

新北市萬里國民中學 114 學年度九年級第 2 學期部定課程計畫 設計者：羅堉榕

1、課程類別：

1. 國語文 2. 英語文 3. 健康與體育 4. 數學 5. 社會 6. 藝術 7. 自然科學 8. 科技 9. 綜合活動
 10. 閩南語文 11. 客家語文 12. 原住民族語文：_____族 13. 新住民語文：_____語 14. 臺灣手語

2、課程內容修正回復：

當學年當學期課程審閱意見	對應課程內容修正回復

△上述表格自 113 學年度第 2 學期起正式列入課程計畫備查必要欄位。

☆本局審閱意見請至新北市國中小課程計畫備查資源網下載。

◎當學期課程審查後，請將上述欄位自行新增並填入審查意見及課程內容修正回復。

3、學習節數：每週(2)節，實施(18)週，共(36)節。

4、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<input checked="" type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2系統思考與解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變 <input checked="" type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養	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。

<p>■ C1道德實踐與公民意識</p> <p>■ C2人際關係與團隊合作</p> <p>□ C3 多元文化與國際理解</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> <p>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>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> <p>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。</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。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。</p>
---	---

5、課程架構：

6、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
呈現週及起訖時間 例如： 第一週 02/09~02/13 (1/21~1/23)	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險規避。	<p>水域休閒</p> <p>1. 學生分享水域休閒活動的經驗有哪些？</p> <p>2. 介紹水域活動些？</p> <p>3. 認識水域活動裝備及如何使用</p>	2	<p>1. 學習活單</p> <p>2. 電腦</p>	<p>1. 網路資源</p> <p>2. 水域風險辨識</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 實作練習</p> <p>4. 討論分享</p>	【海洋教育】 海 J1 參與多元海洋休閒與水域活	□實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費)

	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。	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	4. 影片欣賞水域運動			3. 技能體驗學習策略		動，熟練各種水域求生技能。 【安全教育】 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。	1、 協同科目： _____ 2、 協同節數： _____
第二週 02/16~02/20			春節假期						<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____ 春節假期
第三週 02/23~02/27	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。	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。	體適能測驗 1. 了解良好體適能和規律運動的重要性 2. 檢測坐姿體前彎、立定跳遠、仰臥捲腹、800/1600 公尺跑走	2	1. 碼表 2. 角錐 3. 跳繩	1. 遊戲化教學 2. 循環訓練法 3. 結合生活與科技	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 學習單	生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____

	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。							涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	2. 協同節數： 02/23(一)開學日 2/27(五)和平紀念日放假
第四週 03/02~03/06	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。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	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。	體適能測驗 1. 了解良好體適能和規律運動的重要性 2. 檢測坐姿體前彎、立定跳遠、仰臥捲腹、800/1600 公尺跑走	2	1. 碼表 2. 角錐 3. 跳繩	1. 遊戲化教學 2. 循環訓練法 3. 結合生活與科技	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 學習單	生涯規劃教育】 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。	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： 2. 協同節數：
第五週 03/09~03/13	1c-IV-2 評估運動風險，維護安	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。	體適能測驗 1. 了解良好體適能和規律運動的重要性	2	1. 碼表 2. 角錐 3. 跳繩	1. 遊戲化教學	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 學習單		<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申

	<p>全的運動情境。</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-3 執行提升體適能的身體活動。</p>	<p>Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。</p>	<p>2. 檢測坐姿體前彎、立定跳遠、仰臥捲腹、800/1600 公尺跑走</p>			<p>2. 循環訓練法</p> <p>3. 結合生活與科技</p>			<p>請授課鐘點費)</p> <p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</p>
<p>第六週</p> <p>03/16~03/20</p>	<p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</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-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>體適能測驗</p> <p>1. 了解良好體適能和規律運動的重要性</p> <p>2. 檢測坐姿體前彎、立定跳遠、仰臥捲腹、800/1600 公尺跑走</p>	<p>2</p>	<p>1. 碼表</p> <p>2. 角錐</p> <p>3. 跳繩</p>	<p>1. 遊戲化教學</p> <p>2. 循環訓練法</p> <p>3. 結合生活與科技</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 學習單</p>		<p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費)</p> <p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</p>

<p>第七週 03/23~03/27</p>	<p>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-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p>	<p>Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合與團隊戰術</p>	<p>高爾夫球 1 詢問學生有在電視上看過高爾夫球比賽？ 2. 了解高爾夫運動的規則 3. 講述高爾夫簡史 4. 主要活動：(1)介紹高爾夫個人裝備。(2)介紹場地設施。(3)握桿講解、示範與練習。(4)站姿講解、示範與練習。(5)推桿講解、示範與練習。(6)推推樂活動。 5. 發校園平面圖請各組，請各組同學一同設計與規畫校園 18 洞的場地設計圖。</p>	<p>2</p>	<p>1. 電腦 2. 高爾夫球桿、球 3. 角錐 4. 扁圓圈教具</p>	<p>1. 網路資源 2. 遊戲化與挑戰學習策略</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作</p>		<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____ 03/25(三)~03/26(四)第一次段考</p>
<p>第八週 03/30~04/03</p>	<p>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。</p>	<p>Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合與團隊戰術</p>	<p>高爾夫球 1 詢問學生有在電視上看過高爾夫球比賽？ 2. 了解高爾夫運動的規則 3. 講述高爾夫簡史 4. 主要活動：(1)介紹高爾夫個人裝備。(2)介紹場地設施。(3)握桿講解、示範與練習。(4)站姿講解、示範與練習。(5)推桿講解、</p>	<p>2</p>	<p>1. 電腦 2. 高爾夫球桿、球 3. 角錐 4. 扁圓圈教具</p>	<p>1. 網路資源 2. 遊戲化與挑戰學習策略</p>	<p>1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作</p>		<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____</p>

	3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。		示範與練習。(6)推推樂活動。 5.發校園平面圖請各組，請各組同學一同設計與規畫校園 18 洞的場地設計圖。						04/03(五)兒童節放假
第九週 04/06~04/10	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。	Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	足壘球 1. 認識足壘球規則 2. 踢球動作及傳接球練習 4. 分組競賽	2	足球、壘包、白板/筆	1. 規則與概念建立 2. 合作學習策略	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____	04/06(一)清明節放假
第十週 04/13~04/17	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 3d-IV-1 運用運動技術	Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	足壘球 1. 認識足壘球規則 2. 踢球動作及傳接球練習 4. 分組競賽	2	足球、壘包、白板/筆	1. 規則與概念建立 2. 合作學習策略	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____	

	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。								2. 協同節數： _____
第十一週 04/20~04/24	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。	Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	足壘球 1. 認識足壘球規則 2. 踢球動作及傳接球練習 4. 分組競賽	2	足球、壘包、白板/筆	1. 規則與概念建立 2. 合作學習策略	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作		<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第十二週 04/27~05/01	2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	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	籃球 1 介紹籃球盯人防守觀念與位置 2. 暖身活動：(1)詢問學生身體狀況，預防運動傷害或加重病情的情況。(2)由	2	籃球數類、筆記型電腦、教學簡報	1. 網路資源 2. 規則與概念建立 2. 合作學習策略	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	【人權教育】 人 J3 探索各種利益可能發生的衝	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____

	<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-3 執行提升體適能的身體活動。</p>	<p>動動作組合及團隊戰術</p>	<p>老師帶領班上學生，進行單人或雙人伸展活動。</p> <p>3. 主要活動：「愛體育：對錯選邊站」。</p> <p>4. 上網搜尋、觀看美國國家籃球協會(NBA)、超級職業籃球聯賽(SBL)、大專籃球聯賽(UBA)或高級中等學校籃球聯賽(HBL)、三對三籃球等相關影片或電視轉播節目，並請學生發表最常看到哪些防守策略。</p> <p>5. 主要活動：(1)半場三對三團隊防守觀念與站位模擬練習。(2)愛體育：猜猜猜活動—防守觀念與站位。</p> <p>6. 綜合活動：防禦陣線(半場三對三)。</p>				<p>6. 運動行為計畫實踐表</p>	<p>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>2. 協同節數：</p>
<p>第十三週 05/04~05/08</p>	<p>2c-IV-2 表現利他合群的态度，與他人理性溝通與和諧互動。</p>	<p>Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險規避。</p> <p>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運</p>	<p>籃球</p> <p>1 介紹籃球盯人防守觀念與位置</p> <p>2. 暖身活動：(1)詢問學生身體狀況，預防運動傷害或加重病情的情况。(2)由</p>	2	<p>籃球數類、筆記型電腦、教學簡報</p>	<p>1. 網路資源</p> <p>2. 規則與概念建立</p> <p>2. 合作學習策略</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>6. 運動行為</p>	<p>【人權教育】</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</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費)</p> <p>1. 協同科目：</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-3 執行提升體適能的身體活動。</p>	<p>動動作組合及團隊戰術</p>	<p>老師帶領班上學生，進行單人或雙人伸展活動。</p> <p>3. 主要活動：「愛體育：對錯選邊站」。</p> <p>4. 上網搜尋、觀看美國國家籃球協會(NBA)、超級職業籃球聯賽(SBL)、大專籃球聯賽(UBA)或高級中等學校籃球聯賽(HBL)、三對三籃球等相關影片或電視轉播節目，並請學生發表最常看到哪些防守策略。</p> <p>5. 主要活動：(1)半場三對三團隊防守觀念與站位模擬練習。(2)愛體育：猜猜猜活動—防守觀念與站位。</p> <p>6. 綜合活動：防禦陣線(半場三對三)。</p>				計畫實踐表	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>2. 協同節數：</p> <p>_____</p> <p>05/07(四)~05/08(五)九年級第二次段考</p>
<p>第十四週</p> <p>05/11~05/15</p>	<p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</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>手球</p> <p>1. 介紹守門員救球成功的精采比賽回顧，供學生觀摩，或當作前一堂課的學習單，請學生課前觀看。與同學一起討論如何做好守門</p>	2	<p>教師自行蒐集的手球基本技術訓練或教學影片</p>	<p>1. 規則與安全概念</p> <p>2. 動作技能學習策略</p> <p>3. 合作學習策略</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	<p><input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費)</p> <p>1. 協同科目：</p> <p>_____</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>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>員及普通球員的防守技術，藉此加強學生了解防守的重要性，而非一味的追求攻擊射門。</p> <p>2. 主要活動：(1)複習射門和守門員的防守技術。(2)對人的相關規則解說。(3)普通球員防守基本姿勢要領與練習。(4)防守步法講說與練習。</p> <p>3. 分組比賽</p>					<p>2. 協同節數： _____</p> <p>05/12(二)~05/13(三)七八年級第二次段考</p> <p>05/16(六)~05/17(日)九年級會考</p>
<p>第十五週 05/18~05/22</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>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>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>手球</p> <p>1. 介紹守門員救球成功的精采比賽回顧，供學生觀摩，或當作前一堂課的學習單，請學生課前觀看。與同學一起討論如何做好守門員及普通球員的防守技術，藉此加強學生了解防守的重要性，而非一味的追求攻擊射門。</p> <p>2. 主要活動：(1)複習射門和守門員的防守技術。(2)對人的相關規則解說。(3)普通球員防守基</p>	2	<p>教師自行蒐集的手球基本技術訓練或教學影片</p>	<p>1. 規則與安全概念</p> <p>2. 動作技能學習策略</p> <p>3. 合作學習策略</p>	<p>1. 課堂觀察</p> <p>2. 口語問答</p> <p>3. 技能實作</p> <p>4. 學習單</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費)</p> <p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</p>

			本姿勢要領與練習。(4)防守步法講說與練習。 3. 分組比賽						
第十六週 05/25~05/29	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 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術	排球 1. 排球比賽影片欣賞 2. 進行攔網時起跳練習操作。(3)兩人一組無球攔網(原地起跳攔網)。 3. 第2節：主要活動：(1)兩人一組練習(一人丟球+一人原地攔網)。(2)兩人一組練習(一人丟球+一人左右攔網)。(3)教師觀察學生攔網動作，分析正確與否。 4 分組比賽	2	數顆排球、小角錐 粉筆、筆電	1. 規則與安全概念 2. 動作技能學習策略 3. 合作學習策略	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作		<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第十七週 06/01~06/05	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 3d-IV-2 運用運動比賽	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術	排球 1. 排球比賽影片欣賞 2. 進行攔網時起跳練習操作。(3)兩人一組無球攔網(原地起跳攔網)。 3. 第2節：主要活動：(1)兩人一組練習(一人丟球+一人原地攔網)。(2)兩人	2	數顆排球、小角錐 粉筆、筆電	1. 規則與安全概念 2. 動作技能學習策略 3. 合作學習策略	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作		<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

	中的各種策略		一組練習(一人丟球+一人左右攔網)。(3)教師觀察學生攔網動作，分析正確與否。 4 分組比賽						
第十八週 06/08~06/12	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合與團隊戰術。	足壘球 1 講解足壘球規則、場地 2. 暖身活動：傳接球、跑壘練習 3. 分組比賽	2	1 足壘球具、大角錐 2. 哨子、記分板	1. 規則與安全概念 2. 動作技能學習策略 3. 合作學習策略	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		<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

7、本課程是否有校外人士協助教學：(本表格請勿刪除。)

否，全學年都沒有(以下免填)。

有，部分班級，實施的班級為：_____。

有，全學年實施。

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		<input type="checkbox"/> 簡報 <input type="checkbox"/> 印刷品 <input type="checkbox"/> 影音光碟 <input type="checkbox"/> 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明： _____			

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。