

請依照實際課程調整格式

|            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                            |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 課程名稱       | 中文名稱                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 體育                                                                                                                                         |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|            | 英文名稱                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Physical education PE                                                                                                                      |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 授課年段       | 高二全年段                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 學分數                                                                                                                                        | 2學分                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 課程屬性       | <input checked="" type="checkbox"/> 必修課程 <input type="checkbox"/> 跨領域/科目專題 <input type="checkbox"/> 跨領域/科目統整(不同科) <input type="checkbox"/> 實作(實驗)<br><input type="checkbox"/> 探索體驗 <input type="checkbox"/> 第二外語 <input type="checkbox"/> 本土語文(閩、客、原住民) <input type="checkbox"/> 全民國防教育<br><input type="checkbox"/> 職涯試探(高職) <input type="checkbox"/> 通識性課程 <input type="checkbox"/> 大學預修課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求 |                                                                                                                                            |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 師資來源       | <input checked="" type="checkbox"/> 校內單科 <input type="checkbox"/> 校內跨科協同 <input type="checkbox"/> 跨校協同 <input type="checkbox"/> 外聘(大學) <input type="checkbox"/> 外聘(其他)                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                            |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 課綱<br>核心素養 | A 自主行動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <input checked="" type="checkbox"/> A1. 身心素質與自我精進 <input type="checkbox"/> A2. 系統思考與問題解決 <input checked="" type="checkbox"/> A3. 規劃執行與創新應變 |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|            | B 溝通互動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <input checked="" type="checkbox"/> B1. 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2. 科技資訊與媒體素養 <input checked="" type="checkbox"/> B3. 藝術涵養與美感素養 |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|            | C 社會參與                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/> C1. 道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2. 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3. 多元文化與國際理解            |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 學習目標       | 1、 培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。<br>2、 養成規律運動與健康生活的習慣。<br>3、 培養健康與體育問題解決及規劃執行的能力。<br>4、 透過課程實踐團隊合作、討論與運動欣賞。<br>5、 培養國際體育與健康議題的素養並包容文化的多元性。                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                            |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 教學大綱       | 週次                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 單元/主題                                                                                                                                      | 內容綱要                                                       | 重要議題融入<br>(請勾選)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|            | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 桌球                                                                                                                                         | 介紹桌球雙打基本規則及比賽規則介紹與實戰練習。                                    | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境<br><input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命<br><input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊<br><input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化<br><input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 原住民族教育 |
|            | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 桌球                                                                                                                                         |                                                            | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境<br><input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命<br><input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊<br><input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化<br><input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 原住民族教育 |
|            | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 田徑                                                                                                                                         | 1. 檢測 100 公尺、大隊接力的規則講解與傳接棒練習。<br>2. 低手接球動作基本動作介紹及比賽場上基本規則。 | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境<br><input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命<br><input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊<br><input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化<br><input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 原住民族教育 |
|            | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 游泳                                                                                                                                         | 1. 蛙式分解動作介紹與練習。<br>2. 划手動作調整與腿部蛙腳訓練。                       | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境<br><input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命<br><input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊<br><input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化<br><input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 原住民族教育 |
|            | 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 游泳                                                                                                                                         |                                                            | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境<br><input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命<br><input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊<br><input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化<br><input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 原住民族教育 |
|            | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 游泳                                                                                                                                         |                                                            | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境<br><input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 生命<br><input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊<br><input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化<br><input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 原住民族教育 |
|            | 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 壘球                                                                                                                                         | 1. 基本規則講解與傳接球動作要領操作。<br>2. 基本攻擊與防守比賽規則解講與實戰練習。             | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境<br><input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 生命<br><input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊<br><input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化<br><input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育                                                          |
|            | 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 壘球                                                                                                                                         |                                                            | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境<br><input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 生命<br><input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊<br><input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化<br><input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育                                                          |

|           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9         | 壘球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                     | <input type="checkbox"/> 原住民族教育                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 10        | 健身                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 1. 介紹器材操作要點與安全注意事項。<br>2. 講解身體肌肉與肌群主要的訓練模式。<br>3. 身體肌耐力與核心肌群執行循環訓練。 | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境<br><input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 生命<br><input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊<br><input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化<br><input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 原住民族教育 |
| 11        | 健身                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 12        | 籃球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 1. 傳接球練習與三人戰術跑位練習。<br>2. 進攻推進模式(傳球、運球)。                             | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境<br><input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 生命<br><input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊<br><input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化<br><input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 原住民族教育 |
| 13        | 籃球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 14        | 羽球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 1. 高遠球與雙打基本動作說明與講解。<br>2. 基本規則與實戰訓練。                                | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境<br><input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 生命<br><input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊<br><input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化<br><input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 原住民族教育 |
| 15        | 羽球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 16        | 排球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 1. 介紹高手托球與扣球，實戰練習。<br>2. 配合低手接球形成技戰術，實戰練習。                          | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境<br><input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 生命<br><input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊<br><input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化<br><input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 原住民族教育 |
| 17        | 排球                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 18        | 體適能                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1. 體適能動作測驗說明與測驗。<br>2. 各項體適能的動作操作及注意事項。                             | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境<br><input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 生命<br><input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊<br><input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化<br><input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 原住民族教育 |
| 19        | 體適能                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 20        | 測驗                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 各項運動項目檢測與補考。                                                        | <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境<br><input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 生命<br><input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊<br><input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災<br><input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input checked="" type="checkbox"/> 多元文化<br><input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育<br><input type="checkbox"/> 原住民族教育            |
| 學習評量      | (1) 運動技能 60%<br>(2) 運動精神與學習態度 25%<br>(3) 體育知識 15%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 對應學群      | <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 工程 <input type="checkbox"/> 數理化 <input type="checkbox"/> 醫藥衛生 <input type="checkbox"/> 生命科學 <input type="checkbox"/> 生物資源<br><input type="checkbox"/> 地球環境 <input type="checkbox"/> 建築設計 <input checked="" type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 社會心理 <input type="checkbox"/> 大眾傳播 <input type="checkbox"/> 外語<br><input type="checkbox"/> 文史哲 <input checked="" type="checkbox"/> 教育 <input type="checkbox"/> 法政 <input type="checkbox"/> 管理 <input type="checkbox"/> 財經 <input checked="" type="checkbox"/> 遊憩運動 |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 輔助教材或參考書目 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 備註        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |