**新北市文山國民中學110學年度 年級第 二 學期部定課程計畫 設計者：＿鄧貴安＿**

一、課程類別：

 1.□國語文 2.□英語文 3.V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

二、學習節數：每週(2)節，實施( 21 )週，共(41)節。

三、課程內涵：

|  |  |
| --- | --- |
| 總綱核心素養 | 學習領域核心素養 |
| VA1身心素質與自我精進VA2系統思考與解決問題VA3規劃執行與創新應變V B1符號運用與溝通表達VB2科技資訊與媒體素養□B3藝術涵養與美感素養VC1道德實踐與公民意識V C2人際關係與團隊合作□C3多元文化與國際理解 | 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。 |

四、課程架構：(自行視需要決定是否呈現)

五、本學期達成之學生圖像素養指標：(打V處為本課程計畫達成之素養指標)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 圖像 | 向度 | 素養指標 |
| 陽光 | 正向健康 | 正向 | 健康 |
| 1.關懷尊重 | V | 1.身心平衡 | V |
| 2.正面思考 | V | 2.快樂生活 | V |
| 飛鷹 | 宏觀卓越 | 宏觀 | 卓越 |
| 1.溝通表達 | V | 1.靈活創新 | V |
| 2.放眼國際 |  | 2.追求榮譽 | V |
| 碧水 | 適性學習 | 適性 | 學習 |
| 1.欣賞接納 | V | 1.終身學習 | V |
| 2.適性揚才 | V | 2.活學活用 | V |
| 獅子  | 領導勇敢 | 領導 | 勇敢 |
| 1.解決問題 | V | 1.自信創新 | V |
| 2.獨立思考 | V | 2.勇於承擔 | V |

六、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 |
|  | 學習內容 | 學習表現 |
| 第一週2/11(2/11(五)開學) | Ab-Ⅳ-1 體適能促進策略與活動方法。 | 1d-Ⅳ-1 了解各項運動技能原理。 | 特色體育課程：肌力與肌耐力體驗課程 | 1 | 文中健身休閒中心：飛輪、健身器材 | 提問回應 |  |  |
| 第二週2/14~2/18(2/17(四)-18(五)九年級複習考) | Ab-Ⅳ-1 體適能促進策略與活動方法。 | 2c-Ⅳ-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 | 特色體育課程：文中健身休閒中心(肌力與肌耐力體驗課程) | 2 | 文中健身休閒中心：飛輪、健身器材 | 參與態度 |  |  |
| 第三週2/21~2/25 | Ab-Ⅳ-1 體適能促進策略與活動方法。 | 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。 | 特色體育課程：文中健身休閒中心(肌力與肌耐力體驗課程) | 2 | 文中健身休閒中心：飛輪、健身器材 | 實作評量 |  |  |
| 第四週2/28~3/4(2/28(一)放假一天) | Ab-Ⅳ-1 體適能促進策略與活動方法。 | 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。 | 特色體育課程：文中健身休閒中心(肌力與肌耐力體驗課程) | 2 | 文中健身休閒中心：飛輪、健身器材 | 實作評量 |  |  |
| 第五週3/7~3/11 | 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 表現全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 | 排球:低手練習(比賽-練習-比賽) | 2 | 排球場、軟式排球、海灘球 | 實作評量 | 品德教育 |  |
| 第六週3/14~3/18 | Ha-Ⅳ-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 3c-Ⅳ-1 表現全身性的身體控制能力，發展專項運動 技能。 | 排球:高手練習(比賽-練習-比賽) | 2 | 排球場、軟式排球、海灘球 | 實作評量 | 品德教育 |  |
| 第七週.3/21~3/25 | Ha-Ⅳ-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 2c-Ⅳ-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。3c-Ⅳ-1 表現全身性的身體控制能力，發展專項運動 技能。 | 排球：發球(比賽-練習-比賽) | 2 | 排球場、軟式排球、標準排球、海灘球、計分板 | 表現評量 | 性別平等教育 |  |
| 第八週3/28~4/1(3/29(二)-30(三)段考) | Ha-Ⅳ-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 3d-Ⅳ-1 運用運動技術的學習策略。 | 排球：發球(比賽-練習-比賽) | 2 | 排球場、軟式排球、標準排球、海灘球、計分板 | 表現評量 | 性別平等教育 |  |
| 第九週4/4~4/8(4/4(一)兒童節、4/5(二)清明節) | Ab-Ⅳ-2 體適能運動處方基礎設計原則。 | 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。 | 體感運動強度體驗課程(脈動檢測-運動體驗-對照運動強度量表-反思體感) | 2 | 學習單、飛輪、健身器材 | 學習單 |  | 4/7線上教學 |
| 第十週4/11~4/15 | Ab-Ⅳ-2 體適能運動處方基礎設計原則。 | 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。 | 體感運動強度體驗課程(脈動檢測-運動體驗-對照運動強度量表-反思體感) | 2 | 學習單、飛輪、健身器材 | 學習單 |  |  |
| 第十一週4/18~4/22(4/19(二)-20(三)九年級複習考) | Ab-Ⅳ-2 體適能運動處方基礎設計原則。 | 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。 | 體適能檢測 | 2 | 檢測器材 | 檢測表 |  |  |
| 第十二週4/25~4/29 | Ab-Ⅳ-2 體適能運動處方基礎設計原則。 | 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。 | 體適能檢測 | 2 | 操場、碼錶 | 檢測表 |  |  |
| 第十三週5/2~5/6(5/5(四)-6(五)九年級2段考) | 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。 | 羽球-發球(比賽-小組討論-比賽-反思) | 2 | 羽球場、球拍、羽球 | 口語評量 | 人權教育 |  |
| 第十四週5/9~5/13(5/12(四)-13(五)七、八年級2段考) | Ha-Ⅳ-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 2c-Ⅳ-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 | 羽球-發球(比賽-小組討論-比賽-反思) | 2 | 羽球場、球拍、羽球 | 實作評量 | 人權教育 |  |
| 第十五週5/16~5/20(5/21(六)-22(日)教育會考) | Ha-Ⅳ-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 3d-Ⅳ-1 運用運動技術的學習策略。 | 羽球-發球(比賽-小組討論-比賽-反思) | 2 | 羽球場、球拍、羽球 | 比賽表現 | 人權教育 | 5/17線上教學 |
| 第十六週5/23~5/27 | Hb-Ⅳ-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 3d-Ⅳ-2 運用運動比賽中的各種策略。 | 籃球-上籃(上籃動作-分組比賽) | 2 | 籃球場、球、框 | 動作檢核表 |  |  |
| 第十七週5/30~6/3(6/3(五)端午節) | Hb-Ⅳ-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 1d-Ⅳ-3 應用運動比賽的各項策略。 | 籃球-小隊組合(分組比賽-小隊練習) | 2 | 籃球場、球、框、戰術板 |  | 人權教育 |  |
| 第十八週6/6~6/10(預計畢業週) | 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。 | 籃球-小隊組合(進攻技巧-小隊練習) | 2 | 籃球場、球、框、戰術板 | 學習單 | 品德教育 |  |
| 第十九週6/13~6/17 | Hb-Ⅳ-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 3d-Ⅳ-2 運用運動比賽中的各種策略。 | 籃球-小隊組合(進攻技巧-小隊練習) | 2 | 籃球場、球、框、戰術板 | 比賽表現評量 | 人權教育 |  |
| 第二十週6/20~6/24 | Ha-Ⅳ-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 3c-Ⅳ-1 表現全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 | 桌球-推擋(比賽-推擋教學-比賽) | 2 | 桌球場、拍、球 |  |  |  |
| 第二十一週6/27~6/30(6/29(三)-30(四)七、八年級3段考)(6/30休業式) | Ha-Ⅳ-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | 3d-Ⅳ-2 運用運動比賽中的各種策略。 | 桌球-推擋(比賽-推擋練習-比賽) | 2 | 桌球場、拍、球 | 比賽表現評量 |  |  |

七、本課程是否有校外人士協助教學

V否，全學年都沒有(以下免填)