附件伍-1

七年級第一學期體育科目課程計畫

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 週次  上學期**21**週、下學期**21**週 | 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  09/01-09/05  開學 | 單元4  運動穿著與防護  第1章  跑步服裝秀 | 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。 | 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。 | Bc-Ⅳ-1簡易運動傷害的處理與風險。 | 上課參與  平時觀察 | 課綱:健體-生命-(生J5)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第2週  09/08-09/12 | 單元4  運動穿著與防護  第2章  護具大集合 | 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。 | 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。 | Bc-Ⅳ-1簡易運動傷害的處理與風險。 | 上課參與  紙筆測驗 | 課綱:健體-安全-(安J2)-1  課綱:健體-安全-(安J4)-1  課綱:健體-生命-(生J5)-1  課綱:健體-閱讀-(閱J3)-1 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第3週  09/15-09/19 | 單元五  體適能  第1章  健康體適能 體適能檢測 | 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。 | 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。  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。 | Ab-Ⅳ-1體適能促進策略與活動方法。 | 上課參與  技能測驗 | 課綱:健體-閱讀-(閱J3)-2  法定/課綱:健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第4週  09/22-09/26 | 單元五  體適能  第2章  接力 衝破終點線 | 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。 | 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。 | Ga-Ⅳ-1跑、跳與推擲的基本技巧。 | 上課參與  平時觀察  技能表現  分組競賽 | 課綱:健體-戶外-(戶J5)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第5週  09/29-10/03 | 單元五  體適能  第2章  接力 衝破終點線 | 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。 | 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。 | Ga-Ⅳ-1跑、跳與推擲的基本技巧。 | 上課參與  平時觀察  技能表現  分組競賽 | 課綱:健體-戶外-(戶J5)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第6週  10/06-10/10/ | 單元五  體適能  第2章  接力 衝破終點線 | 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。 | 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。 | Ga-Ⅳ-1跑、跳與推擲的基本技巧。 | 上課參與  平時觀察  技能表現  分組競賽 | 課綱:健體-戶外-(戶J5)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第7週  10/13-10/17  第一次定期評量 | 單元六  安心暢游  第1章  水域安全 智者樂水 | 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-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。 | 1c-Ⅳ-2評估運動風險，維護安全的運動情境。  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。  3d-IV-3應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 | Cb-IV-2各項運動設施的安全使用規定。  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。 | 上課參與  平時觀察  技能表現  分組競賽 | 法定/課綱:健體-海洋-(海J1)-2  法定/課綱:健體-海洋-(海J12)-2  法定:健體-水域安全-2  課綱:健體-安全-(安J1)-2  課綱:健體-安全-(安J4)-2  課綱:健體-生命-(生J5)-2  課綱:健體-人權-(人J8)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第8週  10/20-10/24 | 單元六  安心暢游  第2章  自救求生 臨危自保 | 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。 | 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。  2c-IV-3表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。  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。 | 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。 | 上課參與  平時觀察  技能表現  分組競賽 | 法定:水域安全-2  法定/課綱:健體-海洋-(海J1)-2  課綱:健體-安全-(安J1)-2  課綱:健體-閱讀-(閱J10)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第9週  10/27-10/31 | 單元六  安心暢游  第2章  自救求生 臨危自保 | 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。 | 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。  2c-IV-3表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。  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。 | 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。 | 上課參與  平時觀察  技能表現  實作評量 | 法定:水域安全-2  法定/課綱:健體-海洋-(海J1)-2  課綱:健體-安全-(安J1)-2  課綱:健體-閱讀-(閱J10)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第10週  11/03-11/07 | 單元六 安心暢游 第3章  捷泳 流線直進 | 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。 | 1c-Ⅳ-1了解各項運動基礎原理和規則。  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。  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。 | Gb-Ⅳ-2游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。 | 上課參與  平時觀察  技能表現 | 法定/課綱:健體-海洋-(海J1)-2  課綱:健體-品德-(品EJU4)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第11週  11/10-11/14 | 單元六 安心暢游 第3章  捷泳 流線直進 | 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。 | 1c-Ⅳ-1了解各項運動基礎原理和規則。  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。  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。 | Gb-Ⅳ-2游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。 | 上課參與  平時觀察  技能表現 | 法定/課綱:健體-海洋-(海J1)-2  課綱:健體-品德-(品EJU4)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第12週  11/17-11/21 | 單元六 安心暢游 第3章  捷泳 流線直進 | 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。 | 1c-Ⅳ-1了解各項運動基礎原理和規則。  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。  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。 | Gb-Ⅳ-2游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。 | 上課參與  平時觀察  技能表現 | 法定/課綱:健體-海洋-(海J1)-2  課綱:健體-品德-(品EJU4)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第13週  11/24-11/28  第二次定期評量 | 單元七  球類入門 第1章  籃球 出手得分 | 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。 | 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。  3d-IV-2運用運動比賽中的各種策略。 | Hb-Ⅳ-1陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 上課參與  平時觀察  技能表現  分組競賽 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第14週  12/01-12/05 | 單元七  球類入門 第1章  籃球 出手得分 | 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。 | 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。  3d-IV-2運用運動比賽中的各種策略。 | Hb-Ⅳ-1陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 上課參與  平時觀察  技能表現  分組競賽 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第15週  12/08-12/12 | 單元七  球類入門 第1章  籃球 出手得分 | 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。 | 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。  3d-IV-2運用運動比賽中的各種策略。 | Hb-Ⅳ-1陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 上課參與  平時觀察  技能表現  分組競賽 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第16週  12/15-12/19 | 單元七  球類入門  第2章  排球 一球入魂 | 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。 | 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。 | Ha-Ⅳ-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 上課參與  平時觀察  技能表現  分組競賽 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第17週  12/22-12/26 | 單元七  球類入門  第2章  排球 一球入魂 | 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。 | 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。 | Ha-Ⅳ-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 上課參與  平時觀察  技能表現  分組競賽 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第18週  12/29-01/02 | 單元七  球類入門  第3章 羽球 擊球高手 | 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。 | 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。 | Ha-Ⅳ-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 上課參與  平時觀察  技能表現  分組競賽 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第19週  01/05-01/09 | 單元七  球類入門  第3章 羽球 擊球高手 | 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。 | 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。 | Ha-Ⅳ-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 上課參與  平時觀察  技能表現  分組競賽 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第20週  01/12-01/16  第三次定期評量 | 單元七  球類入門 第4章  足球 腳下功夫 | 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。 | 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。  3d-Ⅳ-1運用運動技術的學習策略。  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。 | Hb-Ⅳ-1陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 上課參與  平時觀察  技能表現  分組競賽 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第21週  01/19-01/20 |  |  |  |  |  |  |  |  |

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、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。**

七年級第二學期健康與體育領域/科目課程計畫

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 週次  上學期**21**週、下學期**21**週 | 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  02/11-02/13  開學 | 單元4  Baseball運動誌  第1章  從棒球看臺灣 | 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-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。 | 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。 Ib-Ⅳ-1自由創作舞蹈。 | 2d-Ⅳ-2展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。  2d-IV-3鑑賞本土與世界運動的文化價值。 | 上課參與 小組討論 | 課綱:健體-品德-(品J2)-2  課綱:健體-品德-(品EJU6)-2  課綱:健體-多元-(多J2)-2  課綱:健體-多元-(多J8)-2  課綱:健體-國際-(國J2)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第2週  02/16-02/20 | 單元4  Baseball運動誌  第2章  臺灣棒球名人堂 | 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。 | 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。 | 2d-Ⅳ-2展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。  2d-IV-3鑑賞本土與世界運動的文化價值。  4c-IV-1分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 | 上課參與  分組報告 | 課綱:健體-品德-(品J2)-2  課綱:健體-品德-(品EJU6)-2  課綱:健體-多元-(多J2)-2  課綱:健體-閱讀-(閱J3)-2  課綱:健體-閱讀-(閱J6)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第3週  02/23-02/27 | 單元5  競技體適能  第1章  核心肌群 | 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。 | 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。  2c-Ⅳ-3表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。  4c-IV-3規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 | 上課參與  平時表現 技能測驗 | 課綱:健體-生涯-(涯J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第4週  03/02-03/06 | 單元5  競技體適能  第1章  核心肌群 | 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。 | 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。  2c-Ⅳ-3表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。  4c-IV-3規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 | 上課參與  平時表現 技能測驗 | 課綱:健體-生涯-(涯J4)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第5週  03/09-03/13 | 單元5  競技體適能  第2章  專項適能 | 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。 | Ab-Ⅳ-1體適能促進策略與活動方法。 | 1c-Ⅳ-1了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-2反思自己的運動技能。  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。  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。 | 上課參與 分組檢測 技能測驗 | 課綱:健體-閱讀-(閱J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第6週  03/16-03/20 | 單元5  競技體適能  第2章  專項適能 | 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。 | Ab-Ⅳ-1體適能促進策略與活動方法。 | 1c-Ⅳ-1了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-2反思自己的運動技能。  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。  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。 | 上課參與 分組檢測 技能測驗 | 課綱:健體-閱讀-(閱J3)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第7週  03/23-03/27  第一次定期評量 | 單元6  展臂優游  第1章  捷泳 水中協奏曲 | 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-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。 | Cc-IV-1水域休閒運動綜合應用。  Gb-Ⅳ-2游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。 | 1d-Ⅳ-2反思自己的運動技能。  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。 | 上課參與 技能測驗 |  | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第8週  03/30-04/03 | 單元6  展臂優游  第1章  捷泳 水中協奏曲 | 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-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。 | Cc-IV-1水域休閒運動綜合應用。  Gb-Ⅳ-2游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。 | 1d-Ⅳ-2反思自己的運動技能。  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。 | 上課參與 技能測驗 |  | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第9週  04/06-04/10 | 單元6  展臂優游  第1章  捷泳 水中協奏曲 | 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-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。 | Cc-IV-1水域休閒運動綜合應用。  Gb-Ⅳ-2游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。 | 1d-Ⅳ-2反思自己的運動技能。  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。 | 上課參與 技能測驗 |  | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第10週  04/13-04/17 | 單元6  展臂優游  第2章  救生伸拋划 援力同在 | 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。 | Ba-Ⅳ-3緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。  Bc-Ⅳ-1簡易運動傷害的處理與風險。  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。 | 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。  3d-Ⅳ-3應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 | 上課參與 技能測驗 | 法定:健體-水域安全-2  法定/課綱:健體-海洋-(海J1)-2  課綱:健體-安全-(安J1)-2  課綱:健體-安全-(安J10)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第11週  04/20-04/24 | 單元6  展臂優游  第2章  救生伸拋划 援力同在 | 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。 | Ba-Ⅳ-3緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。  Bc-Ⅳ-1簡易運動傷害的處理與風險。  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。 | 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。  3d-Ⅳ-3應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 | 上課參與 技能測驗 | 法定:健體-水域安全-2  法定/課綱:健體-海洋-(海J1)-2  課綱:健體-安全-(安J1)-2  課綱:健體-安全-(安J10)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第12週  04/27-05/01 | 單元7  球類入門  第1章  籃球 扭轉乾坤 | 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。 | Hb-Ⅳ-1陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 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-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。 | 上課參與 技能測驗 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2  課綱:健體-戶外-(戶J5)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第13週  05/04-05/08  第二次定期評量 | 單元7  球類入門  第1章  籃球 扭轉乾坤 | 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。 | Hb-Ⅳ-1陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 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-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。 | 上課參與 技能測驗  分組競賽 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2  課綱:健體-戶外-(戶J5)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第14週  05/11-05/15 | 單元7  球類入門  第2章  排球 高手過招 | 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。 | 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-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。  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。 | 上課參與 技能測驗 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J2)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第15週  05/18-05/22 | 單元7  球類入門  第2章  排球 高手過招 | 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。 | 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-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。  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。 | 上課參與 技能測驗  分組競賽 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J2)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第16週  05/25-05/29 | 單元7  球類入門  第3章  羽球 先發制人 | 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-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。  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。 | 上課參與 技能測驗 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第17週  06/01-06/05 | 單元7  球類入門  第3章  羽球 先發制人 | 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-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。  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。 | 上課參與 技能測驗  分組競賽 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第18週  06/08-06/12 | 單元7  球類入門  第4章  足球 臨門一腳 | 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。 | 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。  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-3鑑賞本土與世界運動的文化價值。  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。 | 上課參與 實務操作 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2  課綱:健體-戶外-(戶J5)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第19週  06/15-06/19 | 單元7  球類入門  第4章  足球 臨門一腳 | 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。 | 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。  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-3鑑賞本土與世界運動的文化價值。  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。 | 上課參與 技能測驗 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2  課綱:健體-戶外-(戶J5)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第20週  06/22-06/26  第三次定期評量 | 單元7  球類入門  第4章  足球 臨門一腳 | 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。 | 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。  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-3鑑賞本土與世界運動的文化價值。  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。 | 上課參與 技能測驗 | 課綱:健體-品德-(品J1)-2  課綱:健體-品德-(品J8)-2  課綱:健體-戶外-(戶J5)-2 | □即時直播:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □預錄播放:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  █現有平台教學:南一數位資源入口網  □其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | □跨領域統整  □協同教學規劃說明 |
| 第21週  06/29-06/30 |  |  |  |  |  |  |  |  |