

高雄市立嘉興國民中學108學年度第1學期七年級部定(領域)課程 (健康與體育-體育)領域計畫

週次	單元/主題 名稱	對應領域 核心素養指標	教學/學習重點		評量方式	跨領域統整或 協同教學規劃 (無則免填)	議題融入
			學習內容	學習表現			
1	課程說明、規範及分組(準備週)						
2	球類入門 第2章 排球——球入魂	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。	Bc-IV-1簡易運動傷害的處理與風險。 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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。	平時觀察		
3	球類入門 第2章 排球——球入魂	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。	Bc-IV-1簡易運動傷害的處理與風險。 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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。	平時觀察		

4	球類入門 第2章 排球——球入魂	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。	Bc-IV-1簡易運動傷害的處理與風險。 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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。	技能測驗		
5	球類入門 第2章 排球——球入魂	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。	Bc-IV-1簡易運動傷害的處理與風險。 Ha-IV-1網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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。	技能測驗		
6	單元5 體適能 第1章 健康體適能——體適能檢測	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。	1d-IV-2反思自己的動作技能。 2c-IV-2表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	平時觀察 技能測驗		生
7	單元5 體適能 第1章 健康體適能——體適能檢測	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。	1d-IV-2反思自己的動作技能。 2c-IV-2表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	平時觀察 技能測驗		生

8 第一次 段考	單元5 體適能 第2章 接力－衝破終 點線	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。	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。 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。	平時觀察 技能測驗		
9	單元5 體適能 第2章 接力－衝破終 點線	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。	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。 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。	平時觀察 技能測驗		
10	單元5 體適能 第2章 接力－衝破終 點線	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。	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。 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。	平時觀察 技能測驗		
11	單元5 體適能 第2章 接力－衝破終 點線	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。	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。 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。	平時觀察 技能測驗		

12	單元7 球類入門 第1章 籃球－出手得分	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。	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。 1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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。	平時觀察		
13	單元7 球類入門 第1章 籃球－出手得分	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。	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。 1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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。	平時觀察		
14 第二次 段考	單元7 球類入門 第1章 籃球－出手得分	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。	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。 1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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。	平時觀察 技能測驗		
15	單元7 球類入門 第1章 籃球－出手得分	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。	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。 1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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。	平時觀察 技能測驗		

16	單元7 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。	Ha-IV-1網/牆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。 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。	平時觀察		
17	單元7 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。	Ha-IV-1網/牆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。 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。	平時觀察		
18	單元7 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。	Ha-IV-1網/牆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。 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。	平時觀察 技能測驗		
19	單元7 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。	Ha-IV-1網/牆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。 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。	平時觀察 技能測驗		

20	單元7 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。	Hb-IV-1陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。	平時觀察		
21 第三次 段考	單元7 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。	Hb-IV-1陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。	平時觀察		
22 課程結 束							

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：議題融入代號(例：法定/課綱：領域-領域-(議題實質內涵代碼)-時數)

生:生涯發展教育、性:性別平等教育、侵:性侵害防治教育課程、環:環境教育課程、碳:低碳環境教育課程、登:登革熱防治教育、健:健康飲食教育、愛:愛滋病宣導、水:水域安全教育、

交:交通安全教育、反:反毒認知教學、全:全民國防教育、暴:家庭暴力防治、家:家庭教育、海:海洋教育

金:金融基礎教育、動:保護動物、災:防災教育、適:適性輔導、人:人權教育、資:資訊教育、命:生命教育、品:品德教育