

新北市立淡水國民中學 112 學年度九年級第一學期部定課程計畫 設計者： 陳律伶

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 type="checkbox"/> B1 符號運用與溝通表達 <input checked="" 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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> C3 多元文化與國際理解 	<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>
--

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
	學習內容	學習表現						
第1週 0828- 0901 (0830開 學)	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	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 表現於挑戰的學習態度。	第2章打造健康規律新生活—體適能計畫擬定與執行(3) 1. 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？	2	1. 學習活動單 2. 核心運動影片、瑜伽影片	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。	<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>的擬定原則。</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>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>	<p>3. 詢問學生是否知道健康體適能？對健康體適能的認識為何？</p>					
--	---------------	--	--------------------------------------	--	--	--	--	--

<p>第 2 週 0904- 0908</p>	<p>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。</p>	<p>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，修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與</p>	<p>第 2 章打造健康規律新生活—體適能計畫擬定與執行 (3) 1. 教師複習上堂課提過的肌肉適能。 2. 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。 3 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</p>	<p>1. 學習活動單 2. 核心運動影片、瑜伽影片</p>	<p>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</p>	<p>【生涯規劃教育】 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。</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>
---------------------------------	--	---	--	----------	------------------------------------	--	---	--

		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。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。						
第3週 0911- 0915	Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hd-IV-1 守備/跑分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。 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	第1章疾風勁壘—棒壘球 1.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、記錄表 2. 操場 3. 學習活動單	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。	<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>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-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>					
--	--	--	--	--	--	--	--

		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 4 週 0918- 0922	Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	1c-IV-1 了解各項運動基本原理和規則。 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。	第 1 章疾風勁壘—棒壘球 1. 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？ 2. 提醒學生跑壘活動的安全注意事項。 3. 棒球離壘、壘球離壘動作說明。 4. 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。	2	1. 相關球類器材、記錄表 2. 操場 3. 學習活動單	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。	<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>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>						
--	--	--	--	--	--	--	--	--

		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5週 0925- 0929 (0929中 秋節)	Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hd-IV-1 守備/跑分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。 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。	第1章疾風勁壘—棒壘球(2) 1. 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. 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	2	1. 壘球、手套、壘包 2. 操場 3. 學習活動單	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知評量 4. 技能實作		<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>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>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。</p>					
--	--	-------------------------------------	--	--	--	--	--

		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 6 週 1002- 1006	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。 Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	1c-IV-1 了解各項運動基本原理和規則。 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	第 2 章門陣特攻—籃球 1. 介紹國內外最新籃球消息 (NBA、SBL、WSBL、UBA、HBL、三對三) 運動賽事。 2. 播放國內外籃球賽事中的兩人進攻組合花絮。 3. 詢問學生知道 NBA 兩人最佳組合嗎？藉此引發學生動機並利用教學簡報介紹兩人擋拆的圖片，以及傳切和運球掩護的進攻組合。 4. 老鷹捉小雞基礎版：四人一組，一人當老鷹，三人搭肩排成一列，第一位當母雞，須張開雙臂左右移動，以保護後方的小雞不被觸碰。活動開始，老鷹空手，最後一隻小雞運球。老鷹碰到最一隻小雞，或最後一隻	2	1. 投影器材 2. 籃球 3. 籃球場	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知評量 4. 技能實作	【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。 【法治教育】	<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>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-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-3 規劃提升體適能與</p>	<p>小雞運球失控，則老鷹成功。之後兩人互換。</p> <p>5. 活動反思：活動後引導學生進反思，母雞應該怎麼站才能以最大範圍擋住老鷹？面對老鷹時，正面或側面何者較容易阻擋？老鷹如何移動才能抓後面的小雞？藉上述討論，引導出結論：籃球防守的動作，應正面面對移動進攻者(老鷹)，以及進攻者可利用擺脫動作甩開防守者，達到進攻的目的(抓到小雞)</p> <p>6. 老鷹捉小雞進階版：同上活動，只是老鷹和最後一隻小雞皆運球。老鷹碰到最後一隻小雞，或最後一隻小雞運球失控則成功。之後兩人互換。</p>					
--	--	---	--	--	--	--	--	--

		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 7 週 1009- 1013 第 1 次段 考	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。	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 表現他合群的態	第 2 章門陣特攻—籃球(3) 1. 詢問學生是否上網搜尋 NBA、SBL、UBA 或 HBL、三對三等相關影片或電視轉播節目？請發表最常見的進攻策略及投籃方式。 2. 傳切與切傳進攻策略的使用時機說明。 3. 傳切與切傳進攻策略的戰術說明。 4. 傳切與切傳進攻策略的動作要領說明。 5. 愛體育：貓捉老鼠：十人一組，分成兩隊，於一個籃球半場進行活動，須準備十條小方巾或 25~30 公分色紙。將小方巾夾至運動褲鬆緊帶後方，以貓捉老鼠方	2	1. 投影器材 2. 籃球 3. 籃球場	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知評量 4. 技能實作	【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。 【法治教育】	<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>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-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>式，相互追逐、擺脫並擋人，搶下對方隊員的小方巾。時間 1 分鐘，搶得數量最多者為勝隊。教師可舉例引導學生回答活動中的第 6 點，例如：可以同隊兩人一組或三人一組，策略性的以二對一或三對一的方式，搶奪對方的小方巾，過程中又可彼此提醒是否正被對手攻擊。</p> <p>6. 半場三對三傳切與切傳進攻策略模擬練習。先模擬傳切進攻路線，傳切 8 次後再投籃或上籃；接著模擬切傳路線，最後兩者合併。</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-3 執行提升體適能的身體活動。</p>						
<p>第 8 週 1016- 1020</p>	<p>校本課程 越野賽跑準備週</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-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</p>	<p>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)</p> <p>2. 講解不同地形跑步應用方式</p> <p>3. 講解長跑呼吸方式</p>	2	<p>*自編主題課程 (配合親師生越野賽)</p>	<p>1. 觀察</p> <p>2. 實作及表現</p> <p>3. 學習單</p>	<p>【環境教育】</p> <p>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)</p> <p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</p>

<p>第 9 週 1023- 1027</p>	<p>校本課程 越野賽跑</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>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 10 週 1030- 1103</p>	<p>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</p>	<p>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。</p>	<p>第 2 章門陣特攻—籃球(3) 1. 詢問學生在認識「傳切和切傳進攻策略」後，是否也搜尋了其他進攻策略？哪些經典籃球比賽進攻畫面或人物令人印象深刻？</p>	<p>2</p>	<p>1. 投影器材 2. 籃球 3. 籃球場</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知評量 4. 技能實作</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</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>

	<p>組合及團隊戰術。</p>	<p>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 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p>	<p>2. 擋拆進攻策略的進攻戰術說明：進攻者之間，無球者對有球者進行掩護擋人的技術，製造 4 種不同的進攻機會。可用於大前鋒或中鋒對控球、得分後衛、小前鋒的配合。 3. 擋拆進攻策略的使用時機說明。 4. 擋拆進攻策略的戰術流程說明。 5. 擋拆進攻策略的動作要領說明。 6. 半場三對三擋拆進攻策略模擬練習：先模擬進攻擋拆路線，擋拆 3 次後再投籃或上籃。教師亦可依不同進攻機會設計情境，例如：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>				<p>序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。 【法治教育】</p>	<p>2. 協同節數： _____</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-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>						
<p>第 11 週</p> <p>1106-</p> <p>1110</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>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>第 2 章門陣特攻—籃球(3)</p> <p>1. 教師說明傳切、擋拆進攻策略的使用時機。</p> <p>2. 詢問學生除了傳切、擋拆進攻策略，還有什麼進攻策略可使用？在前面課程中，是否發現其他同學執行了傳切、擋拆以外的進攻策略？國內比賽中，SBL、WSBL、</p>	2	<p>1. 投影器材</p> <p>2. 籃球</p> <p>3. 籃球場</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 認知評量</p> <p>4. 技能實作</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</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>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>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>HBL 有什麼經典的進攻策略？</p> <p>3. 掩護進攻戰術說明：進攻者之間，無球者兩人相互擋人掩護製造出四種不同的進攻機會。</p> <p>4. 掩護進攻戰術的使用時機。</p> <p>5. 掩護進攻戰術的戰術說明。</p> <p>6. 掩護進攻戰術的動作要領說明。</p> <p>7. 愛體育：攻城掠地：十人一組，五人進攻，五人防守。活動於全場籃球場地進行。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。</p> <p>8. 半場三對三掩護進攻策略模擬練習：先模擬進攻掩護執行路線，掩護 3 次後再投籃或上籃。教師亦可依不同進攻機會設計情境，例如：</p>				<p>平等自由之保障。</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-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>	<p>上籃、投籃或跳投、傳球給籃下隊友投籃。</p>					
<p>第 12 週 1113- 1117</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆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>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理</p>	<p>第 3 章防城如意—排球(3)</p> <p>1. 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。</p> <p>2. 防守基本動作說明。</p>	<p>2</p>	<p>1. 教學投影片</p> <p>2. 排球場</p> <p>3. 排球</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><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>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>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移動方向。將8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>第13週 1120- 1124</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆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>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態</p>	<p>第3章防城如意—排球(3)</p> <p>1. 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>2. 愛體育：你丟我擋(原地擋高防守)：兩人一組防守</p>	2	<p>1. 排球場</p> <p>2. 排球</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>【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><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>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>(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。</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>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-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p>	<p>第 3 章防城如意—排球(3)</p> <p>1. 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。</p> <p>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</p>	2	<p>1. 排球場</p> <p>2. 排球</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>【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><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>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>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。</p> <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</p>					
--	--	--	--	--	--	--	--	--

			時，必須讓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。					
第 15 週 1204- 1208	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1c-IV-1 了解各項運動基本原理和規則。 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。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	第 3 章防城如意—排球(3) 1. 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：強而有力度的攻擊、距球網很近的突襲式小球、打在防守者前方或後方的球。 2. 愛體育：進退有據(進退防守)：一人丟球、一人防守。兩人一組一顆球，面對面相距 4~5 公尺。甲先平	2	1. 排球場 2. 排球	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知評量		<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>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>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。</p> <p>3. 愛體育：進退有據(進退擋高防守)：一人丟球、一人防守及托球。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，乙方將球擋回甲，甲馬上將球拋在前方 1 公尺位置，乙立刻將球接起至身體上方，再將球托回甲，接著回至原出發點。練習數次後，兩邊互換。</p>					
<p>第 16 週 1211- 1215</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆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>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>第 5 章羽你有約—羽球(1)</p> <p>1. 第 3 節：詢問學生：是否觀看過羽球比賽？透過什麼方式觀看？</p> <p>2. 教師講解與示範正/反手平抽球動作。</p> <p>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，</p>	2	<p>1. 羽球場</p> <p>2. 羽球</p> <p>3. 角錐</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>【法治教育】 法 J1 探討平等。</p> <p>【生涯規劃教育】 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： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</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>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>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。</p> <p>4. 學生兩人一組，分別進行正／反手平抽球練習。</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>第 17 週 1218- 1222</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基本原理和規則。</p>	<p>第 5 章羽你有約—羽球(3)</p> <p>1. 詢問學生是否知道羽球除了殺球還有哪些進攻球路？</p>	<p>2</p>	<p>1. 羽球場 2. 羽球 3. 角錐</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作</p>	<p>【法治教育】 法 J1 探討平等。</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申</p>

	<p>及團隊戰術。</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>運用撲球照片引導學生認識撲球技術。</p> <p>2. 教師講解與示範正／反手網前撲球動作。</p> <p>3. 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>4. 愛體育：定點練習(正、反手網前撲球)：兩人一度，與他人徒手拋擲網前球，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。</p>		<p>4. 認知評量</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	<p>請授課鐘點費者)</p> <p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</p>
--	---------------	---	---	--	----------------	---	---

		4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。						
第 18 週 1225- 1229	Ha-IV-1 網/牆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。 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。	第 5 章羽你有約—羽球(3) 1. 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 3 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、	2	1. 羽球場 2. 羽球 3. 角錐	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知評量		<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>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>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。</p> <p>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。</p>					
<p>第 19 週 0101- 0105</p>	<p>Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。</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>第 1 章五環運動力—奧林匹克教育(1)</p> <p>1. 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。</p> <p>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？</p> <p>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，請學生</p>	2	<p>1. 奧運海報學習活動單、奧運會開幕影片。</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知評量</p>	<p>【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。</p> <p>【國際教育】</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>

		2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，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。	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. 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 20 週 0108- 0112	Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。	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。	第 1 章五環運動力—奧林匹克教育(3) 1. 教師回顧古代奧運會的競賽項目。 2. 教師製造情境，供學生體驗古代奧運會。 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)。 4. 播放一段郭婞淳專訪影片，請學生觀看並分享心得。	2	1. 奧運海報學習活動單、奧運會開幕影片。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知評量	【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。 【國際教育】	<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： _____

		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。	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？ 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。					
第 21 週 0115- 0119 第 3 次段 考	Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。 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-1 簡易運動傷害	1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。 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。 1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。	複習全冊 【第三次評量週】 【課程結束】 1. 引起動機，教師分享歷年奧運會標語、海報，並介紹古代奧運的起源，以及奧林匹克永續發展的精神。 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。 3. 引起動機，介紹棒壘球場地、跑壘技術、滑壘、跑壘	2	1. 籃球場 2. 籃球 3. 排球 4. 排球場 5. 羽球場 6. 羽球 7. 角錐		【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J12 發展及評估生涯決定的策略。	<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>的處理與風險。</p> <p>Bc-IV-2 終身運動計畫的擬定原則。</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>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>路線、踩壘規則與三尺線觀念。</p> <p>4. 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>5. 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>6. 引起動機，簡述手球運動簡史、方式、比賽型態、射門要領。</p> <p>7. 引起動機，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>					
---	---	---	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--	--

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