

新北市 丹鳳 高級中學(國中部)113學年度七年級第1學期部定課程計畫 設計者：高惠娟

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
依總綱核心素養項目及具體內涵勾選(以主要指標為主，勿過多)。 ☒ 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	請依各領域(科目)綱要核心素養具體內涵填寫，例如： 國-J-A1 透過國語文的學習，認識生涯及生命的典範，建立正向價值觀，提高語文自學的興趣。 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-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。 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。 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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。	一運動安全 1. 這學期體育課程介紹。 2. 學校運動場地介紹。 3. 體能調整。 二單元四運動穿著與防護 第1章跑步服裝秀 活動內容： 1. 說明棉質與聚脂纖維的不同特性及主要功能。跑步時穿著排汗衫的好處，穿著跑褲搭緊身褲會提升舒適感。 2. 以不同路況及運動情境介紹種類不同的鞋款，並加強錯誤的使用所造成的運動傷害，不可忽視。 3. 說明如何選擇球鞋的基本概念。教學如何測量腳的大小，挑選適合自己穿	2	教學資源： 自編教材 教科書 學習策略： 口語中介法 示範法	上課參與 課堂問答 實作表現	【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	08/30 開學

			著的尺碼。【生命教育】 覺察生活中的各種迷思， 挑選合腳且適合的鞋子， 比追求品牌重要。					
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。 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。	Bc-IV-1 簡易運 動傷害的處理 與風險。	一體適能項目內容的增進 活動：進行伸展動作、核 心肌力、腿部爆發力、心 肺適能。【生命教育】透 過體適能增能活動，在生 活促進身體健康適能。 二單元四運動穿著與防護 第2章護具大集合 活動內容： 1. 利用影片講解跑步環境 的不同，肢體承受力也會 有所不同，進而有可能造 成運動傷害。 2. 介紹常見的運動傷害。 3. 說明護具是保護性質， 並無治療功效以及常見護 具的使用與時機。 4. 藉由情境問題讓學生自 行評估護具選擇，使學生 能應用選擇適合的護具， 以利未來實際行動。	2	教學資源： 自編教材 教科書 教學影片 學習策略： 示範法 SQ3R(瀏覽、提問、 閱讀、講述、複習)	上課參與 課堂問答 實作表現	【生命教育】 生J5覺察生 活中的各種 迷思，在生 活作息、健 康促進、飲 食運動、休 閒娛樂、人 我關係等課 題上進行價 值思辨，尋 求解決之 道。	

第三週 09/09~09/13	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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 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。	單元五體適能 第1章健康體適能-體適能檢測 活動內容： 1. 測量體適能-仰臥捲腹、立定跳遠。 2. 說明核心肌力與肌耐力的重要性及示範動作要領、測量仰臥捲腹。 3. 說明瞬發力的重要性及示範動作要領，測量立定跳遠。 4. 說明/示範改善核心肌力、肌耐力和瞬發力的方法；引導同學思考和擬訂增進核心肌力、肌耐力和瞬發力的方法。	2	教學資源： 教科書 碼表 哨子 軟墊 立定跳遠墊 教育部體適能網-健康體育護照 學習策略： 先前知識運用法 自我監控法	實作評量 上課參與 口語問答 觀察記錄 體適能增能訓練計畫表 (課本 119 頁)		
第四週 09/16~09/20	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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫	Ab-IV-1體適能促進策略與活動方法。	單元五體適能 第1章健康體適能-體適能檢測 活動內容： 1. 測量體適能-心肺適能(800M/1600M或漸速耐力折返跑)、柔軟度。 2. 說明心肺適能重要性及注意事項，測量	2	教學資源： 教科書 測量尺 碼表 哨子 軟墊 坐姿體前彎測量器 教育部體適能網-健康體育護照	實作評量 上課參與 觀察記錄 口語問答 體適能增能訓練計畫表 (課本 119 頁)	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	9/17 中秋節

	畫，實際參與身體活動。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。		800M/1600M 或漸速耐力折返跑。 3. 說明柔軟度的重要性及示範動作要領，測量坐姿體前彎。 4. 說明/示範改善心肺適能和柔軟度的方法；引導同學思考和擬訂增進心肺適能和柔軟度的方法。 【生涯規劃教育】透過體適能檢測覺察自己在體育活動中可能的優勢。		學習策略： 先前知識運用法 自我監控法			
第五週 09/23~09/27	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	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	單元五體適能 第2章接力-衝破終點線 活動內容： 1. 講解田徑場地以及接力基本規則。 2. 進行各式起跑練習及嘗試蹲踞式起跑。 3. 引討學生思考哪一種起跑方式較有利?為何中心要前傾等等，並請同學示範及檢討，指出優缺點。 4. 進行反應追逐遊戲。	2	教學資源： 教科書 接力棒 角錐 碼表 哨子 自編教材 學習策略： 展演 指導別人	上課參與 觀察記錄 態度檢核 動作檢核		

	力，發展專項運動技能。		5.短距離跑的技術(起跑、加速跑、途中跑、彎道跑、衝刺壓線)					
第六週 09/30~10/04	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。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	單元五體適能 第2章接力-衝破終點線 活動內容： 1.教師介紹大隊接力與一般接力的異同、不同操場長度、掉棒如何因應。 2.進行大隊接力練習賽，提高場上的好表現。 3.進行競速追逐遊戲 4.校內班際大隊接力賽辦法和規則說明、傳接棒的練習、班際大隊接力賽練習。【戶外教育】在班際大隊接力賽活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。	2	教學資源： 教科書 接力棒 角錐 碼表 哨子 自編教材：學校班際大隊接力賽 學習策略： 組織法 先前知識運用法	上課參與 口語問答 實作表現 合作學習	【戶外教育】 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。	
第七週 10/07~10/11	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	1c-IV-1 民俗運動進階與綜合動作。	跳繩 1.介紹跳繩的起源，說明跳繩的益處以及如何選擇適合自己的跳繩。【多元文化教育】跳繩是中國民俗體育之一，透過課程傳承維護。	2	教學資源： 自編教材 單人跳繩。 三角錐。 碼表 學習策略：	上課參與 口語問答 實作表現	【多元文化教育】 多 J1 珍惜並維護我族文化。	10/10 國慶日

	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。		2. 講解示範和進行單人跳繩：前迴旋、雙手交叉跳、交叉腳跳、單腳跳、二迴旋。 3. 學習與練習雙人跳繩：同向跳、異向跳、輪流跳。 4. 跳繩接力賽		示範法 展演			
第八週 10/14~10/18	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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 民俗運動進階與綜合動作。	跳繩 1. 團體跳繩甩繩動作示範說明練習。 1. 講解示範和進行團體跳繩：半迴旋跳、全迴旋跳、通過跳。 2. 學習與練習團體跳繩：一字繩、相繞繩、複合繩、波浪繩。 3. 在團體跳繩裡進行剪刀石頭布的猜拳遊戲。 4. 小組競賽。【品德教育】透過溝通合作完成小組目標過繩數。	2	教學資源： 自編教材 團體跳繩 學習策略： 教導別人 展演	上課參與 口語問答 實作表現 合作學習	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	10/15、16 第一次段考

第九週 10/21~10/25	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 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。	單元六安心暢游 第 1 章水域安全-智者樂水活動內容 一 1. 示例全國危險水域公告，讓學生進行探索及認識居住地區周遭有哪些危險水域。【安全教育】知道水域公告，理解安全教育的意義。 2. 介紹水上樂園、溪河水域和海洋水域等環境特性的異同，並說明這些環境都有著不同的潛在風險，請學生思考在這些水域戲水時須注意哪些狀況，且應該要怎麼做。 3. 介紹教育部宣導的「防溺十招」，請學生進一步整理出自己認為最受用且最重要的防溺十招，進行小組分享。 4. 運用實際案例說明近年來的溺水新聞事件，讓學生思考該事例造成溺水的原因是什麼。【閱讀素養】主動閱讀相關新聞並試著表達自己的想法。	2	教學資源： 教科書 教學影片 學習策略： 先前知識運用法 視覺意象法	上課參與 資料蒐集整理 小組討論 課本 149 頁學習單	【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。 【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。 【閱讀素養】 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並試著表達自己的想法。	
----------------------------	--	--	--	----------	--	---	--	--

			二第2章自救求生 臨危自保 活動內容: 1. 說明溺水落難的主要原因是緊張與掙扎造成體力不支，掌握自救的基本原則是保持冷靜、設法節省體力，以及加強待援能力。 2. 介紹意外落水自救法: 韻律呼吸、俯漂前進、仰漂助划與踩水。【海洋教育】熟練各種水域求生技能。					
第十週 10/28~11/01	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。 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。	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-出手得分 活動內容: 1. 介紹籃球起源與由來。由國高中籃球聯賽來引起動機，並引導認識在地或較具傳統的球隊特色以及故事。 2. 拋物入籃練習。 3. 拋物線與控球練習。	2	教學資源: 教科書 水桶 樂樂球 籃球 角錐 哨子 學習策略: 口語中介法 自我監控法	上課參與 態度檢核 實作表現 分組競賽		

			4. 投籃與移位跳投練習，教師示範並引導，同時協助分組，學生練習。					
第十一週 11/04~11/08	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。	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-出手得分 活動內容： 1. 進行課本愛上體育課「決戰六分」，協助分組，引導討論，賽後活動過程與心得分享。【品德教育】透過分組活動互相溝通、解決問題，一起完成小組競賽。 2. 說明投籃距離及進球類型。 3. 進行叫我神射手活動。 4. 進行的得分王活動。	2	教學資源： 教科書 籃球 角錐 哨子 學習策略： 展演 自我監控法	上課參與 態度檢核 實作表現 分組競賽 課本181頁學習單	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第十二週 11/11~11/15	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章排球-一球入魂 活動內容： 1. 擊球正確姿勢，雙、單臂擊球練習，提醒握拳或交疊的手腕必須往下壓，手臂便會自然伸直。	2	教學資源： 教科書 排球 哨子 角錐 學習策略： 展演 自我監控法	上課參與 態度檢核 實作表現		

	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。		2. 單人低手對空擊球、單人對牆擊球；雙人對空接力擊球、移位擊球練習。					
第十三週 11/18~11/22	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。	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章排球-一球入魂 活動內容： 1. 進行課本愛上體育課「俄羅斯輪盤」活動，藉此加強低手控球傳球的能力，並強化注意力與反應。互相討論移動時如何準確判斷球的位置。提醒學生要取出適當的間隔距離，並大聲喊出下一位接球者。【品德教育】透過分組活動互相溝通，一起完成小組練習。 2. 在熟悉原地與移動擊球後，開始利用正式排球場地來判斷與擊球，在初期可先用丟球代替互擊。	2	教學資源： 教科書 排球 哨子 角錐 學習策略： 自我監控法 展演	上課參與 態度檢核 實作表現 小組合作 分組競賽	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	

			3. 進行新式四人排球賽。 4. 進行團隊合作挑戰賽。					
第十四週 11/25~11/29	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭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。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	桌球 1. 桌球介紹(包含球拍、計分方式、簡易規則)。 2. 說明直拍與橫拍握拍法的優缺點，並實際示範。 3. 橫拍/直拍握拍法練習 4. 球感練習 5. 說明發球規則和動作，進行正手發不旋轉長球 6. 發球賓果遊戲。【品德教育】透過溝通和合作，一起完成賓果遊戲。	2	教學資源： 自編教材 桌球拍 桌球 粉筆 學習策略： 示範 自我監控法	觀察 口語問答 實作表現 自我檢核	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	
第十五週 12/02~12/06	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 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。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	桌球 1. 示範說明正拍的預備、引拍、擊球、結束與還原動作，讓學生進行正拍動作練習。 2. 示範說明反拍動作要領，並讓學生進行反拍動作練習。 3. 進行反手發球練習。 4. 你來我往控球練習遊戲 5. 小試身手練習賽。	2	教學資源： 自編教材 桌球拍 桌球 學習策略： 自我監控法 展演	觀察 態度檢核 實作表現		12/04、05 第二次段考

第十六週 12/09~12/13	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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。 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-擊球高手 活動內容： 1. 說明羽球起源、羽球、羽球飛行軌跡。 2. 臺灣羽球名將介紹。 【國際教育】透過名將介紹了解我國羽球發展和相關重要賽事介紹。 3. 說明示範正確的持拍動作，進行8字揮拍練習。 4. 球感練習：進行自拋自打、持拍撿球練習。 5. 練習打出高遠球：示範講解動作，進行揮空拍練習，接著兩人一組，丟球者由低至高餵球。擊球者的擊球位置需在前方，落點應由近至遠且左右變化。	2	教學資源： 教科書 教學影片 羽球 羽球拍 哨子 學習策略： 視覺意象法 先前知識運用法	上課參與 口語問答 態度檢核 實作表現	【國際教育】 國 J1 理解我國發展和全球之關聯性。	
第十七週 12/16~12/20	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運	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-擊球高手 活動內容： 1. 進行課本愛上體育課活「合作積分挑戰賽」活動。提點正手及反手的握	2	教學資源： 教科書 教學影片 羽球 羽球拍 哨子	上課參與 態度檢核 實作表現 課本 191 頁學習單		

	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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。		拍轉換找到甜蜜點後，可以輕鬆地發力打出有力量的球，原理也適用於高遠球。 2. 練習高障礙擊球，距離可以慢慢拉開，判斷球正確落下的位置以便移動擊球。 3. 進行羽球高手訓練表活動。		學習策略： 自我監控法 示範			
第十八週 12/23~12/27	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。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。	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4章 足球-腳下功夫 活動內容： 1. 足球起源和現代足球法展介紹。 2. 練習運球前進、多人傳球行進。說明足球比賽整場是需靠不斷移動來製造機會得分，因此體力與協調性非常重要，有時會因為太專注於球而重心不穩跌倒，須留意重心的轉移。 3. 愛上體育課「集點遊戲」：以6人為一小隊。一	2	教學資源： 教科書 足球 角錐 繩梯 學習策略： 自我監控法 教導別人	上課參與 態度檢核 實作表現 分組競賽	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	

	4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。		次兩隊同時上場比賽。A、B兩隊第一棒出發，至中央區域任一點取球，先用腳尖點球後，把球踢往兩側自己隊伍的置球區停球。待球完全靜止後，才能回來換下一人。以接力方式完成任務。先停滿 6 格置球區的隊伍獲勝。【品德教育】透過溝通和合作，互相指導一起完成小組任務。					
第十九週 12/30~01/03	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。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 4d-IV-2 執行個人運動計畫	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 4 章足球-腳下功夫 活動內容： 1. 練習多人傳球(2 人、3 人)，鼓勵參與學生。說明足球賽需靠不斷移動來製造機會得分，因此體力與協調性非常重要。 2. 進行「過關斬將」活動，先將運球前進、停球後傳球結合，再加入射門元素完成這一系列的練習。 3. 進行足球精武門活動。	2	教學資源： 教科書 足球 角錐 繩梯 學習策略： 示範 演示	上課參與 態度檢核 實作表現 分組競賽 課本 199 頁學習單		01/01 元旦

	畫，實際參與身體活動。							
第二十週 01/06~01/10	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。 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。	飛盤 1. 介紹飛盤的競賽項目和相關知識。 2. 說明飛盤活動安全須知。【安全教育】了解飛盤運動相關規定和場地安全維護。 3. 講解示範飛盤反手投擲動作要領，練習做出反手投擲動作，且因應情境使用適當投擲方式。 4. 講解示範飛盤正手投擲動作要領並進行練習。 5. 示範講解接盤動作和進行傳接盤練習。 6. 進行飛盤擲準和擲遠比賽。	2	教學資源： 自編教材 飛盤 角錐。 碼錶。 粉筆 測量尺 學習策略： 口語中介法 自我監控法	上課參與觀察 實作表現	【安全教育】 安 J6 了解運動設施安全的維護。	
第廿一週 01/13~01/17	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	Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。	飛盤 1. 進行傳接盤比賽。 2. 進行跑動行進間傳接盤練習。 3. 進行飛盤爭奪賽練習。 4. 講解示範飛盤回收的動作和練習。	2	教學資源： 自編教材 飛盤 角錐 碼錶 粉筆 測量尺	觀察 實作表現 小組討論 紀錄		01/16、17 第三次段考

	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. 進行回收計時賽。		學習策略： 自我監控法 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。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。	飛鏢 1. 發展歷史。 2. 飛鏢介紹(包含器材、計分方式、簡易規則)、安全注意事項。 3. 基本動作講解示範和練習：飛鏢的投擲動作，由以下四個步驟構成：架鏢、拉鏢、放鏢、順勢動作。 4. count up 介紹和練習。	2	教學資源： 自編教材 飛鏢 飛鏢靶 count up 紀錄表格 學習策略： 口語中介法 自我監控法	1. 實作表現 2. 口語問答 3. 紀錄		01/20 休業式

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
		☐ 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： 			

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。