

高雄市立嘉興國民中學 107 學年度第 1 學期 (三) 年級 (健體-體育) 領域課程教學計畫表

教學總目標：

- 1.了解團隊合作在比賽中的重要性。
- 2.學會各種球類技術並應用在比賽中。

(三) 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	8/30 8/31	8/30 正式上課	第四篇你來我往 第 1 章滴水不漏～ 籃球防守	1.了解籃球場上球員的防守位置及基本動作。 2.熟練運球基本功及防守姿勢。 3.熟練盯人防守的基本動作。	3-3-2 3-3-4 4-3-5 5-3-5	2	V	1.發表：請學生自行舉手發表。 2.觀察：是否認真參與討論。	
二	9/3 9/7		第四篇你來我往 第 1 章滴水不漏～ 籃球防守	1.練習熟練整體性的防守動作。 2.學習跑位練習的基本動作。	3-3-2 3-3-4 4-3-5 5-3-5	2	V	1.發表：請學生自行舉手發表。 2.觀察：是否認真參與活動。 3.發表：可否完整的表達自我的感想。	
三	9/10 9/14		第四篇你來我往 第 2 章排山倒海～ 排球攔網	1.讓學生能從「合作無間」活動中體會單手拋球及攔網的動作，並學習控制方向。 2.了解攔網的預備動作。 3.熟練攔網時的步法。	3-3-4 3-3-5 4-3-5 5-3-5	2		1.觀察：是否快樂參與活動。 2.觀察：是否認真參與活動。 3.實作：是否掌握側步與滑步的動作要領。	
四	9/17 9/21		第四篇你來我往 第 2 章排山倒海～ 排球攔網	1.熟練攔網時的步法。 2.熟練攔網時的起跳動作。	3-3-4 3-3-5 4-3-5 5-3-5	2		1.觀察：是否積極、認真的參與活動。 2.自評：可否完整的說出自己動作	

								需要調整之處。 3.發表：可否完整的表達自我的感想。
五	9/24 9/28		第四篇你來我往 第2章排山倒海～ 排球攔網	1.熟練攔網的落地動作。 2.了解多人攔網的意義與使用時機。 3.熟練三人前排攔網的動作技巧。	3-3-4 3-3-5 4-3-5 5-3-5	2		1.觀察：是否認真參與活動的進行。 2.自評：進行三人前排攔網時，可否與其他兩位同學互相配合，發揮團隊最大的力量。
六	10/1 10/5		第四篇你來我往 第2章排山倒海～ 排球攔網	將攔網的技巧運用於比賽中。	3-3-4 3-3-5 4-3-5 5-3-5	2		觀察：是否認真參與活動，並找出錯誤的攔網動作。
七	10/8 10/12		第四篇你來我往 第3章桌上風雲～ 桌球	讓學生能透過媒體報導，了解桌球的樂趣，激發參與感。	3-3-1 3-3-2	2		1.提問：對於媒體透過圖片與文字對體育運動的報導，同學們有什麼感想？ 2.觀察：是否認真參與活動。
八	10/15 10/19	第一次段考	第四篇你來我往 第3章桌上風雲～ 桌球（第一次段考）	1.讓學生能透過媒體報導，了解桌球的樂趣，激發參與感。 2.熟練反手推擋的動作技能。	3-3-1 3-3-2	2		1.提問：對於媒體透過圖片與文字對體育運動的報導，同學們有什麼感想？ 2.觀察：是否認真參與活動。
九	10/22 10/26		第四篇你來我往 第3章桌上風雲～ 桌球	1.熟練反手推擋的動作技能。 2.學會正手平擊的動作要領。 3.學會正、反手搓球的動作要領。	3-3-1 3-3-2	2		1.觀察：是否認真參與活動。 2.觀察：是否完成規定動作。 3.實作：能與組員互助合作，開啟彼此的潛能，以求精益求精。
十	10/29 11/2		第四篇你來我往 第3章桌上風雲～ 桌球	1.學會正、反手搓球的動作要領。 2.熟練桌球比賽的步法，並靈活運用於桌球比賽中。	3-3-1 3-3-2	2		1.觀察：是否認真參與活動。 2.觀察：是否完成

								規定動作。 3.實作：能與組員互助合作，開啟彼此的潛能，以求精益求精。 4.實作：是否能充分運用在比賽中。
十一	11/5 11/9		第四篇你來我往 第4章瞬息萬變～ 羽球	1.了解進行羽球運動前的事前準備工作。 2.明瞭暖身運動的重要性。 3.利用各種羽球活動進行暖身，並找回熟悉的球感。	3-3-1 4-3-5 7-3-3	2		1.問答：可以說出羽毛球特性。 2.問答：能說暖身運動的重要性。 3.實作：是否認真參與暖身運動。
十二	11/12 11/16		第四篇你來我往 第4章瞬息萬變～ 羽球	1.了解進行羽球運動前的事前準備工作。 2.明瞭暖身運動的重要性。 3.利用各種羽球活動進行暖身，並找回熟悉的球感。	3-3-1 4-3-5 7-3-3	2		1.問答：能說暖身運動的重要性。 2.實作：是否認真參與暖身運動。
十三	11/19 11/23		第四篇你來我往 第4章瞬息萬變～ 羽球	熟練網前短球的動作要領。	3-3-1 4-3-5 7-3-3	2		1.問答：能說出羽球切球動作要領與使用時機。 2.實作：能做出羽球切球動作。
十四	11/26 11/30	第二次段考	第四篇你來我往 第4章瞬息萬變～ 羽球（第二次段考）	1.熟練網前短球的動作要領。 2.使學生了解網前撲球的動作要領與使用時機。 3.將之前所學之動作技能，實際運用於羽球比賽中。	3-3-1 4-3-5 7-3-3	2		1.問答：能說出羽球切球的使用時機。 2.實作：能做出切球技術的不同變化。 3.觀察：是否認真參與羽球比賽。 4.發表：是否認真且積極的參與。
十五	12/3 12/7		第四篇你來我往 第5章強棒出擊～ 棒（壘）球	1.學習正確的棒球打擊姿勢與技巧。 2.讓學生能學習揮棒打擊的動作。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 3-3-5	2		觀察：是否快樂參與活動。
十六	12/10 12/14		第四篇你來我往 第5章強棒出擊～ 棒（壘）球	了解揮棒及滑壘動作的動作要領。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 3-3-5	2		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

								作之處。 3.實作：能與組員共同努力合作。 4.提問：比賽中如何判決比數。
十七	12/17 12/21		第五篇挑戰自我 第1章倒轉乾坤～ 體操	1.了解體操運動的特性。 2.培養學生於運動前進行暖身運動的習慣。 3.讓學生能體會左右對稱的平衡感覺。	3-3-1 3-3-2 3-3-4 5-3-5	2	J	1.觀察：是否認真參與活動。 2.實作：如何促進運動安全。
十八	12/24 12/28		第五篇挑戰自我 第1章倒轉乾坤～ 體操	1.讓學生能體會左右對稱的平衡感覺。 2.了解蛙立的動作要領。 3.了解三角倒立的動作要領。 4.設計一份體操課後練習表。	3-3-1 3-3-2 3-3-4 5-3-5	2	J	1.觀察：是否認真參與活動。 2.發表：可否說出蛙立與三角倒立的不同。 3.實作：能與組員共同努力合作且促進運動安全。
十九	12/31 1/4		第五篇挑戰自我 第2章健步如飛～ 慢跑	1.了解慢跑運動，並隨時注意運動安全。 2.認識慢跑裝備。 3.學習正確的慢跑方式。	1-3-1 4-3-2 4-3-3 5-3-5	2	P	1.發表：可否說出慢跑運動的好處。 2.觀察：是否認真進行暖身運動。 3.問答：可否選擇正確的慢跑裝備。 4.觀察：慢跑的姿勢正確。
二十	1/7 1/11		第五篇挑戰自我 第2章健步如飛～ 慢跑	1.學習正確的慢跑方式。 2.了解適合自己的慢跑速度。	1-3-1 4-3-2 4-3-3 5-3-5	2	P	1.問答：可否選擇正確的慢跑裝備。 2.觀察：慢跑的姿勢正確。 3.自評：可否估計出適合自己的運動強度。
二十一	1/14 1/18	第三次段考	第五篇挑戰自我 第2章健步如飛～ 慢跑（第三次段考）	訂定適合自己的運動計畫。	1-3-1 4-3-2 4-3-3 5-3-5	2	P	觀察：可否設計出符合自己的運動計畫。

【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
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	性侵害防治教育課程 X		