

高雄市田寮國中 (體育領域) 七年級課程架構表

年級	單元	章	教學目標	教學節數	對應能力指標	重大議題
1 下	第 3 單元 永保安康新主張	第 3 章 防暴你我他(實戰防身術)	1.了解防暴的基本概念，並於面對暴力時能有應變之能力。 2.了解實戰防身術的基本概念。 3.了解實戰防身術的動作要領與運用時機。 4.學會實戰防身術的動作與應用技術。 5.能欣賞並評鑑同學的優缺點。 6.能尊重兩性差異與身體自主權，並能合作反抗暴力行為的侵犯。	4	3-3-1 計畫並發展特殊性專項運動技能。 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。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	【人權教育】 2-3-1 了解人身自由權並具有自我保護的知能。
1 下	第 4 單元 健康自主有活力	第 1 章 彈跳之間(桌球)	1.球感練習及學會發不旋轉長球。 2.學會反手推(擋)動作要領。 3.學習如何自我挑戰及欣賞別人的優點。 4.培養不屈不撓的精神。 5.學習注意運動環境，避免運動傷害的發生。	4	3-3-1 計畫並發展特殊性專項或運動技能。 3-3-2 評估個人及他人的表現方式，以改善運動技能。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 4-3-1 了解運動參與在個人、社會及文化層面的意義。 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。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	【人權教育】 2-2-2 認識休閒權與日常生活的關係。

1 下	第 4 單元 健康自主有活力	第 2 章 變化自如(羽球)	1.學會羽球擊球法中的髮夾式網前球、挑球與切球。 2.增進身體移動與球路變化的適應能力。 3.促進合作學習的默契。 4.透過簡易比賽，體驗比賽的規則與進行方式，培養公平競爭的精神。	4	3-3-1 計畫並發展特殊性專項或運動技能。 3-3-2 評估個人及他人的表現方式，以改善運動技能。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	【家政教育】 4-4-1 肯定自己，尊重他人。
1 下	第 4 單元 健康自主有活力	第 3 章 天生好手(棒球)	1.了解棒球歷史的沿革與發展。 2.了解打球時應注意之安全事項。 3.了解棒球與慢速壘球在規則的不同。 4.學會側肩傳球與拋傳的動作技巧及跑壘的動作要領。 5.能說出各種不同擊球的跑壘方法。 6.養成積極參與、認真學習的態度。 7.培養尊重他人與團隊合作之精神。	4	3-3-1 計畫並發展特殊性專項運動技能。 3-3-2 評估個人及他人的表現方式，以改善運動技能。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。	【家政教育】 4-4-1 肯定自己，尊重他人。
1 下	第 5 單元 團隊合作創高峰	第 1 章 男生女生配(合作玩球)	1.知道男女生運動時的個別差異。 2.知道混合運動的意義。 3.了解合球的基本得分技術與使用時機。 4.學習兩性互助以達成目標。 5.學習尊重不同性別的個體。	4	1-3-1 了解個體成長與動作發展的關係，藉以發展運動潛能。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 6-3-2 肯定家庭教育及社會支持的價值，願意建立正向而良好的人際關係。 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。	【性別平等教育】 1-1-2 尊重不同性別者的特質。 2-2-1 了解不同性別者在團體中均扮演重要的角色。

1 下	第 5 單元 團隊合作創高峰	第 2 章 掌中妙技(籃球)	1.了解運球在比賽中的重要性。 2.了解並學會各種運球方式。 3.熟練各種運球的方法。 4.培養互助合作的精神。 5.養成遵守規範並尊重他人的行為。	3	1-3-1 了解個體成長與動作發展的關係，藉以發展運動潛能。 3-3-2 評估個人及他人的表現方式，以改善運動技能。 3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。	【性別平等教育】 1-1-2 尊重不同性別者的特質。
1 下	第 5 單元 團隊合作創高峰	第 3 章 雷霆萬鈞(排球)	1.了解並欣賞國際間的排球賽事。 2.學會排球基本發球與接發球技術。 3.了解排球基本規則。 4.學習團隊合作並尊重對手。	3~4	1-3-1 了解個體成長與動作發展的關係，藉以發展運動潛能。 3-3-1 計畫並發展特殊性專項運動技能。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。	【性別平等教育】 1-1-2 尊重不同性別者的特質。
1 下	第 6 單元 靈活自如好身手	第 1 章 身心靈合一(瑜伽)	1.了解瑜伽的歷史、內涵及益處。 2.學會安全的執行瑜伽運動。 3.學會瑜伽的呼吸法、體位法及冥想。 4.培養終生運動的習慣。	2	1-3-1 了解個體成長與動作發展的關係，藉以發展運動潛能。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	【家政教育】 4-4-5 參與策畫家人共同參與的活動，增進家人感情。
1 下	第 6 單元 靈活自如好身手	第 2 章 律動之美(地板運動)	1.了解體操運動項目種類。 2.了解競技體操相關的運動安全概念。 3.了解平衡、跳躍、翻滾與支撐等動作的運動概念，與日常生活的運用。 4.體驗體操遊戲的樂趣，並進而增進個人健康與體能。 5.培養團隊合作與公平競爭的美德。 6.培養崇德好禮、遵守紀律的運動風範。	4	1-3-1 了解個體成長與動作發展的關係，藉以發展運動潛能。 3-3-1 計畫並發展特殊性專項運動技能。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	【性別平等教育】 1-1-1 認識不同性別者身心的異同。

1 下	第 6 單元 靈活自如好身手	第 3 章 活靈活現(扯鈴)	<p>1.了解扯鈴運動的發展。</p> <p>2.學會扯鈴繞線運鈴的進階技巧。</p> <p>3.學會扯鈴金蟬脫殼、蜻蜓點水、蜘蛛結網等基礎動作。</p> <p>4.學會運用扯鈴基礎動作串連成組合動作。</p> <p>5.學習如何自我挑戰及欣賞別人的優點。</p> <p>6.學習注意運動環境，避免運動傷害的發生。</p>	2	<p>3-3-1 計畫並發展特殊性專項運動技能。</p> <p>3-3-4 在活動練習中應用各種策略，以增進運動表現。</p> <p>4-3-1 了解運動參與在個人、社會及文化層面的意義。</p> <p>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。</p> <p>4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽能力。</p> <p>5-3-5 重視並積極促進運動安全。</p>	<p>【家政教育】</p> <p>4-4-5 參與策畫家人共同參與的活動，增進家人感情。</p>
-----	-------------------	-------------------	---	---	--	---