

表6-1

113學年度臺中市立至善國民中學七年級第一學期學校體育班總體課程計畫進度總表（新課綱版本）

製表日期：113年7月10日

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程	校訂課程			
				特殊類型 班級課程	彈性學習課程			
				體育專業	統整性主題/專題/議題探究課程	社團活動與 技藝課程	特殊需求領域課程	其他類課程
一~七	113/08/30(五) ~113/10/12(六)	8月30日(五) 開學日 9月17日(二) 中秋節 10月10(四) 國慶日	單元/ 主題名稱 教學重點	1. 武術(44) 2. 圍棋(44) 3. 田徑(44)	1. 閱讀理解 2. 生命脈動 3. 學習指導		1. 武術(44) 2. 圍棋(44) 3. 田徑(44)	
				武術 1. 身體的基礎控制與協調能力 2. 套路學習 3. 運動員健全心理 4. 基礎核心肌群訓練 5. 強化身體延展度 6. 運動傷害防護學習 圍棋 1. 初級死活訓練 2. 布局訓練 中國流弊勝法 田徑 1. 身體的控制與協調能力 2. 團隊精神之培養	閱讀理解 1. 圖書館利用教育(1節) (1)認識並運用學校圖書館資源 (2)認識並參與學校各項閱讀活動 (3)運用中文圖書分類號進行圖書搜查 2. 閱讀與世界(1節) (1)理解「閱讀」與「閱讀理解」的差異 (2)學習閱讀理解策略的好處 (3)了解閱讀理解課程內容訂定的緣由，做為學習前的準備 3. 閱讀基本功(3節) (1)能理解不同文體的分類與跨科應用 (2)學習運用六何法進行標題預測 (3)學習掌握邏輯字詞與練習標點斷句 4. 課文本位閱讀理解策略(1節) (1)認識說明文的說明方式		武術 1. 身體的基礎控制與協調能力 2. 套路學習 3. 運動員健全心理 4. 基礎核心肌群訓練 5. 強化身體延展度 6. 運動傷害防護學習 圍棋 1. 初級死活訓練 2. 布局訓練 中國流弊勝法 田徑 1. 身體的控制與協調能力 2. 團隊精神之培養	

			<p>3. 運動員健全心理</p> <p>4. 核心肌群及肌力訓練</p> <p>5. 比賽心理適性培養</p> <p>6. 運動傷害防護學習</p>	<p>生命脈動</p> <p>1. 生命之源(4節)</p> <p>1-1 水的淨化/自然科學、科技/科技</p> <p>1-2 逆滲透技術介紹/自然科學、科技/科技、閱讀素養</p> <p>1-3 逆滲透技術應用/自然科學、科技/科技、環境</p> <p>1-4 以水悟道1/自然科學、語文/品德</p> <p>1-5 以水悟道2/自然科學、語文/品德</p> <p>2. 生之長存(2節)</p> <p>2-1 生物保存技術/自然科學、綜合</p> <p>2-2 鹽漬好滋味/自然科學、綜合/閱讀素養</p> <p>學習指導</p> <p>1. 生活指導(2節)</p> <p>(1) 國中生的身分認知及學習階段差異</p> <p>(2) 課業指導及學習時間分配討論</p> <p>(3) 環境清潔認識及應用</p> <p>(4) 用餐禮儀及指導</p> <p>2. 讀書指導(4節)</p> <p>(1) 學習時間安排介紹</p> <p>(2) 番茄鐘時間技術及應用</p> <p>4. 補救教學(1節)</p> <p>(1) 翰林 Teams 系統練習(國英數社自影片觀賞)</p> <p>(2) 因材網、酷英網。班級 classroom 使用介紹</p>		<p>3. 運動員健全心理</p> <p>4. 核心肌群及肌力訓練</p> <p>5. 比賽心理適性培養</p> <p>6. 運動傷害防護學習</p>	
	評量方式	<p>武術</p> <p>1. 以組合套路動作作為評量方法</p> <p>2. 參加國武術賽事</p> <p>3. 觀察賽後心理平復與積極程度</p> <p>4. 身體的整合與穩定度測驗</p>	<p>閱讀理解</p> <p>1. 教師觀察、2. 自我評量、3. 同儕互評、4. 學習單</p> <p>5. 口試與報告、6. 分組任務、7. 實作</p> <p>生命脈動</p> <p>1. 分組討論、2. 學習單、3. 上課態度、4. 發表與分享</p>	<p>武術</p> <p>1. 以組合套路動作作為評量方法</p> <p>2. 參加國武術賽事</p> <p>3. 觀察賽後心理平復與積極程度</p> <p>4. 身體的整合與穩定度測驗</p>			

				5. 檢測柔軟度與關節活動度 6. 貼紮實作檢測 圍棋 1. 平常練習態度評量 田徑 1. 以身體活動及馬克操作為評量方法 2. 參加市級賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 短跑與爆發力測驗 5. 100m 及200m 測驗 6. 緩和、按摩、貼紮實作檢測	學習指導 口語表達、實作評量、創作發表		5. 檢測柔軟度與關節活動度 6. 貼紮實作檢測 圍棋 1. 平常練習態度評量 田徑 1. 以身體活動及馬克操作為評量方法 2. 參加市級賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 短跑與爆發力測驗 5. 100m 及200m 測驗 6. 緩和、按摩、貼紮實作檢測	
第一次定期評量 10月8-9日								
八~十四	113/10/13(日) ~113/11/30(六)	11月8日(五) 校慶	單元/ 主題名稱 教學重點	1. 武術(52) 2. 圍棋(52) 3. 田徑(52) 武術 1. 身體的基礎控制與協調能力 2. 套路學習 3. 運動員健全心理 4. 基礎核心肌群訓練 5. 強化身體延展度 6. 運動傷害防護學習	1. 閱讀理解 2. 生命脈動 3. 學習指導 閱讀理解 4. 課文本位閱讀理解策略(5節) (1)認識說明文的說明方式 (2)學習說明文的總、分、合概念。 (3)掌握說明文的結構並練習整理文本重點。 5. 一起來找茶(2節) (1)多文本閱讀來認識茶的分類、製程與地方特色茶		1. 武術(52) 2. 圍棋(52) 3. 田徑(52) 武術 1. 身體的基礎控制與協調能力 2. 套路學習 3. 運動員健全心理 4. 基礎核心肌群訓練 5. 強化身體延展度 6. 運動傷害防護學習	

			<p>圍棋</p> <p>1. 初級死活訓練</p> <p>2. 布局訓練 中國流弊勝法</p> <p>田徑(41節)</p> <p>1. 身體的控制與協調能力</p> <p>2. 團隊精神之培養</p> <p>3. 運動員健全心理</p> <p>4. 核心肌群及肌力訓練</p> <p>5. 比賽心理適性培養</p> <p>6. 運動傷害防護學習</p>	<p>生命脈動</p> <p>2. 生之長存(2節)</p> <p>2-3 生物標本保存技術/自然科學、科技</p> <p>2-4 保留綻放瞬間的美好/自然科學、藝術/生涯規劃、閱讀素養</p> <p>3. 新科技與醫療(4節)</p> <p>3-1AI 人工智慧/自然科學、科技/科技</p> <p>3-2AI 人工智慧與醫療科學/自然科學、科技、健體/科技、閱讀素養</p> <p>3-3 零接觸體驗/自然科學、科技/科技</p> <p>3-4 零接觸醫療系統/自然科學、科技、健體/科技、閱讀素養</p> <p>4. 共同守護健康(1節)</p> <p>4-1 公共衛生/自然科學、健體/生涯規劃</p> <p>學習指導</p> <p>1. 生活指導(2節)</p> <p>(1)國中生的身分認知及學習階段差異</p> <p>(2)課業指導及學習時間分配討論</p> <p>(3)環境清潔認識及應用</p> <p>(4)用餐禮儀及指導</p> <p>3. 品格教育(2節)</p> <p>(1)公眾服務實踐</p> <p>(2)班級服務實踐</p> <p>(3)家庭服務實踐</p> <p>4. 補救教學(3節)</p> <p>(1)翰林 Teams 系統練習(國英數社自影片觀賞)</p> <p>(2)因材網、酷英網。班級 classroom 使用介紹</p>		<p>圍棋</p> <p>1. 初級死活訓練</p> <p>2. 布局訓練 中國流弊勝法</p> <p>田徑</p> <p>1. 身體的控制與協調能力</p> <p>2. 團隊精神之培養</p> <p>3. 運動員健全心理</p> <p>4. 核心肌群及肌力訓練</p> <p>5. 比賽心理適性培養</p> <p>6. 運動傷害防護學習</p>	
		評量方式	<p>武術</p> <p>1. 以組合套路動作為評量方法</p> <p>2. 參加國武術賽事</p>	<p>閱讀理解</p> <p>1. 教師觀察、2. 自我評量、3. 同儕互評、4. 學習單</p> <p>5. 口試與報告、6. 分組任務、7. 實作</p>		<p>武術</p> <p>1. 以組合套路動作為評量方法</p> <p>2. 參加國武術賽事</p>	

				3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 身體的整合與穩定度測驗 5. 檢測柔軟度與關節活動度 6. 貼紮實作檢測 圍棋 1. 平常練習態度評量 2. 參加臺中市長盃比賽評量 田徑 1. 以身體活動及馬克操作為評量方法 2. 參加市級賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 短跑與爆發力測驗 5. 100m 及200m 測驗 6. 緩和、按摩、貼紮實作檢測	生命脈動 1. 分組討論、2. 學習單、3. 上課態度、4. 發表與分享 學習指導 口語表達、實作評量、創作發表		3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 身體的整合與穩定度測驗 5. 檢測柔軟度與關節活動度 6. 貼紮實作檢測 圍棋 1. 平常練習態度評量 2. 參加臺中市長盃比賽評量 田徑 1. 以身體活動及馬克操作為評量方法 2. 參加市級賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 短跑與爆發力測驗 5. 100m 及200m 測驗 6. 緩和、按摩、貼紮實作檢測	
--	--	--	--	---	---	--	---	--

第二次定期評量 11月27-28日

十五~二十一	113/12/1(日) ~114/1/21(二)	1月1日(三) 元旦 1月20日(一) 休業式	單元/ 主題名稱	1. 武術(54) 2. 圍棋(54) 3. 田徑(54)	1. 閱讀理解 2. 生命脈動 3. 學習指導		1. 武術(54) 2. 圍棋(54) 3. 田徑(54)	
			教學重點	武術 1. 身體的基礎控制與協調能力 2. 套路學習	閱讀理解 5. 一起來找茶(4節) (1)多文本閱讀來認識茶的分類、製程與地方特色茶		武術 1. 身體的基礎控制與協調能力 2. 套路學習	

		1月21日(二) 寒假開始	3. 運動員健全心理 4. 基礎核心肌群訓練 5. 強化身體延展度 6. 運動傷害防護學習 圍棋 1. 初級死活訓練 2. 布局訓練 中國流弊勝法 田徑 1. 身體的控制與協調能力 2. 團隊精神之培養 3. 運動員健全心理 4. 核心肌群及肌力訓練 5. 比賽心理適性培養 6. 運動傷害防護學習	(2)認識台灣茶風味輪，品味不同程度發酵的茶類 (3)創作茶詩並設計茶詩文創品 6. 圖表判讀(3節) (1)認識各種圖表的示意方式 (2)練習判讀圖表所表達的資訊、訊息 (3)依據文本繪製符合文意的圖表 生命脈動 4. 共同守護健康(3節) 4-2 後疫情時代不可不知的公共衛生/自然科學、健體/閱讀素養 4-3 疫苗的功能/自然科學、健體 4-4 近代科學已消滅的古傳染病---天花/自然科學、健體/閱讀素養 5. 身體好脈動(4節) 5-1 認識冠狀動脈心臟病/自然科學、健體 5-2 危險的冠狀動脈心臟病/自然科學、健體/閱讀素養 5-3 認識高血壓/自然科學、健體 5-4 認識高血壓/自然科學、健體/閱讀素養 學習指導 1. 生活指導(2節) (1)國中生的身分認知及學習階段差異 (2)課業指導及學習時間分配討論 (3)環境清潔認識及應用 (4)用餐禮儀及指導 3. 品格教育(3節) (1)公眾服務實踐 (2)班級服務實踐 (3)家庭服務實踐		3. 運動員健全心理 4. 基礎核心肌群訓練 5. 強化身體延展度 6. 運動傷害防護學習 圍棋 1. 初級死活訓練 2. 布局訓練 中國流弊勝法 田徑 1. 身體的控制與協調能力 2. 團隊精神之培養 3. 運動員健全心理 4. 核心肌群及肌力訓練 5. 比賽心理適性培養 6. 運動傷害防護學習	
--	--	------------------	---	--	--	---	--

				4. 補救教學(1節) (1)翰林 Teams 系統練習(國英數社自影片觀賞) (2)因材網、酷英網。班級 classroom 使用介紹			
		評量方式	武術 1. 以組合套路動作為評量方法 2. 參加國武術賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 身體的整合與穩定度測驗 5. 檢測柔軟度與關節活動度 6. 貼紮實作檢測 圍棋 1. 平常練習態度評量 2. 參加臺中盃比賽評量 田徑 1. 以身體活動及馬克操作為評量方法 2. 參加市級賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 短跑與爆發力測驗 5. 100m 及200m 測驗 6. 緩和、按摩、貼紮實作檢測	閱讀理解 1. 教師觀察、2. 自我評量、3. 同儕互評、4. 學習單、5. 口試與報告、6. 分組任務、7. 實作 生命脈動 1. 分組討論、2. 學習單、3. 上課態度、4. 發表與分享 學習指導 口語表達、實作評量、創作發表		武術 1. 以組合套路動作為評量方法 2. 參加國武術賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 身體的整合與穩定度測驗 5. 檢測柔軟度與關節活動度 6. 貼紮實作檢測 圍棋 1. 平常練習態度評量 2. 參加臺中盃比賽評量 田徑 1. 以身體活動及馬克操作為評量方法 2. 參加市級賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 短跑與爆發力測驗 5. 100m 及200m 測驗 6. 緩和、按摩、貼紮實作檢測	
第三次定期評量 1月16-17日							

註1：節數安排請符合新課綱課程規定。

註2：各項課程之節數進度，各校可視實際開課節數調整及合併欄位。

註3：彈性學習課程欄位填寫單元/主題名稱即可。

註4：新課綱課程設計應適切融入性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育等議題。

表6-2

113學年度臺中市立至善國民中學七年級第二學期學校體育班總體課程計畫進度總表（新課綱版本）

製表日期：113年7月10日

週次	日期	學校行事	課程計畫 內容	部定課程	校訂課程			
				特殊類型 班級課程	彈性學習課程			
				體育專業	統整性主題/專題/議題探究課程	社團活動與 技藝課程	特殊需求領域課程	其他類課程
一~七	114/02/11(二) ~114/03/29(六)	2月10日(一) 寒假結束 2月11日(二) 開學日 2月28日(五) 和平紀念日	單元/ 主題名稱 教學重點	1. 武術(44) 2. 圍棋(44) 3. 田徑(44)	1. 閱讀理解 2. 生命脈動 3. 學習指導		1. 武術(44) 2. 圍棋(44) 3. 田徑(44)	
			武術 1. 身體的基礎控制與協調能力 2. 套路學習 3. 運動員健全心理 4. 基礎核心肌群訓練 5. 強化身體延展度 6. 運動傷害防護學習 圍棋 1. 初級定石訓練 2. 布局訓練 三連星必勝法 田徑 1. 基本動作與基本體	閱讀理解 1. 圖書館利用教育(2節) (1) 認識公共圖書館資源 (2) 認識線上電子資源 (3) 掌握並運用網路檢索資訊的方法 2. 課文本位閱讀理解 文轉圖筆記法(5節) (1) 認識維恩、表格、心智、樹狀、(反)魚骨圖等圖表的使用。 (2) 教師演示及學生練習製作以上各種圖表。 生命脈動 1. 美麗生命的永續(4節) 1-1 探索未來:新興生物技術改變世界1/自然科學、科技/科技、閱讀素養 1-2 探索未來:新興生物技術改變世界2/自然科學、科技/科技、閱讀素養		武術 1. 身體的基礎控制與協調能力 2. 套路學習 3. 運動員健全心理 4. 基礎核心肌群訓練 5. 強化身體延展度 6. 運動傷害防護學習 圍棋 1. 初級定石訓練 2. 布局訓練 三連星必勝法 田徑 1. 基本動作與基本體		

			<p>能訓練</p> <p>2. 短距離跑步項目分析教學</p> <p>3. 運動員健全心理說明</p> <p>4. 核心肌群及肌力訓練</p> <p>5. 強化短距離項目身體動作</p> <p>6. 運動傷害防護學習</p>	<p>1-3 再生醫學介紹/自然科學、科技、健體</p> <p>1-4 罕病愛不罕1/自然科學、健體/生命教育、閱讀素養分組、上網找資料、分享</p> <p>2. 獸之力與美(3節)</p> <p>2-1 國與國獸1/自然科學、社會/環境、多元文化、國際教育</p> <p>2-2 國與國獸2/自然科學、社會/環境、多元文化、國際教育</p> <p>2-3 國與國獸3/自然科學、社會/環境、多元文化、國際教育</p> <p>學習指導</p> <p>1. 生活指導(2節)</p> <p>(1) 補習生活與時間分配</p> <p>(2) 休閒生活與時間分配</p> <p>(3) 運動生活與時間分配</p> <p>2. 讀書指導(3節)</p> <p>(1) 課外閱讀內容及安排</p> <p>(2) 課外延伸教材練習探討</p> <p>4. 補救教學(2節)</p> <p>(1) 翰林 Teams 系統練習(國英數社自影片觀賞)</p> <p>(2) 因材網、酷英網、班級 classroom 使用</p>		<p>能訓練</p> <p>2. 短距離跑步項目分析教學</p> <p>3. 運動員健全心理說明</p> <p>4. 核心肌群及肌力訓練</p> <p>5. 強化短距離項目身體動作</p> <p>6. 運動傷害防護學習</p>	
		評量方式	<p>武術</p> <p>1. 以組合套路動作為評量方法</p> <p>2. 參加國武術賽事</p> <p>3. 觀察賽後心理平復與積極程度</p> <p>4. 身體的整合與穩定度測驗</p> <p>5. 檢測柔軟度與關節</p>	<p>閱讀理解</p> <p>1. 教師觀察、2. 自我評量、3. 同儕互評、4. 學習單、5. 口試與報告、6. 分組任務、7. 實作</p> <p>生命脈動</p> <p>1. 分組討論、2. 學習單、3. 上課態度、4. 發表與分享</p> <p>學習指導</p>		<p>武術</p> <p>1. 以組合套路動作為評量方法</p> <p>2. 參加國武術賽事</p> <p>3. 觀察賽後心理平復與積極程度</p> <p>4. 身體的整合與穩定度測驗</p> <p>5. 檢測柔軟度與關節</p>	

				活動度 6. 貼紮實作檢測 圍棋 1. 平常練習態度評量 2. 參加海月盃比賽評量 田徑 1. 以身體活動及馬克操作為評量方法 2. 參加市級賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 短跑與爆發力測驗 5. 100m 及200m 測驗 6. 緩和、按摩、貼紮實作檢測	口語表達、實作評量、創作發表		活動度 6. 貼紮實作檢測 圍棋 1. 平常練習態度評量 2. 參加海月盃比賽評量 田徑 1. 以身體活動及馬克操作為評量方法 2. 參加市級賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 短跑與爆發力測驗 5. 100m 及200m 測驗 6. 緩和、按摩、貼紮實作檢測	
--	--	--	--	--	----------------	--	--	--

第一次定期評量 3月25-26日

八~十四	114/03/30(日) ~114/05/17(六)	4月3日(四) 兒童節 4月4日(五) 清明節	單元/ 主題名稱	1. 武術(52) 2. 圍棋(52) 3. 田徑(52)	1. 閱讀理解 2. 生命脈動 3. 學習指導		1. 武術(52) 2. 圍棋(52) 3. 田徑(52)	
			教學重點	武術 1. 以組合套路動作為評量方法 2. 參加國武術賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 身體的整合與穩定度測驗 5. 檢測柔軟度與關節	閱讀理解 2. 課文本位閱讀理解 文轉圖筆記法(3節) (3)依據不同文本，運用合宜圖法製作優質筆記。 3. 真相追追追(3節) (1)認識媒體的定義與類型 (2)理解假資訊的操弄目的 (3)學習判斷資訊的真偽並提供辨識的方法 4. 讀報我最行，世界任我行(1節)		武術 1. 以組合套路動作為評量方法 2. 參加國武術賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 身體的整合與穩定度測驗 5. 檢測柔軟度與關節	

			<p>活動度</p> <p>6. 貼紮實作檢測</p> <p>圍棋</p> <p>1. 初級定石訓練</p> <p>2. 布局訓練</p> <p>三連星必勝法</p> <p>田徑</p> <p>1. 基本動作與基本體能訓練</p> <p>2. 短距離跑步項目分析教學</p> <p>3. 運動員健全心理說明</p> <p>4. 核心肌群及肌力訓練</p> <p>5. 強化短距離項目身體動作</p> <p>6. 運動傷害防護學習</p>	<p>(1) 認識報紙的起源與誕生</p> <p>生命脈動</p> <p>1. 美麗生命的永續(1節)</p> <p>1-5 罕病愛不罕2/自然科學、健體/生命教育、閱讀素養分享</p> <p>2. 獸之力與美(4節)</p> <p>2-4 萌寵與牠們的產地1/自然科學、藝術/多元文化</p> <p>2-5 萌寵與牠們的產地2/自然科學、藝術/多元文化</p> <p>2-6 仿生1/自然科學、科技</p> <p>2-7 仿生2/自然科學、科技</p> <p>3. 美麗之域永續(2節)</p> <p>3-1 福爾摩沙之巔1/自然科學、綜合、社會/環境</p> <p>3-2 福爾摩沙之巔2/自然科學、綜合、社會/原住民族教育</p> <p>學習指導</p> <p>1. 生活指導(2節)</p> <p>(1) 補習生活與時間分配</p> <p>(2) 休閒生活與時間分配</p> <p>(3) 運動生活與時間分配</p> <p>3. 品格教育(3節)</p> <p>(1) 學生成長護照導讀</p> <p>(2) 校內各處室規章辦法認識</p> <p>(3) 升學超額比序盤點及規劃</p> <p>4. 補救教學(2節)</p> <p>(1) 翰林 Teams 系統練習(國英數社自影片觀賞)</p> <p>(2) 因材網、酷英網、班級 classroom 使用</p>		<p>活動度</p> <p>6. 貼紮實作檢測</p> <p>圍棋</p> <p>1. 初級定石訓練</p> <p>2. 布局訓練</p> <p>三連星必勝法</p> <p>田徑</p> <p>1. 基本動作與基本體能訓練</p> <p>2. 短距離跑步項目分析教學</p> <p>3. 運動員健全心理說明</p> <p>4. 核心肌群及肌力訓練</p> <p>5. 強化短距離項目身體動作</p> <p>6. 運動傷害防護學習</p>	
--	--	--	--	---	--	--	--

			評量方式 武術 1. 以組合套路動作為評量方法 2. 參加國武術賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 身體的整合與穩定度測驗 5. 檢測柔軟度與關節活動度 6. 貼紮實作檢測 圍棋 1. 平常練習態度評量 2. 參加臺中議長盃比賽評量 田徑 1. 以身體活動及馬克操作為評量方法 2. 參加市級賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 短跑與爆發力測驗 5. 100m 及200m 測驗 6. 緩和、按摩、貼紮實作檢測	閱讀理解 1. 教師觀察、2. 自我評量、3. 同儕互評、4. 學習單、5. 口試與報告、6. 分組任務、7. 實作 生命脈動 1. 分組討論、2. 學習單、3. 上課態度、4. 發表與分享 學習指導 口語表達、實作評量、創作發表		武術 1. 以組合套路動作為評量方法 2. 參加國武術賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 身體的整合與穩定度測驗 5. 檢測柔軟度與關節活動度 6. 貼紮實作檢測 圍棋 1. 平常練習態度評量 2. 參加臺中議長盃比賽評量 田徑 1. 以身體活動及馬克操作為評量方法 2. 參加市級賽事 3. 觀察賽後心理平復與積極程度 4. 短跑與爆發力測驗 5. 100m 及200m 測驗 6. 緩和、按摩、貼紮實作檢測	
第二次定期評量 九年級5月1-2日、七八年級5月14-15日							
十五~二十	114/05/18(日) ~114/06/30(一)	5月17日(六) 5月18日(日)	單元/ 主題名稱	1. 武術(54) 2. 圍棋(54) 3. 田徑(54)	1. 閱讀理解 2. 生命脈動 3. 學習指導	1. 武術(54) 2. 圍棋(54) 3. 田徑(54)	

	<p>教育會考</p> <p>5月31日(六) 端午節</p> <p>6月11日(三) 畢業典禮</p> <p>6月30日(一) 休業式</p>	<p>教學重點</p>	<p>武術</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 身體的基礎控制與協調能力 2. 套路學習 3. 運動員健全心理 4. 基礎核心肌群訓練 5. 強化身體延展度 6. 運動傷害防護學習 <p>圍棋</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 初級定石訓練 2. 布局訓練 三連星必勝法 <p>田徑</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 基本動作與基本體能訓練 2. 短距離跑步項目分析教學 3. 運動員健全心理說明 4. 核心肌群及肌力訓練 5. 強化短距離項目身體動作 6. 運動傷害防護學習 	<p>閱讀理解</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. 讀報我最行，世界任我行(1節) (2)認識報紙的類型與版面設計 (3)運用六何法擷取報紙資訊重點 5. 主題閱讀與探索(5節) (1)《做工的人》《送葬協奏曲》(SDG8尊嚴就業與經濟發展) (2)《東西的故事》(SDG12負責任的消費與生產) (3)《逃難者》(SDG16和平正義與有力的制度) <p>生命脈動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 美麗生命的永續(2節) 1-6 生命的永續/自然科學、健體/閱讀素養 1-7 夯新聞/自然科學、時事 3. 美麗之域永續(4節) 3-3 福爾摩沙之巔3/自然科學、健體、社會/戶外教育、安全 3-4 福爾摩沙之濱1/自然科學、綜合、社會/環境 3-5 福爾摩沙之濱2/自然科學、綜合、社會 3-6 福爾摩沙之濱3/自然科學、健體、/戶外教育、安全 <p>學習指導</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 生活指導(2節) (1)補習生活與時間分配 (2)休閒生活與時間分配 (3)運動生活與時間分配 3. 品格教育(2節) (1)學生成長護照導讀 (2)校內各處室規章辦法認識 			<p>武術</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 身體的基礎控制與協調能力 2. 套路學習 3. 運動員健全心理 4. 基礎核心肌群訓練 5. 強化身體延展度 6. 運動傷害防護學習 <p>圍棋</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 初級定石訓練 2. 布局訓練 三連星必勝法 <p>田徑</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 基本動作與基本體能訓練 2. 短距離跑步項目分析教學 3. 運動員健全心理說明 4. 核心肌群及肌力訓練 5. 強化短距離項目身體動作 6. 運動傷害防護學習 		
--	--	-------------	---	--	--	--	---	--	--

				<p>(3)升學超額比序盤點及規劃</p> <p>4. 補救教學(2節)</p> <p>(1)翰林 Teams 系統練習(國英數社自影片觀賞)</p> <p>(2)因材網、酷英網、班級 classroom 使用</p>		
			<p>評量方式</p> <p>武術</p> <p>1. 以組合套路動作為評量方法</p> <p>2. 參加國武術賽事</p> <p>3. 觀察賽後心理平復與積極程度</p> <p>4. 身體的整合與穩定度測驗</p> <p>5. 檢測柔軟度與關節活動度</p> <p>6. 貼紮實作檢測</p> <p>圍棋</p> <p>1. 平常練習態度評量</p> <p>田徑</p> <p>1. 以身體活動及馬克操作為評量方法</p> <p>2. 參加市級賽事</p> <p>3. 觀察賽後心理平復與積極程度</p> <p>4. 短跑與爆發力測驗</p> <p>5. 100m 及 200m 測驗</p> <p>6. 緩和、按摩、貼紮實作檢測</p>	<p>閱讀理解</p> <p>1. 教師觀察、2. 自我評量、3. 同儕互評、4. 學習單、5. 口試與報告、6. 分組任務、7. 實作</p> <p>生命脈動</p> <p>1. 分組討論、2. 學習單、3. 上課態度、4. 發表與分享</p> <p>學習指導</p> <p>口語表達、實作評量、創作發表創作發表</p>		<p>武術</p> <p>1. 以組合套路動作為評量方法</p> <p>2. 參加國武術賽事</p> <p>3. 觀察賽後心理平復與積極程度</p> <p>4. 身體的整合與穩定度測驗</p> <p>5. 檢測柔軟度與關節活動度</p> <p>6. 貼紮實作檢測</p> <p>圍棋</p> <p>1. 平常練習態度評量</p> <p>田徑</p> <p>1. 以身體活動及馬克操作為評量方法</p> <p>2. 參加市級賽事</p> <p>3. 觀察賽後心理平復與積極程度</p> <p>4. 短跑與爆發力測驗</p> <p>5. 100m 及 200m 測驗</p> <p>6. 緩和、按摩、貼紮實作檢測</p>
第三次定期評量 6月26-27日						

註1：節數安排請符合新課綱課程規定。

註2：各項課程之節數進度，各校可視實際開課節數調整及合併欄位。

註3：彈性學習課程欄位填寫單元/主題名稱即可。

註4：新課綱課程設計應適切融入性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育等議題。