

## 高雄市立嘉興國民中學 107 學年度第 2 學期（一）年級（健體-體育）領域課程教學計畫表

教學總目標：

1. 認識運動傷害和急救處理方式。
2. 培養正確休閒觀念和習慣，養成終身運動的習慣。
3. 能了解運動規則，看懂運動競賽，並且能欣賞運動的力與美。
4. 熟悉運動技巧並且能活用之。

### （一）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
一	2/11   2/15	2/11 正式上課	第四篇運動全方位 第 1 章有備無患～ 運動安全	了解運動傷害的處理原則。	5-3-5 7-3-2 7-3-3	2	I	1.實作：調查班上同學運動時受傷的原因並統計其發生率。 2.問答：能說出自己曾從事何種運動，受到何種程度的傷害。 3.觀察：是否能熱烈參與並踴躍發言。	
二	2/18   2/22		第四篇運動全方位 第 1 章有備無患～ 運動安全	知道正確操作踝關節包紮、懸臂吊帶及夾板固定。	5-3-5 7-3-2 7-3-3	2	I	1.觀察：是否能熱烈參與並踴躍發言。 2.實作：學生實際練習踝關節包紮。 3.實作：學生實際練習懸臂吊帶三角巾包紮，夾板固定。	

三	2/25   3/1		第四篇運動全方位 第1章有備無患～ 運動安全	學習正確的徒手傷患運送的急救技術，並自我 評量學過的急救技巧。	5-3-5 7-3-2 7-3-3	2	I	1.實作：學生實際 練習傷患搬運。 2.實作：調查校園 學生活動情形。 3.觀察：能熱烈參 與討論，並確實改 變個人日常運動 習慣，來提高運動 安全。 4.問答：能說出從 事運動時，需注意 哪些運動安全。
四	3/4   3/8		第四篇運動全方位 第2章陽光SPA～綠 色休閒	明白休閒活動的選擇，並正視休閒活動所帶來 的環保問題。	4-3-2 7-3-3	2	P	1.問答：能說出週 休二日制度對於 自己生活的影 響，與休閒活動的 意義與重要性，並 能說出休閒活動 所造成的自然景 觀破壞，及危害生 命健康等環保問 題。 2.觀察：能針對不 同休閒活動所帶 來的環保問題，提 出自己能做到的 改善行為。
五	3/11   3/15		第四篇運動全方位 第2章陽光SPA～綠 色休閒	明白登山活動的意義與安全的重要性。	4-3-2 7-3-3	2	P	實作：能在熱烈參 與中，表現主動探 索與研究的精 神，及藉分組活動 了解學生表達溝 通與分享的能力。
六	3/18   3/22		第四篇運動全方位 第3章身歷其境～ 運動欣賞	學會透過平面媒體欣賞運動賽事。	4-3-5 6-3-5	2		1.觀察：能認真學 習，主動參與。 2.自評：能說出欣 賞運動平面報導 的重點。
七	3/25 	<b>第一次段考</b>	第四篇運動全方位 (第一次段考)	認識運動之美，及學習運動欣賞的方法。	4-3-5 6-3-5	2		1.自評：能欣賞各 類型運動的美感。

	3/29		第3章身歷其境～運動欣賞					2.實作：能實際為自己喜愛的運動或運動員給予持續性的關注。	
八	4/1   4/5		第五篇就是愛運動 第1章團隊合作～籃球	籃球運動是很好的休閒活動，並藉由此項運動，擴展自己的生活空間，並簡單介紹三對三鬥牛賽。	3-3-1 3-3-3 3-3-4 3-3-5 4-3-2	2		觀察：是否認真並專心的聆聽。	
九	4/8   4/12		第五篇就是愛運動 第1章團隊合作～籃球	了解並熟悉雙手與單手投籃的動作原則與要領，並利用各個活動來練習定點投籃的基本動作。	3-3-1 3-3-3 3-3-4 3-3-5 4-3-2	2		實作：能熟練原地投籃動作。	
十	4/15   4/19		第五篇就是愛運動 第1章團隊合作～籃球	了解並熟悉雙手與單手投籃的動作原則與要領，並利用各個活動來練習定點投籃的基本動作。	3-3-1 3-3-3 3-3-4 3-3-5 4-3-2	2		觀察：是否認真練習墊步投籃與著地跳投的基本動作。	
十一	4/22   4/26		第五篇就是愛運動 第1章團隊合作～籃球	了解並熟悉雙手與單手投籃的動作原則與要領，並利用各個活動來練習定點投籃的基本動作。	3-3-1 3-3-3 3-3-4 3-3-5 4-3-2	2		觀察：墊步投籃、著地跳投、轉身投籃的動作熟練與否。	
十二	4/29   5/3		第五篇就是愛運動 第2章跳躍音符～排球	利用「拍手擊球」與「傳球接龍」活動來複習之前學過的低手傳球，並藉由「透視鏡～動作檢視」活動來改正與加強低手傳球動作的正確性。	1-3-1 3-3-1 3-3-2 3-3-4。 3-3-5	2		1.觀察：學生是否認真參與練習活動。 2.觀察：學生是否能掌握低手傳球的動作要領。 3.實作：能觀察並說出錯誤動作的所在。	
十三	5/6   5/10	第二次段考	第五篇就是愛運動 第2章跳躍音符～排球（第二次段考）	說明快速的移位不僅有助於完成正確的回擊動作，同時也能增大防守的區域範圍。	1-3-1 3-3-1 3-3-2 3-3-4 3-3-5	2		1.觀察：是否認真參與活動。 2.實作：能與組員共同努力合作。 3.實作：能觀察並說出教師錯誤動作的所在。	

十四	5/13   5/17		第五篇就是愛運動 第2章跳躍音符～ 排球	說明「團隊合作」對於排球比賽的重要性，並加強控球的穩定性與藉由喊聲來培養接球的默契。	1-3-1 3-3-1 3-3-2 3-3-4 3-3-5	2		1.觀察：是否認真參與活動。 2.實作：能與組員共同努力合作。
十五	5/20   5/24		第五篇就是愛運動 第3章魅力四射～ 足球	1.透過「球感遊戲」複習控球的要領，並以「搶球遊戲」來幫助學生體會搶球、護球的技巧與重要性。 2.說明足內側與足外側三種基本的傳球要領。	3-3-1 3-3-2 3-3-3 3-3-4 5-3-5 6-3-2 6-3-5	2		1.實作：能做出防止被搶的控球動作、腳的四個部位做出不同的控球動作。 2.問答：能說出不同控球方式與技巧。 3.自評：評估與改進自己的動作。 4.問答：編排賽程應考量的因素有哪些。 5.發表：能說出自己所面臨的各種問題。 6.實作：能正確傳球與將球停穩。
十六	5/27   5/31		第五篇就是愛運動 第3章魅力四射～ 足球	1.了解傳球動作及不同的傳球方式。 2.練習各種射門動作要領，並藉由活動熟悉射門的動作。	3-3-1 3-3-2 3-3-3 3-3-4 5-3-5 6-3-2 6-3-5	2		1.發表：能說出自己所面臨的各種問題。 2.實作：能正確踢球與將球停穩。
十七	6/3   6/7		第五篇就是愛運動 第3章魅力四射～ 足球	1.了解足球場上每位球員位置屬性、角色與不同功能，體會戰略應用重要性。 2.經過三對三迷你足球賽之後，使學生了解足球運動的成功之路，在其背後所需付出的努力與用心。	3-3-1 3-3-2 3-3-3 3-3-4 5-3-5 6-3-2 6-3-5	2		1.問答：能說出場上每位球員的角色與功能，並知道隊友的長處，將其安排到正確有利的位置。 2.實作：能畫出自己隊伍的位置戰略圖及了解基本戰略知識，並表現

									於實際比賽中。 3.實作：能了解基本戰略，並表現於實際比賽中。 4.問答：能說出團結合作對足球運動的重要性。 5.發表：能說出自己上場比賽時的感覺。
十八	6/10   6/14	畢業典禮 6/10	第五篇就是愛運動 第4章水中蛟龍~ 捷泳	1.學習維護水中安全的注意事項及捷泳的打水動作。 2.學習捷泳的划手與換氣動作。	3-3-2 3-3-3 4-3-2 4-3-3 4-3-5 5-3-5	2	O		1.問答：能說出水的特性。 2.實作：能下水親身體驗水的特性。 3.觀察：學生練習打水動作時之用心程度。
十九	6/17   6/21		第五篇就是愛運動 第4章水中蛟龍~ 捷泳	1.與同組同學共同設計一分捷泳計畫書，並將內容付諸於實行。	3-3-2 3-3-3 4-3-2 4-3-3 4-3-5 5-3-5	2	O		1.發表：請學生發表練習換氣動作所遭遇到的困難，及突破困境的方式為何。
二十	6/24   6/28	第三次段考 6/29 課程結束	第五篇就是愛運動 (第三次段考) 第4章水中蛟龍~ 捷泳	1.與同組同學共同設計一分捷泳計畫書，並將內容付諸於實行。	3-3-2 3-3-3 4-3-2 4-3-3 4-3-5 5-3-5	2	O		1.發表：請學生發表本組設計的捷泳計畫書內容。

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

品德教育 V

適性輔導 R

交通安全教育 W

人權教育 S

性侵害防治教育課程 X

資訊教育 T

生命教育 U