

► 健體領域/ 體育科

授課年段	八年級 上學期		
課綱核心素養	A 自主行動： A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與問題解決,		
	B 溝通互動： B2 科技資訊與媒體素養 B3 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與： C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作		
學生圖像	(一)健康力, (二)品格力, (四)思考力, (五)學習力, (六)領導力,		
學習表現	1. 認知：「健康知識」、「技能概念」、「運動知識」 2. 情意：「健康正向態度」、「體育學習態度」 3. 技能：「健康技能」、「技能表現」 4. 行為：「自我健康管理」、「運動計畫」、「運動實踐」		
學習內容	1. 生長、發展與體適能 2. 安全生活與運動防護：「運動傷害與防護」 與「防衛性運動」 3. 群體健康與運動參與：含「健康環境」、「運動知識」、「戶外 休閒運動」		
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要
	第一週	Physical Fitness	Introduction of physical fitness
	第二週	Physical Fitness	Skeletal muscular endurance
	第三週	Physical Fitness	Skeletal muscular strength
	第四週	Cycling	Basic knowledge of cycling and practices
	第五週	Cycling	Basic cycling skills and traffic safety education
	第六週	Cycling	Basic maintenance and trouble shooting
	第七週	Volleyball	Underhand pass
	第八週	Volleyball	Group underhand pass
	第九週	Volleyball	Underhand service
	第十週	Volleyball	Overhand service
	第十一週	Midterm exam	Midterm exam
	第十二週	Table tennis	Introduction of table tennis and service
	第十三週	Table tennis	Backhand block
	第十四週	Table tennis	Forehand stroke and backhand stroke
	第十五週	Basketball	Dribbling in spot
	第十六週	Basketball	Dribbling on move
	第十七週	Basketball	Passing
	第十八週	Basketball	passing on move
第十九週	Final exam	Final exam	
學習評量	認知 20% 情意 30% 技能 30% 行為 20%		
備註：			

授課年段	八年級 下學期		
課綱核心素養	A 自主行動： A1. 身心素質與自我精進 A2. 系統思考與問題解決,		
	B 溝通互動： B2 科技資訊與媒體素養 B3 藝術涵養與美感素養		
	C 社會參與： C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作		
學生圖像	(一)健康力, (二)品格力, (四)思考力, (五)學習力, (六)領導力,		
學習表現	1. 認知：「健康知識」、「技能概念」、「運動知識」 2. 情意：「健康正向態度」、「體育學習態度」 3. 技能：「健康技能」、「技能表現」 4. 行為：「自我健康管理」、「運動計畫」、「運動實踐」		
學習內容	1. 生長、發展與體適能 2. 安全生活與運動防護：「運動傷害與防護」 與「防衛性運動」 3. 群體健康與運動參與：含「健康環境」、「運動知識」、「戶外 休閒運動」		
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要
	第一週	Physical Fitness	Flexibility
	第二週	Physical Fitness	Skeletal muscular power
	第三週	Physical Fitness	Cardiovascular endurance
	第四週	Volleyball	Overhand pass on spot
	第五週	Volleyball	Overhand pass on move
	第六週	Volleyball	Service and pass
	第七週	Volleyball	Comprehensive Training
	第八週	Basketball	Dribbling and passing
	第九週	Basketball	Shooting
	第十週	Basketball	Comprehensive training
	第十一週	Midterm exam	Midterm exam
	第十二週	Badminton	Introduction of badminton
	第十三週	Badminton	Overhand stroke
	第十四週	Badminton	Lift and pop
	第十五週	Badminton	Service
	第十六週	Rock climbing	Introduction of rock climbing and safety education
	第十七週	Rock climbing	Basic rock climbing skills
	第十八週	Rock climbing	Assessment of Rock climbing
第十九週	Final exam	Final exam	
學習評量	認知 20% 情意 30% 技能 30% 行為 20%		
備註：			