

表4-1
109學年度臺中市立外埔國民中學第一學期體育班彈性學習課程計畫(新課綱版本)

課程類型	年級 課程 主軸	七年級				八年級			
		核心素養 (代碼)	單元/主題名稱(學習 節數)	教學重點	評量方式	核心素養 (代碼)	單元/主題名稱(學習 節數)	教學重點	評量方式
統整性主題/專題/ 議題探究課程	例：國際教育		例：放眼看天下(20節)				例：放眼看天下(20節)		
社團活動與技藝課程	社團活動與技藝課程	健體-J-A1 健體-J-A2 健體-J-B1 健體-J-B3 健體-J-C2 閩-J-A1 閩-J- B1 閩-J- B3 閩-J- C2 社-J-B3 社-J-C2 社-J-C3 綜-J-B3 藝-J-A1 藝-J-A2 藝-J-A3 藝-J-B3 藝-J-A3 藝-J-B3	聯課(共20節) (社團活動) 烏克蘭麗社、熱舞社、 童軍社、籃球社、客語 社、閩南語社、管樂 社、閱讀科學社、單車 社、日文社等	1. 了解各項運動基礎原理和規則。 2. 能使用鄉土語言或外國語言與他人做簡單溝通。 3. 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 4. 能理解基本寫字原則並將美感呈現於字體中。 5. 能培養良好的閱讀習慣。	1. 紙筆測驗 2. 實作評量 3. 課間討論	健體-J-A1 健體-J-A2 健體-J-B1 健體-J-B3 健體-J-C2 閩-J-A1 閩-J- B1 閩-J- B3 閩-J- C2 社-J-B3 社-J-C2 社-J-C3 綜-J-B3 藝-J-A1 藝-J-A2 藝-J-A3 藝-J-B3 藝-J-A3 藝-J-B3	聯課(共20節) (社團活動) 烏克蘭麗社、熱舞社、 童軍社、籃球社、客語 社、閩南語社、管樂 社、、閱讀科學社、單車 社、日文社等	1. 了解各項運動基礎原理和規則。 2. 能使用鄉土語言或外國語言與他人做簡單溝通。 3. 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 4. 能理解基本寫字原則並將美感呈現於字體中。 5. 能培養良好的閱讀習慣。	1. 紙筆測驗 2. 實作評量 3. 課間討論
特殊需求領域課程 (體育專項術科課程)	專項運動戰術與運用	體-J-A2 體-J-A3 體-J-B1 體-J-B2 體-J-C2 體-J-C3 體-U-A1	專項運動戰術與運用 (共20節)	1. 瞭解自我之能力，依不同的能力擔任適當之角色。 2. 能分析各組之優、缺點，並發展適當之戰術。 3. 培養學生小組溝通協調的能力及接納、肯定與讚賞他人運動表現的能力。	1. 小組討論 2. 實作評量	體-J-A2 體-J-A3 體-J-B1 體-J-B2 體-J-C2 體-J-C3 體-U-A1	專項運動戰術與運用 (共20節)	1. 瞭解自我之能力，依不同的能力擔任適當之角色。 2. 能分析各組之優、缺點，並發展適當之戰術。 3. 培養學生小組溝通協調的能力及接納、肯定與讚賞他人運動表現的能力。	1. 小組討論 2. 實作評量

其他類課程	班週會	社-J-A1 社-J-A2 社-J-A3 社-J-C1 社-J-C2 綜-J-B1 綜-J-C1	班週會(共20節) 性別平等教育(4)、 性侵害 犯罪防治教育(2)、友 善校園宣導(2)、全 民國防教育(1)、反 毒宣導(1)、家庭教 育(2)、菸害防制宣 導(1)、愛滋病防治 宣導(1)、健康促進 教育(1) 交通安全宣 導(1)、品德教育(2)、 生命 教育(2)	1. 透過班會及週會以培養 民主自治素養以及能探討 議題專題。 2. 透過宣導及演講使學生 能認識自我並且接納自 我，以促進個人成長。 3. 在團體活動中使學生學 習尊重他人並能培養團隊 精神。	1. 口頭評量 2. 實作評量	社-J-A1 社-J-A2 社-J-A3 社-J-C1 社-J-C2 綜-J-B1 綜-J-C1	班週會(共20節) 性別平等教育(4)、 性侵害 犯罪防治教育(2)、友 善校園宣導(2)、全 民國防教育(1)、反 毒宣導(1)、家庭教 育(2)、菸害防制宣 導(1)、愛滋病防治 宣導(1)、健康促進 教育(1) 交通安全宣 導(1)、品德教育(2)、 生命 教育(2)	1. 透過班會及週會以培 養民主自治素養以及能 探討議題專題。 2. 透過宣導及演講使學 生能認識自我並且接納 自我，以促進個人成長。 3. 在團體活動中使學生 學習尊重他人並能培養 團隊精神。	1. 口頭評量 2. 實作評量
學期總節數		60節							

註1：校訂課程類別依十二年國民基本教育體育班課程實施規範進行規劃。

註2：單元內容其後加註學期總節數。

註3：「特殊需求領域課程」指體育班學生依專長發展所需，安排體育專業課程(體育專項術科課程)，每週學習節數以不超過3節為原則。

註4：部定及校訂課程所開設之體育專業課程，於第六節課以後實施為原則，國中每週8節為限。出賽期間必要時，並得自各該主管機關所定國民中學學生在校時間實施原則之非學習節數適當時間實施。國民中學體育專業課程，並應以提升學生健康及體適能為主，著重多元運動能力之發展。

表4-1
109學年度臺中市立外埔國民中學第二學期體育班彈性學習課程計畫(新課綱版本)

課程類型	年級 課程 主軸	七年級				八年級			
		核心素養 (代碼)	單元/主題名稱(學習 節數)	教學重點	評量方式	核心素養 (代碼)	單元/主題名稱(學習 節數)	教學重點	評量方式
統整性主題/專題/ 議題探究課程	例：國際教育		例：放眼看天下(20節)				例：放眼看天下(20節)		
社團活動與技藝課程	社團活動與技藝課程	健體-J-A1 健體-J-A2 健體-J-B1 健體-J-B3 健體-J-C2 閩-J-A1 閩-J- B1 閩-J- B3 閩-J- C2 社-J-B3 社-J-C2 社-J-C3 綜-J-B3 藝-J-A1 藝-J-A2 藝-J-A3 藝-J-B3 藝-J-A3 藝-J-B3	聯課(共20節) (社團活動) 烏克蘭麗社、熱舞社、 童軍社、籃球社、客語 社、閩南語社、管樂 社、閱讀科學社、單車 社、日文社等	1. 了解各項運動基礎原理和規則。 2. 能使用鄉土語言或外國語言與他人做簡單溝通。 3. 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 4. 能理解基本寫字原則並將美感呈現於字體中。 5. 能培養良好的閱讀習慣。	1. 紙筆測驗 2. 實作評量 3. 課間討論	健體-J-A1 健體-J-A2 健體-J-B1 健體-J-B3 健體-J-C2 閩-J-A1 閩-J- B1 閩-J- B3 閩-J- C2 社-J-B3 社-J-C2 社-J-C3 綜-J-B3 藝-J-A1 藝-J-A2 藝-J-A3 藝-J-B3 藝-J-A3 藝-J-B3	聯課(共20節) (社團活動) 烏克蘭麗社、熱舞社、 童軍社、籃球社、客語 社、閩南語社、管樂 社、閱讀科學社、單車 社、日文社等	1. 了解各項運動基礎原理和規則。 2. 能使用鄉土語言或外國語言與他人做簡單溝通。 3. 能理解音樂符號並回應指揮，進行歌唱及演奏，展現音樂美感意識。 4. 能理解基本寫字原則並將美感呈現於字體中。 5. 能培養良好的閱讀習慣。	1. 紙筆測驗 2. 實作評量 3. 課間討論
特殊需求領域課程 (體育專項術科課程)	專項運動戰術與運用	體-J-A2 體-J-A3 體-J-B1 體-J-B2 體-J-C2 體-J-C3 體-U-A1	專項運動戰術與運用 (共20節)	1. 瞭解自我之能力，依不同的能力擔任適當之角色。 2. 能分析各組之優、缺點，並發展適當之戰術。 3. 培養學生小組溝通協調的能力及接納、肯定與讚賞他人運動表現的能力。	1. 小組討論 2. 實作評量	體-J-A2 體-J-A3 體-J-B1 體-J-B2 體-J-C2 體-J-C3 體-U-A1	專項運動戰術與運用 (共20節)	1. 瞭解自我之能力，依不同的能力擔任適當之角色。 2. 能分析各組之優、缺點，並發展適當之戰術。 3. 培養學生小組溝通協調的能力及接納、肯定與讚賞他人運動表現的能力。	1. 小組討論 2. 實作評量

其他類課程	班週會	社-J-A1 社-J-A2 社-J-A3 社-J-C1 社-J-C2 綜-J-B1 綜-J-C1	班週會(共20節) 性別平等教育(4)、 性侵害 犯罪防治教育(2)、友 善校園宣導(2)、全 民國防教育(1)、反 毒宣導(1)、家庭教 育(2)、菸害防制宣 導(1)、愛滋病防治 宣導(1)、健康促進 教育(1) 交通安全宣 導(1)、品德教育(2)、 生命 教育(2)	1. 透過班會及週會以培養 民主自治素養以及能探討 議題專題。 2. 透過宣導及演講使學生 能認識自我並且接納自 我，以促進個人成長。 3. 在團體活動中使學生學 習尊重他人並能培養團隊 精神。	1. 口頭評量 2. 實作評量	社-J-A1 社-J-A2 社-J-A3 社-J-C1 社-J-C2 綜-J-B1 綜-J-C1	班週會(共20節) 性別平等教育(4)、 性侵害 犯罪防治教育(2)、友 善校園宣導(2)、全 民國防教育(1)、反 毒宣導(1)、家庭教 育(2)、菸害防制宣 導(1)、愛滋病防治 宣導(1)、健康促進 教育(1) 交通安全宣 導(1)、品德教育(2)、 生命 教育(2)	1. 透過班會及週會以培 養民主自治素養以及能 探討議題專題。 2. 透過宣導及演講使學 生能認識自我並且接納 自我，以促進個人成長。 3. 在團體活動中使學生 學習尊重他人並能培養 團隊精神。	1. 口頭評量 2. 實作評量
學期總節數		60節							

註1：校訂課程類別依十二年國民基本教育體育班課程實施規範進行規劃。

註2：單元內容其後加註學期總節數。

註3：「特殊需求領域課程」指體育班學生依專長發展所需，安排體育專業課程(體育專項術科課程)，每週學習節數以不超過3節為原則。

註4：部定及校訂課程所開設之體育專業課程，於第六節課以後實施為原則，國中每週8節為限。出賽期間必要時，並得自各該主管機關所定國民中學學生在校時間實施原則之非學習節數適當時間實施。國民中學體育專業課程，並應以提升學生健康及體適能為主，著重多元運動能力之發展。