附件伍-1

113學年度
課程計畫

九 年級第 1 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（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				
1	準備週 課程介紹		各項目課程介紹	引起學習動機	口語表達		□即時直播:_____ □預錄播放:_____ ■現有平台教學: 均一 □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
2 ~ 3	第4單元: 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	1.坐姿體前彎 2.一分鐘仰臥起坐 3.立定跳遠 4.800/1600公尺走跑 5.身高/體重(BMI值) 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。	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。 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。	口頭評量 紙筆評量	法定:健康-性別平等-(性E1、性J1、性U1)-2	□即時直播:_____ □預錄播放:_____ ■現有平台教學: 均一 □其他:_____	□跨領域統整 □協同教學規劃說明

		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。						
4 ~ 5	第5單元: 一擲定江山-投擲	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	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。 Ib-Ⅳ-1 自由創作舞蹈。	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。 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。	口頭評量 紙筆評量		□即時直播:_____ □預錄播放:_____ □現有平台教學:_____ □其他:_____	

		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。		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。 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。				
6 ~ 7 ~ 8 定期考查週	第6單元: 第1章疾風勁壘-棒壘球	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。	口頭評量 紙筆評量		□即時直播:_____ □預錄播放:_____ □現有平台教學:_____ □其他:_____	

				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。				

				4d-Ⅳ-1　發展適合個人之專項運動技能。				
9 ~ 10 ~ 11 ~ 12	第6單元: 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	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。 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。	口頭評量 紙筆評量		□即時直播:_____ □預錄播放:_____ □現有平台教學:_____ □其他:_____	□跨領域統整 □協同教學規劃說明

		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。		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。				
13 ~ 14 定期考	第6單元: 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	Bc-Ⅳ-1 簡易運動傷害的處理與風險。 Ha-Ⅳ-1　網/牆性球類運動動	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。	口頭評量 紙筆評量		□即時直播:_____ □預錄播放:_____ □現有平台教學:_____ □其他:_____	□跨領域統整 □協同教學規劃說明

查週~15~16		，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。	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。 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-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。 4d-Ⅳ-2　執行個人運動計畫，實際參與身體活動。				
17 ~ 18 ~ 19 ~ 20	第6單元: 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	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	口頭評量 紙筆評量		□即時直播:_____ □預錄播放:_____ □現有平台教學:_____ □其他:_____	□跨領域統整 □協同教學規劃說明

		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。		力，發展專項運動技能。 3d-Ⅳ-1 運用運動技術的學習策略。 4d-Ⅳ-1　發展適合個人之專項運動技能。				
21 定期考查週 ~ 22 課程結束	期末總回饋	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。	各項目學習單回饋與講解。	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。	教師講評 紙本評量		□即時直播:_____ □預錄播放:_____ □現有平台教學:_____ □其他:_____	□跨領域統整 □協同教學規劃說明

- 上學期共22週。

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」。