

## 高雄市立嘉興國民中學 105 學年度第 1 學期 (二) 年級 (健體-體育) 領域課程教學計畫表

教學總目標：

1. 學會專項運動技能，並能從事自己擅長的運動，以增進個體發展。
2. 透過休閒活動的參與，達到增進健康的目的。

### (二) 年級第 1 學期課程教學內容：

週次	日期	學校行事	教學進度	學習目標	對應能力指標	授課節數	重大議題融入課程	評量方式	備註
一	8/29   9/2	8/30 正式上課	1 捉摸不定(桌球)	1. 學會正手平擊及正手發下旋球技術之要領。 2. 蒐集臺灣殘障桌球好手的故事，並學習他們殘而不廢的奮鬥精神。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 4-3-2 4-3-5	2	L	1. 觀察 2. 實作及表現	
二	9/5   9/9		1 捉摸不定(桌球)	1. 學會正手平擊及正手發下旋球技術之要領。 2. 蒐集臺灣殘障桌球好手的故事，並學習他們殘而不廢的奮鬥精神。 3. 培養終生運動的習慣。 4. 主動積極參與休閒活動。 5. 培養團隊合作及互助的精神。 6. 了解社區或學校桌球活動，並試著去參與。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 4-3-2 4-3-5	2	L	1. 觀察 2. 實作及表現	

三	9/12   9/16		2 百步穿楊(籃球)	1.了解並學會籃球投籃及上籃的方法，以及各種投籃方式的使用時機。 2.肯定自我的能力並能主動參與。 3.建立良好的人際關係。 4.能重視團隊並培養互助合作的精神。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 6-3-2	2		1.觀察 2.實作及表現	
四	9/19   9/23		2 百步穿楊(籃球)	1.了解並學會籃球投籃及上籃的方法，以及各種投籃方式的使用時機。 2.肯定自我的能力並能主動參與。 3.建立良好的人際關係。 4.能重視團隊並培養互助合作的精神。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 6-3-2	2		1.觀察 2.實作及表現	
五	9/26   9/30		2 百步穿楊(籃球)	1.了解並學會籃球投籃及上籃的方法，以及各種投籃方式的使用時機。 2.肯定自我的能力並能主動參與。 3.建立良好的人際關係。 4.能重視團隊並培養互助合作的精神。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 6-3-2	2		1.觀察 2.實作及表現	
六	10/3   10/7		3 漂亮出擊(慢速壘球)	1.了解慢速壘球的起源與基本裝備。 2.了解比賽防守陣型的各個位置及用意。 3.了解慢速壘球的規則。 4.學會踩壘接球及觸殺的動作要領。	1-3-1 3-3-1 3-3-4 4-3-5 6-3-5	2		1.觀察 2.實作及表現	
七	10/10   10/14	第一次段考	3 漂亮出擊(慢速壘球)	1.學會踩壘接球及觸殺的動作要領。 2.學會投手投球的動作要領。 3.養成遵守規則服從裁判的運動精神。 4.養成誠實、團隊合作的運動家風範。	1-3-1 3-3-1 3-3-4 4-3-5 6-3-5	2		1.觀察 2.實作及表現	

八	10/17   10/21		4 掌上乾坤(手球)	1.認識手球及其發展現況。 2.了解傳接球、運球及射門的要領與方法。 3.學會運球、跑動中傳接球及三步射門的動作技能。	1-3-1 3-3-2 3-3-4 4-3-5 6-3-1 6-3-5	2		1.觀察 2.實作及表現	
九	10/24   10/28		4 掌上乾坤(手球)	1.學會運球、跑動中傳接球及三步射門的動作技能。 2.學習欣賞他人優點及能欣賞手球運動。 3.培養自我肯定、尊重他人及團隊合作之精神。	1-3-1 3-3-2 3-3-4 4-3-5 6-3-1 6-3-5	2		1.觀察 2.實作及表現	
十	10/31   11/4		5 品頭論足(足球)	1.了解踢球、頭頂球的動作要領。 2.了解足球比賽與遊戲的方法與規則。 3.學習踢球、頭頂球的動作，且能運用於比賽中。	1-3-1 3-3-1 3-3-2 3-3-3 3-3-4 4-3-5 5-3-5 6-3-5	2		1.觀察 2.實作及表現	
十一	11/7   11/11		5 品頭論足(足球)	1.培養團隊合作的精神。 2.體驗與享受足球比賽的樂趣，並發展足球運動潛能。 3.透過足球運動促進個體成長。 4.遵守比賽規則並隨時注意安全。	1-3-1 3-3-1 3-3-2 3-3-3 3-3-4 4-3-5	2		1.觀察 2.實作及表現	

					5-3-5 6-3-5				
十二	11/14   11/18		6 高抬貴手(排球)	1.了解排球比賽中球場上每個位置的重要性。 2.學會高手傳球的技術。	3-3-1 3-3-4 3-3-5	2	M	1.觀察 2.實作及表現	
十三	11/21   11/25		6 高抬貴手(排球)	1.學會高手傳球的技術。 2.了解高手傳球的方向運用。 3.培養團隊合作的精神與態度。	3-3-1 3-3-4 3-3-5	2	M	1.觀察 2.實作及表現	
十四	11/28   12/2	第二次段考	1 活力滿點(戶外活動)	1.了解從事休閒運動的益處。 2.認識直排輪、健走及攀岩等休閒運動。 3.學會直排輪、健走及攀岩之基本概念。 4.能夠選擇自己喜愛的休閒運動。 5.培養從事休閒運動的習慣。	1-3-1 3-3-4 4-3-2 5-3-5 6-3-1	2	P	1.觀察 2.實作及表現	
十五	12/5   12/9		2 青山任我行(登山)	1.了解登山的益處。 2.認識登山的方法及登山安全知識。 3.能夠擬訂登山計畫並付諸行動。 4.培養正確的休閒運動觀念。 5.養成休閒運動的習慣。	1-3-1 3-3-4 4-3-2 6-3-5	2	P	1.觀察 2.實作及表現	
十六	12/12   12/16		3 大呼小叫(場邊啦啦隊)	1.了解場邊啦啦隊的由來。 2.了解場邊啦啦隊的功用及運動概念。 3.學會場邊啦啦隊的口號、手部動作、簡易舞蹈及其組合。	1-3-1 3-3-4 4-3-5	2		1.觀察 2.實作及表現	
十七	12/19   12/23		3 大呼小叫(場邊啦啦隊)	1.學會場邊啦啦隊的口號、手部動作、簡易舞蹈及其組合。 2.學會如何編創場邊啦啦隊。	1-3-1 3-3-4 4-3-5	2		1.觀察 2.實作及表現	

				3.培養團隊合作的精神。					
十八	12/26   12/30		4 空舞竹鈴(扯鈴)	1.了解扯鈴、扯鈴比賽的種類及方式。 2.學會扯鈴仰觀星斗、望月、倒掛金鐘及金龍繞玉柱等基本動作。	3-3-1 3-3-4 4-3-2 4-3-5	2		1.觀察 2.實作及表現	
十九	1/2   1/6		4 空舞竹鈴(扯鈴)	1.學會運用扯鈴基礎動作串連成組合動作。 2.學會自我挑戰及欣賞別人的優點。 3.學會注意運動環境，避免運動傷害的發生。	3-3-1 3-3-4 4-3-2 4-3-5	2		1.觀察 2.實作及表現	
二十	1/9   1/13		5 快樂的運動饗宴(運動與消費)	1.認識運動產品的種類。 2.了解運動鞋及運動服裝的選擇方法。 3.能選擇適當的運動鞋及運動服裝。 4.能選擇安全的運動消費場所。 5.養成良好的運動習慣。	5-3-5 7-3-3	2		1.觀察 2.實作及表現	
二十一	1/16   1/20	第三次段考	複習全冊	1.藉由多元的運動參與，享受運動樂趣，並培養守法的行為規範。 2.學會專項運動技能，並能從事自己擅長的運動，以增進個體發展。	1-3-2 1-3-3 1-3-4 2-3-1 2-3-5 3-3-1 3-3-2 3-3-3 3-3-4 4-3-2 4-3-5	2		1.課前準備 2.觀察 3.實作及表現 4.分組討論 5.紀錄	

					5-3-3				
					6-3-1				
					6-3-6				
					7-3-2				
					7-3-3				
					7-3-4				

【註】：請在該領域欄位中填入課程教學進度(彈性課程與學習領域節數)及「重大議題」融入課程的代表記號：

- |          |          |             |        |          |
|----------|----------|-------------|--------|----------|
| 環境教育 A   | 水域安全宣導 B | 愛滋病、肺結核宣導 C | 飲食教育 D | 登革熱防治 E  |
| 家庭暴力防治 F | 低碳環境教育 G | 反毒認知教學 H    | 急救教育 I | 全民國防教育 J |
| 金融教育 K   | 家庭教育 L   | 性別平等教育 M    | 保護動物 N | 海洋教育 O   |
| 生涯教育 P   | 防災教育 Q   | 適性輔導 R      | 人權教育 S | 資訊教育 T   |
| 生命教育 U   |          |             |        |          |