**南投縣仁愛國民中學111學年度彈性學習課程計畫**

【第一學期】

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 課程名稱 | 籃球社－雲端麥可喬丹培訓計畫 | 年級/班級 | **702** |
| 彈性學習課程類別 | □統整性(□主題□專題□議題)探究課程  ■社團活動與技藝課程  □特殊需求領域課程  □其他類課程 | 上課節數 | 每週1節，21週，共21節 |
| 設計教師 | 曾文儀 |
| 配合融入之領域及議題  (統整性課程必須2領域以上) | □國語文　□英語文(不含國小低年級)  □本土語文□臺灣手語　□新住民語文  □數學　　□生活課程　■健康與體育  □社會　　□自然科學　□藝術  ■綜合活動  □資訊科技(國小)　□科技(國中) | □人權教育　□環境教育　□海洋教育　■品德教育  ■生命教育　□法治教育　□科技教育　□資訊教育  □能源教育　□安全教育　□防災教育　□閱讀素養  □家庭教育　■戶外教育　■原住民教育□國際教育  □性別平等教育　□多元文化教育　□生涯規劃教育 | |
| 設計理念 | 透過籃球運動發展學生健全身心，加強體能訓練，培養團隊合作知能。 | | |
| 總綱核心素養 | 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。 | | |
| 課程目標 | 1. 藉由訓練來熟悉各項基本動作，以期建立運動人才之優良基礎。  2. 培育學生具有耐心、恆心、信心的人格特質，期望學生能從訓練中培養足夠的耐心、恆心，並在突破自我限制後，建立豐富的自信，進而將優良的人格特質延續至未來，達到教育的目的。  3.培養學生規律的運動習慣，促進身心健康。強化學生運動知能，激發學生運動的動機與興趣，養成規律運動習慣；落實健康333之國民健康理念，培養學生自發自主的運動管理能力。藉由良好運動習慣的養成，遠離不良嗜好，促進身心健康，培養良好品德。  4. 藉由專注力訓練，提升學生學習成效。運動技巧之養成需要高度的專注力，藉此提升學生在其他領域的學習成效，達到五育均衡的教育目的。 | | |

| **教學進度** | | **學習表現**  須選用正確學習階段之2以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」 | **學習內容**  可學校自訂  若參考領綱，必須至少2領域以上 | **學習目標** | **學習活動** | **評量方式** | **教材**  **學習資源**  自選/編教材須經課發會審查通過 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **週次** | **單元名稱/節數** |
| 一 | 基本運球  訓練Ⅰ | 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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1. 能回答正確籃球規則 2. 能保持邊運球邊跑步至少1分鐘 | 1. 教師講解籃球規則 2. 教師示範動作 3. 個人動作練習時間 | 實作評量 | 籃球 |
| 二 | 基本運球  訓練Ⅱ | 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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1. 能回答正確籃球規則 2. 能保持邊運球邊跑步至少1分鐘 | 1. 教師講解籃球規則 2. 教師示範動作 3. 個人動作練習時間 | 實作評量 | 籃球 |
| 三 | 基本運球  訓練Ⅲ | 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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1. 能保持邊運球邊跑步至少1分鐘 2. 能做出標準帶球上籃動作至少3次 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 | 實作評量 | 籃球 |
| 四 | 基本運球  訓練Ⅳ | 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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1. 能保持邊運球邊跑步至少1分鐘 2. 能做出標準帶球上籃動作至少3次 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 | 實作評量 | 籃球 |
| 五 | 基本運球  訓練Ⅴ | 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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1. 能保持邊運球邊跑步至少1分鐘 2. 能做出標準帶球上籃動作至少3次 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 | 實作評量 | 籃球 |
| 六 | 基本運球  訓練Ⅵ | 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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1. 能保持邊運球邊跑步至少1分鐘 2. 能做出標準帶球上籃動作至少3次 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 | 實作評量 | 籃球 |
| 七 | 快攻訓練  投籃訓練Ⅰ | 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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1. 於個人練習時間內投進至少5顆球 2. 能說出快攻戰術的標準程序 3. 練習時間內能達成一次快攻戰術 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 | 實作評量 | 籃球、角錐 |
| 八 | 快攻訓練  投籃訓練Ⅱ | 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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 於個人練習時間內投進至少10顆球 2. 能說出快攻戰術的標準程序 3. 分組對抗時間內能達成一次快攻戰術 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 | 實作評量 | 籃球、角錐 |
| 九 | 快攻訓練  投籃訓練Ⅲ | 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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1. 於個人練習時間內投進至少5顆球 2. 能說出快攻戰術的標準程序 3. 練習時間內能達成一次快攻戰術 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 | 實作評量 | 籃球、角錐 |
| 十 | 快攻訓練  投籃訓練Ⅳ | 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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 於個人練習時間內投進至少10顆球 2. 能說出快攻戰術的標準程序 3. 分組對抗時間內能達成一次快攻戰術 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 | 實作評量 | 籃球、角錐 |
| 十一 | 分組競賽Ⅰ | 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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能說出球賽規則 2. 能在分組對抗時間達成三次快攻戰術 | 1. 進行分組 2. 指定或自願擔任隊伍角色 3. 進行對抗賽 | 小組競賽評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十二 | 分組競賽Ⅱ | 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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能說出球賽規則 2. 能在分組對抗時間達成三次快攻戰術 | 1. 進行分組 2. 指定或自願擔任隊伍角色 3. 進行對抗賽 | 小組競賽評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十三 | 分組競賽Ⅰ | 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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能說出球賽規則 2. 能在分組對抗時間達成三次快攻戰術 | 1. 進行分組 2. 指定或自願擔任隊伍角色 3. 進行對抗賽 | 小組競賽評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十四 | 分組競賽Ⅱ | 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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能說出球賽規則 2. 能在分組對抗時間達成三次快攻戰術 | 1. 進行分組 2. 指定或自願擔任隊伍角色 3. 進行對抗賽 | 小組競賽評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十五 | 盯人防守訓練Ⅰ | 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-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能使用防守技巧 2. 能理解什麼時候進行防守動作 3. 能說出自己擔任的隊伍位置 | 1. 教師示範動作 2. 團隊動作練習時間 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十六 | 盯人防守訓練Ⅱ | 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-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能使用防守技巧 2. 能理解什麼時候進行防守動作 3. 能說出自己擔任的隊伍位置 | 1. 教師示範動作 2. 團隊動作練習時間 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十七 | 進攻防守戰術訓練Ⅰ | 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-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能使用進攻技巧 2. 能理解進攻時機 3. 能理解裁判的判定 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 3. 分組動作練習時間 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十八 | 進攻防守戰術訓練Ⅱ | 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-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能使用進攻技巧 2. 能理解進攻時機 3. 能理解裁判的判定 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 3. 分組動作練習時間 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十九 | 盯人防守訓練Ⅰ | 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-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能使用進攻技巧 2. 能理解進攻時機   能理解裁判的判定 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 3. 分組動作練習時間 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 二十 | 盯人防守訓練Ⅱ | 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-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能使用進攻技巧 2. 能理解進攻時機   能理解裁判的判定 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 3. 分組動作練習時間 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 二十一 | 分組對抗賽 | 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。 | 學習表現：  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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。  學習內容：  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能理解自己的隊伍角色 2. 能輪流擔任不同隊伍角色   能進行公平有禮的比賽，發揮運動家精神 | 1. 分組並決定隊伍角色 2. 進行對抗賽 | 實作評量、小組競賽評量 | 戰術板、籃球、獎品 |

【第二學期】

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 課程名稱 | 籃球社－雲端麥可喬丹培訓計畫 | 年級/班級 | **702** |
| 彈性學習課程類別 | □統整性(□主題□專題□議題)探究課程  ■社團活動與技藝課程  □特殊需求領域課程  □其他類課程 | 上課節數 | 每週1節，20週，共20節 |
| 設計教師 | 曾文儀 |
| 配合融入之領域及議題  (統整性課程必須2領域以上) | □國語文　□英語文(不含國小低年級)  □本土語文□臺灣手語　□新住民語文  □數學　　□生活課程　■健康與體育  □社會　　□自然科學　□藝術  ■綜合活動  □資訊科技(國小)　□科技(國中) | □人權教育　□環境教育　□海洋教育　■品德教育  ■生命教育　□法治教育　□科技教育　□資訊教育  □能源教育　□安全教育　□防災教育　□閱讀素養  □家庭教育　■戶外教育　■原住民教育□國際教育  □性別平等教育　□多元文化教育　□生涯規劃教育 | |
| 設計理念 | 透過籃球運動發展學生健全身心，加強體能訓練，培養團隊合作知能。 | | |
| 總綱核心素養 | 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。 | | |
| 課程目標 | 1. 藉由訓練來熟悉各項基本動作，以期建立運動人才之優良基礎。  2. 培育學生具有耐心、恆心、信心的人格特質，期望學生能從訓練中培養足夠的耐心、恆心，並在突破自我限制後，建立豐富的自信，進而將優良的人格特質延續至未來，達到教育的目的。  3.培養學生規律的運動習慣，促進身心健康。強化學生運動知能，激發學生運動的動機與興趣，養成規律運動習慣；落實健康333之國民健康理念，培養學生自發自主的運動管理能力。藉由良好運動習慣的養成，遠離不良嗜好，促進身心健康，培養良好品德。  4. 藉由專注力訓練，提升學生學習成效。運動技巧之養成需要高度的專注力，藉此提升學生在其他領域的學習成效，達到五育均衡的教育目的。 | | |

| **教學進度** | | **學習表現**  須選用正確學習階段之2以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」 | **學習內容**  可學校自訂  若參考領綱，必須至少2領域以上 | **學習目標** | **學習活動** | **評量方式** | **教材**  **學習資源**  自選/編教材須經課發會審查通過 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **週次** | **單元名稱/節數** |
| 一 | 進攻防守戰術訓練 | 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-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能使用進攻技巧 2. 能理解進攻時機   能理解裁判的判定 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 3. 分組動作練習時間 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 二 | 定點／跑動式投籃訓練Ⅰ | 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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1. 能在定點投籃練習時間投進20顆球 2. 能在跑動投藍線息時間內投進10顆球 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 | 實作評量 | 籃球、角錐 |
| 三 | 定點／跑動式投籃訓練Ⅱ | 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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1. 能在定點投籃練習時間投進20顆球 2. 能在跑動投藍線息時間內投進10顆球 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 | 實作評量 | 籃球、角錐 |
| 四 | 定點／跑動式投籃訓練Ⅲ | 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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1. 能在定點投籃練習時間投進20顆球 2. 能在跑動投藍線息時間內投進10顆球 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 | 實作評量 | 籃球、角錐 |
| 五 | 定點／跑動式投籃訓練Ⅳ | 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。 | Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Hc-Ⅳ-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1. 能在定點投籃練習時間投進20顆球 2. 能在跑動投藍線息時間內投進10顆球 | 1. 教師示範動作 2. 個人動作練習時間 | 實作評量 | 籃球、角錐 |
| 六 | 小組防守訓練Ⅰ | 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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。 | Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 個人能在小組競賽時間內至少攔截1顆球 2. 個人能在小組競賽時間內至少投進1顆球 | 1. 教師示範動作 2. 分組動作練習時間 3. 分組對抗練習 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 七 | 小組防守訓練Ⅱ | 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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。 | Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 個人能在小組競賽時間內至少攔截1顆球 2. 個人能在小組競賽時間內至少投進1顆球 | 1. 教師示範動作 2. 分組動作練習時間 3. 分組對抗練習 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 八 | 小組防守訓練Ⅲ | 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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。 | Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 個人能在小組競賽時間內至少攔截1顆球 2. 個人能在小組競賽時間內至少投進1顆球 | 1. 教師示範動作 2. 分組動作練習時間 3. 分組對抗練習 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 九 | 小組防守訓練Ⅳ | 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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。 | Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 個人能在小組競賽時間內至少攔截1顆球 2. 個人能在小組競賽時間內至少投進1顆球 | 1. 教師示範動作 2. 分組動作練習時間 3. 分組對抗練習 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十 | 小組進攻訓練Ⅰ | 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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。 | Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能理解裁判判決 2. 各組在進攻時間至少拿到10分 | 1. 教師示範動作 2. 分組動作練習時間 3. 分組對抗練習 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十一 | 小組進攻訓練Ⅱ | 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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。 | Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能理解裁判判決 2. 各組在進攻時間至少拿到10分 | 1. 教師示範動作 2. 分組動作練習時間 3. 分組對抗練習 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十二 | 區域防守訓練Ⅰ | 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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。 | Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能理解自己的隊伍角色 2. 能輪流擔任不同隊伍角色 | 1. 教師拆解並示範動作 2. 2人一組動作練習時間 3. 分組對抗練習時間 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十三 | 區域防守訓練Ⅱ | 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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。 | Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能理解自己的隊伍角色 2. 能輪流擔任不同隊伍角色 | 1. 教師拆解並示範動作 2. 2人一組動作練習時間 3. 分組對抗練習時間 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十四 | 區域進攻訓練Ⅰ | 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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。 | Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能理解自己的隊伍角色 2. 能輪流擔任不同隊伍角色 | 1. 2人一組動作練習時間 2. 分組對抗練習時間 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十五 | 區域進攻訓練Ⅱ | 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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。 | Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能理解自己的隊伍角色 2. 能輪流擔任不同隊伍角色 | 1. 2人一組動作練習時間 2. 分組對抗練習時間 | 實作評量、小組評量 | 戰術板、籃球、角錐 |
| 十六 | 分組對抗訓練Ⅰ | 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。 | 學習表現：  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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。  學習內容：  Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能理解自己的隊伍角色 2. 能輪流擔任不同隊伍角色 3. 能進行公平有禮的比賽，發揮運動家精神 | 1. 分組並決定隊伍角色 2. 進行對抗賽 | 實作評量、小組競賽評量 | 戰術板、籃球 |
| 十七 | 分組對抗訓練Ⅱ | 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。 | 學習表現：  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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。  學習內容：  Cb-Ⅳ-2 各項運動設施的安全使用規定。  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能理解自己的隊伍角色 2. 能輪流擔任不同隊伍角色 3. 能進行公平有禮的比賽，發揮運動家精神 | 1. 分組並決定隊伍角色 2. 進行對抗賽 | 實作評量、小組競賽評量 | 戰術板、籃球 |
| 十八 | 分組對抗賽Ⅰ | 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。 | 學習表現：  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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。  學習內容：  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能理解自己的隊伍角色 2. 能輪流擔任不同隊伍角色   能進行公平有禮的比賽，發揮運動家精神 | 1. 分組並決定隊伍角色 2. 進行對抗賽 | 實作評量、小組競賽評量 | 戰術板、籃球、獎品 |
| 十九 | 分組對抗賽Ⅱ | 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。 | 學習表現：  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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。  學習內容：  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能理解自己的隊伍角色 2. 能輪流擔任不同隊伍角色   能進行公平有禮的比賽，發揮運動家精神 | 1. 分組並決定隊伍角色 2. 進行對抗賽 | 實作評量、小組競賽評量 | 戰術板、籃球、獎品 |
| 二十 | 分組對抗賽Ⅲ | 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。 | 學習表現：  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。  2b-Ⅳ-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  2c-Ⅳ-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  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。  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。  學習內容：  Fa-Ⅳ-1 自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Hc-Ⅳ-1 標的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。 | 1. 能理解自己的隊伍角色 2. 能輪流擔任不同隊伍角色   能進行公平有禮的比賽，發揮運動家精神 | 1. 分組並決定隊伍角色 2. 進行對抗賽 | 實作評量、小組競賽評量 | 戰術板、籃球、獎品 |

註:

1. 本表格係依〈國民中學及國民小學課程計畫備查作業參考原則〉設計而成。
2. 依課程設計理念，可採擇高度相關之總綱各教育階段核心素養或各領域/科目核心素養，以敘寫課程目標。
3. 本表格舉例係以一至四年級為例，倘五至六年級欲辦理十二年國教之彈性課程者，其上課『節數』請依照「九年一貫課程各學習領域學習節數一覽表」填寫。
4. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。