體育相關的能力，來規劃自身運動的計畫，達成規律運動的目標	2	教學資源 ✓自編教材 ✓碼表/計時器 ✓哨子 ✓音響 ✓瑜珈墊/軟墊 學習策略 ✓口語中介法 ✓示範法	✓實作評量 ✓百分等級常模對照 ✓學習態度 ✓課程投入程度	【生涯規劃】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	08/30 開學
第二週 09/02~09/06	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-2 反思自己的動作技能。 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	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法	單元-體適能 主題-體適能檢測 活動內容： 1、說明介紹體適能測驗項目 2、進行增進體適能能力的相關訓練 ※體適能測驗 【生涯規劃】 經由體適能相關課程與測驗，使學生了解自身在體育相關的能力，來規劃自身運動的計畫，達成規律運動的目標	2	教學資源 ✓自編教材 ✓碼表/計時器 ✓哨子 ✓音響 ✓瑜珈墊/軟墊 學習策略 ✓口語中介法 ✓示範法	✓實作評量 ✓百分等級常模對照 ✓學習態度 ✓課程投入程度	【生涯規劃】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

第三週 09/09~09/13	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。 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。 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。	Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。	單元-風馳電掣 主題-飛盤 活動內容： 1、介紹飛盤基本構造 2、說明飛盤活動安全須知。 3、上、下手式接盤法與練習。 4、夾接接盤法教學與練習。 5、反手投擲教學與練習。 ※躲避飛盤賽。 【品德教育】 藉由分組競賽的過程中，培養遵守比賽規則、遵守群體規範、重視團隊、團隊溝通、尊重對手等態度與精神 【安全教育】 藉由分組競賽，了解飛盤項目之相關安全規範、場地規範與維護。	2	教學資源 ✓自編教材 ✓飛盤 ✓三角錐 ✓哨子 ✓碼表 學習策略 ✓口語中介法 ✓示範法	✓實作評量 ✓課堂觀察 ✓學習態度 ✓課程投入程度	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 J6 了解運動設施安全的維護。	
----------------------------	--	----------------------------	--	----------	--	--	---	--

	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。							
第四週 09/16~09/20	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。 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	Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。	單元-風馳電掣 主題-飛盤 活動內容： 1、正手投擲教學與練習。 2、顛倒盤投擲教學與練習。 3、飛盤飛行路徑教學與練習。 ※擲遠賽、擲準賽。 ※爭奪賽 【品德教育】 藉由分組競賽的過程中，培養遵守比賽規則、遵守群體規範、重視團隊、團隊溝通、尊重對手等態度與精神 【安全教育】 藉由分組競賽，了解飛盤項目之相關安全規範、場地規範與維護。	2	教學資源 ✓自編教材 ✓飛盤 ✓三角錐 ✓哨子 ✓碼表 學習策略 ✓口語中介法 ✓示範法	✓實作評量 ✓課堂觀察 ✓學習態度 ✓課程投入程度	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 J6 了解運動設施安全的維護。	9/17 中秋節

	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。 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。						
第五週 09/23~09/27	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。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	單元-排除萬難 主題-排球 活動內容： 1、介紹排球比賽中的舉球員 2、高手托球示範說明與練習 3、坐姿練習 4、對地練習 5、對空練習 6、對牆練習 【品德教育】 藉由分組練習培養溝通能力、與他人合作能力，並遵守相關群體規範。	2	教學資源 ✓自編教材 ✓排球 ✓三角錐 ✓哨子 ✓碼表 ✓操場 ✓排球場 學習策略 ✓示範法 ✓教導別人	✓實作評量 ✓課堂觀察 ✓學習態度 ✓課程投入程度	【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。 品 J8 理性溝通與問題解決。

	2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 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。							
--	--	--	--	--	--	--	--	--

第六週 09/30~10/04	1c-IV-1 了解各項運動基本原理和規則。 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。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	單元-排除萬難 主題-排球 活動內容： 1、 雙人練習-1 人拋球、1 人托球 2、 雙人練習-1 人低手傳球、1 人高手托球 3、 雙人隔網練習-1 人拋球過網、1 人托球過網 4、 雙人隔網練習-1 人低手傳球過網、1 人托球過網 ※托球準度比賽 【品德教育】 藉由分組練習、競賽培養溝通能力、與他人合作能力，並遵守相關群體規範。	2	教學資源 ✓自編教材 ✓排球 ✓三角錐 ✓哨子 ✓碼表 ✓操場 ✓排球場 學習策略 ✓示範法 ✓教導別人	✓實作評量 ✓課堂觀察 ✓學習態度 ✓課程投入程度	【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。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
----------------------------	--	-----------------------------------	--	----------	--	--	---	--

	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。							
第七週 10/07~10/11	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。 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。	Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。	單元-一標入魂 主題-飛鏢 活動內容： 1、飛鏢用具介紹與說明 2、握鏢方式介紹與說明 3、擲鏢站姿介紹與說明 4、擲鏢方式介紹與說明 5、鏢靶分數介紹與說明 6、飛鏢遊戲規則介紹 7、分組進行練習 ※01 賽事進行	2	教學資源 ✓自編教材 ✓飛鏢 ✓鏢靶 ✓哨子 ✓鉛筆、原子筆 ✓比賽登記紙張 ✓地下室、教室 學習策略 ✓口語中介法 ✓自我監控法	✓實作評量 ✓課堂觀察 ✓學習態度 ✓課程投入程度		10/10 國慶日

第八週 10/14~10/18	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。 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。	Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。	單元-一標入魂 主題-飛鏢 活動內容： 1、握鏢方式複習與練習 2、擲鏢站姿複習與練習 3、擲鏢方式複習與練習 4、分組練習 ※COUNT-UP 賽事進行 ※CRIKET 賽事進行	2	教學資源 ✓自編教材 ✓飛鏢 ✓鏢靶 ✓哨子 ✓鉛筆、原子筆 ✓比賽登記紙張 ✓地下室、教室 學習策略 ✓口語中介法 ✓自我監控法	✓實作評量 ✓課堂觀察 ✓學習態度 ✓課程投入程度		10/15、16 第一次段考
第九週 10/21~10/25	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。 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。	Gb-IV-2 游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。	單元六 水上游龍 第1章 捷泳 泳無止息 活動內容： 1. 講解呼吸運動的機制與其重點。認識呼吸運動時會有那些肌肉參與此間的過程，並了解呼吸肌群的位置何在。 2. 捷泳划手與轉頭換氣的配合，講解示範捷泳換氣的配合動作，並要求學生熟練陸上動作，才能在水中應用。 3. 分析一般常見的捷泳動作問題，讓學生學會從頭部換氣的正確與否來評估捷泳動作的問	2	教學資源 教科書 習作 投影片 教學影片 浮板 學習策略 先前知識運用法 視覺意象法	上課參與 態度檢核 技能測驗		

			題。 4. 練習兩次划手換氣，練習右側換氣時，當左手空中入水，接著右划轉頭換氣，此時為換氣的關鍵時機。					
第十週 10/28~11/01	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-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cc-IV-1 水域休閒運動綜合應用。	單元六 水上游龍 第 2 章 浮潛 深入潛出 活動內容： 1. 介紹臺灣浮潛運動的方式、浮潛活動與觀光現況、臺灣適合浮潛的地方與環境。 2. 用圖片和實際裝備教具介紹浮潛裝備，讓學生有基本的概念與認知。 3. 說明正確穿戴與調整面鏡、呼吸管，並練習浮潛技巧。 【海洋教育】 藉由課程介紹與練習，熟練海域求生自救技巧，並引導學生規劃相關海洋學習之旅，來探討人類與海洋環境如何共存。	2	教學資源 教科書 習作 投影片 教學影片 浮板 學習策略 先前知識運用法 視覺意象法	上課參與 態度檢核 技能測驗	【海洋教育】 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。 海 J2 認識並參與安全的海洋生態旅遊。 海 J14 探討海洋生物與生態環境之關聯。	
第十一週 11/04~11/08	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。	單元-田徑 主題-接力 活動內容： 1、馬克操動作要領示範與練習	2	教學資源 ✓自編教材 ✓接力棒 ✓哨子	✓實作評量 ✓課堂觀察 ✓學習態度 ✓課程投入程度	【生涯規劃】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

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。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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-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。	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。	2、站立式起跑練習 3、三點式起跑練習 4、蹲踞式起跑練習 5、接棒方式說明與練習，下壓式、上挑式傳接棒 6、傳接棒之助跑複習與練習 7、接力區介紹與棒次編排 ※接力遊戲 【生涯規劃】 藉由課程編排內容，讓學生了解目前自身的運動能力、培養對運動的興趣，並協助學生自己安排運動計畫，循序漸進的提升運動能力，達到身心健康。	✓碼表 ✓跑道 學習策略 教導別人 展演			涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
--	---	--	---	--	--	---	--

	4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。							
第十二週 11/11~11/15	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。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，	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。	單元-田徑 主題-接力 活動內容： 1、馬克操動作練習 2、反應衝刺練習 3、蹲踞式起跑練習 4、分組傳接棒練習 ※大隊接力競賽 【生涯規劃】 藉由課程編排內容，讓學生了解目前自身的運動能力、培養對運動的興趣，並協助學生自己安排運動計畫，循序漸進的提升運動能力，達到身心健康。	2	教學資源 ✓自編教材 ✓接力棒 ✓哨子 ✓碼表 ✓跑道 學習策略 教導別人 展演	✓實作評量 ✓課堂觀察 ✓學習態度 ✓課程投入程度	【生涯規劃】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	

	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。							
第十三週 11/18~11/22	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-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 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。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	單元七 球類入門 第 1 章 籃球 跑動與配合 活動內容： 1. 說明現今籃球比賽節奏有愈來愈快的趨勢，球員要具備外線射籃及快速移動能力，在短時間判斷並穩定動作，且做出前後動作的銜接。 2. 說明初學者應以上籃作為最穩定簡單的得分方式，腳步與手的配合成了上籃、跳起能否順暢的最大關鍵。引導學生左右手都練習，實際上場時更靈巧的運用上籃技術。	2	教學資源 教科書 習作 投影片 教學影片 籃球 三角錐 呼拉圈 學習策略 展演 自我監控法	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽		
第十四週 11/25~11/29	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。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	單元七 球類入門 第 1 章 籃球 跑動與配合	2	教學資源 教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

	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-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。		活動內容： 1. 講解掩護的基礎概念與動作要領，引導學生進入循環練習。 2. 說明掩護後的轉換，最常見叫擋拆，這是最基本且最有效的走位，掩護的人在運球者通過後，利用防守的錯位趁機轉身要球進攻。 3. 進行 2 對 1 擋拆、2 對 2 對球掩護+擋拆綜合練習，反覆操作，熟悉跑動路線及場上狀況。活動後請學生反思如果擋拆時速度不夠快，造成防守者追上，有什麼應變的方式？ 【品德教育】 藉由分組練習與競賽，讓學生來學習與人溝通、解決問題、合作完任務的能力。。	籃球 三角錐 呼拉圈 學習策略 展演 自我監控法		品 J8 理性溝通與問題解決。	
第十五週 12/02~12/06	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。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	單元七 球類入門 第 2 章 桌球 誰與爭鋒 活動內容： 1. 說明常用的球拍共分為直拍和橫拍兩種。讓學生分別使用兩種握拍法進行向上擊球球感練習。	2 教學資源 教科書 習作 投影片 教學影片 籃子 粉筆 空白紙張	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	12/04、05 第二次段考

	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。		2.介紹桌球發球規則及得分的概念。 3.示範發球時的拋球動作及實作拋球練習，這樣的練習可以幫助學生更快的掌握發球的擊球時機和空間感。 4.依照發球四步驟：預備、引拍、擊球、還原來講解，可先做完完整正確的動作後，再提醒常犯錯誤有哪些。 5.說明正拍發平擊球控制落點的技巧，提醒學生改變這三種擊球方式時，切勿一次改變太多，以免失誤率提高。 【品德教育】 藉由分組練習與競賽，讓學生來學習與人溝通、解決問題、與人和平相處的能力。	學習策略 教導別人 展演			
第十六週 12/09~12/13	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。 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。	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。 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。	單元七 球類入門 第 2 章 桌球 誰與爭鋒 活動內容： 1.講解反拍推擋分解動作。反拍推擋時容易出現由高處往低處擊球的情形。雖無規定不可如此，但可提醒學生，若按照此動作軌跡擊球，同伴會因球的弧線過低而不易將球回擊。 2.說明調整拍面角度需要利用	2 教學資源 教科書 習作 投影片 教學影片 籃子 粉筆 空白紙張 學習策略 教導別人 展演	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽	【品德教育】 品 J1 溝通合作 與和諧人際關係。	

	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。	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。	手腕來控制內收、外展、前傾、後仰等角度。 3. 引導學生依序操作各個動作變化，感受球路的掌握。 4. 進行愛上體育課「反拍接龍對抗賽」活動，關鍵在於隊友輪轉的瞬間是否還能夠繼續穩定的擊球，控球方可以調整控球的速度，在隊友輪轉時將球速放慢、弧線打高，使隊友有充裕的時間進行輪轉。而負責輪轉的隊友們則須緊盯來球，隨時準備上前擊球。 【品德教育】 藉由分組練習與競賽，讓學生來學習與人溝通、解決問題、與人和平相處的能力。					
第十七週 12/16~12/20	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。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發	Ha-IV-1 網/ 牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	單元七 球類入門 第 3 章 羽球 致命一擊 活動內容： 1. 讓學生複習七年級習得高遠球之舊經驗，開始前協助學生分組並講解規則。 2. 講述羽球殺球主要目的、使用時機與運用方法。實際舉例東京奧運金牌選手王齊麟、李洋在比賽場中使用殺球的時機與方法，加深學生印象。	2	教學資源 教科書 習作 投影片 教學影片 羽球 水桶 羽球拍 三角錐 大呼拉圈 學習策略 教導別人	上課參與 態度檢核 技能測驗		

	展專項運動技能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。		3. 進行定點徒手殺球練習，並提醒學生丟球軌跡不可為拋物線。 4. 說明殺球技術是搶奪分數的最佳利器，在比賽中若採取殺球攻擊，通常是為了要破壞對方節奏，取得整場控制權而進行。		展演			
第十八週 12/23~12/27	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。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/ 牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	單元七 球類入門 第 3 章 羽球 致命一擊 活動內容： 1. 進行米字步伐徒手拋接練習，米字步是以球場中心出發，分前、中、後移動，訓練步伐的敏捷，沿著米字的「四撇」以及「中間左右兩側」移動，共 6 個位置。 2. 練習左右、前後殺球及殺球上網練習。利用羽球場上的敏捷練習培養學生場上移動之能力。 3. 進行體育客點點名「致命一擊」學習單，針對殺球所需的體適能力，進行課後引導思考及訓練。講解羽球後場攻擊使用時機與方法。針對當日比賽狀況分析與回饋，並給予學生正面鼓勵。	2	教學資源 教科書 習作 投影片 教學影片 羽球 水桶 羽球拍 三角錐 大呼拉圈 學習策略 教導別人 展演	上課參與 態度檢核 技能測驗		

第十九週 12/30~01/03	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。 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-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	單元七 球類入門 第4章 壘球 身手矯健 活動內容： 1. 說明慢速壘球場地特色。藉著壘球場地內外野的說明，一併說明攻防的概念，並帶入說明傳接球於守備起到的作用，講解傳接球之重要性。 2. 傳接球練習並說明拋接的練習球速較緩，但實際比賽時，應該採取快速的傳球方式，直線的傳球更能爭取時間。 3. 練習肩上傳球、接高飛球與滾地球，提醒學生判斷來球方向後，你需要預先用最快的速度移動至預測落點等待。 4. 示範該怎麼因應傳遞距離來改變傳球的方式。同樣都是傳球動作，但透過微調出手的角度，就可以展現出不同的飛行軌跡來因應賽場的各種變化。 【品德教育】 藉由分組練習與競賽，讓學生來學習與人溝通、解決問題、團隊合作的能力。	2	教學資源 教科書 習作 投影片 教學影片 三角錐 棒球或壘球手套 學習策略 教導別人 展演	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽	【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。 品 J8 理性溝通與問題解決。	01/01 元旦
第二十週 01/06~01/10	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	單元七 球類入門 第4章	2	教學資源 教科書 習作	上課參與 態度檢核 技能測驗	【品德教育】	

	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-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-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。		壘球 身手矯健 活動內容： 1. 進行傳接練習，引導學生觀察球速過快時該怎麼因應，若傳球總是容易偏移，需留意是否站穩才進行傳接球，輪到其他人時也要多多觀察。 2. 進行愛上體育課「壘間相傳」活動，講解遊戲規則並要求學生遵守遊戲規則及運動家精神，讓各隊討論戰術，並實際運用在比賽中，賽中亦可安排檢討，反饋成效。 3. 帶領學生進行體育課點點名「慢速壘球知多少」學習單，請學生找夥伴一起完成傳接挑戰計劃，挑戰最遠可以到達幾公尺。也藉此機會互相提點，修正動作。 【品德教育】 藉由分組練習與競賽，讓學生來學習與人溝通、解決問題、團隊合作的能力。	投影片 教學影片 三角錐 棒球或壘球手套 學習策略 教導別人 展演	分組競賽	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第廿一週 01/13~01/17	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。	1c-IV-1 民俗運動進階與綜合動作。 1c-IV-2 民俗運動個人或團隊展演。	單元-民俗體育 主題-跳繩 活動內容： 1、跳繩暖身 2、單人跳繩練習， 3、雙人跳繩練習 4、團體跳繩練習	2 教學資源 ✓自編教材 ✓單人跳繩 ✓團體跳繩 學習策略	✓實作評量 ✓課堂觀察 ✓學習態度 ✓課程投入程度	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	01/16、17 第三次段考

	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。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。		※跳繩接力賽 ※團體跳繩挑戰賽 【品德教育】 藉由分組練習與競賽，讓學生來學習與人溝通、解決問題、團隊合作的能力。		教導別人 展演			
第廿二週 01/20~01/24	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。 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。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	單元-足下功夫 主題-足球 活動內容： 1、說明示範足內側、足背踢球 2、分組練習足內側、足背踢球 3、複習棒壘球的壘包及相關跑壘概念 ※足壘球比賽 【品德教育】 藉由分組練習與競賽，讓學生來學習與人溝通、解決問題、團隊合作的能力。	2	教學資源 ✓自編教材 ✓足球 ✓壘包 學習策略 教導別人 展演	✓實作評量 ✓課堂觀察 ✓學習態度 ✓課程投入程度		01/20 休業式

	展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 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。						
--	--	--	--	--	--	--	--

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
2 週	協助游泳技能指導	☐ 簡報 ☐ 印刷品 ☐ 影音光碟 ☒ 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明：學習單	協助游泳技能指導	1. 後測優於前測 2. 完成 25 公尺自由式(含 5 次換氣)	協同教學

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。