

高雄市立嘉興國民中學 106 學年度第 2 學期 (二) 年級 (健體-體育) 領域課程教學計畫表

教學總目標：

- 1.藉由居家身體活動的可近性，提升個人落實多運動於日常生活中的意義與實踐。
- 2.充分熟悉並應用規則，發揮運動技能，以掌握比賽情況，做出最佳運動表現。
- 3.了解心肺耐力對於個人身心發展方面的重要性，學會捷泳及水上自救的基本動作，養成對水上活動安全的警覺性。

(二) 年級第 2 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
二	2/21 2/23	2/21 正式上課	第四篇運動大進擊 第 1 章兵臨城下～ 籃球進攻	1.熟練運球基本功。 2.了解進攻擋人的基本動作。 3.了解快攻的基本動作。	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。	2		評估：學生動作之正確性。	
三	2/26 3/2		第四篇運動大進擊 第 1 章兵臨城下～ 籃球進攻	1.學習進攻跑位的基本動作。 2.熟練籃球的基本動作，並實際運用於班級比賽中。	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。	2		1.討論：能熱烈的參與討論。 2.實作：能積極的參與活動之進行。	
四	3/5 3/9		第四篇運動大進擊 第 2 章互助合作～ 排球扣球	1.讓學生能從遊戲中體會單手拋球、單手擊球的動作，並學習控制方向。 2.熟悉扣球的預備動作。	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。 5-3-5 重視並能積	2		1.觀察：可否控制手腕的動作。 2.評估：有無認真參與活動。	

					極促進運動安全。				
五	3/12 3/16		第四篇運動大進擊 第 2 章互助合作～ 排球扣球	讓學生能從遊戲中體會單手拋球、單手擊球的動作，並學習控制方向。	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。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2		實作：能否做出正確的扣球動作。	
六	3/19 3/23		第四篇運動大進擊 第 2 章互助合作～ 排球扣球	了解空中扣球動作之動作要領。	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。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2		1.觀察：是否認真參與活動。 2.問答：能說出空中扣球動作所具備之條件。	
七	3/26 3/30	第一次段考	第四篇運動大進擊 第 3 章舉足輕重～ 足球攻防	認識足球進攻戰術。	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。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。	2	V	1.觀察：是否認真參與活動。 2.作答：能觀察並說出教師錯誤動作。 3.實作：能與組員共同努力合作。	
八	4/2 4/6		第四篇運動大進擊 第 3 章舉足輕重～ 足球攻防	認識足球進攻及防守戰術。	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。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。	2	V	1.觀察：是否認真參與活動。 2.觀察：是否具有團隊默契。	
九	4/9 4/13		第四篇運動大進擊 第 3 章舉足輕重～ 足球攻防	了解防守的要領。	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	2	V	1.觀察：是否快樂參與活動。 2.提問：是否了解足球防守戰術。	

					術戰略。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。				
十	4/16 4/20		第四篇運動大進擊 第 4 章攻其不備～ 羽球殺球	1.能正確的做出殺球的動作。 2.觀察同學的動作，並給予客觀的建議。	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。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 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。	2		1.問答：能夠清楚的說出動作之重點。 2.實作：能配合正確擊出殺球。 3.觀察：是否能夠熱烈的參與互評。 4.欣賞：能看出同學動作的錯誤，並給予適當的建議。	
十一	4/23 4/27		第四篇運動大進擊 第 4 章攻其不備～ 羽球殺球	能正確的做出殺球的動作。	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。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 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。	2		1.實作：能配合正確擊出殺球。 2.觀察：是否能夠熱烈的參與互評。 3.欣賞：能看出同學動作的錯誤，並給予適當的建議。	
十二	4/30 5/4		第四篇運動大進擊 第 4 章攻其不備～ 羽球殺球	1.了解步法之意義及重要性。 2.能做出正確的步法。	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。 3-3-4 在活動練習	2		1.問答：能夠清楚的說出動作之重點。 2.實作：能做出正	

					中應用各種策略以增進運動表現。 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。			確的步法動作。	
十三	5/7 5/11	第二次段考	第五篇大家動起來 第 1 章縱橫高手～ 棒（壘）球	1.了解棒、壘球運動投手的基本投法及學習如何投球。 2.能夠以正確的投球姿勢，將球準確的投向目標。	3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2	P	1.問答：能夠正確的說出答案。 2.觀察：是否能夠熱烈的參與討論。 3.實作：能做出正確的握球姿勢。	
十四	5/14 5/18		第五篇大家動起來 第 1 章縱橫高手～ 棒（壘）球	1.能以正確的傳球姿勢，將球準確的傳向目標，並能確實的接住來球。 2.了解棒（壘）球基本的規則。 3.實際參與棒（壘）球比賽。	3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2	P	1.實作：能做出正確的傳、接球動作。 2.問答：對於棒（壘）球規則是否了解。	
十五	5/21 5/25		第五篇大家動起來 第 2 章乾坤一擲～ 標槍	1.了解田徑運動中標槍項目的運動方式。 2.認識握槍的基本方式。 3.認識標槍投擲的上肢動作。 4.學習投擲標槍上肢動作的三個步驟。	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。 4-3-3 計畫及執行個人增進體適能表現的活動。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2		1.問答：能說出正確答案。 2.觀察：能專注基本動作的學習。	
十六	5/28 6/1		第五篇大家動起來 第 2 章乾坤一擲～ 標槍	1.學習投擲標槍下肢動作的四個步驟。 2.認識標槍投擲的場地。 3.認識標槍投擲的比賽規則。	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	2		1.問答：能夠表達說出其經驗與認知。	

					以增進運動表現。 4-3-3 計畫及執行個人增進體適能表現的活動。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。			2.實作：能做出正確的姿勢。 3.觀察：是否能夠熱烈的參與討論。	
十七	6/4 6/8		第五篇大家動起來 第 3 章水上運動～蛙泳	1.了解熱身運動之動作要領及重要性。 2.了解蛙泳腿部動作之動作要領。 3.學會「陸上蛙腳」之動作。	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。 4-3-3 計畫及執行個人增進體適能表現的活動。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2	B	1.觀察：藉由練習時同學間的互動來評定其用心程度。	
十八	6/11 6/15		第五篇大家動起來 第 3 章水上運動～蛙泳	1.學會蛙泳水中腿部的連續動作。 2.能發現自己或他人動作的優缺點。 3.學習蛙泳划手動作。 4.學習划手與換氣動作的配合。 5.蛙泳動作操作自動化。	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。 4-3-3 計畫及執行個人增進體適能表現的活動。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2	B	1.發表：請全班學生共同找出班上動作最標準的六位同學，並請他們示範。 2.討論：請學生們列舉出易犯錯的姿勢。 3.觀察：教師觀察同學在操作過程中，是否能領略動作之要領。	
十九	6/18 6/22		第五篇大家動起來 第 4 章快樂的律動～舞蹈	1.能配合音樂做出舞蹈動作。	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	2		1.觀察：是否能夠熱烈的參與討論。 2.實作：能配合音樂舞動。	

					法，並執行個人終生運動計畫。 4-3-3 計畫及執行個人增進體適能表現的活動。				
二十	6/25 6/29	第三次段考 6/29 課程結束	第五篇大家動起來 第 4 章快樂的律動 ~舞蹈	1.發揮自我創意，設計一個舞蹈動作。	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。 4-3-3 計畫及執行個人增進體適能表現的活動。	2		1.觀察：是否能夠熱烈的參與討論。 2.實作：能配合音樂舞動。	

融入「重大議題」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
 家庭教育 L

金融基礎教育 K 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
品德教育 V 交通安全教育 W