臺北市中正國民中學112學年度七年級健康與體育(體育)課程計畫

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 領域/科目 | | □國語文□英語文□數學□社會(□歷史□地理□公民與社會)□自然科學(□理化□生物□地球科學)  □藝術(□音樂□視覺藝術□表演藝術)□綜合活動(□家政□童軍□輔導)□科技(□資訊科技□生活科技)  ■健康與體育(□健康教育■體育) | | | | | | |
| 實施年級 | | ■7年級  □8年級 □9年級  ■上學期 ■下學期 | | | | | | |
| 教材版本 | | ■選用教科書: 奇鼎版  □自編教材  (經課發會通過) | | | 節數 | 學期內每週 2 節 | | |
| 領域核心素養 | | 健體-J-A1:具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。  健體-J-A2:具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。  健體-J-A3:具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。  健體-J-B1:具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 | | | | | | |
| 課程目標 | | 認識健康評估與體適能檢測及運動處方設計原則，學習水中自救及救人原則，建立使用運動設施安全意識。學習桌球羽球排球籃球的運球技巧，認識體操與健體知能，增進健康促進生活。 | | | | | | |
| 學習進度  週次 | | 單元/主題  名稱 | 學習重點 | | | 評量方法 | 議題融入實質內涵 | 跨領域/科目協同教學 |
| 學習表現 | 學習內容 | |
| 第一學期 | 第一週 | 體適能 | 1c-Ⅳ-2:評估運動風險，維護安全的運動情境。  4c-Ⅳ-3:規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 | Ab-Ⅳ-1:體適能促進策略與活動方法。  Ab-Ⅳ-2:體適能運動處方基礎設計原則。 | | 1.口語問答  2.認知測驗卷  3.學習單  4.課堂觀察  5.運動行為計畫實踐表 | 【性別平等教育】  性J11:去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 |  |
| 第二週 | 田徑與體操 | 1c-Ⅳ-2:評估運動風險，維護安全的運動情境。  2c-Ⅳ-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 | Bc-Ⅳ-1:簡易運動傷害的處理與風險。  Ia-Ⅳ-1:徒手體操動作組合。 | | 1.口語問答  2.課堂觀察 |  |  |
| 第三週 | 田徑與體操 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1c-Ⅳ-2:評估運動風險，維護安全的運動情境。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。 | Cb-Ⅳ-2:各項運動設施的安全使用規定。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答 |  |  |
| 第四週 | 田徑 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1c-Ⅳ-2:評估運動風險，維護安全的運動情境。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  2c-Ⅳ-1:展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 | Cd-Ⅳ-1:戶外休閒運動綜合應用。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答 |  |  |
| 第五週 | 田徑 | 1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略。  4c-Ⅳ-2:分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。  4d-Ⅳ-2:執行個人運動計畫，實際參與身體活動。  4d-Ⅳ-3:執行提升體適能的身體活動。 | Ab-Ⅳ-1:體適能促進策略與活動方法。  Ga-Ⅳ-1:跑、跳與推擲的基本技巧。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.認知測驗卷  4.學習單  5.技能實作  6.運動行為計畫實踐表 | 【生涯規劃教育】  涯J3:覺察自己的能力與興趣。  涯J4:了解自己的人格特質與價值觀。  涯J6:建立對於未來生涯的願景。 |  |
| 第六週 | 田徑 | 1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略。  4c-Ⅳ-2:分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。  4d-Ⅳ-2:執行個人運動計畫，實際參與身體活動。  4d-Ⅳ-3:執行提升體適能的身體活動。 | Ab-Ⅳ-1:體適能促進策略與活動方法。  Ga-Ⅳ-1:跑、跳與推擲的基本技巧。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.認知測驗卷  4.學習單  5.技能實作  6.運動行為計畫實踐表 | 【生涯規劃教育】  涯J4:了解自己的人格特質與價值觀。 |  |
| 第七週 | 游泳  第一次定期評量 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。  4c-Ⅳ-2:分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 | Cc-Ⅳ-1:水域休閒運動綜合應用。  Gb-Ⅳ-1:岸邊救生步驟、安全活動水域的辨識、意外落水自救與仰漂30秒。  Gb-Ⅳ-2:游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.學習單  4.技能實作 | 【海洋教育】  海J1:參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。 |  |
| 第八週 | 游泳 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。  4c-Ⅳ-2:分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 | Cc-Ⅳ-1:水域休閒運動綜合應用。  Gb-Ⅳ-1:岸邊救生步驟、安全活動水域的辨識、意外落水自救與仰漂30秒。  Gb-Ⅳ-2:游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.學習單  4.技能實作 | 【海洋教育】  海J1:參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。 |  |
| 第九週 | 游泳 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。  4c-Ⅳ-2:分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 | Cc-Ⅳ-1:水域休閒運動綜合應用。  Gb-Ⅳ-1:岸邊救生步驟、安全活動水域的辨識、意外落水自救與仰漂30秒。  Gb-Ⅳ-2:游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.學習單  4.技能實作 |  |  |
| 第十週 | 籃球 | 1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  2c-Ⅳ-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-2:運用運動比賽中的各種策略。 | Hb-Ⅳ-1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作  4.合作學習  5.運動行為計畫實踐表  6.學習單 |  |  |
| 第十一週 | 籃球 | 1d-Ⅳ-3:應用運動比賽的各項策略。  2c-Ⅳ-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-2:運用運動比賽中的各種策略。 | Hb-Ⅳ-1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作  4.合作學習 |  |  |
| 第十二週 | 籃球 | 2c-Ⅳ-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。  2c-Ⅳ-3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。  2d-Ⅳ-2:展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略。 | 。  Ha-Ⅳ-1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第十三週 | 排球 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略。  3d-Ⅳ-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 | Bc-Ⅳ-1:簡易運動傷害的處理與風險。  Ha-Ⅳ-1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第十四週 | 排球  第二次定期評量 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略。  3d-Ⅳ-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 | Ha-Ⅳ-1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第十五週 | 排球 | 1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  1d-Ⅳ-2:反思自己的運動技能。  2c-Ⅳ-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。  2c-Ⅳ-3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 | Ha-Ⅳ-1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作  4.學習單 |  |  |
| 第十六週 | 羽球 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 | Ha-Ⅳ-1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第十七週 | 羽球 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略。  3d-Ⅳ-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 | Ha-Ⅳ-1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第十八週 | 羽球 | 1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略。  3d-Ⅳ-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 | Ha-Ⅳ-1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第十九週 | 桌球 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略 | Ha-Ⅳ-1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第廿~廿一週 | 桌球  第三次定期評量 | 1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略。  3d-Ⅳ-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 | Ha-Ⅳ-1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第二學期 | 第一週 | 體適能 | 1c-Ⅳ-2:評估運動風險，維護安全的運動情境。  4c-Ⅳ-2:分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。  4c-Ⅳ-3:規畫提升體適能與運動技能的運動計畫。 | Ab-Ⅳ-1:體適能促進策略與活動方法。  Ab-Ⅳ-2:體適能運動處方基礎設計原則。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答 | 生J2探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。 |  |
| 第二週 | 田徑與營養 | 1c-Ⅳ-4:了解身體發展、運動和營養的關係。  1d-Ⅳ-3:應用運動比賽的各項策略。  3d-Ⅳ-2:運用運動比賽中的各種策略。  3d-Ⅳ-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 | Cb-Ⅳ-1:運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答 | 生J7面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。 |  |
| 第三週 | 田徑與營養 | 1c-Ⅳ-4:了解身體發展、運動和營養的關係。  1d-Ⅳ-3:應用運動比賽的各項策略。  3d-Ⅳ-2:運用運動比賽中的各種策略。  3d-Ⅳ-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 | Cb-Ⅳ-1:運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答 | 生J7面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。 |  |
| 第四週 | 飛盤 |  |  | |  |  |  |
| 第五週 | 飛盤 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  2c-Ⅳ-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  4 | Ce-Ⅳ-1:其他休閒運動綜合應用。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作  4.認知測驗卷 | 生J7面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。 |  |
| 第六週 | 飛盤 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  2c-Ⅳ-1:展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。  2c-Ⅳ-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 | Ce-Ⅳ-1:其他休閒運動綜合應用。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作  4.認知測驗卷 |  |  |
| 第七週 | 游泳  第一次定期評量 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  1  2c-Ⅳ-3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 | Cb-Ⅳ-3:奧林匹克運動會的精神。  Gb-Ⅳ-2:游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作  4.運動行為計畫實踐表 |  |  |
| 第八週 | 游泳 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  2c-Ⅳ-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。  2c-Ⅳ-3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 | Cb-Ⅳ-3:奧林匹克運動會的精神。  Gb-Ⅳ-2:游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作  4.運動行為計畫實踐表 |  |  |
| 第九週 | 游泳 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  2c-Ⅳ-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。  2c-Ⅳ-3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 | Cb-Ⅳ-3:奧林匹克運動會的精神。  Gb-Ⅳ-2:游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作  4.運動行為計畫實踐表 |  |  |
| 第十週 | 籃球 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  1d-Ⅳ-3:應用運動比賽的各項策略。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略。 | Hb-Ⅳ-1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第十一週 | 籃球 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  1d-Ⅳ-3:應用運動比賽的各項策略。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略。  3d-Ⅳ-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 | Hb-Ⅳ-1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第十二週 | 籃球 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  2c-Ⅳ-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。  2c-Ⅳ-3:動欣賞的技巧，體驗生活的美感。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略。 | Hb-Ⅳ-1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第十三週 | 排球 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  2c-Ⅳ-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。  2c-Ⅳ-3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 | Ha-Ⅳ-1:網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第十四週 | 排球  第二次定期評量 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  2c-Ⅳ-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。  3c-Ⅳ-1表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 | Ha-Ⅳ-1:網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第十五週 | 排球 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  2c-Ⅳ-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略。 | Ha-Ⅳ-1:網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作  4.學習單 |  |  |
| 第十六週 | 桌球 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  2c-Ⅳ-2:表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 | Ha-Ⅳ-1:網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第十七週 | 桌球 | 1c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  1d-Ⅳ-2:反思自己的運動技能。  3d-Ⅳ-2:運用運動比賽中的各種策略。 | Ha-Ⅳ-1:網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第十八週 | 桌球 | c-Ⅳ-1:了解各項運動基礎原理和規則。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  1d-Ⅳ-2:反思自己的運動技能。  3d-Ⅳ-2:運用運動比賽中的各種策略。 | Ha-Ⅳ-1:網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 |  |  |
| 第十九週 | 籃球 | 1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  1d-Ⅳ-3:應用運動比賽的各項策略。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略。  3d-Ⅳ-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 | Hb-Ⅳ-1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 | 生J1思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。 |  |
| 第廿週 | 籃球  第三次定期評量 | 1c-Ⅳ-3:了解身體發展與動作發展的關係。  1d-Ⅳ-1:了解各項運動技能原理。  1d-Ⅳ-3:應用運動比賽的各項策略。  3c-Ⅳ-1:表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。  3d-Ⅳ-1:運用運動技術的學習策略。  3d-Ⅳ-3:應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 | Hb-Ⅳ-1:陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 | | 1.課堂觀察  2.口語問答  3.技能實作 | 生J1思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。 |  |
| 教學設施  設備需求 | | 1.相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。  2.各單元學習單。  3.各類活動所需要的道具。 | | | | | | |
| 備   註 | |  | | | | | | |