

## 高雄市立嘉興國民中學 108 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. 學習各項運動的基本動作並且熟練。
2. 認識體適能測驗的方法和結果。
3. 透果運動學會團隊合作。

### (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	8/30   8/31	8/30 開學 正式上課	第四篇運動樣行 第 1 章攻守俱佳~ 籃球	1.熟練上籃的動作。 2.學會搶籃板球的動作。	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。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2		1.發表：請學生自行舉手發表。 2.觀察：是否能認真練習暖身上籃之動作。	
二	9/2   9/6		第四篇運動樣行 第 1 章攻守俱佳~ 籃球	1.熟練上籃的動作。 2.學會搶籃板球的動作。	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。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2		1.發表：請學生自行舉手發表。 2.觀察：是否能認真練習暖身上籃之動作。	
三	9/9   9/13		第四篇運動樣行 第 1 章攻守俱佳~ 籃球	1.熟練搶籃板球的動作。 2.學會「搶進攻籃板」和「搶防守籃板」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	2		1.發表：請學生自行舉手發表。	

					團體比賽中運用戰術戰略。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。			2.觀察：是否能認真練習雙手抓籃板球之動作。	
四	9/16   9/20		第四篇運動樣行 第 1 章攻守俱佳～ 籃球	1.認識籃球場上各區域的功能。 2.知道球場上各種界線所代表的意義。 3.認識籃球場上個人的戰術位置。  4.知道各戰術位置的球員特質。	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。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2		1.發表：請學生自行舉手表表。 2.觀察：是否能認真練習單手投籃之動作。	
五	9/23   9/27		第四篇運動樣行 第 1 章攻守俱佳～ 籃球	1.認識籃球場上各區域的功能。 2.知道球場上各種界線所代表的意義。 3.認識籃球場上個人的戰術位置。  4.知道各戰術位置的球員特質。	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。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2		1.觀察：是否能認真參與活動。 2.觀察：於活動進行中，是否融入團體中。	
六	9/30   10/5		體適能測驗	1. 了解競技體適能和一般體適能 2. 知道如何檢測自己體適能並判斷自己體能狀況	5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2	全	1.觀察：是否能夠熱烈的參與討論。 2.問答：能具體說出不同體適能的差異和知道測驗方法。	
七	10/7   10/11		體適能測驗	實際測驗並分析自己體能狀況	5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2	全	1.觀察：是否能夠正確完成測驗動作。 2.實作：正確做完體適能測驗並分	

								析。	
八	10/14   10/18	第 1 次定期考查週	鉛球	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識鉛球的規則</li> <li>2. 能做出鉛球的投擲動作</li> <li>3. 實際丟鉛球並測驗。</li> </ol>	<p>3-3-1 計畫並發展特殊性專項運動技能。</p> <p>3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。</p>	2		<ol style="list-style-type: none"> <li>1.觀察：是否能夠認真練習擲球動作。</li> <li>2.實作：能夠不違規的丟出鉛球。</li> <li>3.問答：能答出鉛球的規則。</li> </ol>	
九	10/21   10/25		大隊接力	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識大隊接力規則和場地。</li> <li>2. 學會助跑、傳接棒等接棒技巧</li> <li>3. 能知道排棒次的戰略</li> <li>4. 能培養團隊合作的精神</li> </ol>	<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>	2		<ol style="list-style-type: none"> <li>1.觀察：是否能跟同學配合接棒</li> <li>2.實作：能夠正確的助跑接棒。</li> <li>3.問答：能答出各種排棒次的戰略。</li> </ol>	
十	10/28   11/1		大隊接力	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 實際練習大隊接力。</li> <li>2. 能彼此討論傳接棒技巧</li> <li>3. 能擬定班級的棒次戰略</li> </ol>	<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>	2		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 實作：全班能不違規的完成大隊接力</li> <li>2. 觀察：能討論棒次和接棒策略</li> </ol>	
十一	11/4   11/8		第四篇運動樣樣行 第 4 章老少咸宜 ~ 羽球	學會羽球之發球。	<p>3-3-2 評估個人及他人的動作表現，以改善運動技能。</p> <p>3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。</p>	2		<ol style="list-style-type: none"> <li>1.觀察：是否能夠熱烈的參與討論。</li> <li>2.實作：能夠成功發出有效球。</li> <li>3.問答：能具體說出發球應遵守的規則。</li> </ol>	
十二	11/11   11/15		第四篇運動樣樣行 第 4 章老少咸宜 ~ 羽球	學會高手擊球、側手擊球。	3-3-2 評估個人及他人的動作	2		<ol style="list-style-type: none"> <li>1.觀察：是否能夠熱烈的參與討論。</li> </ol>	

					表現，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。			2.實作：能夠完成高手、側手擊球之動作。 3.問答：能具體說出高手、側手擊球時應遵守的規則。	
十三	11/18   11/22		第四篇運動樣樣行 第 4 章老少咸宜～ 羽球	認識並學會羽球各種基本的擊球法。	3-3-2 評估個人及他人的動作表現，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。	2		1.觀察：能夠成功發出有效球。 2.問答：能知道高手擊球的最佳擊球點，並了解「可伸到」的概念。	
十四	11/25   11/29	第 2 次定期考查週	第四篇運動樣樣行 第 4 章老少咸宜～ 羽球	探索競爭與合作的關係，在目前社會中的普遍性及重要性。	3-3-2 評估個人及他人的動作表現，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。	2		1.觀察：能夠成功發出有效球。 2.問答：能知道高手擊球的最佳擊球點，並了解「可伸到」的概念。	
十五	12/2   12/6		第四篇運動樣樣行 第 2 章砰然一擊～ 排球	1.體會單手拋球與擊球。 2.學會低手發球。	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。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2		1.觀察：是否能快樂參與活動。 2.觀察：是否依照動作要領練習。	

十六	12/9   12/13		第四篇運動樣樣行 第 2 章砰然一擊~ 排球	1.學會肩上發球。 2.熟練拋球與擊球。	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。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2		1.觀察：是否能認真參與活動。 2.觀察：是否依照動作要領練習。	
十七	12/16   12/20		第四篇運動樣樣行 第 2 章砰然一擊 ~ 排球	熟練發球的動作要領。	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術戰略。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2		1.觀察：是否能認真參與活動。 2.觀察：是否依照動作要領練習。	
十八	12/23   12/27		第四篇運動樣樣行 第 2 章砰然一擊~ 排球	讓學生能利用低手發球或肩上發球，及傳、接球的動作來進行團隊比賽。	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。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	2		1.觀察：是否能認真參與活動。 2.觀察：是否能有團隊默契。 3.提問：比賽中如何判決比數。	
十九	12/30   1/3		第四篇運動樣樣行 第 3 章神奇魔力~ 桌球	1.使學生了解桌球運動，並教導學生明辨各種運動資訊。 2.了解並學會正手發不旋長球的動作要領。	3-3-1 計畫並發展特殊性專項運動技能。 3-3-2 評估個人及他人的動作表現，以改善運動技能。 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	家	1.問答：能介紹桌球運動的特色。 2.觀察：參與活動時的用心程度。	
二	1/6		第四篇運動樣樣行	1.使學生了解桌球運動，並教導學生明辨各種運	3-3-1 計畫並發	2	家	1.發表：說出反手	

十	1/10		第3章神奇魔力~桌球	動資訊。 2.了解並學會反手發不旋長球的動作要領。	展特殊性專項運動技能。 3-3-2 評估個人及他人的動作表現,以改善運動技能。 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。			發不旋長球的動作要領。 2.觀察:能正確的完成反手發不旋長球的動作要領。 3.實作:能依動作要領做出反手發不旋長球的動作。	
二十一	1/13   1/17	第3次定期考查週	第四篇運動樣樣行 第3章神奇魔力~桌球	熟練反手發下旋球的動作要領。	3-3-1 計畫並發展特殊性專項運動技能。 3-3-2 評估個人及他人的動作表現,以改善運動技能。 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.發表:說出反手發下旋球的動作要領。 2.觀察:能正確的完成反手發下旋球的動作要領。 3.實作:能依動作要領做出反手發下旋球的動作。	
二十二	1/20   1/24	1/20 課程結束				2			

【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：

生:生涯發展教育、性:性別平等教育、侵:性侵害防治教育課程、環:環境教育課程、破:低碳環境教育課程、登:登革熱防治教育、健:健康飲食教育、愛:愛滋病宣導、水:水域安全教育、

交:交通安全教育、反:反毒認知教學、全:全民國防教育、暴:家庭暴力防治、家:家庭教育、海:海洋教育

金:金融基礎教育、動:保護動物、災:防災教育、適:適性輔導、人:人權教育、資:資訊教育、命:生命教育、品:品德教育

