附件伍-1

 九 年級第一學期健體領域/體育科課程計畫

| 週次 | 單元/主題名稱 | 對應領域核心素養指標 | 學習重點 | 評量方式 | 議題融入 | 線上教學方式（此為因應疫情之線上教學演練，每學期至少實施3次，請見註5） | 「跨領域統整或協同教學｣規劃(註6，無則免填) |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 學習內容 | 學習表現 |
| 第1週08/30開學 | 第4單元運動生活第1章五環運動力―奧林匹克教育 | 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-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。 | 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，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。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.認知評量4.運動行為計畫實踐表5.學習活動單6.技能實作 | 法定：健體-環境-2法定：健體-生涯-2課綱：健體-環境-(環J4)-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明(需含協同教學重點、協同教師領域/姓名)範例:1.協助學生專題探究分組指導2.○○領域○○○老師 |
| 第2週09/02-09/06 | 第4單元運動生活第1章五環運動力―奧林匹克教育 | 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-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。 | 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，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。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.認知評量4.運動行為計畫實踐表5.學習活動單6.技能實作 | 法定：健體-環境-2法定：健體-生涯-2課綱：健體-環境-(環J4)-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第3週09/09-09/13 | 第4單元運動生活第2章打造健康規律新生活―體適能計畫擬定與執行 | 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。 | 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。 | 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。 | 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 | 法定：健體-生涯-2課綱：健體-生涯-(涯J13)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第4週09/16-09/20 | 第4單元運動生活第2章打造健康規律新生活―體適能計畫擬定與執行 | 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。 | 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。 | 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。 | 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 | 法定：健體-生涯-2課綱：健體-生涯-(涯J13)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第5週09/23-09/27 | 第4單元運動生活第3章有氧嗨起來―有氧舞蹈 | 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-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-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。 | Ab-Ⅳ-2 體適能運動處方基礎設計原則。Ib-Ⅳ-1 自由創作舞蹈。 | 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。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。2d-Ⅳ-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。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。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。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。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.學習活動單 | 課綱：健體-品德-(品J1)-2課綱：健體-品德-(品J2)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第6週09/30-10/04 | 第4單元運動生活第3章有氧嗨起來―有氧舞蹈 | 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-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-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。 | Ab-Ⅳ-2 體適能運動處方基礎設計原則。Ib-Ⅳ-1 自由創作舞蹈。 | 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。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。2d-Ⅳ-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。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。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。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。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.學習活動單 | 課綱：健體-品德-(品J1)-2課綱：健體-品德-(品J2)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第7週10/07-10/11 | 第5單元神來之手第1章一擲定江山―投擲 | 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-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-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。 | 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。 | 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。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-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-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-3 執行提升體適能的身體活動。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.學習活動單5.互評表6.認知測驗卷 | 課綱：健體-品德-(品J1)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第8週10/14-10/18第一次定期評量 | 第5單元神來之手第1章一擲定江山―投擲【第一次評量週】 | 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-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-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。 | 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。 | 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。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-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-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-3 執行提升體適能的身體活動。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.學習活動單5.互評表6.認知測驗卷 | 課綱：健體-品德-(品J1)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第9週10/21-10/25 | 第5單元神來之手第2章滾球趣―保齡球 | 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。 | Hc-Ⅳ-1 標的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。1d-Ⅳ-1 了解各項運動技能原理。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。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-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。4d-Ⅳ-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.認知評量4.技能實作5.運動行為計畫實踐表6.任務單 | 法定：健體-家庭-2課綱：健體-家庭-(家J5)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第10週10/28-11/01 | 第5單元神來之手第2章滾球趣―保齡球 | 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。 | Hc-Ⅳ-1 標的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。1d-Ⅳ-1 了解各項運動技能原理。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。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-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。4d-Ⅳ-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.認知評量4.技能實作5.運動行為計畫實踐表6.任務單 | 法定：健體-家庭-2課綱：健體-家庭-(家J5)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第11週11/04-11/08 | 第6單元球之有道第1章疾風勁壘―棒壘球 | 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-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-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。 | 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-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。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。4d-Ⅳ-1 發展適合個人之專項運動技能。 | 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 | 課綱：健體-品德-(品J1)-2課綱：健體-品德-(品J2)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第12週11/11-11/15 | 第6單元球之有道第1章疾風勁壘―棒壘球 | 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-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-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。 | 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-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。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。4d-Ⅳ-1 發展適合個人之專項運動技能。 | 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 | 課綱：健體-品德-(品J1)-2課綱：健體-品德-(品J2)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第13週11/18-11/22 | 第6單元球之有道第2章鬥陣特攻―籃球 | 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-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-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。 | 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-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-3 規劃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。 | 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.學習活動單 | 課綱：健體-人權-(人J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第14週11/25-11/29第二次定期評量 | 第6單元球之有道第2章鬥陣特攻―籃球【第二次評量週】 | 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-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-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。 | 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-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-3 規劃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。 | 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.學習活動單 | 課綱：健體-人權-(人J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第15週12/02-12/06 | 第6單元球之有道第3章防城如意―排球 | 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-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-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。 | 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。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。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-2 運用運動比賽中的各種策略。 | 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 | 課綱：健體-品德-(品J1)-2課綱：健體-品德-(品J2)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第16週12/09-12/13 | 第6單元球之有道第3章防城如意―排球 | 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-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-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。 | 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。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。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-2 運用運動比賽中的各種策略。 | 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.學習單 | 課綱：健體-品德-(品J1)-2課綱：健體-品德-(品J2)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第17週12/16-12/20 | 第6單元球之有道第4章手到擒來―手球 | 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-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-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。 | 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。 | 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。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。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。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。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.學習活動單 | 課綱：健體-法治-(法J1)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第18週12/23-12/27 | 第6單元球之有道第4章手到擒來―手球 | 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-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-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。 | 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。 | 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。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。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。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。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.學習活動單 | 課綱：健體-法治-(法J1)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第19週12/30-01/03 | 第6單元球之有道第5章羽你有約―羽球 | 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-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-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。 | 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。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。4d-Ⅳ-1 發展適合個人之專項運動技能。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.認知評量5.互評表6.分組討論7.學習活動單 | 法定：健體-生涯-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第20週01/06-01/10 | 第6單元球之有道第5章羽你有約―羽球 | 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-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-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。 | 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。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。4d-Ⅳ-1 發展適合個人之專項運動技能。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.認知評量5.互評表6.分組討論7.學習活動單 | 法定：健體-生涯-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第21週01/13-01/17第三次定期評量 | 第4單元運動生活第5單元神來之手複習第4、5單元【第三次評量週】 | 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-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。 | 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。Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。Cb-Ⅳ-3 奧林匹克運動會的精神。Ga-Ⅳ-1 跑、跳與推擲的基本技巧。Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。Ib-Ⅳ-1 自由創作舞蹈。 | 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。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。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。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-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。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.認知評量4.運動行為計畫實踐表5.學習活動單6.技能實作7.互評表8.認知測驗卷9.任務單 | 法定：健體-環境-2法定：健體-生涯-2法定：健體-家庭-2課綱：健體-環境-(環J4)-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2課綱：健體-生涯-(涯J13)-2課綱：健體-品德-(品J1)-2課綱：健體-品德-(品J2)-2課綱：健體-家庭-(家J5)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第22週01/20 | 第6單元球之有道複習第6單元【課程結束】 | 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-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-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-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。 | Bc-Ⅳ-1 簡易運動傷害的處理與風險。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。Ha-Ⅳ-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。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-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-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-3 執行提升體適能的身體活動。 | 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6.運動行為計畫實踐表7.互評表8.分組討論 | 法定：健體-生涯-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2課綱：健體-品德-(品J1)-2課綱：健體-品德-(品J2)-2課綱：健體-人權-(人J3)-2課綱：健體-法治-(法J1)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |

註1：若為一個單元或主題跨數週實施，可合併欄位書寫。

註2：「議題融入」中「法定議題」為必要項目，課綱議題則為鼓勵填寫。(例：法定/課綱：領域-議題-(議題實質內涵代碼)-時數)

（一）法定議題：性別平等教育、環境教育課程、海洋教育、家庭教育、生涯發展教育（含職業試探、生涯輔導課程）、性侵害防治教育課程、交通安全教育、反毒認知教學、家庭暴力防治教育、低碳環境教育、愛滋病宣導、健康飲食教育、水域安全宣導教育課程、登革熱防治教育、全民國防教育、兒童權利公約、兒童及少年性剝削防制教育。

（二）課綱議題：性別平等、環境、海洋、家庭教育、人權、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育。

註3：**九年級第二學期須規劃學生畢業考後或國中會考後至畢業前課程活動之安排。**

註4：須依據本土語文/臺灣手語各語種實際開課情形填寫課程計畫。

註5：依據「高雄市高級中等以下學校線上教學計畫」第七點所示：「疫情趨緩後維持線上教學：（一）全校性線上教學後續得以每月實施1次或每學期實施3次為原則，各班級均須實施。學校得視不同年級，彈性調整次數，並應事前與師生及家長充分說明。……（四）鼓勵學校於各領域課程計畫規劃時，每學期至少實施3次線上教學。」，故請各校於每學期各領域/科目課程計畫「線上教學」欄勾選，並註明預計實施線上教學之方式。(現有教學平台如均一教育平臺、因材網、達學堂、E-game、教育雲、學習吧、PaGamO等)

註6：依據十二年國民基本教育課程綱要總綱，國民小學及國民中學教育階段規劃說明「領域學習課程跨領域統整課程最多佔領域學習課程總節數五分之一，其學習節數得分開計入相關學習領域，並可進行協同教學」。



 九 年級第二學期健體領域/體育科課程計畫

| 週次 | 單元/主題名稱 | 對應領域核心素養指標 | 學習重點 | 評量方式 | 議題融入 | 線上教學方式（此為因應疫情之線上教學演練，每學期至少實施3次，請見註5） | 「跨領域統整或協同教學｣規劃(註6，無則免填) |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 學習內容 | 學習表現 |
| 第1週02/11-02/14開學 | 第4單元親水之旅第1章水域嬉遊──水域休閒 | 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-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。 | Bc-Ⅳ-1 簡易運動傷害的處理與風險規避。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。 | 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。3d-Ⅳ-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。4d-Ⅳ-3 執行提升體適能的身體活動。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.實作練習4.討論分享 | 法定：健體-海洋-2法定：健體-水域-2課綱：健體-海洋教育-(海J1)-2課綱：健體-海洋教育-(海J2)-2課綱：健體-安全教育-(安J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明(需含協同教學重點、協同教師領域/姓名)範例:1.協助學生專題探究分組指導2.○○領域○○○老師 |
| 第2週02/17-02/21 | 第4單元親水之旅第1章水域嬉遊──水域休閒 | 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-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。 | Bc-Ⅳ-1 簡易運動傷害的處理與風險規避。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。 | 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。3d-Ⅳ-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。4d-Ⅳ-3 執行提升體適能的身體活動。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.實作練習4.討論分享 | 法定：健體-海洋-2法定：健體-水域-2課綱：健體-海洋教育-(海J1)-2課綱：健體-海洋教育-(海J2)-2課綱：健體-安全教育-(安J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第3週02/24-02/28 | 第4單元親水之旅第2章徜徉水面──游泳 | 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-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-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。 | Cb-Ⅳ-3 奧林匹克運動會的精神。Gb-Ⅳ-2 游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。 | 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。2c-Ⅳ-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。4c-Ⅳ-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.認知測驗卷5.運動行為計畫實踐表6.學習活動單 | 法定：健體-生涯-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第4週03/03-03/07 | 第4單元親水之旅第2章徜徉水面──游泳 | 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-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-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。 | Cb-Ⅳ-3 奧林匹克運動會的精神。Gb-Ⅳ-2 游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。 | 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。2c-Ⅳ-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。4c-Ⅳ-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.認知測驗卷5.運動行為計畫實踐表6.學習活動單 | 法定：健體-生涯-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第5週03/10-03/14 | 第5單元瞄準目標第1章推心置腹──高爾夫 | 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-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-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-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。 | Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合與團隊戰術。 | 1c-Ⅳ-1 了解各項運動基礎原理和規則。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-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-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.習題：作畫5.運動賞析紀錄表 | 法定：健體-生涯-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第6週03/17-03/21 | 第5單元瞄準目標第2章一桿入袋——撞球 | 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-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。 | Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合與團隊戰術。 | 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-1 運用運動技術的學習策略。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.認知習題5.踏查探究作業紀錄表 | 法定：健體-生涯-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第7週03/24-03/28第一次定期評量 | 第6單元精益球精第1章比手畫腳——棒壘球【第一次評量週】 | 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-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。 | 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-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。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。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。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。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.學習單 | 課綱：健體-品德教育-(品J1)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第8週03/31-04/04 | 第6單元精益球精第1章比手畫腳——棒壘球 | 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-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。 | 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-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。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。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。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。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.認知測驗卷(白紙) | 課綱：健體-品德教育-(品J1)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第9週04/07-04/11 | 第6單元精益球精第2章防禦陣線聯盟──籃球 | 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-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-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。 | Bc-Ⅳ-1 簡易運動傷害的處理與風險規避。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-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-3 規劃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。 | 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.學習單6.運動行為計畫實踐表 | 課綱：健體-人權教育-(人J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第10週04/14-04/18 | 第6單元精益球精第3章手腦並用──手球 | 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-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-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-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。 | 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。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-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。3d-Ⅳ-2 運用運動比賽中的各種策略。4d-Ⅳ-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.學習單 | 法定：健體-生涯-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第11週04/21-04/25 | 第6單元精益球精第3章手腦並用──手球 | 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-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-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-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。 | 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。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-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。3d-Ⅳ-2 運用運動比賽中的各種策略。4d-Ⅳ-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.學習單 | 法定：健體-生涯-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第12週04/28-05/02 | 第6單元精益球精第4章乒乓旋風——桌球 | 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-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-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。 | 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。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。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-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。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作 | 法定：健體-生涯-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第13週05/05-05/09第二次定期評量 | 第6單元精益球精第4章乒乓旋風——桌球【第二次/畢業考評量週】 | 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-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-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。 | 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。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。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-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。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.『「桌」對廝殺』學習單5.我的個人戰術表 | 法定：健體-生涯-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第14週05/12-05/16 | 第6單元精益球精第5章東攔西阻——排球【5/17、5/18會考】 | 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-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-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。 | 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。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。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-2 運用運動比賽中的各種策略。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作 | 課綱：健體-品德教育-(品J1)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第15週05/19-05/23 | 第6單元精益球精第5章東攔西阻——排球 | 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-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-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。 | 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。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。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-2 運用運動比賽中的各種策略。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作 | 課綱：健體-品德教育-(品J1)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第16週05/26-05/30 | 第7單元武體之美第1章操之在我——體操 | 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-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-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-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。 | Ia-Ⅳ-2 器械體操動作組合。 | 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-1 運用運動技術的學習策略。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。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。 | 1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.學習單(運動行為計畫實踐表) | 課綱：健體-安全教育-(安J6)-2課綱：健體-安全教育-(安J9)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |
| 第17週06/02-06/06 | 第7單元武體之美第1章操之在我——體操第2章形神兼備、內外兼修——武術 | 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-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-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-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。 | Ia-Ⅳ-2 器械體操動作組合。Bd-Ⅳ-1 武術套路動作與攻防技巧。 | 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。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。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-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。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1章操之在我——體操】1.課堂觀察2.口語問答3.技能實作4.學習活動單(運動行為計畫實踐表)【第2章形神兼備、內外兼修——武術】5.課堂觀察6.學生自評7.技能實作 | 法定：健體-生涯-2課綱：健體-安全教育-(安J6)-2課綱：健體-安全教育-(安J9)-2課綱：健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_□預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_■現有平台教學:康軒影音頻道□其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整□協同教學規劃說明 |

註1：若為一個單元或主題跨數週實施，可合併欄位書寫。

註2：「議題融入」中「法定議題」為必要項目，課綱議題則為鼓勵填寫。(例：法定/課綱：領域-議題-(議題實質內涵代碼)-時數)

（一）法定議題：性別平等教育、環境教育課程、海洋教育、家庭教育、生涯發展教育（含職業試探、生涯輔導課程）、性侵害防治教育課程、交通安全教育、反毒認知教學、家庭暴力防治教育、低碳環境教育、愛滋病宣導、健康飲食教育、水域安全宣導教育課程、登革熱防治教育、全民國防教育、兒童權利公約、兒童及少年性剝削防制教育。

（二）課綱議題：性別平等、環境、海洋、家庭教育、人權、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育。

註3：**九年級第二學期須規劃學生畢業考後或國中會考後至畢業前課程活動之安排。**

註4：須依據本土語文/臺灣手語各語種實際開課情形填寫課程計畫。

註5：依據「高雄市高級中等以下學校線上教學計畫」第七點所示：「疫情趨緩後維持線上教學：（一）全校性線上教學後續得以每月實施1次或每學期實施3次為原則，各班級均須實施。學校得視不同年級，彈性調整次數，並應事前與師生及家長充分說明。……（四）鼓勵學校於各領域課程計畫規劃時，每學期至少實施3次線上教學。」，故請各校於每學期各領域/科目課程計畫「線上教學」欄勾選，並註明預計實施線上教學之方式。(現有教學平台如均一教育平臺、因材網、達學堂、E-game、教育雲、學習吧、PaGamO等)

註6：依據十二年國民基本教育課程綱要總綱，國民小學及國民中學教育階段規劃說明「領域學習課程跨領域統整課程最多佔領域學習課程總節數五分之一，其學習節數得分開計入相關學習領域，並可進行協同教學」。