

臺北市立南門國民中學113學年度領域/課程課程計畫

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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 9年級 <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期 (若上下學期均開設者，請均註記)						
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書： <u>康軒版</u> <input checked="" type="checkbox"/> 自編教材 (經課發會通過)	節數	學期內每週 2 節(科目對開請說明，例：家政與童軍科上下學期對開)				
領域核心素養	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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。						
課程目標	<p style="color: red;">課程的目標是通過教授和實踐游泳和多種球類運動的技能和戰術，促進學生在籃球、羽球、網球和慢速壘球等不同運動領域的全面發展，培養其熟悉基本規則、運動技能、競爭力和團隊合作能力，從而使他們能夠在各種比賽和運動場合中表現出色，培養其全面的運動能力和競技精神。</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1-4週	第7單元 展現青春度危機 (自編) 泳往直前(游泳)	1、了解各項運動技能原理。(1d-IV-1) 2、發展適合個人之專項運動技能。(4d-IV-1) 3、規畫提升體適能與運動技能的運動計畫。(4c-IV-3)	1、學會蛙泳及水上自救的基本動作。(Gb-IV-2) 2、各項運動設施的安全使用規定與辨別。(Cb-IV-2)	1. 課堂觀察 2. 技能實作 3. 運動行為計畫實踐表	【生涯規劃教育】 涯 J3:覺察自己的能力與興趣。 【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 J6:了解運動設施安全的維護。	
	第5-10週	第5單元運動教室 第2章你來我往 (籃球) 第一次定期評量	1、了解各項運動技能原理。(1d-IV-1) 2、應用運動比賽的各項策略。(3d-IV-2)	1、各項運動設施的安全使用規定與辨別。(Cb-IV-2) 2、攻守入侵性運動動作組合及團隊戰術。(Hb-IV-1)	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知測驗卷	【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。 【品德教育】 品 J1:溝通合作與和諧人際關係。	
	第11-12週	第7單元 展現青春度危機 (自編) 青春體能大躍進	1、發展適合個人之專項運動技能。(4d-IV-1) 2、規畫提升體適能與運動技能的運動計畫。(4c-IV-3)	1、學會如何正確進行肌力與肌耐力訓練，以避免運動傷害及改善肌力與肌耐力。(Bc-IV-1)	1. 課堂觀察 2. 運動行為計畫實踐表 3. 技能實作	【生涯規劃教育】 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。 【安全教育】 安 J6:了解運動設施安全的維護。	
	第13-16週	第5單元運動教室 第4章誰羽爭鋒 (羽球) 第二次定期評量	1、了解各項運動基礎原理和規則。(1c-IV-1)	1、網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。(Ha-IV-1)	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 技能實作	【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。	

					5. 分組討論		
	第17-22週	第5單元運動教室 第2章你來我往 (籃球) 第三次定期評量	1、了解各項運動技能原理。(1d-IV-1) 2、應用運動比賽的各項策略。(3d-IV-2)	1、各項運動設施的安全使用規定與辨別。(Cb-IV-2) 2、攻守入侵性運動動作組合及團隊戰術。(Hb-IV-1)	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知測驗卷	【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。 【品德教育】 品 J1:溝通合作與和諧人際關係。	
第二 學期	第1-4週	第7單元 展現青春度危機 (自編) 泳往直前(游泳)	1. 評估運動風險，維護安全的運動情境。(1c-IV-2) 2. 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。(2c-IV-2) 3. 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-1) 4. 執行提升體適能的休閒運動。(4d-IV-3)	1. 簡易運動傷害的處理與風險規避。(Bc-IV-1) 2. 各項運動設施的安全使用規定與辨別。(Cb-IV-2) 3. 水域休閒運動綜合應用。(Cc-IV-1)	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 實作練習 4. 分享討論	【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。 性 J12:省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動。	
	第5-10週	第4單元運動教室 第3章大擊大力 棒球 定期評量	1. 了解各項運動基礎原理和規則。(1c-IV-1) 2. 應用運動比賽的各項策略。(1d-IV-3) 3. 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。(2c-IV-3:) 4. 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。(3d-IV-3)	1. 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。(Hd-IV-1)	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作	【品德教育】 品 J1:溝通合作與和諧人際關係。	
	第11-14週	第4單元運動教室 第4章攻防一體 籃球	1. 了解各項運動基礎原理和規則。(c-IV-1) 2. 反思自己的動作技能。(1d-IV-2) 3. 應用比賽的各項策略。(1d-IV-3) 4. 展現運動欣賞的技巧，增進生活的美感體驗。(2d-IV-2) 5. 執行提升體適能的身體活動。(4d-IV-3)	1. 簡易運動傷害的處理與風險規避。(Bc-IV-1) 2. 攻守入侵性運動動作組合及團隊戰術。(Hb-IV-1)	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作	【人權教育】 人 J3:了解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。	
	第15-18週	第4單元運動教室 網球—自編	1. 了解各項運動基礎原理和規則。(c-IV-1) 2. 反思自己的動作技能。(1d-IV-2) 3. 應用比賽的各項策略。(1d-IV-3) 4. 展現運動欣賞的技巧，增進生活的美感體驗。(2d-IV-2)	1、網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。(Ha-IV-1)	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作	【品德教育】 品 EJU9:公平正義。	
	教學設施 設備需求	體育館、田徑場、游泳池、籃球場、網球場、桌球場、羽球場、排球場、更衣及盥洗設備、浮板、各類球及網、接力棒、碼錶、測驗體適能器材、、、等等。					
	備註						