

新北市私立醒吾高中 (國中部) 115 學年度八年級第 1 學期部定課程計畫
 設計者：蕭小玲

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、課程內容修正回復：

當學年當學期課程審閱意見	對應課程內容修正回復
依 115 學年度課程計畫備查格式及審查原則檢核。	已依 115 學年度部定課程格式整理為 21 週課程規劃，並於「六、素養導向教學規劃」明確區分廠商教材內容 (黑字) 與教師自編 / 改編內容 (紅字)。

三、學習節數：每週 (2) 節，實施 (21) 週，共 (42) 節。

四、課程內涵：

總綱核心素養 ■ 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	學習領域核心素養 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，探索自我價值並積極實踐。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，能運用適當策略處理與解決體育與健康問題。 健體-J-A3 具備善用體育與健康資源，擬定運動計畫並有效執行之能力。 健體-J-B1 具備情意表達能力，能與人溝通互動並應用於日常生活。 健體-J-B3 具備審美與表現能力，了解運動與健康在美學上的特質。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，能在體育活動中培養合作與和諧互動。
--	---

五、課程架構：挑戰自我：運動防護、防衛運動；團隊動力：籃球 3X3、排球攔網、羽球前場區域擊球、棒球觸擊短打與布陣戰術；超越自我：田徑長距離跑、競技啦啦隊舞蹈。

六、素養導向教學規劃：

教學期程	學習內容	學習表現	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
第 1 週	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。	1c-IV-1、1c-IV-2	廠商教材 / 課程主題：第四篇挑戰自我 第 1 章運動防護 廠商教材內容：運動風險管理、BREAKS 風險評估、PRICE 處理原則 教師自編 / 改編活動：分組討論校園運動風險，演練 PRICE 處理步驟並分享運動傷害處理經驗。	2	廠商教材資源：課本、運動風險評估資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：風險評估討論單、PRICE 演練回饋	問答、行為觀察、實作	安全教育：安 J6、安 J11，連結運動設施維護與創傷救護技能。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 2 週	Bc-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。	1d-IV-1、2c-IV-1、3c-IV-1	廠商教材 / 課程主題：第四篇挑戰自我 第 2 章防衛運動 廠商教材內容：跆拳道起源、運動價值、準備姿勢、基本手法與步法 教師自編 / 改編活動：學生練習平行 / 實戰準備姿勢、正拳、馬步、弓步、交叉步，並以腳靶進行步法與正拳綜合練習。	2	廠商教材資源：課本、跆拳道技巧資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：動作分解練習、同儕檢核	問答、實作、觀察	生涯規劃教育：涯 J3，覺察運動能力與興趣。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 3 週	Bc-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。	1d-IV-1、2c-IV-1、3c-IV-1	廠商教材 / 課程主題：第四篇挑戰自我 第 2 章防衛運動 廠商教材內容：跆拳道基本腳法、腿法、攻擊技巧與模式對練 教師自編 / 改編活動：練習前踢、側踢、旋踢、下壓；進行固定目標、不同高度目標及模擬對練比賽。	2	廠商教材資源：課本、跆拳道技巧資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：攻擊技巧自主練習策略表	實作、發表、行為觀察	生涯規劃教育：涯 J3，覺察能力與興趣並規劃自主練習。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 4 週	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1c-IV-1、2c-IV-2、2c-IV-3、3d-IV-2	廠商教材 / 課程主題：第五篇團隊動力 第 2 章籃球 3X3 籃球 廠商教材內容：三對三籃球規則、球權轉換、傳球與走位 教師自編 / 改編活動：操作國際三對三規則，進行無防守者傳球走位練習，建立空間感與得分機會。	2	廠商教材資源：課本、三對三籃球門牛資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：三對三規則摘要、走位檢核表	問答、實作	生涯規劃教育：涯 J3，覺察球類運動興趣。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 5 週	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1c-IV-1、2c-IV-2、2c-IV-3、3d-IV-2	廠商教材 / 課程主題：第五篇團隊動力 第 2 章籃球 3X3 籃球 廠商教材內容：無球移動、傳切練習，開後門切入與閃切 教師自編 / 改編活動：學生以小組進行傳切、無球移動與開後門切入練習，討論如何維持場上空間。	2	廠商教材資源：課本、三對三籃球門牛資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：小組戰術討論單	實作、觀察	生涯規劃教育：涯 J3，連結團隊角色與能力表現。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 6 週	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1c-IV-1、2c-IV-2、2c-IV-3、3d-IV-2	廠商教材 / 課程主題：第五篇團隊動力 第 2 章籃球 3X3 籃球 廠商教材內容：三對零訓練、球球到位，三對三比賽與小組防守	2	廠商教材資源：課本、三對三籃球門牛資料、教用版電子教科書	觀察、實作	生涯規劃教育：涯 J3，培養合作與任務分工。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：

			教師自編 / 改編活動：進行三對零、球球到位及三對三比賽，要求學生以聲音溝通並調整防守站位。		教師自編 / 改編資源與學習策略：溝通與防守站位檢核表			0。
第 7 週	Ha-IV-1 網 / 牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1c-IV-1、1d-IV-1、1d-IV-3、2c-IV-2、3d-IV-1、3d-IV-2、3d-IV-3、4d-IV-1	廠商教材 / 課程主題：第五篇團隊動力 第 2 章排球攔網（第一次段考） 廠商教材內容：攔網概念、攔截遊戲、跨步與助跑攔網 教師自編 / 改編活動：透過「天羅地網」遊戲、跨步攔網與助跑攔網練習，建立攔網目的與安全意識。	2	廠商教材資源：課本、排球攔網資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：攔網動作要領提示卡	提問、觀察、實作	生涯規劃教育：涯 J3，覺察排球技能興趣。	第一次段考；未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 8 週	Ha-IV-1 網 / 牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1c-IV-1、1d-IV-1、1d-IV-3、2c-IV-2、3d-IV-1、3d-IV-2、3d-IV-3、4d-IV-1	廠商教材 / 課程主題：第五篇團隊動力 第 2 章排球攔網 廠商教材內容：左右跨步攔網、助跑攔網、兩人面對面扣球攔網、高台跨步攔網 教師自編 / 改編活動：小組演練攔網手勢、左右跨步、助跑攔網及高台扣球攔網，修正起跳時機與手勢。	2	廠商教材資源：課本、排球攔網資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：攔網同儕回饋單	實作、發表、觀察	生涯規劃教育：涯 J3，透過練習發現個人優勢。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 9 週	Ha-IV-1 網 / 牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1c-IV-1、1d-IV-1、1d-IV-3、2c-IV-2、3d-IV-1、3d-IV-2、3d-IV-3、4d-IV-1	廠商教材 / 課程主題：第五篇團隊動力 第 2 章排球攔網 廠商教材內容：團隊防守概念、單人攔網防守隊形、二打二排球比賽 教師自編 / 改編活動：學生進行二打二排球與兩側高台團隊攔網防守佈陣，學習攔網與防守交錯站位。	2	廠商教材資源：課本、排球攔網資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：團隊防守佈陣圖	發表、觀察、實作	生涯規劃教育：涯 J3，培養團隊角色覺察。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 10 週	Ha-IV-1 網 / 牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1、1d-IV-2、3c-IV-1、4d-IV-1	廠商教材 / 課程主題：第五篇團隊動力 第 3 章羽球前場區域擊球 廠商教材內容：正、反手放小球與替代性放小球練習 教師自編 / 改編活動：操作向上擊球、自拋自打、二人合作擊球與牆面替代練習，檢核放小球高度與拍面控制。	2	廠商教材資源：課本、羽球前場區域擊球資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：放小球高度檢核表	問答、觀察、實作	生涯規劃教育：涯 J3，覺察個人技能發展。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 11 週	Ha-IV-1 網 / 牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1、1d-IV-2、3c-IV-1、4d-IV-1	廠商教材 / 課程主題：第五篇團隊動力 第 3 章羽球前場區域擊球 廠商教材內容：一拋一打、網前球對抗、正反手挑球 教師自編 / 改編活動：學生進行一拋一打、網前球對抗、正反手挑球與拍面角度練習，互相協助修正動作。	2	廠商教材資源：課本、羽球前場區域擊球資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：拍面角度與擊球點觀察表	實作、觀察	生涯規劃教育：涯 J3，培養運動技能自我覺察。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 12 週	Ha-IV-1 網 / 牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1、1d-IV-2、3c-IV-1、4d-IV-1	廠商教材 / 課程主題：第五篇團隊動力 第 3 章羽球前場區域擊球 廠商教材內容：放挑球運用、區域站位比賽、前後區域比賽 教師自編 / 改編活動：小組討論前後區域責任分工，進行區域站位比賽並分析對手站位與擊球策略。	2	廠商教材資源：課本、羽球前場區域擊球資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：小組討論表、擊球策略回饋表	實作、發表、觀察	生涯規劃教育：涯 J3，透過合作學習覺察角色能力。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 13 週	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定；Hd-IV-1 守備 / 跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	2c-IV-2、3c-IV-1、3d-IV-2、4d-IV-1	廠商教材 / 課程主題：第五篇團隊動力 第 4 章棒球觸擊短打與布陣戰術 廠商教材內容：棒球守備位置、觸擊短打、突襲短打 教師自編 / 改編活動：學生以代號認識守備位置，進行短打替代練習、突襲短打與動作攝影回饋。	2	廠商教材資源：課本、棒球觸擊短打與戰術資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：短打動作攝影檢核表	認知、情意、技能	生涯規劃教育：涯 J3，覺察球類運動興趣。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 14 週	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定；Hd-IV-1 守備 / 跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	2c-IV-2、3c-IV-1、3d-IV-2、4d-IV-1	廠商教材 / 課程主題：第五篇團隊動力 第 4 章棒球觸擊短打與布陣戰術（第二次段考） 廠商教材內容：短打練習、攻守佈陣、打帶跑 教師自編 / 改編活動：以檢核表互相檢視基本打擊姿勢，討論不同出局數佈陣並操作打帶跑戰術。	2	廠商教材資源：課本、棒球觸擊短打與戰術資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：打擊姿勢檢核表、佈陣分析單	情意、認知、技能	生涯規劃教育：涯 J3，從任務表現覺察個人能力。	第二次段考；未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 15 週	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定；Hd-IV-1 守備 / 跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	2c-IV-2、3c-IV-1、3d-IV-2、4d-IV-1	廠商教材 / 課程主題：第五篇團隊動力 第 4 章棒球觸擊短打與布陣戰術 廠商教材內容：攻守佈陣、打帶跑、排壘球練習賽 教師自編 / 改編活動：學生分組進行排壘球練習賽，練習投手拋球、打擊跑壘與性別友善規則。	2	廠商教材資源：課本、棒球觸擊短打與戰術資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：排壘球比賽任務單	情意、認知、技能	生涯規劃教育：涯 J3，透過團隊賽事覺察能力與興趣。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 16 週	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法；Ga-IV-2 跑、跳與推擲的基本技巧。	1c-IV-1、1d-IV-1、1d-IV-3、2c-IV-3、3c-IV-1、3d-IV-2、3d-IV-3、4d-IV-2	廠商教材 / 課程主題：第六篇超越自我 第 1 章田徑 - 長距離跑 廠商教材內容：起跑、加速跑、中間跑、彎道跑與長距離跑姿勢 教師自編 / 改編活動：學生以不同腳掌著地方式進行 50 公尺跑，體驗衝擊差異並修正跑步姿勢。	2	廠商教材資源：課本、長距離跑資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：跑姿自評表	問答、說明、實作	國際教育：國 J4，理解長距離跑與國際賽事文化。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 17 週	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法；Ga-IV-2 跑、跳與推擲的基本技巧。	1c-IV-1、1d-IV-1、1d-IV-3、2c-IV-3、3c-IV-1、3d-IV-2、3d-IV-3、4d-IV-2	廠商教材 / 課程主題：第六篇超越自我 第 1 章田徑 - 長距離跑 廠商教材內容：上下坡跑、訓練路線設計、馬拉松起源 教師自編 / 改編活動：學生設計校園訓練路線，分享上下坡跑身體姿勢變化，並認識馬拉松典故。	2	廠商教材資源：課本、長距離跑資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：校園路線設計圖	實作、說明、合作觀察	國際教育：國 J4，尊重與欣賞世界運動文化價值。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 18 週	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法；Ga-IV-2 跑、跳與推擲的基本技巧。	1c-IV-1、1d-IV-1、1d-IV-3、2c-IV-3、3c-IV-1、3d-IV-2、3d-IV-3、4d-IV-2	廠商教材 / 課程主題：第六篇超越自我 第 1 章田徑 - 長距離跑 廠商教材內容：配速、跑步科技產品、創意圖形路跑 教師自編 / 改編活動：學生嘗試三種配速跑 200 公尺，運用 APP 規劃創	2	廠商教材資源：課本、長距離跑資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：配速體驗	問答、實作、觀察	國際教育：國 J4，連結路跑文化與科技應用。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。

			意圖形路線並討論跑步裝備功能。		紀錄、創意路線成果			
第 19 週	Ib-IV-1 自由創作舞蹈。	1c-IV-1、1c-IV-2、1d-IV-1、2c-IV-2、2c-IV-3、3c-IV-1、3c-IV-2、4d-IV-1	廠商教材 / 課程主題：第六篇超越自我 第 2 章競技啦啦隊舞蹈 廠商教材內容：競技啦啦隊起源、手姿、腳步與安全守則 教師自編 / 改編活動：學生分組練習 T 式、高低 V 式、斜對角式、開合步、弓箭步與跳躍動作，強調表情與安全。	2	廠商教材資源：課本、競技啦啦隊資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：手姿腳步動作檢核表	問答、說明、實作、觀察	安全教育：安 J9；國際教育：國 J4，認識競技啦啦隊安全與文化。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 20 週	Ib-IV-1 自由創作舞蹈。	1c-IV-1、1c-IV-2、1d-IV-1、2c-IV-2、2c-IV-3、3c-IV-1、3c-IV-2、4d-IV-1	廠商教材 / 課程主題：第六篇超越自我 第 2 章競技啦啦隊舞蹈 廠商教材內容：口號編排、手姿整合、舞伴技巧與雙股立姿 教師自編 / 改編活動：學生分組設計口號動作，進行分組表演與同儕回饋；練習雙股立姿並安排保護人員。	2	廠商教材資源：課本、競技啦啦隊資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：口號創作評分表、安全提醒卡	說明、實作、觀察	安全教育：安 J9；國際教育：國 J4，強調設備安全與文化欣賞。	未實施跨領域或跨科目協同教學。協同科目：無；協同節數：0。
第 21 週	Ib-IV-1 自由創作舞蹈。	1c-IV-1、1c-IV-2、1d-IV-1、2c-IV-2、2c-IV-3、3c-IV-1、3c-IV-2、4d-IV-1	廠商教材 / 課程主題：第六篇超越自我 第 2 章競技啦啦隊舞蹈（第三次段考） 廠商教材內容：班級專屬加油歌、運動欣賞 教師自編 / 改編活動：各組完成專屬加油歌展演，依描述、分析、分享與讚美三向度進行運動欣賞與回饋。	2	廠商教材資源：課本、競技啦啦隊資料、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略：小組展演回饋單	說明、實作、觀察	安全教育：安 J9；國際教育：國 J4，尊重不同表演文化與安全規範。	第三次段考；未實施跨領域或跨科目協同教學。

七、本課程是否有校外人士協助教學：

是否實施	教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效 / 原授課教師角色
■否，全學年都沒有。	無	無	無	無	無