

屏東縣立枋寮高級中學國中部體育班課程計畫

課程計畫目錄

【本課程計畫經本校 111 年 6 月 23 日體育班發展委員會審查通過】

【本課程計畫經本校 111 年 6 月 23 日課程發展委員會審查通過】

【本課程計畫經屏東縣政府 〇 年 〇 月 〇 日屏府教體字第 〇〇〇 號函核准備查】

壹、體育班課程總體架構

- 一、學校現況（參見表一）
- 二、體育班課程目標：
- 三、體育班領域課程及彈性學習課程節數一覽表（參見表二）

貳、體育班體育專業領域課程計畫(部定課程)

體育班體育專業領域課程計畫(參見表三)

參、體育班彈性學習課程計畫(校訂課程)

- 一、統整性主題/專題/議題探究課程計畫(參考普通班計畫格式，若與普通班相同免列)
- 二、社團活動與技藝課程計畫(參考普通班計畫格式，若與普通班相同免列)
- 三、特殊需求領域課程計畫(參見表四及表五)
- 四、其他類課程計畫(參考普通班計畫格式，若與普通班相同免列)

肆、附件

- 一、「體育班發展委員會組織要點」(校務會議通過日期)
- 二、體育班發展委員會組織架構及成員(以圖表或文字表述)
- 三、體育班課程規劃小組組織架構及成員(以圖表或文字表述)
- 四、體育班發展委員會審查「體育班課程計畫」之會議紀錄(含簽到表)
- 五、課程發展委員會審查「體育班課程計畫」之會議紀錄(含簽到表)

壹、體育班課程整體架構

一、學校現況 (表一)

| | | | | |
|-----------------------|--|-------|-------------|----------------|
| 學校名稱 | 屏東縣立枋寮高級中學 | | | |
| 學校類型 | <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 非山非市 <input checked="" type="checkbox"/> 偏遠 <input type="checkbox"/> 特偏 <input type="checkbox"/> 極偏 | | | |
| 地址 | 940 屏東縣枋寮鄉新龍村義民路 3 號 | 電話 | (08)8782095 | |
| 網址 | http://www.flhs.ptc.edu.tw/ | 傳真 | (08)8782776 | |
| 代理校長 | 李承典 | | | |
| 聯絡人 | 處室 | 教務處 | 電話 | (08)8782095#12 |
| | 職稱 | 教務主任 | 姓名 | 李承典 |
| 教師數 | 53 | | | |
| 班級數及學生數概況 | 班級類別 | | 班級數 | 學生數 |
| | 普通班 | | 14 | 358 |
| | 集中式特教班 | | 1 | 8 |
| | 藝術才能班 | | 3 | 71 |
| | 體育班 | | 3 | 66 |
| | 合計 | | 21 | 503 |
| 非集中式特殊類型班級受輔學校填寫學生數即可 | 分散式資源班 | 身心障礙類 | 1 | 39 |
| | | 資賦優異類 | | |
| | 巡迴輔導班 | 身心障礙類 | | |
| | | 資賦優異類 | | |

二、體育班課程目標(文字表述)

1. 以積極開發青少年人力資源，厚植青少年社會發展基石，以長期培育優秀體育運動選手為目標。
2. 辦理羽球、排球、柔道等項目培養青少年廣泛興趣，建立休閒教育觀念，提供的優質的訓練環境。
3. 運動方法及運動訓練場地，使青年建立正確之人生觀。
4. 參加各類運動競賽，發揮團隊精神、增廣見聞、培養運動家精神及風範，強化青少年的自信心。

三、體育班領域課程及彈性學習課程節數一覽表（表二）

| 領域/科目 | | 教育階段 | 國民中學 | | | | | | 備註 | | | | |
|----------|--------|------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------|----------------------------|-------------------------|-------|----------------------------------|---|
| | | 階段 | 第四學習階段 | | | | | | | | | | |
| | | 年級 | 七 | | | 八 | | | | 九 | | | |
| | | | 科目 | 上 | 下 | 科目 | 上 | 下 | | 科目 | 上 | 下 | |
| 部定課程 | 領域學習課程 | 語文 | 國語文(5) | | | 國語文(5) | | | 國語文(5) | | | 第四學習階段各學習領域中之各科目，均應於學習階段中安排授課節數。 | |
| | | | 英語文(3) | | | 英語文(3) | | | 英語文(3) | | | | |
| | | | 本土語文(1) | | | | | | | | | | |
| | | 數學 | 數學(4) | | | 數學(4) | | | 數學(4) | | | | |
| | | 社會 | 社會(3) | | | 社會(3) | | | 社會(3) | | | | |
| | | | 歷史 | 1 | | 歷史 | 1 | | 歷史 | 1 | | | |
| | | | 地理 | 1 | | 地理 | 1 | | 地理 | 1 | | | |
| | | 社會 | 公民與社會 | 1 | | 公民與社會 | 1 | | 公民與社會 | 1 | | | |
| | | | 自然科學 | 自然科學(3) (理化、生物、地球科學) | | | 自然科學(3) (理化、生物、地球科學) | | | 自然科學(3) (理化、生物、地球科學) | | | |
| | | | | 藝術 | 藝術(2) | | | 藝術(2) | | | 藝術(2) | | |
| | | 科目 | | | 上 | 下 | 科目 | 上 | 下 | 科目 | 上 | | 下 |
| | | 音樂 | 1 | | 1 | 音樂 | 1 | 1 | 音樂 | 1 | 1 | | |
| | | 視覺藝術 | | | 1 | 視覺藝術 | 1 | | 視覺藝術 | | 1 | | |
| | 藝術 | 表演藝術 | 1 | | 表演藝術 | | 1 | 表演藝術 | 1 | | | | |
| | | 綜合活動 | 綜合活動(2) | | | 綜合活動(2) | | | 綜合活動(2) | | | | |
| | | | 科目 | 上 | 下 | 科目 | 上 | 下 | 科目 | 上 | 下 | | |
| | | | 家政 | 1 | | 家政 | | 1 | 家政 | | 1 | | |
| 童軍 | | | 1 | 童軍 | 1 | | 童軍 | 1 | | | | | |
| 綜合活動 | 輔導 | 1 | 1 | 輔導 | 1 | 1 | 輔導 | 1 | 1 | | | | |
| | 科技 | 科技(2)(資訊科技、生活科技) | | | 科技(2) (資訊科技、生活科技) | | | 科技(2) (資訊科技、生活科技) | | | | | |
| | | 健康與體育 | 健康與體育(2) (健康教育、體育) | | | 健康與體育(2) (健康教育、體育) | | | 健康與體育(2) (健康教育、體育) | | | | |
| 特殊類型班級課程 | 體育專業 | | 體育專業(5) (專項體能訓練、專項技術訓練) | | | 體育專業(5) (專項體能訓練、專項技術訓練) | | | 體育專業(5) (專項體能訓練、專項技術訓練) | | | | |
| 學習節數 | | 32節 | | | 31節 | | | 31節 | | | | | |
| 校訂課程 | 彈性學習課程 | 統整性主題/專題/議題探究課程 | 0 | | | | | | 特殊需求領域課程(體育專業)1-3節 | | | | |
| | | 社團活動與技藝課程 | 0 | | | | | | | | | | |
| | | 特殊需求領域課程(體育專業) | 3 | | | | | | | | | | |
| | | 其他類課程 | 0 | | | 1(班級活動) | | | | 1(班級活動) | | | |
| 學習節數 | | 3 | | | 4 | | | 4 | | | | | |
| 學習總節數 | | 35節 | | | | | | | | | | | |

貳、部定課程各年級各領域/科目課程計畫

體育班體育專業領域課程計畫（表三）

111 學年度 7 年級體育專業領域【羽球】教學重點、教學進度及評量方式

總表

| 第一學期 | | | | | |
|------|-----------|----------------|--|----------------|------|
| 週次 | 日期 | 單元名稱 (教學進度) | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0829-0902 | 認識羽球運動 | 1、正反手握拍法(2節) 2、對空擊球(2節) 3、熱身動作介紹(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 2 | 0905-0909 | 正手發球 | 1、正手發球揮拍動作(2節) 2、正手發高遠球(2節) 3、收操活動介紹(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 3 | 0912-0916 | 後場正手擊球 | 1、後場正手揮拍動作(2節) 2、拋球練習(2節) 3、後場正手擊高遠球(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 4 | 0919-0923 | 反手發球 | 1、反手揮拍動作(2節) 2、反手回擊(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 5 | 0926-0930 | 後場反手擊球 | 1、後場反手揮拍動作(2節) 2、後場反手回擊遠球(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 6 | 1003-1007 | 網前擊球 | 1、網前正手揮拍練習(2節) 2、網前反手揮拍練習(2節) 3、平擊練習(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 7 | 1011-1014 | 網前步法 | 1、準備動作練習(2節) 2、網前左右步法練習(2節) 3、網前左右挑球練習(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 8 | 1017-1021 | 前後步法 | 1、前後步法練習(2節) 2、前後步法挑球練習(2節) 3、綜合練習(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 9 | 1024-1028 | 左右步法 | 1、左右步法講解(2節) 2、左右步法練習(2節) 3、綜合練習(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 10 | 1031-1104 | 米字步法 | 1、米字步法講解(2節) 2、米字步法練習(2節) 3、綜合練習(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 11 | 1107-1111 | 期中測驗 | 1、後場高遠球、挑球(2節) 2、步法測驗(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 12 | 1114-1118 | 羽球規則 | 1、單打規則介紹(2節) 2、雙打規則介紹(2節) 3、綜合練習(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 13 | 1121-1125 | 運動傷害的預防與處置 | 1、運動傷害的概要(2節) 2、運動傷害的肇因(3節) | 態度檢核 | 安全教育 |
| 14 | 1128-1202 | 切球技巧(1) | 1、切球動作講解(2節) 2、切球動作練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 15 | 1205-1209 | 切球技巧(2) | 1、直線切球(2節) 2、對角切球(2節) 3、網前切小球(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 16 | 1212-1216 | 挑球技巧 | 1、挑球動作講解(2節) 2、正手挑球動作練習(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |

| | | | 3、反手挑球動作練習(1節) | | |
|-------------|-----------|------------|---|----------------|------|
| 17 | 1219-1223 | 殺球技巧(1) | 1、殺球動作講解(2節) 2、殺球動作練習(2節) 3、落點準確度訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 18 | 1226-1230 | 殺球技巧(2) | 1、直線殺球練習(2節) 2、對角殺球練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 19 | 0103-0106 | 平球技巧(1) | 1、平球動作講解(2節) 2、平球動作練習(1節) 3、不起高訓練(1節) 3、平抽壓迫訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 20 | 0109-0113 | 平球技巧(2) | 1、正手平球練習(2節) 2、反手平球練習(23節) 3、速度反應訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 21 | 0116-0119 | 期末測驗 | 1、長切短挑測驗(2節) 2、殺球測驗(3節) | 分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 第二學期 | | | | | |
| 週次 | 日期 | 單元名稱 | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0213-0217 | 對牆擊球 | 1、對牆擊球技巧講解(2節) 2、對牆擊球技巧練習(3節) | 態度檢核 | 安全教育 |
| 2 | 0220-0224 | 接發球 | 1、接球回擊落點(2節) 2、接球變化方向(2節) 3、接球撥點(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 3 | 0227-0303 | 單打(1) | 1、米字步步法訓練(2節) 2、左右後場殺球訓練(2節) 3、左右平球訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 4 | 0306-0310 | 單打(2) | 1、殺球上網訓練(2節) 2、聯合動作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 5 | 0313-0317 | 中長距離跑 | 1、站立式起跑(2節) 2、擺臂訓練(1節) 3、心肺耐力訓練(1節) 4、輔助訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 6 | 0320-0324 | 單打(3) | 1、綜合訓練(2節) 2、觀念解析(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 7 | 0327-0331 | 雙打(1) | 1、平抽檔訓練(2節) 2、三攻二訓練(2節) 3、半場限制區不起高訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 8 | 0403-0407 | 雙打(2) | 1、全場二攻一半場訓練(2節) 2、聯合動作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 9 | 0410-0414 | 雙打(3) | 1、綜合訓練(2節) 2、觀念解析(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 10 | 0417-0421 | 期中測驗 | 單打分組對抗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 11 | 0424-0428 | 運動傷害的預防與處置 | 1、運動傷害的預防(2節) 2、運動傷害的處理(3節) | 態度檢核 | 安全教育 |
| 12 | 0501-0505 | 重量訓練(1) | 1、訓練安全原則(2節) 2、器材操作原則(2節) 3、上肢動作訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 13 | 0508-0512 | 重量訓練(2) | 1、動作分析教學(2節) 2、器材維護原則(2節) 3、下肢動作訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 14 | 0515-0519 | 核心訓練 | 1、核心動作說明(2節) 2、核心動作操作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |

| | | | | | |
|----|-----------|-----------|--|----------------|------|
| 15 | 0522-0526 | 單打(1) | 1、半場限制區不起高訓練(2節) 2、全場二攻一半場訓練(2節) 3、米字步步法訓練測時測驗(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 16 | 0529-0602 | 基本體能訓練(1) | 1、分單項進行肌肉訓練(2節) 2、心肺耐力(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 17 | 0605-0609 | 基本體能訓練(2) | 1、柔軟度訓練(2節) 2、關節活動度訓練(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 18 | 0612-0616 | 單打(2) | 1、半場限制區不起高訓練(2節) 2、全場二攻一半場訓練(2節) 3、米字步步法訓練測時測驗(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 19 | 0619-0623 | 雙打 | 1、雙打走位策略分析(2節) 2、雙打走位策略練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 20 | 0626-0630 | 期末測驗 | 分組測驗、比賽(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |

111 學年度 8 年級體育專業領域【羽球】教學重點、教學進度及評量方式

總表

| 第一學期 | | | | | |
|------|-----------|----------------|---|----------------|------|
| 週次 | 日期 | 單元名稱 (教學進度) | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0830-0902 | 羽球基本動作(1) | 熟練基本腳步(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 2 | 0905-0908 | 羽球基本動作(2) | 熟練基本手法(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 3 | 0912-0916 | 單打專項技術練習(1) | 1、定向前後直線長挑練習(2節) 2、定向左右側移長球練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 4 | 0919-0923 | 單打專項技術練習(2) | 1、發球與接發球(2節) 2、縱向半場二攻一(2節) 3、半場一人殺球一人防守(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 5 | 0926-0930 | 單打專項技術練習(3) | 1、縱向半場一打一比賽(2節) 2、多球訓練(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 6 | 1003-1007 | 重量訓練 | 1、上肢自由重量解析(2節) 2、上肢自由重量操作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 7 | 1011-1014 | 單打專項技術練習(4) | 1、發球搶攻(2節) 2、接發球搶攻(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |

| | | | | | |
|----|-----------|-------------|---|----------------|------|
| 8 | 1017-1021 | 單打專項技術練習(5) | 1、拉吊突擊(2節) 2、變速突擊(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 9 | 1024-1028 | 單打專項技術練習(6) | 1、下壓搶網(2節) 2、守中反攻(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 10 | 1031-1104 | 期中測驗 | 單打分組比賽(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 11 | 1107-1111 | 重量訓練 | 1、下肢自由重量解析(2節) 2、下肢自由重量操作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 12 | 1114-1118 | 單打專項技術練習(7) | 1、控制網前(2節) 2、三角路線(2節) 3、後場兩邊(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 13 | 1121-1125 | 雙打專項技術練習(1) | 1、發球(2節) 2、接發球(2節) 3、輪流向前攻擊練習(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 14 | 1128-1202 | 雙打專項技術練習(2) | 1、前場推、撲、攔、勾球練習(2節) 2、中後場左右側移平球、抽殺球練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 15 | 1205-1209 | 雙打專項技術練習(3) | 1、前四角多球練習(2節) 2、後四角多球練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 16 | 1212-1216 | 雙打專項技術練習(4) | 1、縱向半場二攻一(2節) 2、半場一人殺球一人防守(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 17 | 1219-1223 | 核心訓練 | 核心動作訓練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 18 | 1226-1230 | 雙打專項技術練習(5) | 四打二防守練習(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 19 | 0103-0106 | 雙打專項技術練習(6) | 1、前四拍戰術練習(2節) 2、後半場進攻戰術練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 20 | 0109-0113 | 雙打專項技術練習(7) | 輪轉進攻練習(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 21 | 0116-0119 | 期末測驗 | 雙打分組比賽(5節) | 分組練習成績、實測 | 安全教育 |

第二學期

| 週次 | 日期 | 單元名稱 | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
|----|-----------|-------------|---|----------------|------|
| 1 | 0213-0217 | 基本體能訓練 | 1、速度訓練(2節) 2、耐力訓練(2節) 3、敏捷訓練(1節) | 態度檢核 | 安全教育 |
| 2 | 0220-0224 | 單打專項技術練習(1) | 1、發球搶攻(2節) 2、接發球搶攻(2節) 3、拉吊突擊(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 3 | 0227-0303 | 單打專項技術練習(2) | 1、變速突擊(2節) 2、下壓搶網(2節) 3、守中反攻(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 4 | 0306-0310 | 單打專項技術練習(3) | 1、控制網前(2節) 2、三角路線(2節) 3、後場兩邊(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 5 | 0313-0317 | 重量訓練 | 1、上肢自由重量解析(2節) 2、下肢自由重量操作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 6 | 0320-0324 | 單打專項技術練習(4) | 多球訓練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 7 | 0327-0331 | 單打專項技術練習(5) | 1、縱向半場二攻一(2節) 2、半場一人殺球一人防守(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |

| | | | | | |
|----|-----------|-------------|---|----------------|------|
| 8 | 0403-0407 | 單打專項技術練習(6) | 戰術分析與討論(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 9 | 0410-0414 | 單打專項技術練習(7) | 1、戰術分析與討論(2節) 2、綜合練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 10 | 0417-0421 | 單打技術模擬訓練 | 模擬賽前訓練課程及訓練後過程(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 11 | 0424-0428 | 期中測驗 | 單打分組比賽(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 12 | 0501-0505 | 雙打專項技術練習(1) | 1、發球(2節) 2、接發球(2節) 3、輪流向前攻擊練習(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 13 | 0508-0512 | 雙打專項技術練習(2) | 1、前四角多球練習(2節) 2、後四角多球練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 14 | 0515-0519 | 雙打專項技術練習(3) | 1、縱向半場二攻一(2節) 2、半場一人殺球一人防守(2節) 3、輪轉進攻練習(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 15 | 0522-0526 | 雙打專項技術練習(4) | 1、四打二防守練習(2節) 2、輪轉進攻練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 16 | 0529-0602 | 重量訓練 | 1、上肢自由重量操作(2節) 2、下肢自由重量操作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 17 | 0605-0609 | 雙打專項技術練習(5) | 1、前四拍戰術練習(2節) 2、後半場進攻戰術練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 18 | 0612-0616 | 雙打專項技術練習(6) | 1、戰術分析與討論(2節) 2、綜合練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 19 | 0619-0623 | 雙打專項技術練習(7) | 模擬賽前訓練課程及訓練後過程(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 20 | 0626-0630 | 期末測驗 | 雙打分組對抗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |

111 學年度 2 年級體育專業領域【羽球】教學重點、教學進度及評量方式

總表

| 第一學期 | | | | | |
|------|-----------|----------------|--|----------------|------|
| 週次 | 日期 | 單元名稱 (教學進度) | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0830-0902 | 基本體能訓練 | 1、速度訓練(2節) 2、耐力訓練(2節) 3、敏捷訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 2 | 0905-0908 | 單打專項技術練習(1) | 1、發球搶攻(2節) 2、接發球搶攻(1節) 3、拉吊突擊(1節) 4、變速突擊(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 3 | 0912-0916 | 單打專項技術練習(2) | 1、下壓搶網(1節) 2、守中反攻(1節) 3、控制網前(1節) 4、三角路線(1節) 5、後場兩邊(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 4 | 0919-0923 | 單打專項技術練習(3) | 1、多球訓練(2節) 2、縱向半場二攻一(2節) 3、半場一人殺球一人防守(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 5 | 0926-0930 | 重量訓練與核心訓練 | 1、上肢自由重量解析(2節) 2、下肢自由重量操作(2節) 3、核心訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 6 | 1003-1007 | 單打專項技術練習(4) | 多球訓練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 7 | 1011-1014 | 單打專項技術練習(5) | 1、戰術分析與討論(2節) 2、比賽情境模擬(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 8 | 1017-1021 | 單打專項技術練習(6) | 賽後分析與檢討(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 9 | 1024-1028 | 單打專項技術練習(7) | 綜合練習(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 10 | 1031-1104 | 期中測驗 | 單打分組對抗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 11 | 1107-1111 | 雙打專項技術練習(1) | 1、縱向半場二攻一(2節) 2、輪轉進攻練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 12 | 1114-1118 | 雙打專項技術練習(2) | 1、四打二防守練習(2節) 2、半場一人殺球一人防守(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 13 | 1121-1125 | 雙打專項技術練習(3) | 1、前四角多球練習(2節) 2、後四角多球練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 14 | 1128-1202 | 雙打專項技術練習(4) | 1、前四拍戰術練習(2節) 2、後半場進攻戰術練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 15 | 1205-1209 | 重量訓練與核心訓練 | 1、上肢自由重量操作(2節) 2、下肢自由重量操作(2節) 3、核心訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 16 | 1212-1216 | 雙打專項技術練習(5) | 1、戰術分析與討論(2節) 2、比賽情境模擬(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 17 | 1219-1223 | 雙打專項技術練習(6) | 賽後分析與檢討(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 18 | 1226-1230 | 雙打專項技術練習(7) | 綜合練習(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 19 | 0103-0106 | 運動心理 | 1、比賽心境探討(2節) | 態度檢核 | 安全教育 |

| | | | 2、訓練心得與檢討(3節) | | |
|-------------|-----------|-------------|---|----------------|------|
| 20 | 0109-0113 | 運動心理 | 1、挫折與如何解決(2節) 2、綜合討論(3節) | 態度檢核 | 安全教育 |
| 21 | 0116-0119 | 期末測驗 | 雙打分組比賽(5節) | 分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 第二學期 | | | | | |
| 週次 | 日期 | 單元名稱 | 教學重點 | 評量方式 | 安全教育 |
| 1 | 0213-0217 | 基本體能訓練 | 1、速度訓練(2節) 2、耐力訓練(2節) 3、敏捷訓練(1節) | 態度檢核 | 安全教育 |
| 2 | 0220-0224 | 升學與訓練 | 升學管道與學校分析討論(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 3 | 0227-0303 | 單打專項技術練習(1) | 1、全場二攻一半場訓練(2節) 2、接發球訓練(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 4 | 0306-0310 | 單打專項技術練習(2) | 1、米字步步法訓練(2節) 2、左右後場殺球訓練(2節) 3、左右平球訓練 | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 5 | 0313-0317 | 單打專項技術練習(3) | 1、殺球上網訓練(2節) 2、聯合動作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 6 | 0320-0324 | 單打專項技術練習(4) | 戰術策略(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 7 | 0327-0331 | 重量訓練 | 1、上肢自由重量解析(2節) 2、下肢自由重量操作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 8 | 0403-0407 | 核心訓練 | 1、動作分析教學(2節) 2、核心動作訓練(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 9 | 0410-0414 | 運動傷害的預防與處置 | 1、運動傷害的預防(2節) 2、運動傷害的處理(3節) | 態度檢核 | 安全教育 |
| 10 | 0417-0421 | 期中測驗 | 分組測驗、比賽(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 11 | 0424-0428 | 肌力訓練 | 1、單邊動作穩定(2節) 2、爆發力訓練(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 12 | 0501-0505 | 雙打專項技術練習(1) | 1、縱向半場二攻一(2節) 2、輪轉進攻練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 13 | 0508-0512 | 雙打專項技術練習(2) | 1、四打二防守練習(2節) 2、半場一人殺球一人防守(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 14 | 0515-0519 | 雙打專項技術練習(3) | 1、前四角多球練習(2節) 2、後四角多球練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 15 | 0522-0526 | 雙打專項技術練習(4) | 1、前四拍戰術練習(2節) 2、後半場進攻戰術練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 16 | 0529-0602 | 運動傷害的預防與處置 | 1、運動傷害的原因分析(2節) 2、傷後復建概略(3節) | 態度檢核 | 安全教育 |
| 17 | 0605-0609 | 技術模擬訓練 | 1、比賽影片觀看與檢討(2節) 2、戰略分析(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 18 | 0612-0616 | 技術模擬訓練 | 戰術模擬與實際演練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 19 | 0619-0623 | 技術模擬訓練 | 戰術模擬與實際演練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 20 | 0626-0630 | 綜合能力檢測 | 分組測驗、比賽(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 |

111 學年度 7 年級體育專業領域【柔道】教學重點、教學進度及評量方式
總表

| 第一學期 | | | | | |
|------|-----------|----------------|---|----------------|--------------|
| 週次 | 日期 | 單元名稱 (教學進度) | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0830-0902 | 柔道運動 | 1、柔道運動介紹(2 節) 2、熱身動作教學(3 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 2 | 0905-0908 | 基礎動作 | 1、了解學生體能狀況(2 節) 2、收操動作教學(3 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 3 | 0912-0916 | 基礎體能 | 1、仰臥起坐(2 節) 2、1500M(2 節) 3、手推車(1 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 4 | 0919-0923 | 護身倒法(1) | 1、臥姿倒法(2 節) 2、坐姿倒法(3 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 5 | 0926-0930 | 護身倒法(2) | 1、蹲姿倒法(2 節) 2、立姿倒法(3 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 6 | 1003-1007 | 護身倒法(3) | 1、前方倒法(2 節) 2、前迴轉倒法(3 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 7 | 1011-1014 | 護身倒法(4) | 護身倒法綜合練習(5 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 8 | 1017-1021 | 專項體能訓練 | 1、60M 訓練(2 節) 2、100M 訓練(3 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 9 | 1024-1028 | 專項柔軟度訓練 | 1. 柔軟度加強(2 節) 2. 關節活動度(3 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 10 | 1031-1104 | 期中測驗 | 護身倒法技巧(5 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 11 | 1107-1111 | 大外車 | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) 3、技術演練(2 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 12 | 1114-1118 | 浮摔 | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) 3、技術演練(2 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 13 | 1121-1125 | 側丟(橫分) | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) 3、技術演練(2 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 14 | 1128-1202 | 橫車 | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) 3、技術演練(2 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 15 | 1205-1209 | 後腰 | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) 3、技術演練(2 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 16 | 1212-1216 | 隅丟 | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |

| | | | 3、技術演練(2節) | 實測 | |
|-------------|-----------|------------|---|----------------|--------------|
| 17 | 1219-1223 | 橫掛 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 18 | 1226-1230 | 膝壓肘 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 19 | 0103-0106 | 足勒 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 20 | 0109-0113 | 運動傷害的預防與處置 | 1、運動傷害的預防(2節) 2、運動傷害的處理(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 21 | 0116-0119 | 期末測驗 | 動作技術流暢度測驗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 第二學期 | | | | | |
| 週次 | 日期 | 單元名稱 | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0213-0217 | 專項重量訓練 | 1.半蹲 8*5 (1節) 2.臥推 8*5 (1節) 3.腿推 8*5 (1節) 4.雙臂彎舉 8*5(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 2 | 0220-0224 | 專項體能訓練 | 1、100M*8/15秒(1節) 2、400M*8/65秒(2節) 3、1000M*10/3分50秒(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 3 | 0227-0303 | 隅返摔 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 4 | 0306-0310 | 谷丟 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 5 | 0313-0317 | 彈腰卷 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 6 | 0320-0324 | 掬摔 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 7 | 0327-0331 | 移腰 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 8 | 0403-0407 | 肌力訓練 | 1、單邊動作穩定(2節) 2、爆發力訓練(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 9 | 0410-0414 | 運動傷害的預防與處置 | 1、運動傷害的預防(2節) 2、運動傷害的處理(3節) | 態度檢核 | 性別平等 安全教育 |
| 10 | 0417-0421 | 期中測驗 | 動作技術流暢度測驗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 11 | 0424-0428 | 柔道規則 | 1、柔道規則介紹(2節) 2、柔道指導介紹(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等 安全教育 |
| 12 | 0501-0505 | 大車 | 1、施展技術動作說明(1節) | 態度檢核、分 | 性別平等 |

| | | | | | |
|----|-----------|--------|--|------------------------|--------------|
| | | | 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 組練習成績、 實測 | 安全教育 |
| 13 | 0508-0512 | 大外卷 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 14 | 0515-0519 | 浮丟 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 15 | 0522-0526 | 織肘 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 16 | 0529-0602 | 腋壓肘 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 17 | 0605-0609 | 基礎體能訓練 | 1、敏捷動作訓練(1節) 2、爆發力(1節) 3、肌耐力訓練(1節) 4、心肺耐力訓練(1節) 5、輔助訓練(1節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 18 | 0612-0616 | 單手勒 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 19 | 0619-0623 | 雙手勒 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 20 | 0626-0630 | 期末測驗 | 動作技術流暢度測驗(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |

111 學年度 8 年級體育專業領域【柔道】教學重點、教學進度及評量方式
總表

| 第一學期 | | | | | |
|------|-----------|----------------|--|------------------------|--------------|
| 週次 | 日期 | 單元名稱 (教學進度) | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0830-0902 | 柔道裁判 | 1、柔道規則介紹(2節) 2、柔道裁判教學(3節) | 態度檢核 | 性別平等 安全教育 |
| 2 | 0905-0908 | 進階體能訓練 | 1、敏捷動作訓練(1節) 2、爆發力(1節) 3、肌耐力訓練(1節) 4、心肺耐力訓練(1節) 5、輔助訓練(1節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 3 | 0912-0916 | 進階肌力訓練 | 1、上肢自由重量解析(2節) 2、下肢自由重量操作(3節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 4 | 0919-0923 | 小外掛 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 5 | 0926-0930 | 釣腰 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 6 | 1003-1007 | 橫丟 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 7 | 1011-1014 | 彈腰 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 8 | 1017-1021 | 專項體能訓練 | 1、翻輪胎訓練(2節) 2、拉力帶訓練(3節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 9 | 1024-1028 | 專項柔軟度訓練 | 1.柔軟度加強(2節) 2.關節活動度(3節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 10 | 1031-1104 | 期中測驗 | 動作技術流暢度測驗(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 11 | 1107-1111 | 掃釣進腳 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 12 | 1114-1118 | 拋摔 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 13 | 1121-1125 | 肩車 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 14 | 1128-1202 | 腕壓肘 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 15 | 1205-1209 | 腋壓肘 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 16 | 1212-1216 | 半羽勒 | 1、施展技術動作說明(1節) | 態度檢核、分 | 性別平等 |

| | | | 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 組練習成績、 實測 | 安全教育 |
|-------------|-----------|----------------|--|------------------------|--------------|
| 17 | 1219-1223 | 滑襟勒 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 18 | 1226-1230 | 投技對練 | 綜合演練(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 19 | 0103-0106 | 核心訓練 | 核心動作訓練(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 20 | 0109-0113 | 運動傷害的預防 與處置 | 1、運動傷害的預防(2節) 2、運動傷害的處理(3節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 21 | 0116-0119 | 期末測驗 | 動作技術流暢度測驗(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 第二學期 | | | | | |
| 週次 | 日期 | 單元名稱 | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0213-0217 | 進階體能訓練 | 1、敏捷動作訓練(1節) 2、爆發力(1節) 3、肌耐力訓練(1節) 4、心肺耐力訓練(1節) 5、輔助訓練(1節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 2 | 0220-0224 | 進階肌力訓練 | 1、上肢自由重量解析(2節) 2、下肢自由重量操作(3節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 3 | 0227-0303 | 小外割 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 4 | 0306-0310 | 小內割 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 5 | 0313-0317 | 腰車 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 6 | 0320-0324 | 釣進腰 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 7 | 0327-0331 | 送腳掃 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 8 | 0403-0407 | 肌力訓練 | 1、單邊動作穩定(2節) 2、爆發力訓練(3節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 9 | 0410-0414 | 投技對練 | 綜合演練(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 10 | 0417-0421 | 期中測驗 | 動作技術流暢度測驗(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 11 | 0424-0428 | 柔道心法 | 柔道精神介紹(5節) | 態度檢核、分 | 性別平等 |

| | | | | 組練習成績、實測 | 安全教育 |
|----|-----------|------|--|----------------|----------|
| 12 | 0501-0505 | 丟體 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 13 | 0508-0512 | 掃腰 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 14 | 0515-0519 | 內腿 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 15 | 0522-0526 | 腕肘 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 16 | 0529-0602 | 十字壓肘 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 17 | 0605-0609 | 寢技對練 | 綜合演練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 18 | 0612-0616 | 十字勒 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 19 | 0619-0623 | 扼勒 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 20 | 0626-0630 | 期末測驗 | 動作技術流暢度測驗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |

111 學年度 9 年級體育專業領域【柔道】教學重點、教學進度及評量方式
總表

| 第一學期 | | | | | |
|------|-----------|----------------|---|------------------------|--------------|
| 週次 | 日期 | 單元名稱 (教學進度) | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0830-0902 | 核心訓練 | 核心動作訓練(5 節) | 態度檢核 | 性別平等 安全教育 |
| 2 | 0905-0908 | 進階體能訓練 | 1、敏捷動作訓練(1 節) 2、爆發力(1 節) 3、肌耐力訓練(1 節) 4、心肺耐力訓練(1 節) 5、輔助訓練(1 節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 3 | 0912-0916 | 進階肌力訓練 | 1、上肢自由重量解析(2 節) 2、下肢自由重量操作(3 節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 4 | 0919-0923 | 出腳掃 | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) 3、技術演練(2 節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 5 | 0926-0930 | 膝車 | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) 3、技術演練(2 節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 6 | 1003-1007 | 釣進頂腳 | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) 3、技術演練(2 節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 7 | 1011-1014 | 彈腰 | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) 3、技術演練(2 節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 8 | 1017-1021 | 浮腰 | 1、翻輪胎訓練(2 節) 2、拉力帶訓練(3 節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 9 | 1024-1028 | 專項柔軟度訓練 | 1. 柔軟度加強(2 節) 2. 關節活動度(3 節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 10 | 1031-1104 | 期中測驗 | 動作技術流暢度測驗(5 節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 11 | 1107-1111 | 大腰 | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) 3、技術演練(2 節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 12 | 1114-1118 | 大內割 | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) 3、技術演練(2 節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 13 | 1121-1125 | 過肩摔 | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) 3、技術演練(2 節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 14 | 1128-1202 | 袈裟壓制 | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) 3、技術演練(2 節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 15 | 1205-1209 | 肩壓制 | 1、施展技術動作說明(1 節) 2、技術方向變化(2 節) 3、技術演練(2 節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 16 | 1212-1216 | 上四方壓制 | 1、施展技術動作說明(1 節) | 態度檢核、分 | 性別平等 |

| | | | 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 組練習成績、 實測 | 安全教育 |
|-------------|-----------|----------------|--|------------------------|--------------|
| 17 | 1219-1223 | 橫四方壓制 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 18 | 1226-1230 | 正四方壓制 | 1、施展技術動作說明(1節) 2、技術方向變化(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 19 | 0103-0106 | 投技對練 | 綜合演練(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 20 | 0109-0113 | 運動傷害的預防 與處置 | 1、運動傷害的預防(2節) 2、運動傷害的處理(3節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 21 | 0116-0119 | 期末測驗 | 動作技術流暢度測驗(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 第二學期 | | | | | |
| 週次 | 日期 | 單元名稱 | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0213-0217 | 進階體能訓練 | 1、敏捷動作訓練(1節) 2、爆發力(1節) 3、肌耐力訓練(1節) 4、心肺耐力訓練(1節) 5、輔助訓練(1節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 2 | 0220-0224 | 進階肌力訓練 | 1、上肢自由重量解析(2節) 2、下肢自由重量操作(3節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 3 | 0227-0303 | 投技對練 | 綜合演練(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 4 | 0306-0310 | 寢技對練 | 綜合演練(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 5 | 0313-0317 | 技術對練 | 綜合演練(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 6 | 0320-0324 | 影片分析 | 1、比賽影片解析(1節) 2、動作分析(2節) 3、技術演練(2節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 7 | 0327-0331 | 模擬比賽 | 比賽對練(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 8 | 0403-0407 | 投技對練 | 綜合演練(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 9 | 0410-0414 | 寢技對練 | 綜合演練(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 10 | 0417-0421 | 期中測驗 | 分組測驗(5節) | 態度檢核、分 組練習成績、 實測 | 性別平等 安全教育 |
| 11 | 0424-0428 | 升學與就業 | 1、升學管道分析(2節) | 態度檢核、分 | 性別平等 |

| | | | | | |
|----|-----------|------------|----------------------------------|----------------|----------|
| | | | 2、就業方向分析(3節) | 組練習成績、實測 | 安全教育 |
| 12 | 0501-0505 | 運動傷害的預防與處置 | 1、運動傷害的預防(2節) 2、運動傷害的處理(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 13 | 0508-0512 | 運動心理 | 1、比賽心境探討(2節) 2、訓練心得與檢討(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 14 | 0515-0519 | 投技對練 | 綜合演練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 15 | 0522-0526 | 寢技對練 | 綜合演練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 16 | 0529-0602 | 技術對練 | 綜合演練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 17 | 0605-0609 | 模擬比賽 | 比賽對練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 18 | 0612-0616 | 進階肌力訓練 | 1、上肢自由重量解析(2節) 2、下肢自由重量操作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 19 | 0619-0623 | 核心訓練 | 核心動作訓練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |
| 20 | 0626-0630 | 期末測驗 | 分組測驗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 性別平等安全教育 |

111 學年度 7 年級體育專業領域【排球】教學重點、教學進度及評量方式

總表

| 第一學期 | | | | | |
|------|-----------|----------------|---|--------------------|--------------|
| 週次 | 日期 | 單元名稱 (教學進度) | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0830-0902 | 排球簡史 | 1、排球運動介紹(2節) 2、熱身動作教學(3節) | 態度檢核、分組 練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 2 | 0905-0908 | 基本規則 | 1、排球規則介紹(2節) 2、收操動作教學(3節) | 態度檢核、分組 練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 3 | 0912-0916 | 低手傳球 | 1、基本動作解析(2節) 2、兩人小組對傳練習(2節) 3、半場接拋球練習(1節) | 態度檢核、分組 練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 4 | 0919-0923 | 低手傳球 | 1、三人小組對傳練習(2節) 2、半場列隊接拋(發)球練習(3節) | 態度檢核、分組 練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 5 | 0926-0930 | 高手傳球 | 1、基本動作解析(2節) 2、兩人小組對傳練習(2節) 3、半場接拋球練習(1節) | 態度檢核、分組 練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 6 | 1003-1007 | 高手傳球 | 1、三人小組對傳練習(2節) 2、半場列隊接拋(發)球練習(3節) | 態度檢核、分組 練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 7 | 1011-1014 | 低手、高手球感綜合練習 | 1、兩人對傳(2節) 2、多人對傳(2節) 3、三人小組接傳(1節) | 態度檢核、分組 練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 8 | 1017-1021 | 重量訓練(1) | 1、訓練安全原則(2節) 2、器材操作原則(2節) 3、上肢動作訓練(1節) | 態度檢核、分組 練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 9 | 1024-1028 | 重量訓練(2) | 1、動作分析教學(2節) 2、器材維護原則(2節) 3、下肢動作訓練(1節) | 態度檢核、分組 練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 10 | 1031-1104 | 核心訓練 | 1、核心動作說明(2節) 2、核心動作操作(3節) | 態度檢核、分組 練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 11 | 1107-1111 | 期中測驗 | 分組傳球測驗(5節) | 態度檢核、分組 練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 12 | 1114-1118 | 運動傷害的預防與處置 | 1、運動傷害的預防(2節) 2、運動傷害的處理(3節) | 態度檢核、分組 練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 13 | 1121-1125 | 扣球動作 | 1、2人、3人小組接扣球(2節) 2、半場列隊接扣球(3節) | 態度檢核、分組練習 成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 14 | 1128-1202 | 修正球 | 1、基本動作解析(2節) 2、兩人小組練習(3節) | 態度檢核、分組練習 成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 15 | 1205-1209 | 低手發球 | 1、低手發球動作介紹(2節) 2、低手發球練習(3節) | 態度檢核、分組練習 成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 16 | 1212-1216 | 低手發球 | 1、球點準確度訓練(2節) 2、力量控制訓練(3節) | 態度檢核、分組練習 成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 17 | 1219-1223 | 高手發球 | 1、高手發球動作介紹(2 | 態度檢核、分組練習 | 安全教育 |

| | | | 節) 2、高手發球練習(3節) | 習成績、實測 | 戶外教育 |
|-------------|-----------|------------|--|----------------|--------------|
| 18 | 1226-1230 | 高手發球 | 1、球點準確度訓練(2節) 2、力量控制訓練(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 19 | 0103-0106 | 接發球 | 接球回擊落點(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 20 | 0109-0113 | 接發球 | 接球撥點(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 21 | 0116-0119 | 期末測驗 | 發球測驗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 第二學期 | | | | | |
| 週次 | 日期 | 單元名稱 | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0213-0217 | 重量訓練(1) | 1、訓練安全原則(2節) 2、器材操作原則(2節) 3、上肢動作訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 2 | 0220-0224 | 重量訓練(2) | 1、動作分析教學(2節) 2、器材維護原則(2節) 3、下肢動作訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 3 | 0227-0303 | 核心訓練 | 1、核心動作說明(2節) 2、核心動作操作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 4 | 0306-0310 | 攔網 | 1、動作流暢度(2節) 2、擊球角度(2節) 3、落點準確度(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 5 | 0313-0317 | 攔網 | 1、擊球穩定度(2節) 2、時間變化控制(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 6 | 0320-0324 | 運動傷害的預防與處置 | 1、運動傷害的預防(2節) 2、運動傷害的處理(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 7 | 0327-0331 | 排球隊形介紹 | 1、排球隊形介紹(2節) 2、排球隊形練習(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 8 | 0403-0407 | 扣球(1) | 步伐練習(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 9 | 0410-0414 | 扣球(2) | 快攻練習(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 10 | 0417-0421 | 扣球(3) | 長攻練習(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 11 | 0424-0428 | 扣球(4) | 時間差攻擊練習(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 12 | 0501-0505 | 扣球(5) | 立體攻擊練習(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 13 | 0508-0512 | 期中測驗 | 扣球穩定度測驗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 14 | 0515-0519 | 基本體能訓練 | 1、速度訓練(2節) | 態度檢核、 | 安全教育 |

| | | | | | |
|----|-----------|----------------|----------------------------------|------------------------|--------------|
| | | | 2、耐力訓練(2節) 3、敏捷訓練(1節) | 分組練習成績、 實測 | 戶外教育 |
| 15 | 0522-0526 | 團體對戰 | 1、團隊默契訓練(2節) 2、組織攻擊訓練(3節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 16 | 0529-0602 | 團體對戰 | 1、攔網起跳點訓練(2節) 2、隊形訓練(3節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 17 | 0605-0609 | 爆發力訓練 | 1、100M訓練(2節) 2、跳箱(3節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 18 | 0612-0616 | 排球比賽規則 | 排球比賽規則解析(5節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 19 | 0619-0623 | 運動傷害的預防 與處置 | 1、運動傷害的復健流程(2節) 2、運動傷害的處理(3節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 20 | 0626-0630 | 期末測驗 | 分組測驗(5節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |

111 學年度 8 年級體育專業領域【排球】教學重點、教學進度及評量方式

總表

| 第一學期 | | | | | |
|------|-----------|----------------|--|----------------|--------------|
| 週次 | 日期 | 單元名稱 (教學進度) | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0830-0902 | 進階體能訓練 | 1、敏捷動作訓練(1節) 2、爆發力(1節) 3、肌耐力訓練(1節) 4、心肺耐力訓練(1節) 5、輔助訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 2 | 0905-0908 | 進階肌力訓練 | 1、上肢自由重量解析(2節) 2、下肢自由重量操作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 3 | 0912-0916 | 舉球(1) | 頭上中高舉球(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 4 | 0919-0923 | 舉球(2) | 長線攻擊舉球(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 5 | 0926-0930 | 舉球(3) | 向背後舉球(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 6 | 1003-1007 | 舉球(4) | 短快攻 C 式舉球(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 7 | 1011-1014 | 舉球(5) | 修正舉球(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 8 | 1017-1021 | 舉球(6) | 後排攻擊舉球(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 9 | 1024-1028 | 舉球(7) | 躍起舉球(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 10 | 1031-1104 | 舉球練習 | 舉球綜合演練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 11 | 1107-1111 | 期中測驗 | 舉球測驗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 12 | 1114-1118 | 運動傷害的預防與處置 | 1、運動傷害的預防(2節) 2、運動傷害的處理(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 13 | 1121-1125 | 扣球(1) | 直接扣擊法(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 14 | 1128-1202 | 扣球(2) | 頭上中高球扣擊法(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 15 | 1205-1209 | 扣球(3) | 長線高球扣擊法(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 16 | 1212-1216 | 扣球(4) | 虛攻與軟攻之扣擊法(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 17 | 1219-1223 | 扣球(5) | 修正扣擊法(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 18 | 1226-1230 | 扣球(6) | 後排攻擊法(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 19 | 0103-0106 | 扣球(7) | 時間差扣擊法(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 20 | 0109-0113 | 扣球練習 | 扣球綜合演練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 21 | 0116-0119 | 扣球檢測 | 分組測驗 | 態度檢核、分組練習 | 安全教育 |

| | | | | 習成績、實測 | 戶外教育 |
|------|-----------|----------------|--|------------------------|--------------|
| 第二學期 | | | | | |
| 週次 | 日期 | 單元名稱 | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0213-0217 | 進階體能訓練 | 1、敏捷動作訓練(2節) 2、爆發力(2節) 3、肌耐力訓練(1節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 2 | 0220-0224 | 進階體能訓練 | 1、心肺耐力訓練(2節) 2、輔助訓練(3節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 3 | 0227-0303 | 進階肌力訓練 | 1、上肢自由重量解析(2節) 2、下肢自由重量操作(3節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 4 | 0306-0310 | 三米線折返訓練 | 微蹲式防守動作(5節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 5 | 0313-0317 | 三米線折返訓練 | 防守動作訓練(5節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 6 | 0320-0324 | 三米線折返訓練 | 肌耐力訓練(5節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 7 | 0327-0331 | 三米線折返訓練 | 速度訓練(5節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 8 | 0403-0407 | 攔網(1) | 單人攔網(5節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 9 | 0410-0414 | 攔網(2) | 雙人攔網(5節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 10 | 0417-0421 | 攔網(3) | 三人攔網(5節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 11 | 0424-0428 | 攔網練習 | 攔網綜合訓練(5節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 12 | 0501-0505 | 期中測驗 | 攔網分組測驗(5節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 13 | 0508-0512 | 救球(1) | 滾翻救球(5節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 14 | 0515-0519 | 救球(2) | 魚躍救球(5節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 15 | 0522-0526 | 救球練習 | 救球綜合訓練(5節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 16 | 0529-0602 | 運動傷害的預防 與處置 | 1、運動傷害的預防(2節) 2、運動傷害的處理(3節) | 態度檢核、 分組練習成績、 實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 17 | 0605-0609 | 團體對戰 | 1、小組綜合練習(2節) | 態度檢核、 | 安全教育 |

| | | | | | |
|----|-----------|--------|------------------------------|----------------|--------------|
| | | | 2、隊型搭配指導(3節) | 分組練習成績、實測 | 戶外教育 |
| 18 | 0612-0616 | 團體對戰 | 分組比賽(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 19 | 0619-0623 | 排球裁判訓練 | 1、排球裁判訓練(2節) 2、排球規則分析(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 20 | 0626-0630 | 期末測驗 | 排球裁判判別(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |

111 學年度 9 年級體育專業領域【排球】教學重點、教學進度及評量方式

總表

| 第一學期 | | | | | |
|------|-----------|----------------|--|----------------|--------------|
| 週次 | 日期 | 單元名稱 (教學進度) | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0830-0902 | 舉球(1) | 1、頭上中高舉球(2節) 2、長線攻擊舉球(2節) 3、向背後舉球(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 2 | 0905-0908 | 舉球(2) | 1、短快攻 C 式舉球(2節) 2、修正舉球(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 3 | 0912-0916 | 舉球(3) | 1、後排攻擊舉球(2節) 2、躍起舉球(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 4 | 0919-0923 | 扣球(1) | 1、直接扣擊法(2節) 2、頭上中高球扣擊法(2節) 3、長線高球扣擊法(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 5 | 0926-0930 | 扣球(2) | 1、虛攻與軟攻之扣擊法(2節) 2、修正扣擊法(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 6 | 1003-1007 | 扣球(3) | 1、後排攻擊法(2節) 2、時間差扣擊法(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 7 | 1011-1014 | 比賽模擬與實戰(1) | 模擬比賽對抗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 8 | 1017-1021 | 比賽模擬與實戰(2) | 模擬比賽對抗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 9 | 1024-1028 | 比賽分析 | 1、比賽影片分析(2節) 2、隊形討論與檢討(2節) 3、綜合演練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 10 | 1031-1104 | 攔網(1) | 單人攔網(2節) 雙人攔網(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 11 | 1107-1111 | 攔網(2) | 三人攔網(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 12 | 1114-1118 | 期中測驗 | 分組比賽測驗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 13 | 1121-1125 | 進階體能訓練 | 1、敏捷動作訓練(2節) 2、爆發力(2節) 3、肌耐力訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 14 | 1128-1202 | 進階體能訓練 | 1、心肺耐力訓練(2節) 2、輔助訓練(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 15 | 1205-1209 | 進階肌力訓練 | 1、上肢自由重量解析(2節) 2、下肢自由重量操作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 16 | 1212-1216 | 救球 | 1、滾翻救球(2節) 2、魚躍救球(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 17 | 1219-1223 | 比賽模擬與實戰(3) | 模擬比賽對抗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 18 | 1226-1230 | 比賽模擬與實戰(4) | 模擬比賽對抗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 19 | 0103-0106 | 比賽模擬與實戰(5) | 模擬比賽對抗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |

| 20 | 0109-0113 | 進階核心訓練 | 1、核心動作說明(2節) 2、核心動作操作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
|-------------|-----------|------------|---|----------------|--------------|
| 21 | 0116-0119 | 期末測驗 | 分組比賽測驗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 第二學期 | | | | | |
| 週次 | 日期 | 單元名稱 | 教學重點 | 評量方式 | 議題融入 |
| 1 | 0213-0217 | 進階體能訓練 | 1、敏捷動作訓練(2節) 2、爆發力(2節) 3、肌耐力訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 2 | 0220-0224 | 進階體能訓練 | 1、心肺耐力訓練(2節) 2、輔助訓練(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 3 | 0227-0303 | 進階肌力訓練 | 1、上肢自由重量解析(2節) 2、下肢自由重量操作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 4 | 0306-0310 | 隊形訓練(1) | 1、接發球進攻(2節) 2、隊形變化(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 5 | 0313-0317 | 隊形訓練(2) | 1、接扣球練習(2節) 2、防守反攻(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 6 | 0320-0324 | 隊形訓練(3) | 防守反攻隊形變化(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 7 | 0327-0331 | 進階核心訓練 | 1、核心動作說明(2節) 2、核心動作操作(3節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 8 | 0403-0407 | 陣型訓練 | 1、排球攻防訓練(5節) 2、排球聯合防守訓練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 9 | 0410-0414 | 比賽模擬與實戰(1) | 排球第一波攻防訓練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 10 | 0417-0421 | 比賽模擬與實戰(2) | 排球第二波攻防訓練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 11 | 0424-0428 | 期中測驗 | 隊形跑位測驗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 12 | 0501-0505 | 比賽模擬與實戰(3) | 模擬比賽對抗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 13 | 0508-0512 | 比賽模擬與實戰(4) | 模擬比賽對抗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 14 | 0515-0519 | 比賽模擬與實戰(5) | 模擬比賽對抗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 15 | 0522-0526 | 比賽分析 | 1、比賽影片分析(2節) 2、隊形討論與檢討(2節) 3、綜合演練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 16 | 0529-0602 | 運動傷害的預防 | 1、運動傷害的原因分析(2節) | 態度檢核、 | 安全教育 |

| | | | | | |
|----|-----------|------|---|----------------|--------------|
| | | 與處置 | 2、傷後復建概略(3節) | 分組練習成績、實測 | 戶外教育 |
| 17 | 0605-0609 | 團體對戰 | 跑位訓練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 18 | 0612-0616 | 團體對戰 | 團隊默契訓練(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 19 | 0619-0623 | 團體對戰 | 1、團隊默契訓練(2節) 2、組織攻擊訓練(2節) 3、攔網起跳點訓練(1節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |
| 20 | 0626-0630 | 期末測驗 | 分組比賽測驗(5節) | 態度檢核、分組練習成績、實測 | 安全教育 戶外教育 |

參、體育班彈性學習課程計畫(校訂課程)

一、特殊需求領域課程

(一)課程架構：(請依體育班專長項目實際情形填寫)

| 上學期 | | | |
|------|----|----|----|
| 課程名稱 | 項目 | 節數 | 備註 |
| 體育專業 | 羽球 | 63 | |
| 體育專業 | 柔道 | 63 | |
| 體育專業 | 排球 | 63 | |

| 下學期 | | | |
|------|----|----|----|
| 課程名稱 | 項目 | 節數 | 備註 |
| 體育專業 | 羽球 | 60 | |
| 體育專業 | 柔道 | 60 | |
| 體育專業 | 排球 | 60 | |

(二)彈性學習課程計畫：

| | | | |
|--------------|--|--|--|
| 課程名稱 | 體育專業(羽球) | 課程類別 | <input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他類課程 |
| 實施年級 | <input checked="" type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 | 節數 | 每週3節共123節 |
| 設計理念 | 透過課程的實施與綜合成效評量，可以使學生在專項體能表現、專項技術能力、競技綜合訓練表現等，各方面均能有效地掌握羽球的入門技巧，提昇運動競技能力。 | | |
| 核心素養 具體內涵 | <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，探索自我價值與生命意義，並積極實踐。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A2 具備理解競技運動的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決各項問題。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A3 具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。 <input type="checkbox"/> 體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 <input type="checkbox"/> 體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。 | | |
| 學習重點 | 學習表現 | 競 P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 競 P-IV-4 熟悉並執行標的性球類運動組合性體能訓練 競 T-IV-4 熟悉並執行標的性球類運動技術之要領，運用運動力學的概念及修正瞄準之精確度 競 Ta-IV-1 分析、演練並運用網/牆性球類運動比賽的組合性攻防戰術 競 Ta-IV-4 執行並強化標的性球類運動組合性戰術 競 Ta-IV-5 遵守並運用競賽規則、指令與道德 競 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等 競 Ps-IV-4 理解並演練壓力管理，提升標的性球類運動比賽的心理狀態 | |
| | 學習內容 | 競 P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 競 P-IV-A2 網/牆性球類運動體能運動處方 競 P-IV-A7 標的性球類運動肌耐力、心肺耐力與柔軟度等組合性體能 競 P-IV-A8 標的性球類運動體能處方 競 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 競 T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術 競 Ta-IV-C1 網/牆性球類運動個人組合性戰術 | |

| | | | | |
|-----------------|---|---|--|--|
| | | 競 Ta-IV-C2 網/牆性球類運動團體組合性戰術 競 Ta-IV-C8 運動道德 競 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧 競 Ps-IV-D3 目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能 競 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動組合性心理調節及團隊狀態 競 Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為 競 Ps-IV-D7 標的性球類運動比賽心理狀態分析 競 Ps-IV-D8 標的性球類運動比賽壓力管理 | | |
| 課程目標 | 一、培養羽球專項運動之競技體能：能依羽球專項運動之特性執行個人體能訓練，增進羽球專項運動之競技體適能。 二、精進羽球專項運動之技術水準：能藉由羽球專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之羽球專項運動技術水準。 三、發展羽球專項運動之戰術運用：能經由羽球專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 四、提升羽球專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升羽球專項運動競賽之心理素質。 | | | |
| 表現任務 (總結性評量) | 能完成個人及小組綜合技術操作，展現高度投入之學習精神，並能於競賽場合中展現積極求勝之態度。 | | | |
| 學習進度 週次/節數 | 單元子題 | 單元內容與學習活動 | | [檢核點(形成性評量)] |
| 第1學期 | 第1-4週 | 發球 接發球 | 1、發球準度(3節) 2、發球高度(3節) 3、接球回擊落點(2節) 4、接球變化方向(2節) 5、接球撥點(2節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第5-8週 | 步法 | 1、米字步步法訓練(4節) 2、左右步法訓練(4節) 3、前後步法訓練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第9-12週 | 殺球 | 1、力量訓練(3節) 2、落點準確度(3節) 3、動作連貫訓練(3節) 4、球速變化訓練(3節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第13-16週 | 切球 | 1、落點準確度訓練(4節) 2、向內滑切訓練(4節) 3、向外滑切訓練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第17-21週 | 平球 | 1、速度反應訓練(3節) 2、不起高訓練(3節) 3、平抽壓迫訓練(3節) 4、推點訓練(3節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| 第2學期 | 第1-4週 | 挑球 | 1、落點準確度訓練(4節) 2、正手挑球動作訓練(4節) 3、反手挑球動作訓練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第5-8週 | 單打 | 1、左右後場殺球訓練(3節) 2、左右平球訓練(3節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) |

| | | | | |
|--------------|--|----------------|---|--|
| | 週 | | 3、殺球上網訓練(3節) 4、聯合動作(3節) | 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 9-12 週 | 雙打 | 1、平抽檔訓練(3節) 2、三攻二訓練(3節) 3、半場限制區不起高訓練(2節) 4、全場二攻一半場訓練(2節) 5、聯合動作(2節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 13-16 週 | 重量訓練與 核心訓練 | 1、訓練安全原則(3節) 2、器材操作原則(3節) 3、動作分析教學(3節) 4、器材維護原則(3節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 17-20 週 | 運動傷害的 預防與處置 | 1、運動傷害的概要(3節) 2、運動傷害的肇因(3節) 3、運動傷害的預防(3節) 4、運動傷害的處理(3節) | 1. 運動傷害知識問答 (50%) 2. 小組伸展技術應用 (50%) |
| 議題融入 | <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 性別 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 身心障礙者權益 | | | |
| 評量規劃 | 【上學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) 【下學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) | | | |
| 教學設施 設備需求 | 【場地】 學生體育館、重量訓練室 【器材】 羽球拍、羽球、重訓器材等…。 | | | |
| 教材來源 | 1. 體育專業科目領域課程綱要 2. 補充教材 3. 教師自編 | 師資來源 | 校內 | |
| 備註 | | | | |

| | | | |
|--------------|--|--|--|
| 課程名稱 | 體育專業(羽球) | 課程類別 | <input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他類課程 |
| 實施年級 | <input type="checkbox"/> 7年級 <input checked="" type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 | 節數 | 每週3節共60節 |
| 設計理念 | 透過課程的實施與綜合成效評量,可以使學生在專項體能表現、專項技術能力、小組綜合技術應用、團隊分組對抗競賽及競技綜合訓練表現等,各方面均能有效地提昇運動競技能力。 | | |
| 核心素養 具體內涵 | <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度,展現自我運動潛能,探索自我價值與生命意義,並積極實踐。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A2 具備理解競技運動的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決各項問題。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A3 具備善用競技運動的各項資源,擬定運動計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B1 具備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解競技運動的基本概念,應用於日常生活中。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體,以增進競技運動學習的素養,並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B3 具備審美與表現的能力,了解競技運動在美學上的特質與表現方式,以增進生活中豐富的美感體驗。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識,並主動參與公益團體活動,關懷社會。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養,關心本土與國際競技運動議題,並尊重與欣賞其間的差異。 | | |
| 學習重點 | 學習表現 | 競 P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 競 P-IV-4 熟悉並執行標的性球類運動組合性體能訓練 競 T-IV-4 熟悉並執行標的性球類運動技術之要領,運用運動力學的概念及修正瞄準之精確度 競 Ta-IV-1 分析、演練並運用網/牆性球類運動比賽的組合性攻防戰術 競 Ta-IV-4 執行並強化標的性球類運動組合性戰術 競 Ta-IV-5 遵守並運用競賽規則、指令與道德 競 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等 競 Ps-IV-4 理解並演練壓力管理,提升標的性球類運動比賽的心理狀態 | |
| | 學習內容 | 競 P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 競 P-IV-A2 網/牆性球類運動體能運動處方 競 P-IV-A7 標的性球類運動肌耐力、心肺耐力與柔軟度等組合性體能 競 P-IV-A8 標的性球類運動體能處方 競 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 競 T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術 競 Ta-IV-C1 網/牆性球類運動個人組合性戰術 競 Ta-IV-C2 網/牆性球類運動團體組合性戰術 | |

| | | | | |
|-----------------|---|---|---|--|
| | | 競 Ta-IV-C8 運動道德 競 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧 競 Ps-IV-D3 目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能 競 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動組合性心理調節及團隊狀態 競 Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為 競 Ps-IV-D7 標的性球類運動比賽心理狀態分析 競 Ps-IV-D8 標的性球類運動比賽壓力管理 | | |
| 課程目標 | 一、培養羽球專項運動之競技體能：能依羽球專項運動之特性執行個人體能訓練，增進羽球專項運動之競技體適能。 二、精進羽球專項運動之技術水準：能藉由羽球專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之羽球專項運動技術水準。 三、發展羽球專項運動之戰術運用：能經由羽球專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 四、提升羽球專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升羽球專項運動競賽之心理素質。 | | | |
| 表現任務 (總結性評量) | 能完成個人及小組綜合技術操作，展現高度投入之學習精神，並能於競賽場合中展現積極求勝之態度。 | | | |
| 學習進度 週次/節數 | 單元子題 | 單元內容與學習活動 | | [檢核點(形成性評量)] |
| 第1學期 | 第1-4週 | 單打專項技術(1) | 1、定向前後直線長挑練習(3節) 2、定向左右側移長球練習(3節) 3、發球與接發球(2節) 4、縱向半場二攻一(2節) 5、半場一人殺球一人防守(2節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第5-8週 | 單打專項技術(2) | 1、縱向半場一打一比賽(3節) 2、多球訓練(3節) 3、發球搶攻(3節) 4、接發球搶攻(3節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第9-12週 | 單打專項技術(3) | 1、拉吊突擊(2節) 2、變速突擊(3節) 3、下壓搶網(3節) 4、守中反攻(3節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第13-16週 | 單打專項技術(4) | 1、控制網前(4節) 2、三角路線(4節) 3、後場兩邊(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第17-21週 | 重量訓練 | 1、上肢自由重量解析(6節) 2、上肢自由重量操作(6節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| 第2學期 | 第1-4週 | 雙打專項技術練習(1) | 1、發球(2節) 2、接發球(4節) 3、輪流向前攻擊練習(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第5-8週 | 雙打專項技術練習(2) | 1、前場推、撲、攔、勾球練習(4節) 2、中後場左右側移平球、抽殺球練 | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) |

| | | | | |
|--------------|--|-----------------|---|--|
| | 週 | | 習(4節) 3、輪轉進攻練習(4節) | 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 9-12 週 | 雙打專項技 術練習(3) | 1、前四角多球練習(3節) 2、後四角多球練習(3節) 3、縱向半場二攻一(3節) 4、半場一人殺球一人防守(3節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 13-16 週 | 雙打專項技 術練習(4) | 1、前四拍戰術練習(4節) 2、後半場進攻戰術練習(4節) 3、四打二防守練習(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 17-20 週 | 運動傷害的 預防與處置 | 1、運動傷害的預防(6節) 2、運動傷害的處理(6節) | 1. 運動傷害知識問答(50%) 2. 小組伸展技術應用(50%) |
| 議題融入 | <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 性別 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 身心障礙者權益 | | | |
| 評量規劃 | 【上學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) 【下學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) | | | |
| 教學設施 設備需求 | 【場地】 學生體育館、重量訓練室 【器材】 羽球拍、羽球、重訓器材等…。 | | | |
| 教材來源 | 4. 體育專業科目領域課程綱要 5. 補充教材 6. 教師自編 | 師資來源 | 校內 | |
| 備註 | | | | |

| | | | |
|--------------|--|--|--|
| 課程名稱 | 體育專業(羽球) | 課程類別 | <input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他類課程 |
| 實施年級 | <input type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input checked="" type="checkbox"/> 9年級 | 節數 | 每週3節共60節 |
| 設計理念 | 透過課程的實施與綜合成效評量，可以使學生在專項體能表現、專項技術能力、小組綜合技術應用、團隊分組對抗競賽及競技綜合訓練表現等，各方面均能有效地提昇運動競技能力，並能以豐富的比賽經驗，為自己帶來更清晰的觀念，以能指導他人。 | | |
| 核心素養 具體內涵 | <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，探索自我價值與生命意義，並積極實踐。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A2 具備理解競技運動的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決各項問題。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A3 具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。 | | |
| 學習重點 | 學習表現 | 競 P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 競 P-IV-4 熟悉並執行標的性球類運動組合性體能訓練 競 T-IV-4 熟悉並執行標的性球類運動技術之要領，運用運動力學的概念及修正瞄準之精確度 競 Ta-IV-1 分析、演練並運用網/牆性球類運動比賽的組合性攻防戰術 競 Ta-IV-4 執行並強化標的性球類運動組合性戰術 競 Ta-IV-5 遵守並運用競賽規則、指令與道德 競 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等 競 Ps-IV-4 理解並演練壓力管理，提升標的性球類運動比賽的心理狀態 | |
| | 學習內容 | 競 P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 競 P-IV-A2 網/牆性球類運動體能運動處方 競 P-IV-A7 標的性球類運動肌耐力、心肺耐力與柔軟度等組合性體能 競 P-IV-A8 標的性球類運動體能處方 競 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 競 T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術 競 Ta-IV-C1 網/牆性球類運動個人組合性戰術 | |

| | | | | |
|-----------------|---|---|---|--|
| | | 競 Ta-IV-C2 網/牆性球類運動團體組合性戰術 競 Ta-IV-C8 運動道德 競 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧 競 Ps-IV-D3 目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能 競 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動組合性心理調節及團隊狀態 競 Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為 競 Ps-IV-D7 標的性球類運動比賽心理狀態分析 競 Ps-IV-D8 標的性球類運動比賽壓力管理 | | |
| 課程目標 | 一、培養羽球專項運動之競技體能：能依羽球專項運動之特性執行個人體能訓練，增進羽球專項運動之競技體適能。 二、精進羽球專項運動之技術水準：能藉由羽球專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之羽球專項運動技術水準。 三、發展羽球專項運動之戰術運用：能經由羽球專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 四、提升羽球專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升羽球專項運動競賽之心理素質。 | | | |
| 表現任務 (總結性評量) | 能完成個人及小組綜合技術操作，展現高度投入之學習精神，並能於競賽場合中展現積極求勝之態度。 | | | |
| 學習進度 週次/節數 | 單元子題 | 單元內容與學習活動 | | [檢核點(形成性評量)] |
| 第1學期 | 第1-4週 | 單打專項技術練習(1) | 1、發球搶攻(3節) 2、接發球搶攻(3節) 3、拉吊突擊(2節) 4、變速突擊(2節) 5、下壓搶網(2節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第5-8週 | 單打專項技術練習(2) | 1、多球訓練(3節) 2、守中反攻(3節) 3、控制網前(2節) 4、三角路線(2節) 5、後場兩邊(2節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第9-12週 | 單打專項技術練習(3) | 1、多球訓練(4節) 2、縱向半場二攻一(4節) 3、半場一人殺球一人防守(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第13-16週 | 單打專項技術練習(4) | 1、戰術分析與討論(4節) 2、比賽情境模擬(4節) 3、賽後分析與檢討(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第17-21週 | 重量訓練與核心訓練 | 1、上肢自由重量解析(4節) 2、下肢自由重量操作(4節) 3、核心訓練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| 第2學期 | 第1-4週 | 雙打專項技術練習(1) | 1、縱向半場二攻一(3節) 2、輪轉進攻練習(3節) 1、四打二防守練習(3節) 2、半場一人殺球一人防守(3節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 | 雙打專項技 | 1、前四角多球練習(6節) | 1. 專項體能表現(30%) |

| | | | |
|----------|--|--|--|
| 5-8週 | 術練習(2) | 2、後四角多球練習(6節) | 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| 第9-12週 | 雙打專項技術練習(3) | 1、前四拍戰術練習(6節) 2、後半場進攻戰術練習(6節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| 第13-16週 | 雙打專項技術練習(4) | 1、戰術分析與討論(4節) 2、比賽情境模擬(4節) 3、賽後分析與檢討(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| 第17-20週 | 運動心理 | 1、比賽心境探討(4節) 2、訓練心得與檢討(4節) 3、未來出路(4節) | 1. 運動傷害知識問答(50%) 2. 小組伸展技術應用(50%) |
| 議題融入 | <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 性別 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 身心障礙者權益 | | |
| 評量規劃 | 【上學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) 【下學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) | | |
| 教學設施設備需求 | 【場地】 學生體育館、重量訓練室 【器材】 羽球拍、羽球、重訓器材等…。 | | |
| 教材來源 | 7. 體育專業科目領域課程綱要 8. 補充教材 9. 教師自編 | 師資來源 | 校內 |
| 備註 | | | |

| | | | |
|----------------------|--|------|--|
| 課程名稱 | 體育專業(柔道) | 課程類別 | <input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他類課程 |
| 實施年級 | <input checked="" type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 | 節數 | 每週3節共60節 |
| 設計理念 | 透過課程的實施與綜合成效評量，可以使學生在專項體能表現、專項技術能力、小組綜合技術應用、團隊分組對抗競賽及競技綜合訓練表現等，各方面均能有效地提昇運動競技能力。 | | |
| 核心素養 具體內涵 | <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，探索自我價值與生命意義，並積極實踐。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A2 具備理解競技運動的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決各項問題。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A3 具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。 <input type="checkbox"/> 體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 <input type="checkbox"/> 體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。 | | |
| 學習 表現 學習 重點 | 競 P-IV-1 了解與運用一般體能訓練之原理原則 競 P-IV-2 了解與運用專項體能訓練之原理原則 競 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練、肌力、肌耐力、敏捷組合性訓練之內容 競 P-IV-4 熟悉並執行標的性綜合組合性體能訓練 競 T-IV-1 理解並執行柔道相關固定、移動技術訓練，執行組合性攻防戰術 競 T-IV-2 理解並執行柔道對練之組合性個人動作技術及團隊間互助訓練 競 Ps-IV-1 熟悉並執行柔道比賽、訓練運動心理技能，了解自我與他人，提升運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等 競 Ps-IV-2 提升柔道相關自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績 競 Ps-IV-3 了解柔道運動團隊訓練狀況，並能自我調整心態做出符合運動道德倫理的行為及有利於團隊的道德行為 | | |
| | 競 P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、爆發力、協調性等一般體能之原理原則 競 P-IV-A2 敏捷、協調、爆發力與數度等專項體能之原理原則 競 P-IV-A4 技擊類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身體控制 競 P-IV-A5 技擊類運動之速度、肌力及肌耐力組合 競 P-IV-A6 技擊類運動之敏捷及柔韌組合 競 T-IV-B2 技擊類相關單一動作、起始準備、連結動作之組合性攻防實務技術 競 Ta-IV-C1 技擊類運動個人組合性戰術 | | |

| | | | | |
|-----------------|---|--|--|--|
| | | 競 Ta-IV-C5 運動道德 競 Ta-IV-C6 技擊類運動環境分析與判斷 競 Ps-IV-D1 技擊類運動之組合性運動心理技巧 競 Ps-IV-D2 運動心理技能柔道運動之實戰情況與技術 競 Ps-IV-D4 技擊類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力 競 Ps-IV-D5 運動組合性心理調節及團隊狀態 競 Ps-IV-D6 技擊類運動之團隊運動道德、倫理與行為 | | |
| 課程目標 | 一、培養柔道專項運動之競技體能：能依柔道專項運動之特性執行個人體能訓練，增進柔道專項運動之競技體適能。 二、精進柔道專項運動之技術水準：能藉由柔道專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之柔道專項運動技術水準。 三、發展柔道專項運動之戰術運用：能經由柔道專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 四、提升柔道專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升柔道專項運動競賽之心理素質。 | | | |
| 表現任務 (總結性評量) | 能完成個人及小組綜合技術操作，展現高度投入之學習精神，並能於競賽場合中展現積極求勝之態度。 | | | |
| 學習進度 週次/節數 | 單元子題 | 單元內容與學習活動 | | [檢核點(形成性評量)] |
| 第1學期 | 第1-4週 | 護身倒法(1) | 1、臥姿倒法(4節) 2、坐姿倒法(4節) 3、蹲姿倒法(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第5-8週 | 護身倒法(2) | 1、立姿倒法(4節) 2、前方倒法(4節) 3、前迴轉倒法(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第9-12週 | 大外車 浮摔 側丟(橫分) | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第13-16週 | 橫車 後腰 隅丟 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第17-21週 | 橫掛 膝壓肘 足勒 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| 第2學期 | 第1-8週 | 隅返摔 谷丟 彈腰卷 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第9-12週 | 掬摔 移腰 大車 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第13-16週 | 單手勒 雙手勒 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 | 心肺耐力 | 1、敏捷動作訓練(3節) | 1. 運動傷害知識問答(50%) |

| | | | |
|--------------|---|---|------------------|
| 17-20 週 | 訓練 | 2、爆發力、協調訓練(3節) 3、速耐力訓練(2節) 4、心肺耐力訓練(2節) 5、輔助訓練(2節) | 2. 小組伸展技術應用(50%) |
| 議題融入 | <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 性別 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input checked="" type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 身心障礙者權益 | | |
| 評量規劃 | 【上學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) 【下學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) | | |
| 教學設施 設備需求 | 【場地】 學生柔道館、操場、重量訓練室。 【器材】 柔道服、柔道墊、防撞器材、重訓器材等…。 | | |
| 教材來源 | 10. 體育專業科目領域課程綱要 11. 補充教材 12. 教師自編 | 師資來源 | 校內 |
| 備註 | | | |

| | | | |
|----------------------------------|--|------|--|
| 課程名稱 | 體育專業(柔道) | 課程類別 | <input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他類課程 |
| 實施年級 | <input type="checkbox"/> 7年級 <input checked="" type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 | 節數 | 每週3節共60節 |
| 設計理念 | 透過課程的實施與綜合成效評量,可以使學生在專項體能表現、專項技術能力、小組綜合技術應用、團隊分組對抗競賽及競技綜合訓練表現等,各方面均能有效地提昇運動競技能力。 | | |
| 核心素養 具體內涵 | <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度,展現自我運動潛能,探索自我價值與生命意義,並積極實踐。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A2 具備理解競技運動的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決各項問題。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A3 具備善用競技運動的各項資源,擬定運動計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B1 具備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解競技運動的基本概念,應用於日常生活中。 <input type="checkbox"/> 體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體,以增進競技運動學習的素養,並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 <input type="checkbox"/> 體-J-B3 具備審美與表現的能力,了解競技運動在美學上的特質與表現方式,以增進生活中豐富的美感體驗。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識,並主動參與公益團體活動,關懷社會。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養,關心本土與國際競技運動議題,並尊重與欣賞其間的差異。 | | |
| 學習 表現 學習 重點 學習 內容 | 競 P-IV-1 了解與運用一般體能訓練之原理原則 競 P-IV-2 了解與運用專項體能訓練之原理原則 競 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練、肌力、肌耐力、敏捷組合性訓練之內容 競 P-IV-4 熟悉並執行標的性綜合組合性體能訓練 競 T-IV-1 理解並執行柔道相關固定、移動技術訓練,執行組合性攻防戰術 競 T-IV-2 理解並執行柔道對練之組合性個人動作技術及團隊間互助訓練 競 T-IV-3 了解並演練柔道比賽相關規則並落實指導 競 Ta-IV-1 遵守並運用競賽規則指令與道德 競 Ps-IV-1 熟悉並執行柔道比賽、訓練運動心理技能,了解自我與他人,提升運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等 競 Ps-IV-2 提升柔道相關自我與團隊狀態,運用心理技能提升成績 | | |
| | 競 P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、爆發力、協調性等一般體能之原理原則 競 P-IV-A2 敏捷、協調、爆發力與數度等專項體能之原理原則 競 P-IV-A3 了解與運用運動生理學有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容複合、安全原則 競 P-IV-A4 技擊類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身體控制 競 P-IV-A5 技擊類運動之速度、肌力及肌耐力組合 競 P-IV-A6 技擊類運動之敏捷及柔韌組合 | | |

| | | | | |
|-----------------|---|---|--|--|
| | | 競 T-IV-B2 技擊類相關單一動作、起始準備、連結動作之組合性攻防實務技術 競 Ta-IV-C1 技擊類運動個人組合性戰術 競 Ta-IV-C3 技擊類運動之競賽規程並遵守規則 競 Ta-IV-C5 運動道德 競 Ta-IV-C6 技擊類運動環境分析與判斷 競 Ps-IV-D1 技擊類運動之組合性運動心理技巧 競 Ps-IV-D2 運動心理技能柔道運動之實戰情況與技術 競 Ps-IV-D3 目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等技擊類運動訓練心理技能 競 Ps-IV-D4 技擊類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力 競 Ps-IV-D6 技擊類運動之團隊運動道德、倫理與行為 | | |
| 課程目標 | 一、培養柔道專項運動之競技體能：能依柔道專項運動之特性執行個人體能訓練，增進柔道專項運動之競技體適能。 二、精進柔道專項運動之技術水準：能藉由柔道專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之柔道專項運動技術水準。 三、發展柔道專項運動之戰術運用：能經由柔道專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 四、提升柔道專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升柔道專項運動競賽之心理素質。 | | | |
| 表現任務 (總結性評量) | 能完成個人及小組綜合技術操作，展現高度投入之學習精神，並能於競賽場合中展現積極求勝之態度。 | | | |
| 學習進度 週次/節數 | 單元子題 | 單元內容與學習活動 | | [檢核點(形成性評量)] |
| 第1學期 | 第1-4週 | 進階肌力訓練 | 1、上肢自由重量解析(2節) 2、下肢自由重量操作(6節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第5-8週 | 小外掛 釣腰 橫丟 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第9-12週 | 彈腰 掃釣進腳 拋摔 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第13-16週 | 肩車 腕壓肘 腋壓肘 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第17-21週 | 小外割 小內割 腰車 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| 第2學期 | 第1-8週 | 釣進腰送 腳掃 丟體 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第9-12週 | 掃腰 內腿 腕肘 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |

| | | | |
|-----------------|---|--|--|
| 第 13-16 週 | 十字壓肘 十字勒 扼勒 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| 第 17-20 週 | 專項柔軟度 訓練 | 1. 柔軟度加強(6節) 2. 關節活動度(6節) | 1. 運動傷害知識問答(50%) 2. 小組伸展技術應用(50%) |
| 議題融入 | <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 性別 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input checked="" type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 身心障礙者權益 | | |
| 評量規劃 | 【上學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) 【下學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) | | |
| 教學設施 設備需求 | 【場地】 學生柔道館、操場、重量訓練室。 【器材】 柔道服、柔道墊、防撞器材、重訓器材等…。 | | |
| 教材來源 | 13. 體育專業科目領域課程綱要 14. 補充教材 15. 教師自編 | 師資來源 | 校內 |
| 備註 | | | |

| | | | |
|----------------------------------|--|------|--|
| 課程名稱 | 體育專業(柔道) | 課程類別 | <input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他類課程 |
| 實施年級 | <input type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input checked="" type="checkbox"/> 9年級 | 節數 | 每週 3 節共 60 節 |
| 設計理念 | 透過課程的實施與綜合成效評量，可以使學生在專項體能表現、專項技術能力、小組綜合技術應用、團隊分組對抗競賽及競技綜合訓練表現等，各方面均能有效地提昇運動競技能力。 | | |
| 核心素養 具體內涵 | <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，探索自我價值與生命意義，並積極實踐。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A2 具備理解競技運動的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決各項問題。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A3 具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。 <input type="checkbox"/> 體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 <input type="checkbox"/> 體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。 | | |
| 學習 表現 學習 重點 學習 內容 | 競 P-IV-1 了解與運用一般體能訓練之原理原則 競 P-IV-2 了解與運用專項體能訓練之原理原則 競 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練、肌力、肌耐力、敏捷組合性訓練之內容 競 P-IV-4 熟悉並執行標的性綜合組合性體能訓練 競 T-IV-1 理解並執行柔道相關固定、移動技術訓練，執行組合性攻防戰術 競 T-IV-2 理解並執行柔道對練之組合性個人動作技術及團隊間互助訓練 競 T-IV-3 了解並演練柔道比賽相關規則並落實指導 競 Ta-IV-1 遵守並運用競賽規則指令與道德 競 Ps-IV-1 熟悉並執行柔道比賽、訓練運動心理技能，了解自我與他人，提升運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等 競 Ps-IV-2 提升柔道相關自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績 | | |
| | 競 P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、爆發力、協調性等一般體能之原理原則 競 P-IV-A2 敏捷、協調、爆發力與數度等專項體能之原理原則 競 P-IV-A3 了解與運用運動生理學有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容複合、安全原則 競 P-IV-A4 技擊類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身體控制 競 P-IV-A5 技擊類運動之速度、肌力及肌耐力組合 競 P-IV-A6 技擊類運動之敏捷及柔韌組合 | | |

| | | | | |
|-----------------|---|---|---|--|
| | | 競 T-IV-B2 技擊類相關單一動作、起始準備、連結動作之組合性攻防實務技術 競 Ta-IV-C1 技擊類運動個人組合性戰術 競 Ta-IV-C3 技擊類運動之競賽規程並遵守規則 競 Ta-IV-C5 運動道德 競 Ta-IV-C6 技擊類運動環境分析與判斷 競 Ps-IV-D1 技擊類運動之組合性運動心理技巧 競 Ps-IV-D2 運動心理技能柔道運動之實戰情況與技術 競 Ps-IV-D3 目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等技擊類運動訓練心理技能 競 Ps-IV-D4 技擊類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力 競 Ps-IV-D6 技擊類運動之團隊運動道德、倫理與行為 | | |
| 課程目標 | 一、培養柔道專項運動之競技體能：能依柔道專項運動之特性執行個人體能訓練，增進柔道專項運動之競技體適能。 二、精進柔道專項運動之技術水準：能藉由柔道專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之柔道專項運動技術水準。 三、發展柔道專項運動之戰術運用：能經由柔道專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 四、提升柔道專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升柔道專項運動競賽之心理素質。 | | | |
| 表現任務 (總結性評量) | 能完成個人及小組綜合技術操作，展現高度投入之學習精神，並能於競賽場合中展現積極求勝之態度。 | | | |
| 學習進度 週次/節數 | 單元子題 | 單元內容與學習活動 | | [檢核點(形成性評量)] |
| 第1學期 | 第1-4週 | 柔道運動 | 1、柔道規則介紹(4節) 2、柔道裁判教學(4節) 3、柔道精神介紹(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第5-8週 | 出腳掃 膝車 釣進頂腳 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第9-12週 | 彈腰 浮腰 大腰 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第13-16週 | 大內割 過肩摔 袈裟壓制 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第17-21週 | 肩壓制 上四方壓制 橫四方壓制 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| 第2學期 | 第1-8週 | 十字勒 扼勒 正四方壓制 | 1、施展技術動作說明(4節) 2、技術方向變化(4節) 3、技術演練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第9-12週 | 投技對練 寢技對練 | 1、技術演練(4節) 2、施展技術動作流暢(4節) 3、組合性攻防戰術(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |

| | | | |
|-----------------|---|--|--|
| 第 13-16 週 | 模擬比賽 | 對練(12節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| 第 17-20 週 | 進階肌力訓練與核心訓練 | 1、上肢自由重量解析(4節) 2、下肢自由重量操作(4節) 3、核心訓練(4節) | 1. 運動傷害知識問答(50%) 2. 小組伸展技術應用(50%) |
| 議題融入 | <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 性別 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input checked="" type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 身心障礙者權益 | | |
| 評量規劃 | 【上學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) 【下學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) | | |
| 教學設施設備需求 | 【場地】 學生柔道館、操場、重量訓練室。 【器材】 柔道服、柔道墊、防撞器材、重訓器材等…。 | | |
| 教材來源 | 16. 體育專業科目領域課程綱要 17. 補充教材 18. 教師自編 | 師資來源 | 校內 |
| 備註 | | | |

| | | | |
|--------------|--|--|--|
| 課程名稱 | 體育專業(排球) | 課程類別 | <input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他類課程 |
| 實施年級 | <input checked="" type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 | 節數 | 每週3節共60節 |
| 設計理念 | 透過課程的實施與綜合成效評量，可以使學生在專項體能表現、專項技術能力、小組綜合技術應用、團隊分組對抗競賽及競技綜合訓練表現等，各方面均能有效地提昇運動競技能力。 | | |
| 核心素養 具體內涵 | <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，探索自我價值與生命意義，並積極實踐。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A2 具備理解競技運動的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決各項問題。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A3 具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。 <input type="checkbox"/> 體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 <input type="checkbox"/> 體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。 | | |
| 學習 重點 | 學習 表現 | 競 P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 競 P-IV-2 理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練 競 P-IV-4 熟悉並執行標的性球類運動組合性體能訓練 競 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 競 T-IV-2 理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術 競 T-IV-4 熟悉並執行標的性球類運動技術之要領，運用運動力學的概念及修正瞄準之精確度 競 Ta-IV-1 分析、演練並運用網/牆性球類運動比賽的組合性攻防戰術 競 Ta-IV-2 了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用 競 Ta-IV-3 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 競 Ta-IV-4 執行並強化標的性球類運動組合性戰術 競 Ta-IV-5 遵守並運用競賽規則、指令與道德 競 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等 競 Ps-IV-2 了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績 競 Ps-IV-4 理解並演練壓力管理，提升標的性球類運動比賽的心理狀態 | |
| | 學習 內容 | 競 P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 競 P-IV-A2 網/牆性球類運動體能運動處方 | |

| | | | | |
|-----------------|---|--|--|--|
| | | 競 P-IV-A3 陣地攻守性球類運動心肺耐力、肌力、肌耐力的組合性體能 競 P-IV-A4 陣地攻守性球類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身體控制 競 P-IV-A7 標的性球類運動肌耐力、心肺耐力與柔軟度等組合性體能 競 P-IV-A8 標的性球類運動體能處方 競 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 競 T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術 競 Ta-IV-C2 網/牆性球類運動團體組合性戰術 競 Ta-IV-C7 標的性球類運動組合性戰術 競 Ta-IV-C8 運動道德 競 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧 競 Ps-IV-D2 組合性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術 競 Ps-IV-D3 目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能 競 Ps-IV-D4 陣地攻守性球類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力 競 Ps-IV-D7 標的性球類運動比賽心理狀態分析 競 Ps-IV-D8 標的性球類運動比賽壓力管理 | | |
| 課程目標 | 一、培養排球專項運動之競技體能：能依排球專項運動之特性執行個人體能訓練，增進排球專項運動之競技體適能。 二、精進排球專項運動之技術水準：能藉由排球專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之排球專項運動技術水準。 三、發展排球專項運動之戰術運用：能經由排球專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 四、提升排球專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升排球專項運動競賽之心理素質。 | | | |
| 表現任務 (總結性評量) | 能完成個人及小組綜合技術操作，展現高度投入之學習精神，並能於競賽場合中展現積極求勝之態度。 | | | |
| 學習進度 週次/節數 | 單元子題 | 單元內容與學習活動 | [檢核點(形成性評量)] | |
| 第 1 學期 | 第 1-4 週 | 低手傳球 | 1、基本動作解析(3 節) 2、兩人小組對傳練習(3 節) 3、半場接拋球練習(2 節) 4、三人小組對傳練習(2 節) 5、半場列隊接拋(發)球練習(2 節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 5-8 週 | 高手傳球 | 1、基本動作解析(3 節) 2、兩人小組對傳練習(3 節) 3、半場接拋球練習(2 節) 4、三人小組對傳練習(2 節) 5、半場列隊接拋(發)球練習(2 節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 9-12 週 | 重量訓練 | 1、訓練安全原則(3 節) 2、器材操作原則(3 節) 3、上肢動作訓練(3 節) 4、下肢動作訓練(3 節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 13-16 週 | 低手發球 | 1、低手發球動作介紹(3 節) 2、低手發球練習(3 節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) |

| | | | | |
|------------------|--|----------------|---|--|
| | 週 | | 3、球點準確度訓練(3節) 4、力量控制訓練(3節) | 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 17-21 週 | 高手發球 | 1、高手發球動作介紹(3節) 2、高手發球練習(3節) 3、球點準確度訓練(3節) 4、力量控制訓練(3節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| 第 2 學 期 | 第 1-8 週 | 接發球 | 1、接球回擊落點(6節) 2、接球撥點(6節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 9-12 週 | 攔網 | 1、動作流暢度(3節) 2、擊球角度(3節) 3、落點準確度(2節) 4、擊球穩定度(2節) 5、時間變化控制(2節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 13-16 週 | 三米線折返 訓練 | 1、微蹲式防守動作(3節) 2、防守動作訓練(3節) 3、肌耐力訓練(3節) 4、心肺耐力訓練(3節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 17-20 週 | 運動傷害的 預防與處置 | 1、運動傷害的概要(3節) 2、運動傷害的肇因(3節) 3、運動傷害的預防(3節) 4、運動傷害的處理(3節) | 1. 運動傷害知識問答(50%) 2. 小組伸展技術應用(50%) |
| 議題融入 | <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 性別 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 身心障礙者權益 | | | |
| 評量規劃 | 【上學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) 【下學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) | | | |
| 教學設施 設備需求 | 【場地】 學生體育館、沙灘排球場、重量訓練室 【器材】 排球、重訓器材等…。 | | | |
| 教材來源 | 19. 體育專業科目領域課程綱要 20. 補充教材 21. 教師自編 | 師資來源 | 校內 | |
| 備註 | | | | |

| | | | |
|--------------|--|--|--|
| 課程名稱 | 體育專業(排球) | 課程類別 | <input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他類課程 |
| 實施年級 | <input type="checkbox"/> 7年級 <input checked="" type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 | 節數 | 每週3節共60節 |
| 設計理念 | 透過課程的實施與綜合成效評量，可以使學生在專項體能表現、專項技術能力、小組綜合技術應用、團隊分組對抗競賽及競技綜合訓練表現等，各方面均能有效地提昇運動競技能力。 | | |
| 核心素養 具體內涵 | <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，探索自我價值與生命意義，並積極實踐。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A2 具備理解競技運動的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決各項問題。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A3 具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。 | | |
| 學習重點 | 學習表現 | 競 P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 競 P-IV-2 理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練 競 P-IV-4 熟悉並執行標的性球類運動組合性體能訓練 競 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練，執行組合性攻防戰術 競 T-IV-2 理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術 競 T-IV-4 熟悉並執行標的性球類運動技術之要領，運用運動力學的概念及修正瞄準之精確度 競 Ta-IV-1 分析、演練並運用網/牆性球類運動比賽的組合性攻防戰術 競 Ta-IV-2 了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用 競 Ta-IV-3 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 競 Ta-IV-4 執行並強化標的性球類運動組合性戰術 競 Ta-IV-5 遵守並運用競賽規則、指令與道德 競 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能，了解自我與他人，提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等 競 Ps-IV-2 了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態，運用心理技能提升成績 競 Ps-IV-4 理解並演練壓力管理，提升標的性球類運動比賽的心理狀態 | |
| | 學習內容 | 競 P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 競 P-IV-A2 網/牆性球類運動體能運動處方 | |

| | | | | |
|-----------------|---|--|---|--|
| | | 競 P-IV-A3 陣地攻守性球類運動心肺耐力、肌力、肌耐力的組合性體能 競 P-IV-A4 陣地攻守性球類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身體控制 競 P-IV-A7 標的性球類運動肌耐力、心肺耐力與柔軟度等組合性體能 競 P-IV-A8 標的性球類運動體能處方 競 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 競 T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術 競 Ta-IV-C2 網/牆性球類運動團體組合性戰術 競 Ta-IV-C7 標的性球類運動組合性戰術 競 Ta-IV-C8 運動道德 競 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧 競 Ps-IV-D2 組合性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術 競 Ps-IV-D3 目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能 競 Ps-IV-D4 陣地攻守性球類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力 競 Ps-IV-D7 標的性球類運動比賽心理狀態分析 競 Ps-IV-D8 標的性球類運動比賽壓力管理 | | |
| 課程目標 | 一、培養排球專項運動之競技體能：能依排球專項運動之特性執行個人體能訓練，增進排球專項運動之競技體適能。 二、精進排球專項運動之技術水準：能藉由排球專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之排球專項運動技術水準。 三、發展排球專項運動之戰術運用：能經由排球專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 四、提升排球專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升排球專項運動競賽之心理素質。 | | | |
| 表現任務 (總結性評量) | 能完成個人及小組綜合技術操作，展現高度投入之學習精神，並能於競賽場合中展現積極求勝之態度。 | | | |
| 學習進度 週次/節數 | 單元子題 | 單元內容與學習活動 | | [檢核點(形成性評量)] |
| 第 1 學期 | 第 1-4 週 | 扣球(1) | 1、直接扣擊法(4節) 2、頭上中高球扣擊法(4節) 3、長線高球扣擊法(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 5-8 週 | 扣球(2) | 1、虛攻與軟攻之扣擊法(6節) 2、修正扣擊法(6節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 9-12 週 | 扣球(3) | 1、後排攻擊法(6節) 2、時間差扣擊法(6節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 13-16 週 | 排球隊形介紹 | 1、排球隊形介紹(6節) 2、排球隊形練習(6節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第 17-21 週 | 舉球(1) | 1、頭上中高舉球(3節) 2、長線攻擊舉球(3節) 3、向背後舉球(3節) 4、快攻 C 式舉球(3節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |

| | | | | |
|----------|--|--------|--|--|
| 第2學期 | 第1-8週 | 舉球(2) | 1、修正舉球(4節) 2、後排攻擊舉球(4節) 3、躍起舉球(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第9-12週 | 救球 | 1、滾翻救球(6節) 2、魚躍救球(6節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第13-16週 | 團體對戰 | 1、小組綜合練習(6節) 2、隊型搭配指導(6節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第17-20週 | 排球裁判訓練 | 1、排球裁判訓練(6節) 2、排球規則分析(6節) | 1. 專項規則應用(50%) 2. 專項裁判能力(50%) |
| 議題融入 | <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 性別 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 身心障礙者權益 | | | |
| 評量規劃 | 【上學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) 【下學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) | | | |
| 教學設施設備需求 | 【場地】 學生體育館、沙灘排球場、重量訓練室 【器材】 排球、重訓器材等…。 | | | |
| 教材來源 | 22. 體育專業科目領域課程綱要 23. 補充教材 24. 教師自編 | 師資來源 | 校內 | |
| 備註 | | | | |

| | | | |
|--------------|--|--|--|
| 課程名稱 | 體育專業(排球) | 課程類別 | <input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input type="checkbox"/> 其他類課程 |
| 實施年級 | <input type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input checked="" type="checkbox"/> 9年級 | 節數 | 每週3節共60節 |
| 設計理念 | 透過課程的實施與綜合成效評量,可以使學生在專項體能表現、專項技術能力、小組綜合技術應用、團隊分組對抗競賽及競技綜合訓練表現等,各方面均能有效地提昇運動競技能力。 | | |
| 核心素養 具體內涵 | <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度,展現自我運動潛能,探索自我價值與生命意義,並積極實踐。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A2 具備理解競技運動的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決各項問題。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-A3 具備善用競技運動的各項資源,擬定運動計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B1 具備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解競技運動的基本概念,應用於日常生活中。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體,以增進競技運動學習的素養,並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-B3 具備審美與表現的能力,了解競技運動在美學上的特質與表現方式,以增進生活中豐富的美感體驗。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識,並主動參與公益團體活動,關懷社會。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 <input checked="" type="checkbox"/> 體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養,關心本土與國際競技運動議題,並尊重與欣賞其間的差異。 | | |
| 學習 重點 | 學習 表現 | 競 P-IV-1 理解並執行網/牆性球類運動組合性體能訓練處方 競 P-IV-2 理解並執行陣地攻守性球類運動組合性體能訓練 競 P-IV-4 熟悉並執行標的性球類運動組合性體能訓練 競 T-IV-1 了解並執行網/牆性球類運動組合性技術訓練,執行組合性攻防戰術 競 T-IV-2 理解並執行陣地攻守性球類運動之組合性個人動作技術、團隊合作技術 競 T-IV-4 熟悉並執行標的性球類運動技術之要領,運用運動力學的概念及修正瞄準之精確度 競 Ta-IV-1 分析、演練並運用網/牆性球類運動比賽的組合性攻防戰術 競 Ta-IV-2 了解並執行陣地攻守性球類運動之組合性團隊進攻、防守戰術與策略運用 競 Ta-IV-3 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 競 Ta-IV-4 執行並強化標的性球類運動組合性戰術 競 Ta-IV-5 遵守並運用競賽規則、指令與道德 競 Ps-IV-1 熟悉並執行組合性運動心理技能,了解自我與他人,提升網/牆性球類運動團隊凝聚力與專項運動比賽成績等 競 Ps-IV-2 了解陣地攻守性球類運動自我與團隊狀態,運用心理技能提升成績 競 Ps-IV-4 理解並演練壓力管理,提升標的性球類運動比賽的心理狀態 | |
| | 學習 內容 | 競 P-IV-A1 網/牆性球類運動組合性體能 競 P-IV-A2 網/牆性球類運動體能運動處方 | |

| | | | | |
|-----------------|---|--|---|--|
| | | 競 P-IV-A3 陣地攻守性球類運動心肺耐力、肌力、肌耐力的組合性體能 競 P-IV-A4 陣地攻守性球類運動之速度、協調、敏捷、穩定及身體控制 競 P-IV-A7 標的性球類運動肌耐力、心肺耐力與柔軟度等組合性體能 競 P-IV-A8 標的性球類運動體能處方 競 T-IV-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位與過渡等組合性技術 競 T-IV-B2 網/牆性球類運動比賽之組合性攻防實務技術 競 Ta-IV-C2 網/牆性球類運動團體組合性戰術 競 Ta-IV-C7 標的性球類運動組合性戰術 競 Ta-IV-C8 運動道德 競 Ps-IV-D1 網/牆性球類運動之組合性運動心理技巧 競 Ps-IV-D2 組合性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術 競 Ps-IV-D3 目標設定、壓力管理、自我調整、意象訓練等陣地攻守性球類運動心理技能 競 Ps-IV-D4 陣地攻守性球類運動自我狀態分析、主動溝通及凝聚力 競 Ps-IV-D7 標的性球類運動比賽心理狀態分析 競 Ps-IV-D8 標的性球類運動比賽壓力管理 | | |
| 課程目標 | 一、培養排球專項運動之競技體能：能依排球專項運動之特性執行個人體能訓練，增進排球專項運動之競技體適能。 二、精進排球專項運動之技術水準：能藉由排球專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之排球專項運動技術水準。 三、發展排球專項運動之戰術運用：能經由排球專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際競技運動比賽中。 四、提升排球專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升排球專項運動競賽之心理素質。 | | | |
| 表現任務 (總結性評量) | 能完成個人及小組綜合技術操作，展現高度投入之學習精神，並能於競賽場合中展現積極求勝之態度。 | | | |
| 學習進度 週次/節數 | 單元子題 | 單元內容與學習活動 | | [檢核點(形成性評量)] |
| 第1學期 | 第1-4週 | 隊形訓練(1) | 1、接發球進攻(6節) 2、隊形變化(6節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第5-8週 | 隊形訓練(2) | 1、接扣球練習(3節) 2、防守反攻(3節) 3、防守反攻隊形變化(3節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第9-12週 | 舉球(1) | 1、頭上中高舉球(4節) 2、長線攻擊舉球(4節) 3、向背後舉球(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第13-16週 | 舉球(2) | 1、短快攻 C 式舉球(3節) 2、修正舉球(3節) 3、後排攻擊舉球(3節) 4、躍起舉球(3節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第17-21週 | 扣球(1) | 1、直接扣擊法(4節) 2、頭上中高球扣擊法(4節) 3、長線高球扣擊法(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |

| | | | | |
|----------|--|---------|---|--|
| 第2學期 | 第1-8週 | 扣球(2) | 1、虛攻與軟攻之扣擊法(3節) 2、修正扣擊法(3節) 3、後排攻擊法(3節) 4、時間差扣擊法(3節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第9-12週 | 團體對戰 | 1、團隊默契訓練(4節) 2、組織攻擊訓練(4節) 3、攔網起跳點訓練(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第13-16週 | 比賽模擬與實戰 | 1、比賽影片分析(4節) 2、隊形討論與檢討(4節) 3、模擬比賽對抗(4節) | 1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應用(40%) |
| | 第17-20週 | 進階肌力訓練 | 1、上肢自由重量解析(6節) 2、下肢自由重量操作(6節) | 1. 重量訓練知識問答(50%) 2. 重量訓練技術應用(50%) |
| 議題融入 | <input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input checked="" type="checkbox"/> 性別 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input checked="" type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input checked="" type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input checked="" type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 身心障礙者權益 | | | |
| 評量規劃 | 【上學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) 【下學期】 一、個人技術(30%) 二、平時測驗(20%) 三、課堂學習態度(30%) 四、參賽運動表現(20%) | | | |
| 教學設施設備需求 | 【場地】 學生體育館、沙灘排球場、重量訓練室 【器材】 排球、重訓器材等…。 | | | |
| 教材來源 | 25. 體育專業科目領域課程綱要 26. 補充教材 27. 教師自編 | 師資來源 | 校內 | |
| 備註 | | | | |

肆、附件

一、「體育班發展委員會組織要點」

屏東縣立枋寮高級中學體育班發展委員會組織要點

中華民國 102 年 01 月 18 日校務會議通過

中華民國 106 年 09 月 10 日體育班發展委員會修正

中華民國 108 年 08 月 29 日校務會議通過

中華民國 110 年 09 月 11 日 體育班發展委員會修正通過

- 壹、依據教育部 110 年 3 月 2 日「高級中等以下學校體育班設立辦法」訂定之。
- 貳、為銜續前一教育階段運動績優學生繼續升學，施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展，培育運動專業人才。
- 參、體育班發展委員會（以下簡稱本會）置委員 13 人，其中 1 人為主任委員，由校長兼任，其餘委員由學務主任、體育組長、校長秘書、教務主任、總務主任、輔導主任、體育班教師代表 3 人、專任運動教練 1 人、家長代表及體育班學生代表等組成。任一性別委員人數，應占委員總數三分之一以上。
- 肆、本會之任務如下：
 - 成立體育班課程規劃小組，成員應包括教務主任、學務主任、輔導主任、教學組長、註冊組長、體育實驗組、體育組組長、體育班各領域召集人、體育班學生代表、家長代表、體育班導師及專任運動教練代表擔任委員，召集人由委員互選之。
 - 一、課程及教學規劃，包括生涯發展、職能探索、運動防護及運動科學應用。
 - 二、運動訓練督導。
 - 三、體育班校內自評。
 - 四、學生對外出賽限制，包括課業成績出賽基準之訂定及每學年度出賽、培訓計畫之審議。
 - 五、課業輔導及補救教學計畫審議，包括課業輔導內容及補救教學模式。
 - 六、學生調整術科專長項目，或因故不適合繼續就讀體育班需轉班或轉學之審議。
 - 七、其他有關體育班發展事項。
- 伍、為順利推動會務，本會下設工作小組：課程規劃及課業輔導組；訓練規劃及競賽督導組；生活輔導及進路規劃組；招生規劃及評鑑檢核組。
- 陸、本會主任委員及委員均為無給職，任期壹年（每年 8 月 1 日起至翌年 7 月 31 日止），委員隨其職務進退之。
- 柒、本會由校長主任委員，或由委員二分之一以上連署召集，並由連署委員互推一人主任委員之。本會開會時，以主任委員擔任主席，主任委員因故無法主持時，由其指定代理主席或由委員互推一人為主席。
- 捌、本會應有體育班家長代表及專任運動教練出席，且出席人數需達全體委員二分之一以上，始得開會；出席委員過半數同意，始得通過；贊成與反對同數時，取決於召集人。
- 玖、本會每學期至少召開一次，惟必要時得召開臨時會議。本會召開會議時得視實際

需要，邀請相關人員列席。

壹拾、本章程經校務會議通過後，陳校長核定後公布實施，修正時亦同。

二、體育班發展委員會組織架構及成員(以圖表或文字表述)

| 序號 | 稱謂 | 職稱 | 姓名 | 備註 |
|----|-----------|------|------|----|
| 1 | 主任委員 | 校長 | 陳 00 | |
| 2 | 委員-行政人員 | 學務主任 | 林 00 | |
| 3 | 委員-行政人員 | 教務主任 | 李 00 | |
| 4 | 委員-行政人員 | 輔導主任 | 賴 00 | |
| 5 | 委員-行政人員 | 總務主任 | 陳 00 | |
| 6 | 委員-行政人員 | 體育組長 | 謝 00 | |
| 7 | 委員-體育班教師 | 國一導師 | 楊 00 | |
| 8 | 委員-體育班教師 | 國二導師 | 陳 00 | |
| 9 | 委員-體育班教師 | 國三導師 | 賴 00 | |
| 10 | 委員-專任運動教練 | 羽球隊 | 鄭 00 | |
| 11 | 委員-專任運動教練 | 柔道隊 | 沈 00 | |
| 12 | 委員-專任運動教練 | 排球隊 | 陳 00 | |
| 13 | 委員-家長代表 | 家長代表 | 徐 00 | |

- 備註： 1.體育班教師與專任教練共 6 位，高於委員總數三分之一。
 2.女性委員 6 位，男性委員 7 位，單一性別委員高於委員總數三分之一。
 3.體育班發展委員會組織成員以當年度校內聘任人員為主。

三、體育班課程規劃小組組織架構及成員(以圖表或文字表述)

| 序號 | 稱謂 | 職稱 | 姓名 | 性別 | 備註 |
|----|----------|------------|------|----|----|
| 1 | 召集人 | 學務主任 | 林 00 | 女 | |
| 2 | 委員-行政人員 | 教務主任 | 李 00 | 男 | |
| 3 | 委員-行政人員 | 體育組長 | 謝 00 | 男 | |
| 4 | 委員-行政人員 | 教學組長 | 吳 00 | 男 | |
| 5 | 委員-體育班教師 | 國二導師 | 陳 00 | 女 | |
| 6 | 委員 | 國中語文領域(國文) | 潘 00 | 女 | |
| 7 | 委員 | 國中語文領域(英文) | 黃 00 | 女 | |
| 8 | 委員 | 國中數學領域 | 陳 00 | 男 | |
| 9 | 委員 | 國中自然領域 | 陳 00 | 男 | |
| 10 | 委員 | 國中社會領域 | 曾 00 | 男 | |
| 11 | 委員 | 國中藝文領域 | 魏 00 | 女 | |
| 12 | 委員 | 國中健體領域 | 陳 00 | 女 | |
| 13 | 委員 | 國中生活領域 | 黃 00 | 男 | |
| 14 | 委員 | 國中綜合領域 | 楊 00 | 女 | |
| 15 | 委員 | 專任運動教練 | 蔡 00 | 男 | |
| 16 | 委員 | 家長代表 | 徐 00 | 男 | |
| 17 | 委員 | 學生代表 | 郭 00 | 女 | |

四、體育班發展委員會審查「體育班課程計畫」之會議紀錄(含簽到表)

110 學年度第 5 次體育班發展委員會會議議程

時間：111 年 6 月 23 日 (星期四) 11 : 00

地點：2F 多媒體教室

主持人：李承典校長

出席者：如簽到單

- 一、 主席致詞
- 二、 相關法令說明

體育班發展委員會之法規依據高級中等以下學校體育班設立辦法

- 三、 體育組業務報告

體育班課程規劃依據十二年國民基本教育體育班體育專業領域課程綱要辦法辦理

- 四、 提案討論

案由: 111 學年度國中體育班課程規劃。

說明:請教務處教學組說明相關事項

決議:

體育班彈性學習課程安排:

1. 七年級安排特殊需求領域課程 3 節。
2. 八、九年級安排特殊需求領域課程 3 節、班級活動 1 節。

五、 臨時動議:無

- 六、 主席結論

為體育共同協助努力，願讓體育班學生在課業及訓練都能確實兼顧。

- 七、 散會

11 : 40

承辦人:

謝孝凱

學務主任:

林梨淑

校長:

李承典

屏東縣立枋寮高中 110 學年度第 5 次體育班發展委員會會議

簽到單

| 時間：111.6.23 (星期四)中午 11：00~11：40 | | 地點：多媒體教室 | | |
|---------------------------------|-----|-----------------------|-----|--|
| 代理校長 (主任委員) | 李承典 | 高中體育班 導師 林燕裕 | 賴柏宋 | |
| 體育組長 謝孝凱 | 謝孝凱 | 國中部體育班導師 陳秀娟 | 陳秀娟 | |
| 學務主任 林梨淑 | 請假 | 體育教師 沈家成 (柔道) | 沈家成 | |
| 教師 (秘書) 蔡錦鸞 | 蔡錦鸞 | 專任運動教練 蔡育勳 (羽球) | 請假 | |
| 教務主任 李承典 | 李承典 | 運動防護員 賴柏宋 | 賴柏宋 | |
| 總務主任 陳玉樹 | 陳玉樹 | | | |
| 輔導主任 賴思伊 | 賴思伊 | | | |
| 教學組長 吳鈞鵬 | 吳鈞鵬 | | | |
| 家長代表 | 請假 | | | |

五、課程發展委員會審查「體育班課程計畫」之會議紀錄(含簽到表)

屏東縣枋寮高中國中部 110 學年度課程發展委員會 第2次會議紀錄

時間：111年6月23日12時00分

地點：多媒體教室

主席：代理校長 李承典

紀錄：教學組長 吳鈞鵬

出席人員：如簽到單

壹、業務報告

- (一)今天召開課程發展委員會針對111學年度第1學期共21週、第2學期共20週課程計畫部分，請就學校行事曆、各年級學習節數分配表、社團選修課程節數，逐一討論課程規畫草案。希望各位就初選意見、課程綱要上之規定，在學年、學習階段上及學校課程發展上共同來考量，慎重討論。

貳、討論事項

案由一：檢視本校學生在整體課程的學習成就分析與策進作為，提請討論。

說明：

- (一)本校111年國中會考與110年成績比較，C比例部分國文科下降4.2%、英語科上升0.2%，數學科上升5.5%，而社會科上升11%、自然科下降5.9%。請委員就會根據成績針對學生學習成就、學習能力等做具體分析，並將分析結果做為課程、教學、評量等面向的具體策進作為，提請討論與決議。
- (二)但111年與110年相比卻是C比例上升，此部分經由討論認為是該屆學生舊知識架構不完整且缺乏，對於新進度更是難以消化理解，因此降低C比例重點應在於從七、八年級就應提早著手。新學年度將降低C比例列為重要事項，以便針對學生需求給予更適性化的學習。
- (三)國文科持續配合圖書館推動的晨間閱讀、閱讀指導、閱讀學堂等彈性學習課程，提升學生閱讀能力，此部分策略已有成效，應持續保持此項方針。
- (四)社會科及自然科提升策略應教授學生學會重點整理，因此往後每章節教授完畢後應教授學生如何重點整理，並多練習題目。

決議：照案通過。

案由二：檢視本校110學年度的課程規劃、設計、實施、結果等階段的課程評鑑結果，提請討論。

說明：

- (一)課程總體架構設計：各項指標基本上都達到80%上，課程設計連結學校願景、社區連結、引進外部資源部分均較去年進步。
- (二)彈性學習課程設計：各項指標均達80%以上。但自然科教師認為在彈性學習課程設計方面，教材內容、學習經驗安排脈絡化、單元順序統整性、評量多元化仍須加強，此部分意見將提供各彈性課程設計教師參考。
- (三)課程實施：各項指標基本上都達到80%上，但在家長溝通、教材難易程度方面，仍須多加努力。本校將運用多元管道提供家長對於課程實施更加認識。教材難易程度取捨部分將提供學校教師參考。

決議：本年度評鑑較去年課程評鑑進步，本校應持續針對課程及教學精進。

案由三：規劃本校111學年度彈性學習節數，提請討論。

說明：

- (一)彈性學習節數每週節數：七年級6節、八年級6節、九年級6節。
 1. 普通班：七年級5節、八年級6節、九年級6節。
 2. 舞蹈班：七年級3節、八年級4節、九年級4節。
 3. 體育班：七年級3節、八年級4節、九年級4節。
- (二)普通班彈性學習課程安排：
 1. 七年級安排社團活動1節、班級活動1節、英閱狂想1節、閱讀指導1節、領域補救教學/自主學習1節。
 2. 八年級安排社團活動1節、班級活動1節、英閱節慶1節、談天說地1節、閱讀學堂1節、領域補救教學/自主學習1節。
 3. 九年級安排社團活動1節、班級活動1節、英閱旅遊1節、讀步枋寮1節、自主學習1節、領域補救教學/自主學習1節。
- (三)舞蹈班彈性學習課程安排：
 1. 七年級安排特殊需求領域課程1節、班級活動1節、英閱狂想1節。
 2. 八年級安排特殊需求領域課程2節、班級活動1節、英閱節慶1節。
 3. 九年級安排特殊需求領域課程2節、班級活動1節、英閱旅遊1節。
- (四)體育班彈性學習課程安排：
 1. 七年級安排特殊需求領域課程3節。
 2. 八、九年級安排特殊需求領域課程3節、班級活動1節。

決議：照案通過。

案由四：審查本校110學年度非審訂版或自編教材，提請討論。

說明：

(一)110學年度各年級彈性課程自編教材：

1. 七年級自編教材有英閱狂想、閱讀指導。
2. 八年級自編教材有英閱節慶、談天說地、閱讀學堂。
3. 九年級自編教材有英閱旅遊、讀步枋寮。

(二)生活科技自編教材及藝術才能班自編教材：

| 名稱 年級 | 生活科技 | 藝術才能班 |
|----------|-------------------------------|---|
| 七年級 | 貪吃爬行獸、力學平衡架、太陽能小車、達文西橋、划船機器人。 | 舞蹈基本功自編教材、 芭蕾舞自編教材、 現代舞自編教材、 民族舞自編教材 藝術專題自編教材 |
| 八年級 | 滑雪機器人、太陽能路燈、旋轉鞦韆、科學旋轉門。 | 芭蕾舞自編教材、 現代舞自編教材、 即興創作自編教材 民族舞自編教材 藝術專題自編教材 |
| 九年級 | 太陽能智能屋、蒸汽船、溫差發電船、法拉動力艇。 | 芭蕾舞自編教材、 現代舞自編教材、 即興創作自編教材 民族舞自編教材 藝術專題自編教材 |

決議：審查通過。

案由五：配合國家雙語政策111學年度學校辦理英語科評量，增列定期評量加考英語口說及平時成績考英語口說項目，相關辦法及列入成績評量與課程計畫之執行面，提請討論。

說明：

(一)依據「111學年度補助各直轄市、縣(市)提升國民中小學英語教學成效計畫」請各校111學年度起，英語科(國小3-6年級，國中7-9年級)，學校定期評量除原有書寫測驗及聽力測驗外，請增列定期評量納入英語口說，每學期至少一次；平時評量亦請增列英語口說評量，以符教育部規範。

(二)平時成績增列英語口說及定期評量加考英語口說各一次。

決議：照案通過。

案由六：有關111學年度生涯發展教育各年級融入各學習領域課程教學規劃情形，提請討論。

說明：

(一)請各領域針對生涯發展融入各學習領域提出融入章節及教案設計。

(二)教學設計需符應學生需求。

(三)生涯發展教育之實施，乃透過融入各學習領域課程教學，及運用相關活動等方式進行，請討論各領域課程融入生涯議題規劃內容與情形。

(四)透過本委員會建置符合學生需要、社區特色及教師專長之課程，協助學生達成自我覺察、生涯覺察及生涯探索與晉祿選擇之目標。

決議：照案通過。

案由七：有關111學年度學校課程之各項規劃情形，提請討論。

說明：

(一)國中縣本議題「國中長期照顧服務」：每學期融入健體及綜合領域各2節課，並須將失智症議題融入。

(二)職業試探、失智症議題、交通安全、家政教育、安全教育等議題須融入課程計畫，每學年融入4節課。

(三)配合理念學校計畫，七、八、九年級將挑選生活科技、自然兩科目進行融入教學，由生活科技、自然科及理念教師入班協同教學。並將理念學校計畫之課程融入生活科技、自然科課程中實施。

(四)班級活動、社團活動均為彈性課程，111學年度週三下午班級活動及社團活動由原本每週一節課改為採用隔週排課方式。

(五)七、八、九年級彈性學習課程將安排一節領域補救課程結合自主學習，學生可選擇上領域補救課程或是選擇自主學習。九年級則安排一節自主學習。

(六)生活科技及資訊科技兩門科目考量課程完整度及師資結構，原本為每週上課1節，改採用隔學期對開各2節課的方式彈性調整。

決議：照案通過。

案由八：111學年度藝術才能班舞蹈專長課程規劃情形，提請討論。

說明：

(一)110年授課課程分配如下(七~九年級均為新課綱)。

| 年級 | 七年級(新課綱) | 八年級(新課綱) | 九年級(新課綱) |
|--------------|---|---|---|
| 部定課程專長領域 | 民族舞(2節) 芭蕾舞(2節) 現代舞(2節) 藝術專題(1節) | 民族舞(2節) 芭蕾舞(2節) 現代舞(2節) 即興創作(1節) | 民族舞(2節) 芭蕾舞(2節) 現代舞(2節) 即興創作(1節) |
| 彈性學習課程特殊需求領域 | 藝術專題(1節) | 藝術專題(2節) | 藝術專題(2節) |
| 專長課程節數 | 共計8節 (藝術專長領域7節，彈性課程1節) | 共計9節 (藝術專長領域7節，彈性課程2節) | 共計9節 (藝術專長領域7節，彈性課程2節) |
| 授課教師 | 民俗舞：吳憶欣老師 現代舞：林佳欣老師 藝術專題：楊茵婷老師 | 芭蕾舞：徐婉華老師 即興創作：林佳欣老師 | |

依據教育部民國101年4月10日訂定，同年8月1日頒布實施的「國民中小學藝術才能班課程基準」編寫舞蹈教學計畫，以及依據教育部108年7月18日臺教授國部字第1080076485C號函「十二年國民基本教育藝術才能班課程實施規範」、「十二年國民基本教育藝術才能專長領域課程綱要」辦理。國民中學舞蹈才能班的教材內容綱要，包含探索創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活及專題學習五大向度，作為課程教學計畫之基準，進行教學活動之具體教材指引，再配合學校本位課程之學習階段目標，發展出學生相關領域之優勢智能。應108課綱課程需求，為學生的舞蹈知識能力增能，藉由同儕分組增進學生自主學習、創意思考，培養舞蹈藝術相關議題資訊的蒐集、整理、描述並結合數位媒材感受展現並發表。

決議：照案通過。

案由九：111學年度本土語文課程規劃情形，提請討論。

說明：

(一) 本校七年級新生經統計調查，目前選擇本土語文語言別為閩南語69人、閩東語1人、客語1人、排灣語38人、臺灣手語1人。

(二) 採用跑班方式，以2至3個班級綁定跑班授課。

參、臨時動議：無

肆、散會：13時40分

紀錄：

教師兼
教學主任
吳鈞鵬

主任：

教師兼
教務主任
李承典

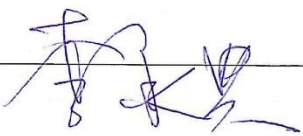
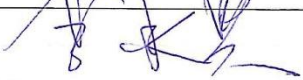
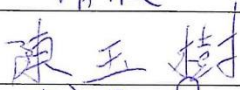



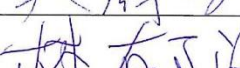
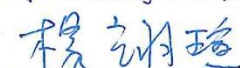
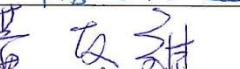
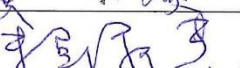




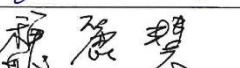
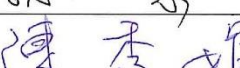

校長：

屏東縣立枋寮高
級中學代理校長
李承典

屏東縣立枋寮高中 110 學年度第二學期國中部課程發展委員會 第 2 次會議簽到單

時間：111.06.23 (星期四)中午 12:00~13:20

地點：多媒體教室

| 成員 | 職稱 | 姓名 | 簽名 | |
|------|------------|------------|--|--|
| 召集人 | 代理校長 | 李承典 |  | |
| 執行秘書 | 教務主任 | 李承典 |  | |
| 委員 | 行政人員 代表 | 學務主任 | 林梨淑 | 請假 |
| | | 總務主任 | 陳玉樹 |  |
| | | 輔導主任 | 賴思伊 |  |
| | | 圖書館主任 | 黃玉杉 |  |
| | | 教學組長 | 吳鈞鵬 |  |
| | | 訓育組長 | 林郁涵 |  |
| | 年級教師 代表 | 國一年級代表 | 楊翊瑄 |  |
| | | 國二年級代表 | 黃政祺 |  |
| | | 國三年級代表 | 賴淑惠 |  |
| | 領域教師 代表 | 國文領域召集人 | 潘美華 |  |
| | | 英語領域召集人 | 黃語如 |  |
| | | 數學領域召集人 | 陳瑞華 |  |
| | | 社會領域召集人 | 曾世豐 | 請假 |
| | | 自然科學領域召集人 | 陳文章 |  |
| | | 藝術領域召集人 | 魏麗慧 |  |
| | | 健康與體育領域召集人 | 陳秀娟 |  |
| | | 科技領域召集人 | 黃文昌 |  |

| | | | |
|---------------------|--------------------|-----|-----|
| | 綜合活動領域召集人 | 楊翊瑄 | 楊翊瑄 |
| 家長及社區 代表 | 家長會代表 | 徐鉉惠 | 請做 |
| | 社區代表 | 葉金淑 | 請做 |
| 教師組織 代表 | 教師會代表 | 蘇碧燕 | 蘇碧燕 |
| 專家學者 | 國家教育研究院課程與教學研究中心主任 | 李文富 | 請做 |
| 特殊教育教師 代表 | 特教班教師 | 謝昇霖 | 謝昇霖 |
| 藝才班教師 代表 (列席) | 藝才組長 | 曾喬愉 | 曾喬愉 |
| 體育班教師 代表 (列席) | 體育組長 | 謝孝凱 | 謝孝凱 |

**屏東縣枋寮高中國中部 110 學年度課程發展委員會
第3次會議紀錄**

一、時間：111年06月28日12時00分

二、地點：多媒體教室

三、主席：代理校長 李承典

紀錄：教學組長 吳鈞鵬

四、出席人員：如簽到單

五、業務報告

(一)今天召開課程發展委員會針對111學年度全年全校課程計劃審查，請委員就先前學校提前發給委員的課程計畫進行審查。

(二)111學年度抽背時間為每周四早自習，班級共讀為每周五早自習，英文應片撥放時間為每周二中午用餐時間。

六、討論事項

案由一：審查本校110學年度學校課程計畫，提請討論。

說明：針對111學年度課程計畫內容，提請討論與決議。

決議：審查通過。

案由二：審查本校111學年度特殊教育課程計畫，提請討論。

說明：

(一)依據「十二年國民基本教育課程綱要」明訂各校將特教課程計畫納入全校課程總體計畫送主管機關備查。另查，依屏東縣政府105年6月15日屏府教特字第10519554900號函之說明二「校內課程發展委員會應納入特殊教育教師代表，並將特殊教育課程納入學校課程計畫審議會議中。」

(二)請委員檢視如下事項

1. 特教學生基本資料及學習內容。
2. 特教教師所送課表結束是否達法定授課節數。
3. 授課課表與課程計畫一致。

決議：審查通過。

案由三：審查本校111學年度舞蹈班/體育班課程計畫，提請討論。

說明：針對111學年舞蹈班/體育班專長訓練之課程計畫內容，提請討論與決議。


決議：111學年度之舞蹈班/體育班課程計畫審查通過。

七、臨時動議：

八、散會： 13時20分

紀錄： 教師兼教務組長 吳鈞鵬


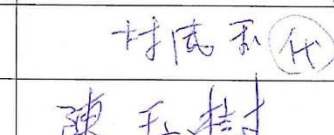
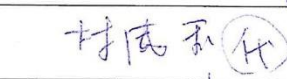


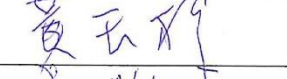
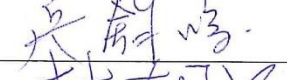

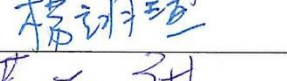

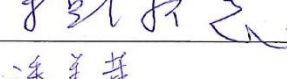

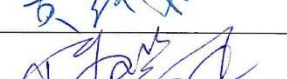

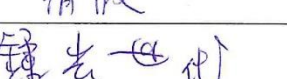
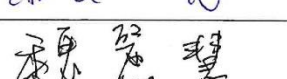

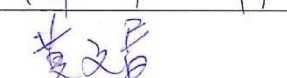
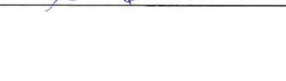
主任： 教師兼本教務主任 李承典

校長： 屏東縣立枋寮高級中學代理校長 李承典

屏東縣立枋寮高中 110 學年度第二學期國中部課程發展委員會 第 3 次會議簽到單

時間：111.06.28 (星期二) 中午 12:00~13:20

地點：多媒體教室

| 成員 | 職稱 | 姓名 | 簽名 | |
|------------|------------|-----------|--|--|
| 召集人 | 代理校長 | 李承典 |  | |
| 執行秘書 | 教務主任 | 李承典 |  | |
| 委員 | 行政人員 代表 | 學務主任 | 林梨淑 |  |
| | | 總務主任 | 陳玉樹 |  |
| | | 輔導主任 | 賴思伊 |  |
| | | 圖書館主任 | 黃玉杉 |  |
| | | 教學組長 | 吳鈞鵬 |  |
| | | 訓育組長 | 林郁涵 |  |
| | 年級教師 代表 | 國一年級代表 | 楊翊瑄 |  |
| | | 國二年級代表 | 黃政祺 |  |
| | | 國三年級代表 | 賴淑惠 |  |
| | 領域教師 代表 | 國文領域召集人 | 潘美華 |  |
| | | 英語領域召集人 | 黃語如 |  |
| | | 數學領域召集人 | 陳瑞華 |  |
| | | 社會領域召集人 | 曾世豐 |  |
| | | 自然科學領域召集人 | 陳文章 |  |
| 藝術領域召集人 | | 魏麗慧 |  | |
| 健康與體育領域召集人 | | 陳秀娟 |  | |
| | 科技領域召集人 | 黃文昌 |  | |

| | | | |
|-----------------|--------------------|-----|-----|
| | 綜合活動領域召集人 | 楊翊瑄 | 楊翊瑄 |
| 家長及社區代表 | 家長會代表 | 徐鉉惠 | 請做 |
| | 社區代表 | 葉金淑 | 請做 |
| 教師組織代表 | 教師會代表 | 蘇碧燕 | 蘇碧燕 |
| 專家學者 | 國家教育研究院課程與教學研究中心主任 | 李文富 | 請做 |
| 特殊教育教師代表 | 特教班教師 | 謝昇霖 | 謝昇霖 |
| 藝才班教師代表 (列席) | 藝才組長 | 曾喬愉 | 曾喬愉 |
| 體育班教師代表 (列席) | 體育組長 | 謝孝凱 | 謝孝凱 |