

南投縣集集國民中學 111 學年度領域學習課程計畫

【第一學期】

領域 /科目	健康與體育	年級/班級	八年級，共 2 班
教師	陳郁琬/吳佩璟	上課週/節數	每週 3 節，共 21 週，本學期共 63 節

課程目標：

1. 能辨別欣賞、喜歡與愛，了解健康的邀約、安全的約會方式，並學習情感維持與正確的結束方法。
2. 體認維護身體自主權的重要，建立性價值觀，認識性傳染病及預防方式。
3. 了解臺灣全民健保；破解國人就醫迷思，分析健保醫療浪費的原因；清楚正確的就醫流程；養成正確用藥態度與習慣；醫藥分業的注意事項。
4. 藥物濫用常見原因與種類；藥物濫用對社會的危害。
5. 藥物的拒絕技巧與原則，了解藥物濫用的戒治資源。
6. 了解不同貼紮類型的功能差異，並學習貼紮技術對身體運動的影響。
7. 認識標槍運動，成功做出完整標槍動作。
8. 認識三項全能的起源的起源及各種距離；體驗不同項目間的轉換過程及身體的感受。
9. 認識體操運動的脈絡，臺灣在國際體操領域的表現，學習體操地板動作的技巧。
10. 熟練換氣與划手的配合技巧，精進泳技並思考換氣策略。認識浮潛安全守則，學習浮潛技能與知識。
11. 理解籃球、桌球、羽球及壘球的基本知識並能做出基本動作。

教學進度		核心素養	教學重點	評量方式	議題融入/ 跨領域(選填)
週次	單元名稱				

附件 2-5 (一、二、三/七、八、九年級適用)

	<p>單元一 愛，這件事 第 1 章 歌頌情誼~辨別 欣賞、喜歡與愛</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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 辨別欣賞、喜歡與愛。 2. 了解健康的邀約、安全的約會的方式。 3. 學習情感維持與結束的正確方式。 4. 培養情感關係中的正確態度與健康價值觀。 	<p>上課參與 平時觀察 小組討論 經驗分享 紙筆測驗</p>	<p>【性別平等】 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>一</p>	<p>單元四 貼心！就能安心！ 第 1 章 運動與貼紮~不同貼紮類型的功能差異。</p>	<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。 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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解不同貼紮類型的功能差異。 2. 體驗並練習貼紮技術對身體動作的影響。 3. 了解如何在常見的運動傷害中施作正確的貼紮技術。 	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>	<p>【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。 安 J2 判斷常見的事故傷害。 安 J5 了解特殊體質學生的運動安全。 安 J6 了解運動設施安全的維護。 安 J11 學習創傷救護技能。</p>
<p>二</p>	<p>單元一 愛，這件事 第 1 章 歌頌情誼~健康的邀約、安全的約會</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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 辨別欣賞、喜歡與愛。 2. 了解健康的邀約、安全的約會的方式。 3. 學習情感維持與結束的正確方式。 	<p>上課參與 平時觀察 小組討論 經驗分享 紙筆測驗</p>	<p>【性別平等】 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>

附件 2-5 (一、二、三／七、八、九年級適用)

			4. 培養情感關係中的正確態度與健康價值觀。		
	<p>單元五 挑戰極限 第 1 章 標槍 千斤一擲~ 標槍運動增能</p>	<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>1. 能遵守標槍場上安全規則及遊戲規則。 2. 能經由同儕間的觀察學習了解標槍動作的原理。 3. 懂得聯合身體各部位提升運動表現。 4. 能成功做出完整的標槍動作。 5. 相互合作的班級氣氛。 6. 能將學習到的軀幹、下肢訓練法運用於標槍運動增能。</p>	<p>上課參與 實作評量</p>	<p>【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。</p>
<p>三~四</p>	<p>單元一 愛，這件事 第 2 章 珍愛自我~維護 身體自主權</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>1. 體認維護身體自主權的重要。 2. 展現維護身體自主權的行動。 3. 分析未成年性行為發生的影響、法律責任與處理方式。 4. 建立健康的性價值觀。</p>	<p>上課參與 平時觀察 小組討論 經驗分享 紙筆測驗</p>	<p>【性別平等】 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 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 性 J6 探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。</p>

附件 2-5 (一、二、三／七、八、九年級適用)

	<p>單元五 挑戰極限 第 2 章 三項全能~認識 三項全能</p>	<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。 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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解三項全能的起源及各種距離。 2. 認識三項全能的器材及使用時機。 3. 體驗在不同項目之間轉換的過程、身體感受，並了解轉換區的擺放設置。 4. 學習設計適合自己的運動訓練計畫。 5. 完成一次的小型三項全能賽。 	<p>上課參與 平時觀察 技能測驗</p>	<p>【戶外教育】 戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。</p>
<p>五</p>	<p>單元一 愛，這件事 第 2 章 珍愛自我~建立 健康的性價值觀</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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 體認維護身體自主權的重要。 2. 展現維護身體自主權的行動。 3. 分析未成年性行為發生的影響、法律責任與處理方式。 4. 建立健康的性價值觀。 	<p>上課參與 平時觀察 小組討論 經驗分享 紙筆測驗</p>	<p>【性別平等】 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 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 性 J6 探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。</p>
	<p>單元五 挑戰極限 第 3 章</p>	<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</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識體操運動的脈絡。 2. 能夠了解臺灣在國際體操領域的表現。 	<p>上課參與 平時觀察 技能測驗</p>	<p>【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。</p>

附件 2-5 (一、二、三／七、八、九年級適用)

	<p>競技體操 地板~ 了解臺灣在國際體操領域的表現</p>	<p>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。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 3. 能夠了解體操地板運動為何。 4. 能夠了解體操地板運動的基本動作及練習方法。 5. 能夠學會體操地板運動的動作與正確技巧。 6. 能夠學會簡單的動作組合，並加以運用。 7. 能夠學會分析動作技巧與編排。 8. 能夠培養全身協調性與提升肌肉適能。 9. 能遵守安全規範及比賽規則。 10. 營造相互合作的班級氣氛。 11. 能夠欣賞他人的動作表現。 		<p>安 J2 判斷常見的事故傷害。 安 J6 了解運動設施安全的維護。 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。</p>
<p>六</p>	<p>單元一 愛，這件事 第 3 章 「性」福「保」 典~認識性傳染病的種類與症狀。</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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識性傳染病的種類與症狀。 2. 了解性傳染病的預防方式。 3. 培養關懷性傳染病患的態度。 4. 學習「健康技能-正確使用保險套」。 5. 培養堅守安全性行為的態度。 	<p>上課參與 平時觀察 分組討論 紙筆測驗</p>	<p>【法治教育】 法 J2 避免歧視。</p>

	<p>單元五 挑戰極限 第 3 章 競技體操 地板~ 體操地板運動</p>	<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。 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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識體操運動的脈絡。 2. 能夠了解臺灣在國際體操領域的表現。 3. 能夠了解體操地板運動為何。 4. 能夠了解體操地板運動的基本動作及練習方法。 5. 能夠學會體操地板運動的動作與正確技巧。 6. 能夠學會簡單的動作組合，並加以運用。 7. 能夠學會分析動作技巧與編排。 8. 能夠培養全身協調性與提升肌肉適能。 9. 能遵守安全規範及比賽規則。 10. 營造相互合作的班級氣氛。 11. 能夠欣賞他人的動作表現。 	<p>上課參與 平時觀察 技能測驗</p>	<p>【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。 安 J2 判斷常見的事故傷害。 安 J6 了解運動設施安全的維護。 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。</p>
<p>七</p>	<p>單元五 挑戰極限 第 3 章 競技體操 地板~ 培養全身協調性 與提升肌肉適能</p>	<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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識體操運動的脈絡。 2. 能夠了解臺灣在國際體操領域的表現。 3. 能夠了解體操地板運動為何。 4. 能夠了解體操地板運動的基本動作及練習方法。 <p>【第一次定期考查】</p>	<p>上課參與 平時觀察 技能測驗</p>	<p>【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。 安 J2 判斷常見的事故傷害。 安 J6 了解運動設施安全的維護。</p>

附件 2-5 (一、二、三／七、八、九年級適用)

		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。	<ol style="list-style-type: none"> 5. 能夠學會體操地板運動的動作與正確技巧。 6. 能夠學會簡單的動作組合，並加以運用。 7. 能夠學會分析動作技巧與編排。 8. 能夠培養全身協調性與提升肌肉適能。 9. 能遵守安全規範及比賽規則。 10. 營造相互合作的班級氣氛。 11. 能夠欣賞他人的動作表現。 <p>【第一次定期考查】</p>		安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。
八~九	單元一 愛，這件事 第 3 章 「性」福「保」典~了解性傳染病的預防方式	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。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識性傳染病的種類與症狀。 2. 了解性傳染病的預防方式。 3. 培養關懷性傳染病患的態度。 4. 學習「健康技能-正確使用保險套」。 5. 培養堅守安全性行為的態度。 	上課參與 平時觀察 分組討論 紙筆測驗	【法治教育】 法 J2 避免歧視。
	單元六 水上游龍 第 1 章	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	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識呼吸肌群在捷泳換氣中是如何作用。 2. 熟練捷泳換氣與划手的配合技巧。 	上課參與 技能測驗	

附件 2-5 (一、二、三／七、八、九年級適用)

	<p>捷泳 泳無止息~ 捷泳換氣中是如何作用</p>	<p>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。</p>	<p>3.自我反思動作學習成果，並分析與改善換氣問題。 4.精進泳技並思考換氣策略，有效應用於游泳能力評量並達成目標。</p>		
<p>十~十一</p>	<p>單元二 一生「醫」世 第1章 臺灣「醫」級棒 ~全民健保的價值與意涵</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。 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</p>	<p>1.了解臺灣推行全民健保的價值與意涵。 2.清楚健保經營方式和特色，並了解相關專有名詞的意義，進而懂得珍惜健保資源。 3.認識健保卡所提供的醫療服務項目、功能和使用方式。 4.破解國人就醫迷思，分析健保醫療資源浪費的原因。 5.清楚正確就醫流程，了解相關醫療制度和名詞。</p>	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>	<p>【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。</p>

附件 2-5 (一、二、三／七、八、九年級適用)

		合作及與人和諧互動的素養。	6. 選擇適當的就醫流程和習慣，並懂得珍惜醫療資源。		
	單元六 水上游龍 第 2 章 浮潛 深入潛出~ 浮潛安全守則， 執行安全的水上 休閒活動	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-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。	1. 認識浮潛安全守則，執行安全的水上休閒活動。 2. 學習浮潛的技巧，輕鬆結合自己的泳技，培養休閒運動的興趣。 3. 學習浮潛技能與知識，提高水上休閒活動的適應能力。 4. 了解海洋環境與生態，促進重視海洋環境保護意識。	上課參與 平時觀察 技能測驗	【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。 海 J2 認識並參與安全的海洋生態旅遊。 海 J14 探討海洋生物與生態環境之關聯。
十二~ 十三	單元二 一生「醫」世 第 2 章 正確用藥好安心 ~了解各類藥物 正確的使用時機 和方式	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，	1. 學會分析藥物的類型和特性，以及了解各類藥物正確的使用時機和方式。 2. 養成正確的用藥態度與習慣，並了解錯誤用藥對健康的危害。 3. 強調醫藥分業需注意的事項，以維護病人的權益與用藥品質。	上課參與 平時觀察 分組報告 經驗分享 紙筆測驗	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。

附件 2-5 (一、二、三／七、八、九年級適用)

		並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。	4. 能明辨藥物選購與使用訊息之適切和安全性，並明智選擇正確的用藥方式。		
	單元七 球類入門 第 1 章 籃球 跑動與配合~操作新、舊式上籃方式。	健體-J-C2 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。	1. 能瞭解進行籃球練習前，如何藉由腳步動態訓練提升體能。 2. 了解並操作新、舊式上籃方式。 3. 能運球並簡易突破障礙後上籃。 4. 能了解正確掩護動作，並應用不同方向的掩護阻擋防守者，協助隊上進攻。 5. 能在簡易賽事中自由運用掩護、擋拆等技術。	上課參與 平時觀察 技能測驗	
十四	單元二 一生「醫」世 第 2 章 正確用藥好安心 ~正確的用藥態度與習慣	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	1. 學會分析藥物的類型和特性，以及了解各類藥物正確的使用時機和方式。 2. 養成正確的用藥態度與習慣，並了解錯誤用藥對健康的危害。 3. 強調醫藥分業需注意的事項，以維護病人的權益與用藥品質。	上課參與 平時觀察 分組報告 經驗分享 紙筆測驗	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。

附件 2-5 (一、二、三/七、八、九年級適用)

		基本概念，應用於日常生活中。	4. 能明辨藥物選購與使用訊息之適切和安全性，並明智選擇正確的用藥方式。 【第二次定期考查】		
十四	單元七 球類入門 第 1 章 籃球 跑動與配合~ 了解正確掩護動作	健體-J-C2 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。	1. 能瞭解進行籃球練習前，如何藉由腳步動態訓練提升體能。 2. 了解並操作新、舊式上籃方式。 3. 能運球並簡易突破障礙後上籃。 4. 能了解正確掩護動作，並應用不同方向的掩護阻擋防守者，協助隊上進攻。 5. 能在簡易賽事中自由運用掩護、擋拆等技術。 【第二次定期考查】	上課參與 平時觀察 技能測驗	
十五	單元二 一生「醫」世 第 2 章 正確用藥好安心 ~了解錯誤用藥對健康的危害	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。	1. 學會分析藥物的類型和特性，以及了解各類藥物正確的使用時機和方式。 2. 養成正確的用藥態度與習慣，並了解錯誤用藥對健康的危害。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。

附件 2-5 (一、二、三/七、八、九年級適用)

	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。	<ol style="list-style-type: none"> 3. 強調醫藥分業需注意的事項，以維護病人的權益與用藥品質。 4. 能明辨藥物選購與使用訊息之適切和安全性，並明智選擇正確的用藥方式。 		
單元七 球類入門 第 2 章 桌球 誰與爭鋒~ 桌球的發球原則	<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-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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識桌球的發球原則。 2. 能遵守球場上安全規則及遊戲規則。 3. 能了解桌球正拍發平擊球和反拍推擋的分解動作。 4. 能做出正拍發平擊球和反拍推擋的動作。 5. 培養控球落點瞄準目標物的能力。 6. 相互合作的班級氣氛。 	平時觀察 技能測驗	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。

	<p>單元三 「癮」爆新觀點 第 1 章 青春要玩不藥丸 ~藥物濫用的常見成因</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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 瞭解藥物濫用的常見成因。 2. 瞭解藥物濫用的種類。 3. 能說出藥物濫用對健康的影響。 4. 分析藥物濫用對社會的危害。 5. 能下定決心拒絕藥物濫用。 6. 能分析生活情境中隱藏的藥物濫用陷阱。 	<p>上課參與 平時觀察 經驗分享 紙筆測驗</p>	<p>【品德教育】 品 EJU1 尊重生命。</p>
<p>十六</p>	<p>單元七 球類入門 第 2 章 桌球 誰與爭鋒~ 球場上安全規則 及遊戲規則。</p>	<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-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</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識桌球的發球原則。 2. 能遵守球場上安全規則及遊戲規則。 3. 能了解桌球正拍發平擊球和反拍推擋的分解動作。 4. 能做出正拍發平擊球和反拍推擋的動作。 5. 培養控球落點瞄準目標物的能力。 6. 相互合作的班級氣氛。 	<p>平時觀察 技能測驗</p>	<p>【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p>

附件 2-5 (一、二、三/七、八、九年級適用)

		合作及與人和諧互動的素養。			
十七	單元三 「癮」爆新觀點 第 1 章 青春要玩不藥丸 ~分析生活情境 中隱藏的藥物濫 用陷阱	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。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 瞭解藥物濫用的常見成因。 2. 瞭解藥物濫用的種類。 3. 能說出藥物濫用對健康的影響。 4. 分析藥物濫用對社會的危害。 5. 能下定決心拒絕藥物濫用。 6. 能分析生活情境中隱藏的藥物濫用陷阱。 	上課參與 平時觀察 經驗分享 紙筆測驗	【品德教育】 品 EJU1 尊重生命。
	單元七 球類入門 第 3 章 羽球 致命一擊~ 羽球殺球之不同 方式	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。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識 2020 東京奧運選手的精湛表現及最關鍵的後場致命一擊。 2. 經由高遠球對抗賽，熟習舊經驗，並藉此建立後場擊球之基本能力。 3. 了解與學會後場殺球動作要領與應用，並建立擊球時正確的拍面擊球位置及發力。 4. 能了解羽球殺球之不同方式並能在比賽中欣賞。 	平時觀察 上課參與 技能測驗	

附件 2-5 (一、二、三/七、八、九年級適用)

			5. 能學會殺球時的使用時機與執行方法，並實際應用於比賽戰術戰略。		
十八	單元三 「癮」爆新觀點 第 2 章 毒來不毒往~拒 絕的原則與技巧	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。	1. 認識拒絕的原則與技巧。 2. 能以正向的態度面對拒絕。 3. 能使用合適的拒絕技巧達到拒絕的目的。 4. 了解藥物濫用的戒治資源。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	【法治教育】 法 J4 理解規範國家強制力之重要性。
	單元七 球類入門 第 3 章 羽球 致命一擊~ 應用於比賽戰術 戰略。	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。	1. 認識 2020 東京奧運選手的精湛表現及最關鍵的後場致命一擊。 2. 經由高遠球對抗賽，熟習舊經驗，並藉此建立後場擊球之基本能力。 3. 了解與學會後場殺球動作要領與應用，並建立擊球時正確的拍面擊球位置及發力。 4. 能了解羽球殺球之不同方式並能在比賽中欣賞。 5. 能學會殺球時的使用時機與執行方法，並實際應用於比賽戰術戰略。	平時觀察 上課參與 技能測驗	

十九~二十	<p>單元三 「癮」爆新觀點 第 2 章 毒來不毒往~藥物濫用的戒治資源</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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識拒絕的原則與技巧。 2. 能以正向的態度面對拒絕。 3. 能使用合適的拒絕技巧達到拒絕的目的。 4. 了解藥物濫用的戒治資源。 	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>	<p>【法治教育】 法 J4 理解規範國家強制力之重要性。</p>
	<p>單元七 球類入門 第 4 章 壘球 身手矯健~壘球運動的演進脈絡</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。 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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識壘球運動的演進脈絡。 2. 能比較出棒球與壘球的差異。 3. 能遵守球場上的遊戲規則。 4. 能了解傳接球動作之原理。 5. 能利用身體各部位力量來完成穩定傳接球動作。 6. 了解正式比賽的傳接順序與不同的傳接組合變化。 7. 相互合作的班級氣氛。 	<p>平時觀察 上課參與 技能測驗</p>	<p>【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。 品 J8 理性溝通與問題解決。</p>
二十一	<p>單元三 「癮」爆新觀點 第 2 章 毒來不毒往~合適的拒絕技巧達到拒絕的目的</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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識拒絕的原則與技巧。 2. 能以正向的態度面對拒絕。 3. 能使用合適的拒絕技巧達到拒絕的目的。 4. 了解藥物濫用的戒治資源。 <p>【第三次定期考查】</p>	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>	<p>【法治教育】 法 J4 理解規範國家強制力之重要性。</p>

附件 2-5 (一、二、三/七、八、九年級適用)

	<p>單元七 球類入門 第 4 章 壘球 身手矯健~ 穩定傳接球動作</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-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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識壘球運動的演進脈絡。 2. 能比較出棒球與壘球的差異。 3. 能遵守球場上的遊戲規則。 4. 能了解傳接球動作之原理。 5. 能利用身體各部位力量來完成穩定傳接球動作。 6. 了解正式比賽的傳接順序與不同的傳接組合變化。 7. 相互合作的班級氣氛。 <p>【第三次定期考查】</p>	<p>平時觀察 上課參與 技能測驗</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>品 J8 理性溝通與問題解決。</p>
--	--------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------