

三年級第二學期健康與體育領域/體育科目課程計畫

週次	單元名稱	對應能力指標	學習目標	評量方式	議題融入
1-3	最佳拍檔～ 羽球	3-3-1計畫並發展特殊性專項運動技能。 3-3-3在個人和團體比賽中運用戰術戰略。 5-3-5重視並能積極促進運動安全。	1. 了解羽球技術的組合運用，並能在比賽時靈活運用。 2. 了解單、雙打比賽之戰術，並在比賽時運用得宜。 3. 了解雙打比賽之戰術，並在比賽時運用得宜。 4. 將學過之羽球技術靈活運用在比賽中。	課堂觀察 實作表現	
4-6	攻守俱佳～ 籃球	3-3-3在個人和團體比賽中運用戰術戰略。 6-3-3應用溝通技巧與理性情緒管理方式以增進人際關係。 6-3-5理解道德、社會、文化、政策等因素如何影響價值或規範，並能加以認同、遵守或尊重。	1. 了解暖身運動對於身體活動的重要性。 2. 能確實在活動前從事暖身運動。 3. 能確實熟悉裁判手勢。 4. 了解執法裁判對於籃球比賽的重要性。 5. 了解籃球規則對於籃球比賽的重要性。	課堂觀察 實作表現	
7-9	嚴陣以待～ 排球	3-3-1計畫並發展特殊性專項運動技能。 3-3-2評估個人及他人的動作表現，以改善運動技能。 3-3-5應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。	1. 從遊戲中體會單手拋球及扣球的動作，並學習控制方向。 2. 了解排球比賽時位置輪轉的順序。 3. 了解排球比賽中隊形配置的方式。 4. 熟悉隊形换位的方法。	課堂觀察 實作表現	
10-11	生命體驗～ 適應體育	4-3-4評估各種不同需求者的運動需求與計畫。 6-3-6建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。	1. 能了解身心障礙運動的由來。 2. 體驗身心障礙運動並學習正確的人生觀。	課堂觀察 實作表現	

12-13	迎風快感～ 自行車	5-3-1評估日常生活的安全性，並討論社會對促進個人及他人安全的影響。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學習安全騎乘自行車。 2. 認識自行車比賽之種類。 3. 認識自行車安全配備。 4. 認識自行車安全守則。 5. 認識國內自行車專用道。 	課堂觀察 實作表現	
14	登峰造極～ 攀岩	4-3-2選擇提升休閒活動參與的方法，並執行個人終生運動計畫。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解攀岩運動的由來。 2. 認識攀岩場地。 3. 認識攀岩運動的基本裝備。 4. 學習攀岩運動基本技巧。 	課堂觀察 實作表現	
15-16	滾球大賽～ 保齡球	4-3-2選擇提升休閒活動參與的方法，並執行個人終生運動計畫。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解保齡球的基本概念。 2. 了解保齡球之動作要領。 3. 熟悉保齡球之計分方式。 	課堂觀察 實作表現	
17-18	碰碰樂～撞 球	4-3-2選擇提升休閒活動參與的方法，並執行個人終生運動計畫。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解撞球的基本概念。 2. 認識撞球打擊技巧。 3. 熟悉撞球之比賽規則。 	課堂觀察 實作表現	