

新北市立淡水國民中學 112 學年度 七 年級第一學期部定課程計畫 設計者：蔡維新

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(21)週，共(42)節。

三、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" 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 checked="" 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 	<p>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>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>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>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>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>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>
--	---

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
	學習內容	學習表現						
第1週 0828- 0901 (0830開 學)	Bc-IV-1 簡 易運動傷害 的處理與風 險。	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。	運動穿著與防護 第1章 跑步服裝秀 第2章 護具大集合 1. JUST DO IT 檢視身體密 碼:說明聚酯纖維為一種 人造纖維，可製成吸濕 排汗等機能性紡織品。 棉觸感良好、吸濕性 強，且乾得也快，容易 去污。補充教學人體尺 寸測量方式。兩兩一 組，互相檢視衣褲標籤 及鞋子上的尺寸並記錄 在課本另實際測量胸圍	2	投影片 教學影片	上課參與 課堂問答	【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。 【安全教育】 安 J2 判斷常 見的事故傷 害。 安 J4 探討日 常生活發生事	<input type="checkbox"/> 實施跨領域 或跨科目協同 教學(需另申 請授課鐘點費 者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			<p>及腰圍並比對標籤，討論後教師隨機抽選學生發表。</p> <p>2. JUST DO IT 護具總動員：課前準備護具：護腕、護踝、護膝、護肘、髌骨帶、小腿套。將學生分成若干組，各組隨機挑選本頁題型 1~2 題填寫答案，各組針對答案延伸報告護具主要功能及使用時機，隨機抽取護具請各組穿戴示範。</p> <p>3. 2. 體育客點點名「護具使用時機」：藉由情境問題讓學生自行評估護具選擇，使學生能選擇適合的護具，以利未來實際行動。</p>			故的影響因素。		
第 2 週 0904- 0908	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。	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。	<p>第 1 章 健康體適能 體適能檢測</p> <p>1. 愛上體育課「團體增能挑戰」：班級平均編成 8 組，各組分配不同動作後分開就位在 8 個站點。組員按標準</p>	2	教學影片 碼表 哨子 瑜珈墊/軟墊	實作評量 上課參與 觀察記錄	<p>【生涯規畫】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____

		<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>的節奏執行動作。由第 8 組喊口號，跳完 10 下時喊「交換」，則各組輪替，迅速前往下一站點就位。口令一下，進行下一動作。當各組完成 8 站時為一循環，每一循環完成需測量記錄個人最大心跳率。每一循環間休息 2 分鐘，須完成基本量三循環。</p>					<p>2. 協同節數：</p> <hr/>
<p>第 3 週 0911- 0915</p>	<p>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</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>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>第 2 章 接力 衝破終點線</p> <p>1. 愛上體育課「接球衝刺反應遊戲」：拿一顆軟球或網球，兩人一組面相對站立間隔 3 ~ 5 公尺，兩人皆須同一手持球並向外側平舉，避免碰撞。一起喊口令原地「向上」拋球。接著快速上前移動並將對方的球接住。完成 5 球後再換到另一手持球，改成球「向下」放球並練習之。</p>	2	<p>接力棒 角錐 碼表</p>	<p>上課參與觀察記錄態度檢核</p>	<p>【生涯規畫】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	<p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目： <hr/></p> <p>2. 協同節數： <hr/></p>

		3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。						
第 4 週 0918- 0922	Ga-IV-1 跑、跳與推 擲的基本技 巧。	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。 3d-IV-2 運用 運動比賽中的 各種策略。	第 2 章 接力 衝破終點線 1. 愛上體育課「競速追逐遊 戲」：傳棒者與接棒者在接 力區前起跑後全速衝刺，前 者追逐後者。在接下來的 8 ~10 公尺區間內，接棒者 盡可能不讓傳棒者碰觸到身 體，試圖擺脫追逐，確保起 跑加速是足夠的。	2	接力棒 角錐 碼表	上課參與 觀察記錄 態度檢核	【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。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域 或跨科目協同 教學(需另申 請授課鐘點費 者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第 5 週 0925- 0929 (0929 中 秋節)	Ga-IV-1 跑、跳與推 擲的基本技 巧	1c-IV-1 了解 各項運動基礎 原理和規則。	接力 衝破終點線 第 2 章 接力 衝破終點線	2	接力棒 角錐 碼表	上課參與 觀察記錄 態度檢核	【品德教育】 品 J1 溝通合 作與和諧人際 關係。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域 或跨科目協同 教學(需另申 請授課鐘點費 者)

		<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>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p>	<p>1. 體育客點點名「跑出黃金陣容」：以 20x100 公尺的大隊接力為例，傳棒者依照棒次一、三、五、七、九、十一、十三、十五棒次各拿一支接力棒，由內而外依序站在 1、2、3、4、5、6、7、8 道次上準備傳棒。其餘未拿棒次者（兩組人）於旁邊觀察並記錄同學傳接棒優劣。待 8 組依序傳完棒次後，通通有向內縮一道次，每接完一回就內縮一道次再練習，如此反覆不斷地練習彼此的接棒技巧、選手彼此間默契以及不同道次曲率、速度、道次變化的練習情境。</p>				<p>品 J2 重視群體規範與榮譽。</p>	<p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</p>
<p>第 6 週 1002- 1006</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>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</p>	<p>球類入門 第 1 章 籃球 出手得分</p> <p>1. 愛上體育課「決戰六分」：全班平均分隊，每次可兩隊同時上場比賽，分別使用不同籃框。每隊派出 1</p>	2	<p>水桶 紙團 籃球 鐵盤 三角錐 排球</p>	<p>上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽</p>		<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</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>人負責傳球，其他人輪流上場投籃。投籃路線可任選一種方式，一是直接由運球出發至障礙點射籃，成功可得 1 分；另一種是跑至障礙點接隊友的球後射籃，成功可得 2 分，先獲得 6 分的隊伍獲勝。</p>					
<p>第 7 週 1009- 1013 第 1 次段 考</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>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</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-2 運用運動比賽中的各種策略。</p>	<p>球類入門 第 1 章 籃球 出手得分</p> <p>1. 愛上體育課「叫我神射手」：全班平均分組，進行計時投籃比賽，力氣不夠者可用雙手投籃。每人各自尋找自己最擅長的位置，並選擇其中一種投籃方式：原地、移動接球投籃、運球後投籃。每隊輪流上場，比賽開始前，第一棒先就位預備，開始後，投進 3 球換下一棒上場。3 球射籃方式不可重複，位置可重複。計時最快輪完所有人的隊伍獲勝。</p>	2	<p>水桶 紙團 籃球 鐵盤 三角錐 排球</p>	<p>上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽</p>		<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</p>

<p>第 8 週 1016- 1020</p>	<p>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</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。 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。</p>	<p>【自編課程-越野賽跑】 1. 帶領學生熟悉比賽路線。(本校傳統親師生越野賽共 4.5 公里) 2. 講解不同地形跑步應用方式 3. 講解長跑呼吸方式</p>	<p>2</p>	<p>*自編主題課程 (配合親師生越野賽)</p>	<p>1. 觀察 2. 實作及表現 3. 學習單</p>	<p>【環境教育】 親師生越野賽</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____</p>
<p>第 9 週 1023- 1027</p>	<p>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</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。 2c-IV-2 表現利他合群的態</p>	<p>【自編課程-越野賽跑】 1. 越野賽跑融入環境教育(山林、田野)，品德教育之責任、誠信等核心價值，另外也融入服務學習</p>	<p>2</p>	<p>*自編主題課程 (配合親師生越野賽)</p>	<p>1. 觀察 2. 實作及表現 3. 學習單</p>	<p>【環境教育】 親師生越野</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____</p>

		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。					賽	2. 協同節數： _____
第 10 週 1030- 1103	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。	球類入門 第 1 章 籃球 出手得分 1. 體育客點點名「我的籃球日記」：分別在課程開始、過程、結束時記錄以下表格，並計算自己的命中率為何。利用投籃數及命中率做為學習效果的參考依據，看看自己是否經由學習與練習後有顯著提昇了。	2	水桶 紙團 籃球 鐵盤 三角錐 排球	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽		<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

		3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。						
第 11 週 1106- 1110	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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。	球類入門 第 2 章 排球 一球入魂 1. 教師指導學生利用背部滾球、臀部控球的重心移動練習，此訓練是利用腿部的上下左右移動，訓練大腿肌力及肌耐力。 2. 教師說明對於不同方向的來球，低手傳球是最穩固的接球動作，也是排球運動中的基本動作。當來球位置低於身體胸口正下方，腳步來得及接球的情況下，正面接球是最好的方式。 3. 教師引導學生練習低手傳球動作。	2	排球 排球場 哨子 角錐	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 J8 理性溝通與問題解決。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第 12 週 1113- 1117	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	球類入門 第 2 章 排球 一球入魂	2	排球 排球場 哨子 角錐	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。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申

	及團隊戰術。	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。	1. 跨步低手傳球步法：以接右邊的球為例，右腳向右前側跨出一大步，屈膝微蹲，接左邊的球反之。 2. 交叉步低手傳球步法：以接右邊的球為例，三步交叉步第一步為右腳先往右跨一步，接著左腳往右腳前方邁出呈交叉狀，最後右腳再迅速往右邊移動跨步，接左邊的球步法反之。 3. 將學生分組，進行三角或四角移位跑動傳球活動。				品 J8 理性溝通與問題解決。	請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第 13 週 1120- 1124	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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	球類入門 第 2 章 排球 一球入魂 1. 愛上體育課「俄羅斯輪盤」：全班分為數組，採亂數分組，每 5~8 人圍成一圓圈。其中 1 人至圓圈中央，將球拋至空中。拋出球後指定 1 人為接球員，以此	2	排球 排球場 哨子 角錐	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 J8 理性溝通與問題解決。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

		<p>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-1 運用運動技術的學習策略。</p>	<p>原則反覆操作。接球者需低手擊球，來不及反應者或將球拋出圓圈者即淘汰。</p> <p>在指定時間內，留下最多組員的組別為勝利方。</p>					
<p>第 14 週 1127- 1201 第 2 次段考</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</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>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>球類入門 第 2 章 排球 一球入魂</p> <p>1. 愛上體育課「新式四人排球賽」:2 人一組，進行新式排球對抗賽，以四個角錐所圍起的長方形區域為比賽場地。每組由 1 人以雙手拋球進行發球。發球後，對方球員需採用低手傳接球方式回擊，需在球未落地前或落地反彈一次後擊回球，否則將失分，若未將球回擊至有效區域內，亦判失分。有效區內一球 1 分最終由先取得 6 分的組別獲勝。</p>	2	<p>羽球 羽球拍 羽球場 角錐</p>	<p>上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽</p>		<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</p>

		3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。						
第 15 週 1204- 1208	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。	球類入門 第 3 章 羽球 擊球高手 1. 介紹羽球發展、場地 2. 握拍法 3. 正手發高遠球 4. 教師講解發球區與發球規則，並提醒學生發球時容易犯規的動作。 6. 正手發平擊球 7. 正手發短球	2	羽球 羽球拍 羽球場 角錐	上課參與 態度檢核 技能測驗	【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。 【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。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第 16 週 1211- 1215	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	球類入門 第 3 章 羽球 擊球高手	2	羽球 羽球拍 羽球場	上課參與 態度檢核 技能測驗	【性別平等教育】	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申

	及團隊戰術。	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。	1. 發球九宮格：分組進行發球練習，將單打有效發球區域畫分為九等份，前場發球線與後場底線四個角落分數最高，每人五球，計算自己最高分數，設下目標自我挑戰。 2. 正手高遠球：兩人一組，乙站於甲前方，以球拍握柄作為標誌物，使甲以正手高遠球動作做揮拍，觀察擊球位置、拍面方向與手臂延伸狀態。 3. 兩人一組，以「球不落地」進行正手高遠球練習，以直線球優先，熟練後進階至對角線。 4. 高遠球對抗賽。		角錐	分組競賽	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。 【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。	請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第 17 週 1218- 1222	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。	球類入門 第 3 章 羽球 擊球高手 1. 愛上體育課「合作積分挑戰賽」： 4 人一組，兩組同時進行對抗，時間 3~5 分鐘。每組隊員站在球網同一側，球網	2	羽球 羽球拍 羽球場 角錐	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽		<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

		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。	另一側地面擺放數量不等的圓圈。隊員兩兩配合，一人用球拍撿起球後，直接遞給旁邊的另一人。另一人拿到球後，拋給原來的撿球者，讓他以高遠球擊球過網，設法落在對面的圓圈內。一組6顆球，時間內最快完成的組別獲得勝利。					
第 18 週 1225- 1229	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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。	【自編教案-跳繩】 1. 二跳一迴旋教學 2. 一跳一迴旋教學 3. 計時一分鐘計算次數(誤後可繼續算) 4. 定點迴旋接力賽：全班分成4組，以跳繩跑步形式前進，到達指定定點後，需雙腳併攏後累計10下，結束後再以跳繩跑步形式返回起點交棒。	2	跳繩碼表	上課參與態度檢核	【生涯規畫】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第 19 週 0101- 0105	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	【自編教案-跳繩】 1. 單腳跳教學 2. 以一跳一迴旋方式，單腳觸地另一隻腳抬膝，每腳跳2下後換腳跳。	2	跳繩碼表	上課參與態度檢核		<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)

		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。	3. 單腳停繩教學：當繩峰於頭頂時，單腳腳跟抵地腳尖朝上順勢停繩。					1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第 20 週 0108- 0112	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。	球類入門 第 4 章 足球 腳下功夫 1. 愛上體育課「集點遊戲」：以 6 人為一小隊。一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	2	足球 角錐 繩梯	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽		<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

		<p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</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>第 21 週 0115- 0119 第 3 次段考</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>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</p>	<p>球類入門 第 4 章 足球 腳下功夫</p> <p>1. 愛上體育課「過關斬將」：將運球前進、停球後傳球做結合，並加入射門的元素完成這一系列的練習。參考課本 P190 的圖示進行比賽，兩兩一組，依最後成功進球累計的時間多寡做為勝負的依據。可以依據能力的不同做難度調整，甚至可以加入一位防守隊員於其中干擾</p>	2	<p>足球 角錐 繩梯</p>	<p>上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</p>

		<p>，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-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>傳運球，增加遊戲的困難度。</p>				
--	--	---	----------------------	--	--	--	--

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與活動之申請表一致