

新北市 福營 國民中學 109 學年度 八年級第 二 學期部定課程計畫 設計者：黃伊帆

一、課程類別：

1.□國語文 2.□英語文 3.■健康與體育(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(20)週，共(40)節

三、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<ul style="list-style-type: none"> ■ A1 身心素質與自我精進 ■ A2 系統思考與解決問題 ■ A3 規劃執行與創新應變 ■ B1 符號運用與溝通表達 ■ B2 科技資訊與媒體素養 ■ B3 藝術涵養與美感素養 ■ C1 道德實踐與公民意識 ■ C2 人際關係與團隊合作 □ C3 多元文化與國際理解 	<p>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>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>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。</p> <p>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。</p> <p>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> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>

四、課程架構：

學校體育相關活動(下學期)			
年級	七	八	九
活動內容	1. 大跳繩比賽 2. 每學期體適能檢測。	1. 三對三籃球賽 2. 每學期體適能檢測。	1. 每學期體適能檢測。 2. 五隊五籃球賽 3. 趣味排球
定考項目	游泳 800/1600	排球隔網擊球或排球低手發球 800/1600	籃球全場八字型運球上籃或籃球五次上籃 800/1600

體適能、籃球、排球、足球、跳繩、飛盤、桌球、羽球、運動傷害

教師講述、活動安排，培養良好的**運動精神及規則觀念**

培養擬定運動場上**合作、溝通及討論之態度**

培養重建運動場上**性平的運動技術型態**

培養**塑造**運動的良好習慣、養成**規律運動**

運動概念
(**認知**)

表達欣賞
(**情意**)

運動技能
(**技能**)

提升體適能
(**行為**)

第一節
基本技術
規則介紹

第二節
戰術運用
策略建構

第三節
比賽方式
提升技術

第四節
實踐於生活

建構正確基本規則及專項技術、體能概念介紹

準備活動
13

集合點名 1'

靜態暖身操 4'
動態暖身 5'

專項介紹：3'
1.基本規則介紹
2.建立基本進攻、防守戰術、基本

發展活動
30

分組、遊戲說明 5'

1.教學 2'
2.實作示範 2'

分析、分組討論 3'

測驗：比賽 15'

修正、分析、分組討論 3'

綜合活動
2'

1.總結討論 2'
2.預告下週內容、收器材

課程

課程目標

主要概念

節次名稱

一節課

流程

節數
內容
時間

五、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 1 週 2/18~2/19	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 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。	誰『羽』爭鋒-羽球(一) 1. 單打球路介紹 2. 前場球動作練習 3. 前場球對抗賽 4. 各組檢討、分析比賽狀況 5. 綜合問答、討論	2	修改南一版-第四冊) 碼表 羽球 羽球拍 羽球網 羽球柱	1.觀察參與 2.分組遊戲 3.觀察與欣賞 4.態度檢核	【品德教育】 J1 溝通合作與和諧人際關係 J8 理性溝通與問題解決。	
第 2 週 2/22~2/26	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 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。	誰『羽』爭鋒-羽球(二) 1. 羽球單打規則介紹 2. 擂台賽-單打全場 3. 各組檢討、分析比賽狀況 4. 綜合問答、討論	2	修改南一版-第四冊) 碼表 羽球 羽球拍 羽球網 羽球柱	1.上課參與 2.態度檢核 3.技能測驗	【品德教育】 J1 溝通合作與和諧人際關係 J8 理性溝通與問題解決。	
第 3 週 3/2~3/5	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。 4d-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。	『籃』不住你-籃球(一) 1. 運球節奏運動 2. 傳球種類遊戲(異性分組) 3. 傳球 6 對 6 對抗賽(第 1 次) 4. 討論分析各組比賽表現 5. 檢核、修正表現之狀況 6. 傳球 6 對 6 對抗賽(第 2 次) 7. 綜合討論	2	修改南一版-第四冊) 碼表 籃球	1.觀察參與 2.分組遊戲 3.測驗表現 4.觀察與欣賞 5.態度檢核	【性別平等教育】 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。	
第 4 週 3/8~3/12	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	『籃』不住你-籃球(二) 1. 低中高傳球練習 2. 三人傳球防守遊戲	2	修改南一版-第四冊) 碼表 籃球	1.觀察參與 2.分組遊戲 3.測驗表現	【性別平等教育】 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與	

		<p>全的運動情境。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群態度，與他人理性溝通與和諧互動</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>4d-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p>	<p>3. 討論、分析各組比賽表現</p> <p>4. 檢核、修正個人表現之行為</p> <p>5. 變異 3 對 3 籃球比賽 (第 2 次)</p> <p>6. 綜合討論</p>			<p>4. 觀察與欣賞</p> <p>5. 態度檢核</p>	<p>溝通，具備與他人平等互動的能力。</p>	
<p>第 5 週</p> <p>3/15~3/19</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1d-IV-2 反思自己的動作技能</p> <p>2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>	<p>『排』除外難-排球(一)</p> <p>1. 排球低手接球介紹</p> <p>2. 低手接球練習</p> <p>3. 低手移動式接球練習</p> <p>4. 各組檢討、分析練習狀況</p> <p>5. 綜合問答、討論</p>	2	<p>修改南一版-第四冊)</p> <p>碼表</p> <p>排球</p> <p>小角錐</p> <p>軟角錐</p>	<p>1. 上課參與</p> <p>2. 態度檢核</p> <p>3. 技能測驗</p> <p>4. 分組競賽</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p>	
<p>第 6 週</p> <p>3/22~3/26</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1d-IV-2 反思自己的動作技能</p> <p>2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>	<p>『排』除外難-排球(二)</p> <p>1. 排球低手對抗賽</p> <p>2. 討論分析自己練習、測驗表現</p> <p>3. 檢核、修正表現之狀況</p> <p>4. 綜合問答、討論</p>	2	<p>修改南一版-第四冊)</p> <p>碼表</p> <p>排球</p> <p>小角錐</p> <p>軟角錐</p>	<p>1. 上課參與</p> <p>2. 態度檢核</p> <p>3. 技能測驗</p> <p>4. 分組競賽</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p>	
<p>第 7 週</p> <p>3/29~4/1</p> <p>(第一次段考週)</p>	<p>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身</p>	<p>舉『足』輕重-足球(一)</p> <p>1. 五人制足球規則介紹</p> <p>2. 腳上功夫-足球控球練習</p> <p>3. 足球攻防遊戲</p> <p>4. 各組檢討、分析比賽狀況</p> <p>5. 綜合問答、討論</p>	2	<p>修改南一版-第四冊)</p> <p>碼表</p> <p>足球</p> <p>足球門</p> <p>小角錐</p> <p>軟角錐</p>	<p>1. 觀察參與</p> <p>2. 分組遊戲</p> <p>3. 測驗表現</p> <p>4. 觀察與欣賞</p> <p>5. 態度檢核</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人</p>	

		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-3 執行提升體適能的身體活動。					際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 8 週 4/06~4/09	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。 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-3 執行提升體適能的身體活動。	舉『足』輕重-足球(二) 1. 足球九宮格練習 2. 五人制足球比賽(第 1 次) 3. 討論分析各組比賽表現 4. 檢核、修正表現之狀況 5. 五人制足球比賽(第 2 次) 6. 綜合問答、討論	2	修改南一版-第四冊) 碼表 足球 足球門 小角錐 軟角錐	1.觀察參與 2.分組遊戲 3.測驗表現 4.觀察與欣賞 5.態度檢核	【性別平等教育】 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 9 週 4/12~4/16	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群態度，與他人理性溝通與和諧互動 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。	『桌』摸不定-桌球(一) 1. 桌球單打規則介紹 2. 桌球正、反手抽球練習- 3. 我來你往-正反手抽球 4. 各組檢討、分析練習狀況 5. 綜合問答、討論	2	修改南一版-第四冊) 碼表 桌球 桌球拍	1.觀察參與 2.分組遊戲 3.觀察與欣賞 4.態度檢核	【品德教育】 J1 溝通合作與和諧人際關係 J8 理性溝通與問題解決。	
第 10 週 4/19~4/23	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群態度，與他人理性溝通與和諧互動 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。	『桌』摸不定-桌球(二) 1. 正反手抽球接力比賽(限制區) 2. 各組檢討、分析比賽狀況 3. 綜合問答、討論	2	修改南一版-第四冊) 碼表 桌球 桌球拍	1.觀察參與 2.分組遊戲 3.觀察與欣賞 4.態度檢核	【品德教育】 J1 溝通合作與和諧人際關係 J8 理性溝通與問題解決。	

第 11 週 4/26~4/30	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	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。 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。	挑戰極限『自我』-檢測體適能(一) 1. 以體適能五大要素設計目的 2. 節奏運動暖身(跑) 3. 介紹體適能各項測驗之目的 4. 測驗心肺耐力(800m/1600m) 5. 測量自我最大心跳率 6. 評估、分析自我測驗結果表現		修改南一版-第四冊) 碼表 小角錐 軟角錐	1.觀察參與 2.分組遊戲 3.測驗表現 4.觀察與欣賞	【生涯發展教育】 培養學生重視自身健康及終身運動習慣。	
第 12 週 5/3~5/7	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	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。 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。	挑戰極限『自我』-檢測體適能(二) 1. 節奏運動暖身(跳躍) 2. 介紹爆發力和肌耐力之差異 3. 測驗爆發力(立定跳遠) 4. 測驗肌耐力(仰臥起坐) 5. 評估、分析自我測驗結果表現 6. 檢核、修正自我表現之狀況 依據檢核設計自我運動處方		修改南一版-第四冊) 碼表 小角錐 立定跳遠測量墊	1.觀察參與 2.分組遊戲 3.測驗表現 4.觀察與欣賞 5.態度檢核	【生涯發展教育】 培養學生重視自身健康及終身運動習慣。	
第 13 週 5/10~5/14	Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。	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。 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。	雞『飛』狗跳-飛盤 1. 飛盤九宮格 2. 飛盤躲避球 3. 討論分析各組比賽表現 4. 檢核、修正表現之狀況 5. 綜合問答、討論	2	修改南一版-第四冊) 碼表 跳繩 音樂 小角錐 軟角錐	1.觀察參與 2.分組遊戲 3.測驗表現 4.觀察與欣賞 5.態度檢核	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 14 週 5/17~5/21	Cd-IV-1 戶外休	1d-IV-1 了解各項運動技能原	雞飛狗『跳』-跳繩	2	修改南一版-第四冊)	1.觀察參與	【品德教育】	

(第二次段考週)	閒運動綜合應用。	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-1 發展適合個人之專項運動技能。	1.跳繩節奏運動 2.團結一致-大跳繩 3.討論分析各組比賽表現 4.檢核、修正表現之狀況 5.綜合問答、討論		碼表 跳繩 音樂 小角錐 軟角錐	2.分組遊戲 3.測驗表現 4.觀察與欣賞 5.態度檢核	品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 15 週 5/24~5/28	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。 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。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	行為不『檢』?-檢視自我體態(一) 1. 檢視自我體態、體能之狀況。 2.調整自我體態策略。 3.說明自我體態缺點亟需加強事項。 4.預估方法 5.綜合體能練習(核心訓練)。 6.綜合問答、討論	2	修改南一版-第四冊) 碼表 音樂 小角錐 軟角錐	1.觀察參與 2.分組遊戲 3.測驗表現 4.觀察與欣賞 5.態度檢核	【生涯發展教育】培養學生重視自身健康及終身運動習慣。	
第 16 週 5/31~6/4	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。 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。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	行為不『檢』?-檢視自我體態(二) 1.檢視自我體態、體能之狀況。 2.設計修正自我體態方法。 3.說明未來規自我體態修正之要求、時間、動作要領等。 4.預估期程(寒假1個月進行安排)。 5 預估執行期程及安排規劃。	2	修改南一版-第四冊) 碼表 音樂 小角錐 軟角錐	1.觀察參與 2.分組遊戲 3.測驗表現 4.觀察與欣賞 5.態度檢核	【生涯發展教育】培養學生重視自身健康及終身運動習慣。	
第 17 週 6/7~6/11	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	體能大富翁-極限體能大挑戰 1. 學生設計關卡 2. 每個關卡進行 2 分鐘	2	修改南一版-第四冊) 碼表 音樂	1.觀察參與 2.分組遊戲 3.測驗表現	【生涯發展教育】培養學生重視自身健康及終身運動習慣。	

	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Ia-IV-1 徒手體操動作組合。</p>	<p>全的運動情境。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。</p> <p>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。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>	<p>3. 自我挑戰體能</p> <p>4. 討論分析各關卡狀況</p> <p>5. 檢核、修正表現之狀況</p> <p>6. 綜合問答、討論</p>		<p>小角錐</p> <p>軟角錐</p>	<p>4. 觀察與欣賞</p> <p>5. 態度檢核</p>	
<p>第 18 週</p> <p>6/15~6/18</p>	<p>Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。</p> <p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Ia-IV-1 徒手體操動作組合。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。</p> <p>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。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>	<p>體能大富翁-極限體能大挑戰</p> <p>7. 學生設計關卡</p> <p>8. 每個關卡進行 2 分鐘</p> <p>9. 自我挑戰體能</p> <p>10. 討論分析各關卡狀況</p> <p>11. 檢核、修正表現之狀況</p> <p>12. 綜合問答、討論</p> <p>體能遊戲-體能大富翁(教師設計示範)</p>	2	<p>修改南一版-第四冊)</p> <p>碼表</p> <p>音樂</p> <p>小角錐</p> <p>軟角錐</p>	<p>1. 觀察參與</p> <p>2. 分組遊戲</p> <p>3. 測驗表現</p> <p>4. 觀察與欣賞</p> <p>5. 態度檢核</p>	<p>【生涯發展教育】 培養學生重視自身健康及終身運動習慣。</p>
<p>第 19 週</p> <p>6/21~6/25</p>	<p>Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。</p> <p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Ia-IV-1 徒手體操動作組合。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。</p> <p>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。</p>	<p>定向越野賽-極限體能大挑戰</p> <p>13. 學生設計關卡</p> <p>14. 每個關卡進行 2 分鐘</p> <p>15. 自我挑戰體能</p> <p>16. 討論分析各關卡狀況</p> <p>17. 檢核、修正表現之狀況</p> <p>18. 綜合問答、討論</p>	2	<p>修改南一版-第四冊)</p> <p>碼表</p> <p>音樂</p> <p>小角錐</p> <p>軟角錐</p>	<p>1. 觀察參與</p> <p>2. 分組遊戲</p> <p>3. 測驗表現</p> <p>4. 觀察與欣賞</p> <p>5. 態度檢核</p>	<p>【生涯發展教育】 培養學生重視自身健康及終身運動習慣。</p>

		4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。						
第 20 週 6/2~6/30	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 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。	一同玩運動-安心『動』、放心『玩』 1. 運動安全教育 2. 檢視自我體能狀況 3. 媒體實例說明(媒體識讀) 4. 腦力激盪-遊戲體能創作 遊戲體能創作-以生活經驗為主體設計遊戲體能(學生設計)	2	(修改南一版第四冊) 碼表 小角錐 軟角錐	1.觀察參與 2.分組遊戲 3.實作表現 4.觀察與欣賞	【安全教育】 J1 理解安全教育的意義。 J2 判斷常見的事故傷害。 J5 了解特殊體質學生的運動安全。 J6 了解運動設施安全的維護。 J11 學習創傷救護技能。 【閱讀素養教育】 J3 理解學科知識內的重要詞彙的意涵，並懂得如何運用該詞彙與他人進行溝通。	