

## 臺北市石牌國民中學 110 學年度體育領域七年級課程計畫

領域/科目	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會( <input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民與社會) <input type="checkbox"/> 自然科學( <input type="checkbox"/> 理化 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學) <input type="checkbox"/> 藝術( <input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 視覺藝術 <input type="checkbox"/> 表演藝術) <input type="checkbox"/> 綜合活動( <input type="checkbox"/> 家政 <input type="checkbox"/> 童軍 <input type="checkbox"/> 輔導) <input type="checkbox"/> 科技( <input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 生活科技) <input type="checkbox"/> 健康與體育( <input type="checkbox"/> 健康教育 <input checked="" type="checkbox"/> 體育)					
實施年級	<input type="checkbox"/> 7 年級 <input type="checkbox"/> 8 年級 <input type="checkbox"/> 9 年級 <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期 (若上下學期均開設者，請均註記)					
教材版本	<input type="checkbox"/> 選用教科書： <u>康軒版</u> <input type="checkbox"/> 自編教材 (經課發會通過)	節數	每週 2 節/1 學期共 40 節/1 學年共 80 節			
領域核心素養	<p style="color: red;">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。</p> <p style="color: red;">健體-J-A3: 擬定運動與保健計畫。</p> <p style="color: red;">健體-J-B3: 了解運動與健康在美學上的特質與表現方式。</p> <p style="color: red;">健體-J-C1: 主動參與公益團體活動，關懷社會。</p> <p style="color: red;">健體-J-C2: 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>					
課程目標	<p style="color: red;">1. 認識運動前健康評估與體適能檢測。</p> <p style="color: red;">2. 認識籃球、排球、羽球、桌球、足球等技巧。</p> <p style="color: red;">3. 具備體操、跆拳道、啦啦舞、扯鈴、飛盤、與捷泳的能力。</p> <p style="color: red;">4. 學習運用運動比賽中的各種策略。</p>					
學習進度 週次	單元/主題 名稱	學習重點		評量方法	議題融入實質內 涵	跨領域/科目協 同教學
		學習表現	學習內容			
第一學 期	第一週 第 3 單元健康自主有 活力 第 1 章活躍人生—— 健康評估與體適能檢 測	1c-IV-2: 評估運動風 險，維護安全的運動情 境。 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。 Ab-IV-2: 體適能運動處 方基礎設計原則。	1. 口語問答 2. 認知測驗卷 3. 學習單 4. 課堂觀察 5. 運動行為計畫 實踐表	【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。	

第二週	<p>第 3 單元健康自主有活力</p> <p>第 2 章安全運動沒煩惱——運動設施安全</p>	<p>1c-IV-2: 評估運動風險，維護安全的運動情境。</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>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>Bc-IV-1: 簡易運動傷害的處理與風險。</p> <p>Cb-IV-2: 各項運動設施的安全使用規定。</p>	<p>1. 口語問答</p> <p>2. 課堂觀察</p> <p>3. 運動行為計畫實踐表</p>	<p><b>【環境教育】</b></p> <p>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>環 J12: 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。</p>	綜合活動
第三週	<p>第 4 單元活力青春大放送</p> <p>第 1 章雙輪闖天下——自行車</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>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>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>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>Cb-IV-2: 各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Cd-IV-1: 戶外休閒運動綜合應用。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p>	<p><b>【人權教育】</b></p> <p>人 J4: 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p>	綜合活動

<p>第四週</p>	<p>第 4 單元活力青春大 放送 第 1 章雙輪闖天下— —自行車</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。 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。 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。 4d-IV-3:執行提升體適 能的身體活動。</p>	<p>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。</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答</p>	<p>【人權教育】 人 J4:了解平 等、正義的原 則，並在生活 中實踐。</p>	<p>綜合活動</p>
<p>第五週</p>	<p>第 4 單元活力青春大 放送 第 2 章疾走如風—— 跑</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。 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。</p>	<p>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。</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 認知測驗卷 4. 學習單 5. 技能實作 6. 運動行為計畫 實踐表</p>	<p>【生涯規劃教 育】 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。</p>	<p>綜合活動</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-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-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>				
第六週	<p>第 4 單元活力青春大放送</p> <p>第 2 章疾走如風——跑</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>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，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</p>	<p>Ab-IV-1:體適能促進策略與活動方法。</p> <p>Cb-IV-2:各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Ga-IV-1:跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 認知測驗卷</p> <p>4. 學習單</p> <p>5. 技能實作</p> <p>6. 運動行為計畫實踐表</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3:覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4:了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J6:建立對於未來生涯的願景。</p>	綜合活動

		<p>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>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>				
第七週	<p>第 4 單元活力青春大放送</p> <p>第 2 章疾走如風——跑</p> <p>【第一次評量週】</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>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，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-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-2:執行個人運動</p>	<p>Ab-IV-1:體適能促進策略與活動方法。</p> <p>Cb-IV-2:各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Ga-IV-1:跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 認知測驗卷</p> <p>4. 學習單</p> <p>5. 技能實作</p> <p>6. 運動行為計畫實踐表</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3:覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4:了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J6:建立對於未來生涯的願景。</p>	綜合活動

		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。				
第八週	第 4 單元活力青春大放送 第 3 章優游自在——游泳	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-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。	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。 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。 Gb-IV-2:游泳前進 25 公尺(需換氣 5 次以上)。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 學習單 4. 技能實作	【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。	自然科學
第九週	第 4 單元活力青春大放送 第 3 章優游自在——游泳	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。	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。 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	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 學習單 4. 技能實作	【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。	自然科學

		<p>1d-IV-2:反思自己的運動技能。</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-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>漂 30 秒。</p> <p>Gb-IV-2:游泳前進 25 公尺 (需換氣 5 次以上)。</p>			
第十週	<p>第 5 單元熱門運動大會串</p> <p>第 1 章掌控自如——籃球</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>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>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>4c-IV-2:分析並評估個</p>	<p>Hb-IV-1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課堂觀察</li> <li>2. 口語問答</li> <li>3. 技能實作</li> <li>4. 合作學習</li> <li>5. 運動行為計畫實踐表</li> <li>6. 學習單</li> </ol>		綜合活動

		<p>人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4c-IV-3:規畫提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>				
第十一週	<p>第 5 單元熱門運動大會串</p> <p>第 1 章掌控自如——籃球</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>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>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>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:規畫提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>	<p>Hb-IV-1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課堂觀察</li> <li>2. 口語問答</li> <li>3. 技能實作</li> <li>4. 合作學習</li> <li>5. 運動行為計畫實踐表</li> <li>6. 學習單</li> </ol>		綜合活動
第十二週	<p>第 5 單元熱門運動大會串</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</p>	<p>Bc-IV-1:簡易運動傷害的處理與風險。</p> <p>Ha-IV-1:網/牆性球類</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課堂觀察</li> <li>2. 口語問答</li> <li>3. 技能實作</li> </ol>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J3:了解日常生活容易發生事</p>	綜合活動

	第 2 章排除萬難—— 排球	<p>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>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>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-2: 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>	運動動作組合及團隊戰術。	<p>4. 運動行為計畫 實踐表</p> <p>5. 學習單</p>	故的原因。 安 J6: 了解運動設施安全的維護。	
第十三週	<p>第 5 單元熱門運動大會串</p> <p>第 2 章排除萬難—— 排球</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>1d-IV-2: 反思自己的運動技能。</p>	<p>Bc-IV-1: 簡易運動傷害的處理與風險。</p> <p>Ha-IV-1: 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</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. 學習單</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J3: 了解日常生活容易發生事故的原因。</p> <p>安 J6: 了解運動設施安全的維</p>	綜合活動

		<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>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-2:執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>			護。	
第十四週	<p>第 5 單元熱門運動大會串</p> <p>第 3 章羽中作樂——羽球</p> <p>【第二次評量週】</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>1d-IV-2:反思自己的運動技能。</p>	<p>Ha-IV-1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課堂觀察</li> <li>2. 口語問答</li> <li>3. 技能實作</li> <li>4. 學習單</li> <li>5. 分組討論</li> </ol>	<p>【性別平等教育】</p> <p>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。</p> <p>【人權教育】</p>	綜合活動

		<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>4d-IV-1:發展適合個人之專項運動技能。</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，落實平等自由之保障。</p>	
第十五週	<p>第 5 單元熱門運動大會串</p> <p>第 3 章羽中作樂——羽球</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>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-1:運用運動技術的學習策略。</p>	<p>Ha-IV-1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課堂觀察</li> <li>2. 口語問答</li> <li>3. 技能實作</li> <li>4. 學習單</li> <li>5. 分組討論</li> </ol>	<p><b>【性別平等教育】</b></p> <p>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。</p> <p><b>【人權教育】</b></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，落實平等自由之保障。</p>	<p>綜合活動</p>

		4d-IV-1:發展適合個人之專項運動技能。				
第十六週	第 6 單元靈活自如好身手 第 1 章登峰造極——體操	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。 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。 3c-IV-2:發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。 3d-IV-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	Bc-IV-1:簡易運動傷害的處理與風險。 Ia-IV-1:徒手體操動作組合。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習單 5. 運動行為計畫實踐表	【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。 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 J8:了解人身自由權，並具有自我保護的知能。	藝術
第十七週	第 6 單元靈活自如好身手 第 1 章登峰造極——體操	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。 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，	Bc-IV-1:簡易運動傷害的處理與風險。 Ia-IV-1:徒手體操動作組合。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習單 5. 運動行為計畫實踐表	【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。 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	藝術

		<p>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-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p>			<p>力。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J8:了解人身自由權，並具有自我保護的知能。</p>	
<p>第十八週</p>	<p>第 6 單元靈活自如好身手</p> <p>第 2 章呼朋喚友——創意啦啦舞</p>	<p>1c-IV-1:了解各項運動基礎原理和規則。</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>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>1b-IV-1:自由創作舞蹈。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>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。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J4:了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p>	<p>藝術</p>

		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。				
第十九週	第 6 單元靈活自如好身手 第 2 章呼朋喚友—— 創意啦啦舞	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。 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-1:了解運動在美學上的特質與表現方式。 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。 3c-IV-2:發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。 3d-IV-3:應用思考與分析能力，解決運動情境	1b-IV-1:自由創作舞蹈。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作	【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 J4:了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。	藝術

		的問題。 4d-IV-1:發展適合個人之專項運動技能。				
第廿週	第 6 單元靈活自如好身手 第 3 章鈴滴盡致——扯鈴 【第三次評量週】	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。 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。 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-1:分析並善用運	1c-IV-1:民俗運動進階與綜合動作。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 運動實踐紀錄表	【生涯規劃教育】 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。	藝術

			<p>動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。</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-1: 發展適合個人之專項運動技能。</p>				
第二學期	第一週	<p>第 4 單元自主鍛鍊展活力</p> <p>第 1 章健康地基—心肺耐力</p>	<p>1c-IV-2: 評估運動風險，維護安全的運動情境。</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>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: 規畫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>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>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p>	<p><b>【生涯規畫教育】</b></p> <p>涯 J3: 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。</p>	綜合活動
	第二週	<p>第 4 單元自主鍛鍊展活力</p> <p>第 2 章動吃關係大解密—運動營養</p>	<p>1c-IV-4: 了解身體發展、運動和營養的關係。</p> <p>1d-IV-3: 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>3d-IV-2: 運用運動比賽中的各種策略。</p>	<p>Bc-IV-1: 簡易運動傷害的處理與風險。</p> <p>Cb-IV-1: 運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p>	<p><b>【安全教育】</b></p> <p>安 J4: 探討日常生活發生事故的影響因素。</p>	綜合活動

		3d-IV-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。				
第三週	第 4 單元自主鍛鍊展 活力 第 3 章武德技藝—跆拳道	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。 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-1:了解運動在美學上的特質與表現方式。 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-1:分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 4d-IV-2:執行個人運動	Bd-IV-2:技擊綜合動作與攻防技巧。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知測驗卷 5. 運動行為計畫 6. 學習單	【生涯規畫教育】 涯 J3:覺察自己的能力與興趣。 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	綜合活動

		計畫，實際參與身體活動。				
第四週	第 4 單元自主鍛鍊展 活力 第 3 章武德技藝—跆拳道	<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>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>2d-IV-1:了解運動在美學上的特質與表現方式。</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-1:分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。</p> <p>4d-IV-2:執行個人運動計畫，實際參與身體活</p>	Bd-IV-2:技擊綜合動作與攻防技巧。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課堂觀察</li> <li>2. 口語問答</li> <li>3. 技能實作</li> <li>4. 認知測驗卷</li> <li>5. 運動行為計畫實踐表</li> <li>6. 學習單</li> </ol>	<p>【生涯規畫教育】</p> <p>涯 J3:覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J6:建立對於未來生涯的願景。</p>	綜合活動

		動。				
第五週	第 5 單元挑戰體能秀 青春 第 1 章飛雲掣電—飛盤	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。 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。	Ce-IV-1:其他休閒運動綜合應用。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知測驗卷	【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。	綜合活動
第六週	第 5 單元挑戰體能秀 青春 第 1 章飛雲掣電—飛盤	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	Ce-IV-1:其他休閒運動綜合應用。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知測驗卷	【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。	綜合活動

		<p>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>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>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>				
第七週	<p>第 5 單元挑戰體能秀青春</p> <p>第 2 章力爭上游—游泳</p> <p><b>【第一次評量週】</b></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>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>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>4d-IV-2:執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>	<p>Cb-IV-3:奧林匹克運動會的精神。</p> <p>Gb-IV-2:游泳前進 25 公尺(需換氣 5 次以上)。</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>		綜合活動
第八週	<p>第 5 單元挑戰體能秀青春</p> <p>第 2 章力爭上游—游泳</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>Cb-IV-3:奧林匹克運動會的精神。</p> <p>Gb-IV-2:游泳前進 25 公尺(需換氣 5 次以</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</p>		綜合活動

	泳	<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>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>4d-IV-2:執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>	上)。	實踐表		
第九週	<p>第 5 單元挑戰體能秀青春</p> <p>第 3 章身體塗鴉—創造性舞蹈</p>	<p>1c-IV-1:了解各項運動基礎原理和規則。</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>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>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>4d-IV-1:發展適合個人之專項運動技能。</p>	Ib-IV-1:自由創作舞蹈。	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p>		藝術

		4d-IV-2:執行個人運動計畫，實際參與身體活動。				
第十週	第 5 單元挑戰體能秀青春 第 3 章身體塗鴉—創造性舞蹈	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。 2d-IV-1:了解運動在美學上的特質與表現方式。 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。 3c-IV-2:發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。 4c-IV-1:分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 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。	Ib-IV-1:自由創作舞蹈。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作		藝術
第十一週	第 6 單元球藝大會串 第 1 章應聲入網—籃球	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。	Hb-IV-1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	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. 合作學習 6. 學習單		綜合活動

		<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>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>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-2:執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>				
第十二週	第6單元球藝大會串 第1章應聲入網－籃球	<p>1c-IV-1:了解各項運動基礎原理和規則。</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</p>	Hb-IV-1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課堂觀察</li> <li>2. 口語問答</li> <li>3. 技能實作</li> <li>4. 運動行為計畫實踐表</li> <li>5. 合作學習</li> <li>6. 學習單</li> </ol>		綜合活動

		<p>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>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>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-2:執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>				
第十三週	<p>第6單元球藝大會串</p> <p>第2章百發百中—排球</p> <p><b>【第二次評量週】</b></p>	<p>1c-IV-1:了解各項運動基礎原理和規則。</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</p>	Ha-IV-1:網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課堂觀察</li> <li>2. 口語問答</li> <li>3. 技能實作</li> </ol>	<b>【人權教育】</b> 人 J5:了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	綜合活動

		<p>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>				
第十四週	第6單元球藝大會串 第2章百發百中—排球	<p>1c-IV-1: 了解各項運動基礎原理和規則。</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>	Ha-IV-1: 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課堂觀察</li> <li>2. 口語問答</li> <li>3. 技能實作</li> </ol>	【人權教育】 人 J5: 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。	綜合活動
第十五週	第6單元球藝大會串 第3章「桌」拿好手—桌球	<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>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</p>	Ha-IV-1: 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課堂觀察</li> <li>2. 口語問答</li> <li>3. 技能實作</li> <li>4. 學習單</li> </ol>	【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。	社會領域

		的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3d-IV-1:運用運動技術的學習策略。				
第十六週	第6單元球藝大會串 第3章「桌」拿好手— 桌球	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-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 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。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習單	【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。	社會領域
第十七週	第6單元球藝大會串 第4章舉足輕重— 足球	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-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 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，	Ab-IV-1:體適能促進策略與活動。 Hb-IV-1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 運動計畫 5. 運動欣賞	【生涯規畫教育】 涯 J3:覺察自己的能力與興趣。 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	綜合活動

		<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>3d-IV-2:運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4c-IV-3:規畫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>				
第十八週	第6單元球藝大會串 第4章舉足輕重—足球	<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>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>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>4c-IV-3:規畫提升體適</p>	<p>Ab-IV-1:體適能促進策略與活動。</p> <p>Hb-IV-1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課堂觀察</li> <li>2. 口語問答</li> <li>3. 技能實作</li> <li>4. 運動欣賞</li> <li>5. 運動計畫</li> </ol>	<p><b>【生涯規畫教育】</b></p> <p>涯 J3:覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J6:建立對於未來生涯的願景。</p>	綜合活動

		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。				
第十九週	第 4 單元自主鍛鍊展活力 第 5 單元挑戰體能秀青春 複習第 4、5 單元 【第三次評量週】	1c-IV-2:評估運動風險，維護安全的運動情境。 2c-IV-2:表現利他合群的态度，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。 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:規畫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。 1c-IV-4:了解身體發展、運動和營養的關係。 1d-IV-3:應用運動比賽的各項策略。 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。	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:簡易運動傷害的處理與風險。 Cb-IV-1:運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習單	【生涯規畫教育】 涯 J3:覺察自己的能力與興趣。 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。 【安全教育】 安 J4:探討日常生活發生事故的影響因素。 【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。	綜合活動 藝術

第廿週	第 6 單元球藝大會串 複習第 6 單元	<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>1c-IV-4:了解身體發展、運動和營養的關係。</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</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-1:簡易運動傷害的處理與風險。</p> <p>Bd-IV-2:技擊綜合動作與攻防技巧。</p> <p>Cb-IV-1:運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。</p> <p>Cb-IV-3:奧林匹克運動會的精神。</p> <p>Ce-IV-1:其他休閒運動綜合應用。</p> <p>Gb-IV-2:游泳前進 25 公尺 (需換氣 5 次以上)。</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:障地攻守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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課堂觀察</li> <li>2. 口語問答</li> <li>3. 技能實作</li> <li>4. 學習單</li> </ol>	<p><b>【人權教育】</b> 人 J5:了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。</p> <p><b>【性別平等教育】</b> 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。</p> <p><b>【生涯規畫教育】</b> 涯 J3:覺察自己的能力與興趣。 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。</p>	綜合活動 社會領域
-----	-------------------------	---	--	---	---	--------------

和展演的技巧，展現個人運動潛能。

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-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。

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。

教學設施  
設備需求

1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。
2. 各單元學習單。
3. 各類活動所需要的道具。

備 註

