

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				
				第一學期				
一 8/30- 9/2	單元四 貼心！就能 安心！ 第1章 運動與貼紮	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。	Bc-IV-1簡易運動傷害的處理與風險。	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。 3d-IV-3應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4c-IV-1分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-安全-(安 J1)-2 課網:健體-安全-(安 J2)-2 課網:健體-安全-(安 J5)-2 課網:健體-安全-(安 J6)-2 課網:健體-安全-(安 J11)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
二 9/3-9 /9	單元四 貼心！就能 安心！ 第1章 運動與貼紮	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	Bc-IV-1簡易運動傷害的處理與風險。	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。 3d-IV-3應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4c-IV-1分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-安全-(安 J1)-2 課網:健體-安全-(安 J2)-2 課網:健體-安全-(安 J5)-2 課網:健體-安全-(安 J6)-2 課網:健體-安全-(安 J11)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	

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				
		體育與健康的問題。						
三 9/10~ 9/16	單元五 挑戰極限 第1章 標槍 千斤 一擲	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。	Ab-IV-1體適能促進策略與活動方法。 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。 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力,發展專項運動技能。 4d-IV-2執行個人運動計畫,實際參與身體活動。 4d-IV-3執行提升體適能的身體活動。	上課參與 實作評量	課網:健體-品德-(品J1)-2 課網:健體-品德-(品J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
四 9/17~ 9/23	單元五 挑戰極限 第1章 標槍 千斤 一擲	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。	Ab-IV-1體適能促進策略與活動方法。 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。 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力,發展專項運動技能。 4d-IV-2執行個人運動計畫,實際參與身體活動。 4d-IV-3執行提升體適能的身體活動。	上課參與 實作評量	課網:健體-品德-(品J1)-2 課網:健體-品德-(品J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
五 9/24~ 9/30	單元五 挑戰極限 第2章 三項全能	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	Cd-IV-1戶外休閒運動綜合應用。	2c-IV-3表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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	上課參與 平時觀察 技能測驗	課網:健體-戶外-(戶J3)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一	

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				
		極實踐，不輕言放棄。 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。		運動計畫。 4d-IV-3執行提升體適能的身體活動。			OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	
六 10/1~ 10/7	單元五 挑戰極限 第2章 三項全能	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-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。	Cd-IV-1戶外休閒運動綜合應用。	2c-IV-3表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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-3執行提升體適能的身體活動。	上課參與 平時觀察 技能測驗	課綱:健體-戶外-(戶 J3)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	
七 10/8~ 10/14	單元五 挑戰極限 第3章 競技體操 地板	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-B3具備審美與表現的能力，	Ab-IV-1體適能促進策略與活動方法。 Cb-IV-2各項運動設施的安全使用規定。 Ia-IV-1徒手體操動作組合。	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。 2c-IV-3表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2d-IV-1了解運動在美學上的特質與表現方式。 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。	上課參與 平時觀察 技能測驗	課綱:健體-安全-(安 J1)-2 課綱:健體-安全-(安 J2)-2 課綱:健體-安全-(安 J6)-2 課綱:健體-安全-(安 J9)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	

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				
		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。		3d-IV-1運用運動技術的學習策略。				
八 10/15 ~10/2 1 第一次定期評量	單元五 挑戰極限 第3章 競技體操 地板	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-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。	Ab-IV-1體適能促進策略與活動方法。 Cb-IV-2各項運動設施的安全使用規定。 Ia-IV-1徒手體操動作組合。	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。 2c-IV-3表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2d-IV-1了解運動在美學上的特質與表現方式。 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。	上課參與 平時觀察 技能測驗	課網:健體-安全-(安J1)-2 課網:健體-安全-(安J2)-2 課網:健體-安全-(安J6)-2 課網:健體-安全-(安J9)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
九 10/22 ~10/2 8	單元六 水上游龍 第1章 捷泳 泳無 止息	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	Gb-IV-2游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。	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。 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。	上課參與 技能測驗	課網:健體-戶外-(戶J5)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	

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				
		<p>決體育與健康的問題。</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>						
十 10/29 ~11/4	單元六 水上游龍 第1章 捷泳 泳無 止息	<p>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。</p> <p>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。</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>	Gb-IV-2游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。	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。 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。	上課參與 技能測驗	課綱:健體-戶外-(戶 J5)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	

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				
十一 11/5~ 11/11	單元六 水上游龍 第2章 浮潛 深入 潛出	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-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。	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。	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。 2c-IV-1展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 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。	上課參與 平時觀察 技能測驗	法定:健體-海洋- (海 J1、2、14)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十二 11/12 ~11/1 8	單元六 水上游龍 第2章 浮潛 深入 潛出	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-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。	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。	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。 2c-IV-1展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 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。	上課參與 平時觀察 技能測驗	法定:健體-海洋- (海 J1、2、14)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十三 11/19 ~11/2 5	單元七 球類入門 第1章 籃球 跑動	健體-J-C2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	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。 2c-IV-2表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	上課參與 平時觀察 技能測驗	課綱:健體-品德- (品 J1)-2 課綱:健體-品德- (品 J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____	

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				
	與配合	能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。		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-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。 4d-IV-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。			<input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他：____	
十四 11/26 ~12/2 第二次定期評量	單元七 球類入門 第1章 籃球 跑動 與配合	健體-J-C2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。	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。 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-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。 4d-IV-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	上課參與 平時觀察 技能測驗	課網:健體-品德-(品J1)-2 課網:健體-品德-(品J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他：____	
十五 12/3- 12/9	單元七 球類入門 第2章 桌球 誰與 爭鋒	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	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。 1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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-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。	平時觀察 技能測驗	課網:健體-品德-(品J1)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他：____	

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				
		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-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。		4d-IV-2執行個人運動計畫, 實際參與身體活動。				
十六 12/10 ~12/1 6	單元七 球類入門 第2章 桌球 誰與 爭鋒	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-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。	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。 1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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-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-2執行個人運動計畫, 實際參與身體活動。	平時觀察 技能測驗	課綱: 健體-品德-(品 J1)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播: _____ <input type="checkbox"/> 預錄播放: _____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他: _____	

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				
十七 12/17 ~12/23	單元七 球類入門 第3章 羽球 致命一擊	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。	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。 1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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。 4d-IV-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	平時觀察 上課參與 技能測驗	課綱:健體-品德-(品 J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十八 12/24 ~12/30	單元七 球類入門 第3章 羽球 致命一擊	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。	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。 1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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。 4d-IV-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	平時觀察 上課參與 技能測驗	課綱:健體-品德-(品 J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十九 12/31 ~1/6	單元七 球類入門 第4章 壘球 身手矯健	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-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	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。 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-3應用思考與分析能力,解決運動情境的問題。 4d-IV-2執行個人運動計畫，實際參與	平時觀察 上課參與 技能測驗	課綱:健體-品德-(品 J1)-2 課綱:健體-品德-(品 J2)-2 課綱:健體-品德-(品 J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	

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				
		育相互合作及與人和諧互動的素養。		身體活動。				
二十 1/7~1/13	單元七 球類入門 第4章 壘球 身手 矯健	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-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。 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-3應用思考與分析能力,解決運動情境的問題。 4d-IV-2執行個人運動計畫,實際參與身體活動。	平時觀察 上課參與 技能測驗	課網:健體-品德-(品J1)-2 課網:健體-品德-(品J2)-2 課網:健體-品德-(品J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
二十一 1/14~1/19 第三次定期評量	單元七 球類入門 第4章 壘球 身手 矯健	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-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。 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-3應用思考與分析能力,解決運動情境的問題。 4d-IV-2執行個人運動計畫,實際參與身體活動。	平時觀察 上課參與 技能測驗	課網:健體-品德-(品J1)-2 課網:健體-品德-(品J2)-2 課網:健體-品德-(品J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
第二學期								
一 2/15~	單元四 Olympic	健體-J-C3具備敏察和接納多元文化	Cb-IV-1運動精神、運動營養攝取知識、適	2c-IV-1展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實踐能力。	上課參與 平時觀察	課網:健體-國際-(國J4)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____	

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				
2/17	Games 運動誌 第1章 奧林匹克故事館	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。	合個人運動所需營養素知識。 Cb-IV-3奧林匹克運動會的精神。	2d-IV-3鑑賞本土與世界運動的文化價值。 4c-IV-1分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	小組討論 心得報告		<input type="checkbox"/> 預錄播放：_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他：____	
二 2/18~ 2/24	單元四 Olympic Games 運動誌 第1章 奧林匹克故事館	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。	Cb-IV-1運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。 Cb-IV-3奧林匹克運動會的精神。	2c-IV-1展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 2d-IV-3鑑賞本土與世界運動的文化價值。 4c-IV-1分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	上課參與 平時觀察 小組討論 心得報告	課網:健體-國際-(國J4)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播：_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放：_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他：____	
三 2/25~ 3/2	單元五 有氧、無氧運動 第1章 慢跑	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-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。	Ab-IV-1體適能促進策略與活動方法。 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。 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。 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-1分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 4d-IV-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 4d-IV-3執行提升體適能的身體活動。	上課參與 平時觀察 實作評量	課網:健體-生涯-(涯J3)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播：_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放：_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他：____	
四 3/3~3 /9	單元五 有氧、無氧運動 第1章	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	Ab-IV-1體適能促進策略與活動方法。 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。 2c-IV-2表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	上課參與 平時觀察 實作評量	課網:健體-生涯-(涯J3)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播：_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放：_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他：____	

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				
	慢跑	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-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。		2c-IV-3表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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-1分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 4d-IV-3執行提升體適能的身體活動。			<input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他：____	
五 3/10~ 3/16	單元五 有氧、無氧運動 第2章 彈力繩肌肉 鍛鍊	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-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。	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。 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。 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。 4c-IV-3規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-2執行個人運動計畫實際參與身體活動。	上課參與 平時觀察 實作評量	課綱:健體-安全-(安 J1)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他：____	
六 3/17~ 3/23	單元五 有氧、無氧運動 第2章 彈力繩肌肉	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、	Ab-IV-1體適能促進策略與活動方法。	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。	上課參與 平時觀察 實作評量	課綱:健體-安全-(安 J1)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台	

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				
	鍛鍊	自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 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。		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。 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。 4c-IV-3規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-2執行個人運動計畫實際參與身體活動。			教學：南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他：____	
七 3/24~ 3/30 第一次定期評量	單元五 有氧、無氧運動 第3章 器械體操 跳箱	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。	Ab-IV-1體適能促進策略與活動方法。 Cb-IV-2各項運動設施的安全使用規定。 Ia-IV-2器械體操動作組合。	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。 2c-IV-3表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2d-IV-1了解運動在美學上的特質與表現方式。 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。	上課參與 平時觀察 實作評量	課綱:健體-安全-(安 J2)-2 課綱:健體-安全-(安 J9)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
八 3/31~ 4/6	單元五 有氧、無氧運動 第3章 器械體操 跳箱	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	Ab-IV-1體適能促進策略與活動方法。 Cb-IV-2各項運動設施的安全使用規定。 Ia-IV-2器械體操動作組合。	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。 2c-IV-3表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	上課參與 平時觀察 實作評量	課綱:健體-安全-(安 J2)-2 課綱:健體-安全-(安 J9)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一 OneBook	

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				
		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。		2d-IV-1了解運動在美學上的特質與表現方式。 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。			<input type="checkbox"/> 其他:____	
九 4/7~4 /13	單元六 力爭上游 第1章 仰泳 趾高 氣揚	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。	Gb-IV-2游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。	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。 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。 4d-IV-2執行個人運動計畫, 實際參與身體活動。 4d-IV-3執行提升體適能的身體活動。	上課參與 平時觀察 實作評量	課網:健體-品德-(品J9)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十 4/14~ 4/20	單元六 力爭上游 第1章 仰泳 趾高 氣揚	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。	Gb-IV-2游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。	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。 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。 4d-IV-2執行個人運動計畫, 實際參與身體活動。 4d-IV-3執行提升體適能的身體活動。	上課參與 平時觀察 實作評量	課網:健體-品德-(品J9)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十一 4/21~ 4/27	單元六 力爭上游 第2章 獨木舟 划 力出場	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。	Cc-IV-1水域休閒運動綜合應用。	1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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-1了解運動在美學上的特質與表	上課參與 平時觀察 實作評量	課網:健體-品德-(品J1)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一	

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				
				現方式。 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。			OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	
十二 4/28~ 5/4	單元六 力爭上游 第2章 獨木舟 划 力出場	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。	Cc-IV-1水域休閒運動綜合應用。	1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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-1了解運動在美學上的特質與表現方式。 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。	上課參與 平時觀察 實作評量	課網:健體-品德- (品J1)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台 教學:南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	
十三 5/5~5 /11 第二次定期評 量	單元七 球類進階 第1章 藤球 空中 格鬥	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。	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。 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-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。 4d-IV-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	上課參與 平時觀察 技能測驗	課網:健體-品德- (品J1)-2 課網:健體-品德- (品J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台 教學:南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	
十四 5/12~ 5/18	單元七 球類進階 第1章 藤球 空中	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	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。 2c-IV-2表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	上課參與 平時觀察 技能測驗	課網:健體-品德- (品J1)-2 課網:健體-品德- (品J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播放:___	

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				
	格鬥	能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。		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-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。 4d-IV-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。			<input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他：____	
十五 5/19~ 5/25	單元七 球類進階 第2章 桌球 蓄勢 待發	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-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。	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。 1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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-2運用運動比賽中的各種策略。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	上課參與 平時觀察 實作評量	課網:健體-品德-(品 J1)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他：____	
十六 5/26~ 6/1	單元七 球類進階 第2章 桌球 蓄勢 待發	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。	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。 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。	上課參與 平時觀察 實作評量	課網:健體-品德-(品 J1)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他：____	

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				
		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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。				
十七 6/2-6 /8 畢業 週	單元七 球類進階 第3章 羽球 羽日 俱進	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-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。	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。 1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	平時觀察 上課參與 技能測驗	課綱:健體-品德- (品 J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十八 6/9-6 /15	單元七 球類進階 第3章 羽球 羽日 俱進	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-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。	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。 1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	平時觀察 上課參與 技能測驗	課綱:健體-品德- (品 J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	

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				
十九 6/16~ 6/22	單元七 球類進階 第4章 壘球 攻守 兼備	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。 1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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。 3d-IV-3應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4d-IV-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	上課參與 平時觀察 實作評量	課綱:健體-品德-(品J1)-2 課綱:健體-品德-(品J2)-2 課綱:健體-品德-(品J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
二十 6/23~ 6/28 第三次定期評量	單元七 球類進階 第4章 壘球 攻守 兼備	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。 1d-IV-1了解各項運動技能原理。 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。 3d-IV-3應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4d-IV-2執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	上課參與 平時觀察 實作評量	課綱:健體-品德-(品J1)-2 課綱:健體-品德-(品J2)-2 課綱:健體-品德-(品J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	

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」。