

屏東縣國民中學體育班課程計畫

課程計畫目錄

【本課程計畫經本校 111 年 6 月 29 日體育班發展委員會審查通過】

【本課程計畫經本校 111 年 7 月 11 日課程發展委員會審查通過】

【本課程計畫經屏東縣政府 111 年 月 日 0000 號函核準備查】

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 恆春國民中學		學校 類型 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 非山非市 <input type="checkbox"/> 偏遠 <input checked="" type="checkbox"/> 特 <input type="checkbox"/> 偏 <input type="checkbox"/> 極偏	
地址	946 屏東縣恆春鎮文 化路 79 號		電話	08-8892039	傳真 08-8896434
網址	http://www.hcjh.ptc.edu.tw/				
校長	張鑑堂		E-mail	dear0522@gmail.com	
教務(導)主任	王剛鴻		E-mail	del10531@yahoo.com.tw	
編制內教師數	80				
專任運動教練數	3				
班級數及 學生人數概況	班級類別		班級數	學生數	
	普通班		19	534	
	集中式 身心障礙類特教 班		1	7	
	藝術才能班		3	88	
	體育班	發展項目	3	63	
		1.棒球 2.籃球 3.田徑			
總計		26	692		
非集中式 特殊類型班級	分散式資源 班	身心障礙類	2	48	
		資賦優異類	0	0	
	巡迴輔導 班	身心障礙類	0	0	
		資賦優異類	0	0	

二、體育班課程目標(文字表述)

1. 培養專項運動之競技體能（體能訓練）：能依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。
2. 精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛練，發展個人與團隊之專項運動技術水準。
3. 發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由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。
4. 提升專項運動之心理素質（心理訓練）：能運用科學之訓練方法，有效發展並提昇專項運動競賽之心理素質。

三、領域學習課程、特殊類型班級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	
部定課程	領域學習課程	語文	國語文(5) 本土語(1) 英語文(3)	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。
		數學	數學(4)	
		社會	社會(3) (歷史、地理、公民與社會)	
		自然科學	自然科學(3) (理化、生物、地球科學)	
		藝術	藝術(3) (音樂、視覺藝術、表演藝術)	
		綜合活動	綜合活動(3) (家政、童軍、輔導)	
		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)	
	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)	
學習節數			34 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)	1	
		其他類課程	0	
學習節數			1 節	
學習總節數			35 節	

領域/科目		教育階段 階段 年級	國民中學		備註
			第四學習階段		
			八	九	
部定 課程	領域 學習 課程	語文	國語文(5) 英語文(3)		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。
		數學	數學(4)		
		社會	社會(3) (歷史、地理、公民與社會)		
		自然科學	自然科學(3) (理化、生物、地球科學)		
		藝術	藝術(3) (音樂、視覺藝術、表演藝術)		
		綜合活動	綜合活動(3) (家政、童軍、輔導)		
		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)		
	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)		
學習節數			33 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)	1		
		其他類課程	1(班會)		
學習節數			2 節		
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 學年度七年級體育專業領域【棒球】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	08/29-09/02	(初階)傳、接、擊、跑的認識與訓練	基礎體能-心肺耐力	個人專項體能表現	【家庭教育】 【人權教育】
2	09/05-09/09	(初階)傳、接、擊、跑的認識與訓練	守備基礎動作	個人專項技術能力	【性別平等】 【性侵防治】
3	09/12-09/16	(初階)傳、接、擊、跑的認識與訓練	轉傳配合	小組綜合技術應用	【科技教育】 【安全教育】
4	09/19-09/23	(初階)傳、接、擊、跑的認識與訓練	訓練觀念引導	團隊分組對抗競賽	【品德教育】 【人權教育】
5	09/26-09/30	(初階)打擊訓練	基礎體能-重量訓練	個人專項體能表現	【閱讀素養】
6	10/03-10/07	(初階)打擊訓練	攻擊技巧養成	個人專項技術能力	【家庭教育】
7	10/10-10/14	(初階)打擊訓練	暗號執行	小組綜合技術應用	【家暴防治】
8	10/17-10/21	(初階)打擊訓練	攻擊策略	團隊分組對抗競賽	【能源教育】
9	10/24-1/028	(初階)團體綜合守備	敏捷訓練	個人專項體能表現	【品德教育】 【多元文化】
10	10/31-11/04	(初階)團體綜合守備	守備技巧養成	個人專項技術能力	【海洋教育】
11	11/07-11/11	(初階)團體綜合守備	牽制時機配合	小組綜合技術應用	【資訊教育】
12	11/14-11/18	(初階)團體綜合守備	守備觀念	團隊分組對抗競賽	【環境教育】 【家暴防治】
13	11/21-11/25	(初階)助功訓練	間歇訓練	個人專項體能表現	【長照服務】
14	11/28-12/02	(初階)助功訓練	觸擊, 打帶跑	個人專項技術能力	【多元文化】
15	12/05-12/09	(初階)助功訓練	戰術執行	小組綜合技術應用	【資訊教育】
16	12/12-12/16	(初階)助功訓練	針對比數選擇助攻模式	團隊分組對抗競賽	【品德教育】
17	12/19-12/23	(初階)跑壘技巧	瞬發力啟動	個人專項體能表現	【多元文化】
18	12/26-12/30	(初階)跑壘技巧	起跑動作	個人專項技術能力	【生命教育】
19	01/02-01/06	(初階)跑壘技巧	起跑動作	個人專項技術能力	【生命教育】
20	01/09-01/13	(初階)跑壘技巧	跑壘技巧	小組綜合技術應用	【民族教育】
21	01/16-01/20	跑壘技巧	針對比數進行進退	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】

			壘的方式		
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	02/13-02/17	(初階)投球動作解析	核心肌群	個人專項體能表現	【資訊教育】
2	02/20-02/24	(初階)投球動作解析	投球協調	個人專項技術能力	【家暴防治】
3	02/27-03/03	(初階)投球動作解析	投球節奏	小組綜合技術應用	【人權教育】
4	03/06-03/10	(初階)投球動作解析	配球模式	團隊分組對抗競賽	【家庭教育】
5	03/13-03/17	(初階)轉傳,長傳阻殺	速耐力	個人專項體能表現	【品德教育】
6	03/20-03/24	(初階)轉傳,長傳阻殺	重心轉移	個人專項技術能力	【海洋教育】
7	03/27-03/31	(初階)轉傳,長傳阻殺	跑位配合	小組綜合技術應用	【閱讀素養】
8	04/03-04/07	(初階)轉傳,長傳阻殺	傳球企圖	團隊分組對抗競賽	【人權教育】
9	04/10-04/14	(初階)內,外野飛球判斷	恢復訓練	個人專項體能表現	【閱讀素養】 【性侵防治】
10	04/17-04/21	(初階)內,外野飛球判斷	定位飛球	個人專項技術能力	【民族教育】
11	04/24-04/28	(初階)內,外野飛球判斷	飛球補位	小組綜合技術應用	【能源教育】
12	05/01-05/05	(初階)內,外野飛球判斷	默契判斷	團隊分組對抗競賽	【科技教育】
13	05/08-05/12	(初階)內,外野滾球基礎	下肢肌力	個人專項體能表現	【能源教育】
14	05/15-05/19	(初階)內,外野滾球基礎	滾球基礎動作	個人專項技術能力	【生命教育】
15	05/22-05/26	(初階)內,外野滾球基礎	滾球聯繫	小組綜合技術應用	【性侵防治】
16	05/29-06/02	(初階)內,外野滾球基礎	挑戰速球	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】
17	06/05-06/09	(初階)變化球攻擊方式	上肢肌力	個人專項體能表現	【國際教育】
18	06/12-06/16	(初階)變化球攻擊方式	小手臂揮棒技巧	個人專項技術能力	【多元文化】
19	06/19-06/23	(初階)變化球攻擊方式	變化球設定	個人專項體能表現	【閱讀素養】
20	06/26-06/30	(初階) 總複習	選手心理特質	個人專項體能表現	【閱讀素養】

填表說明：

1. 議題融入如下：

- 法律規定教育議題：【家庭教育】、【性別平等】、【家暴防治】、【性侵防治】、【環境教育】、【長照服務】
- 其他：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】

2. 部定課程教材採自編者，除經校內課程發展委員會通過外，仍需將教材內容報府備查。

111 學年度八年級體育專業領域【棒球】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	08/29-09/02	(中階)傳、接、擊、跑的認識與訓練	基礎體能-心肺耐力	個人專項體能表現	【家庭教育】 【人權教育】
2	09/05-09/09	(中階)傳、接、擊、跑的認識與訓練	守備基礎動作	個人專項技術能力	【性別平等】 【性侵防治】
3	09/12-09/16	(中階)傳、接、擊、跑的認識與訓練	轉傳配合	小組綜合技術應用	【科技教育】 【安全教育】
4	09/19-09/23	(中階)傳、接、擊、跑的認識與訓練	訓練觀念引導	團隊分組對抗競賽	【品德教育】 【人權教育】
5	09/26-09/30	(中階)打擊訓練	基礎體能-重量訓練	個人專項體能表現	【閱讀素養】
6	10/03-10/07	(中階)打擊訓練	攻擊技巧養成	個人專項技術能力	【家庭教育】
7	10/10-10/14	(中階)打擊訓練	暗號執行	小組綜合技術應用	【家暴防治】
8	10/17-10/21	(中階)打擊訓練	攻擊策略	團隊分組對抗競賽	【能源教育】
9	10/24-1/028	(中階)團體綜合守備	敏捷訓練	個人專項體能表現	【品德教育】 【多元文化】
10	10/31-11/04	(中階)團體綜合守備	守備技巧養成	個人專項技術能力	【海洋教育】
11	11/07-11/11	(中階)團體綜合守備	牽制時機配合	小組綜合技術應用	【資訊教育】
12	11/14-11/18	(中階)團體綜合守備	守備觀念	團隊分組對抗競賽	【環境教育】 【家暴防治】
13	11/21-11/25	(中階)助攻訓練	間歇訓練	個人專項體能表現	【長照服務】
14	11/28-12/02	(中階)助攻訓練	觸擊,打帶跑	個人專項技術能力	【多元文化】
15	12/05-12/09	(中階)助攻訓練	戰術執行	小組綜合技術應用	【資訊教育】
16	12/12-12/16	(中階)助攻訓練	針對比數選擇助攻模式	團隊分組對抗競賽	【品德教育】
17	12/19-12/23	(中階)跑壘技巧	瞬發力啟動	個人專項體能表現	【多元文化】
18	12/26-12/30	(中階)跑壘技巧	起跑動作	個人專項技術能力	【生命教育】
19	01/02-01/06	(中階)跑壘技巧	起跑動作	個人專項技術能力	【生命教育】
20	01/09-01/13	(中階)跑壘技巧	跑壘技巧	小組綜合技術應用	【民族教育】
21	01/16-01/20	(中階)跑壘技巧	針對比數進行進退壘的方式	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】
第二學期					
週	日期	單元名稱	教學重點	評量方式	議題融入

次					
1	02/13-02/17	(中階)投球動作解析	核心肌群	個人專項體能表現	【資訊教育】
2	02/20-02/24	(中階)投球動作解析	投球協調	個人專項技術能力	【家暴防治】
3	02/27-03/03	(中階)投球動作解析	投球節奏	小組綜合技術應用	【人權教育】
4	03/06-03/10	(中階)投球動作解析	配球模式	團隊分組對抗競賽	【家庭教育】
5	03/13-03/17	(中階)轉傳,長傳阻殺	速耐力	個人專項體能表現	【品德教育】
6	03/20-03/24	(中階)轉傳,長傳阻殺	重心轉移	個人專項技術能力	【海洋教育】
7	03/27-03/31	(中階)轉傳,長傳阻殺	跑位配合	小組綜合技術應用	【閱讀素養】
8	04/03-04/07	(中階)轉傳,長傳阻殺	傳球企圖	團隊分組對抗競賽	【人權教育】
9	04/10-04/14	(中階)內,外野飛球判斷	恢復訓練	個人專項體能表現	【閱讀素養】 【性侵防治】
10	04/17-04/21	(中階)內,外野飛球判斷	定位飛球	個人專項技術能力	【民族教育】
11	04/24-04/28	(中階)內,外野飛球判斷	飛球補位	小組綜合技術應用	【能源教育】
12	05/01-05/05	(中階)內,外野飛球判斷	默契判斷	團隊分組對抗競賽	【科技教育】
13	05/08-05/12	(中階)內,外野滾球基礎	下肢肌力	個人專項體能表現	【能源教育】
14	05/15-05/19	(中階)內,外野滾球基礎	滾球基礎動作	個人專項技術能力	【生命教育】
15	05/22-05/26	(中階)內,外野滾球基礎	滾球聯繫	小組綜合技術應用	【性侵防治】
16	05/29-06/02	(中階)內,外野滾球基礎	挑戰速球	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】
17	06/05-06/09	(中階)變化球攻擊方式	上肢肌力	個人專項體能表現	【國際教育】
18	06/12-06/16	(中階)變化球攻擊方式	小手臂揮棒技巧	個人專項技術能力	【多元文化】
19	06/19-06/23	(中階)變化球攻擊方式	變化球設定	個人專項體能表現	【閱讀素養】
20	06/26-06/30	(中階)總複習	選手心理特質	個人專項體能表現	【閱讀素養】

填表說明：

1. 議題融入如下：

- 法律規定教育議題：【家庭教育】、【性別平等】、【家暴防治】、【性侵防治】、【環境教育】、【長照服務】
- 其他：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】

2. 部定課程教材採自編者，除經校內課程發展委員會通過外，仍需將教材內容報府備查。

111 學年度九年級體育專業領域【棒球】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	08/29-09/02	(高階)傳、接、擊、跑的認識與訓練	基礎體能-心肺耐力	個人專項體能表現	【家庭教育】 【人權教育】
2	09/05-09/09	(高階)傳、接、擊、跑的認識與訓練	守備基礎動作	個人專項技術能力	【性別平等】 【性侵防治】
3	09/12-09/16	(高階)傳、接、擊、跑的認識與訓練	轉傳配合	小組綜合技術應用	【科技教育】 【安全教育】
4	09/19-09/23	(高階)傳、接、擊、跑的認識與訓練	訓練觀念引導	團隊分組對抗競賽	【品德教育】 【人權教育】
5	09/26-09/30	(高階)打擊訓練	基礎體能-重量訓練	個人專項體能表現	【閱讀素養】
6	10/03-10/07	(高階)打擊訓練	攻擊技巧養成	個人專項技術能力	【家庭教育】
7	10/10-10/14	(高階)打擊訓練	暗號執行	小組綜合技術應用	【家暴防治】
8	10/17-10/21	(高階)打擊訓練	攻擊策略	團隊分組對抗競賽	【能源教育】
9	10/24-1/028	(高階)團體綜合守備	敏捷訓練	個人專項體能表現	【品德教育】 【多元文化】
10	10/31-11/04	(高階)團體綜合守備	守備技巧養成	個人專項技術能力	【海洋教育】
11	11/07-11/11	(高階)團體綜合守備	牽制時機配合	小組綜合技術應用	【資訊教育】
12	11/14-11/18	(高階)團體綜合守備	守備觀念	團隊分組對抗競賽	【環境教育】 【家暴防治】
13	11/21-11/25	(高階)助功訓練	間歇訓練	個人專項體能表現	【長照服務】
14	11/28-12/02	(高階)助功訓練	觸擊, 打帶跑	個人專項技術能力	【多元文化】
15	12/05-12/09	(高階)助功訓練	戰術執行	小組綜合技術應用	【資訊教育】
16	12/12-12/16	(高階)助功訓練	針對比數選擇助攻模式	團隊分組對抗競賽	【品德教育】
17	12/19-12/23	(高階)跑壘技巧	瞬發力啟動	個人專項體能表現	【多元文化】
18	12/26-12/30	(高階)跑壘技巧	起跑動作	個人專項技術能力	【生命教育】
19	01/02-01/06	(高階)跑壘技巧	起跑動作	個人專項技術能力	【生命教育】
20	01/09-01/13	(高階)跑壘技巧	跑壘技巧	小組綜合技術應用	【民族教育】
21	01/16-01/20	(高階)跑壘技巧	針對比數進行進退壘的方式	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】
第二學期					
週	日期	單元名稱	教學重點	評量方式	議題融入

次					
1	02/13-02/17	(高階)投球動作解析	核心肌群	個人專項體能表現	【資訊教育】
2	02/20-02/24	(高階)投球動作解析	投球協調	個人專項技術能力	【家暴防治】
3	02/27-03/03	(高階)投球動作解析	投球節奏	小組綜合技術應用	【人權教育】
4	03/06-03/10	(高階)投球動作解析	配球模式	團隊分組對抗競賽	【家庭教育】
5	03/13-03/17	(高階)轉傳,長傳阻殺	速耐力	個人專項體能表現	【品德教育】
6	03/20-03/24	(高階)轉傳,長傳阻殺	重心轉移	個人專項技術能力	【海洋教育】
7	03/27-03/31	(高階)轉傳,長傳阻殺	跑位配合	小組綜合技術應用	【閱讀素養】
8	04/03-04/07	(高階)轉傳,長傳阻殺	傳球企圖	團隊分組對抗競賽	【人權教育】
9	04/10-04/14	(高階)內,外野飛球判斷	恢復訓練	個人專項體能表現	【閱讀素養】 【性侵防治】
10	04/17-04/21	(高階)內,外野飛球判斷	定位飛球	個人專項技術能力	【民族教育】
11	04/24-04/28	(高階)內,外野飛球判斷	飛球補位	小組綜合技術應用	【能源教育】
12	05/01-05/05	(高階)內,外野飛球判斷	默契判斷	團隊分組對抗競賽	【科技教育】
13	05/08-05/12	(高階)內,外野滾球基礎	下肢肌力	個人專項體能表現	【能源教育】
14	05/15-05/19	(高階)內,外野滾球基礎	滾球基礎動作	個人專項技術能力	【生命教育】
15	05/22-05/26	(高階)內,外野滾球基礎	滾球聯繫	小組綜合技術應用	【性侵防治】
16	05/29-06/02	(高階)內,外野滾球基礎	挑戰速球	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】
17	06/05-06/09	(高階)變化球攻擊方式	變化球設定	小組綜合技術應用	【國際教育】
18	06/12-06/16	(高階)變化球攻擊方式	變化球設定	個人專項體能表現	【多元文化】

填表說明：

1. 議題融入如下：

- 法律規定教育議題：【家庭教育】、【性別平等】、【家暴防治】、【性侵防治】、【環境教育】、【長照服務】
- 其他：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】

2. 部定課程教材採自編者，除經校內課程發展委員會通過外，仍需將教材內容報府備查。

111 學年度七年級體育專業領域【籃球】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	08/29-09/02	球技基礎訓練 1	(初階)基本運球	個人專項體能表現	【人權教育】
2	09/05-09/09	球技基礎訓練 2	(初階)傳接	個人專項技術能力	【性侵防治】
3	09/12-09/16	球技基礎訓練 3	(初階)傳接	小組綜合技術應用	【科技教育】
4	09/19-09/23	球技基礎訓練 4	(初階)快攻 1123	團隊分組對抗競賽	【品德教育】
5	09/26-09/30	球技(傳球)訓練 1	(初階)大四角傳接	個人專項體能表現	【閱讀素養】
6	10/03-10/07	球技(傳球)訓練 2	(初階)大四角傳接	個人專項技術能力	【家庭教育】
7	10/10-10/14	球技(運球)訓練	(初階)分組運球	小組綜合技術應用	【家暴防治】
8	10/17-10/21	球技(攻守)訓練	(初階)快攻 223	團隊分組對抗競賽	【能源教育】
9	10/24-1/028	球技(攻守)訓練	(初階)防守-滑步	個人專項體能表現	【品德教育】
10	10/31-11/04	球技(攻守)訓練	(初階)防守-滑步	個人專項技術能力	【海洋教育】
11	11/07-11/11	球技(攻守)訓練	(初階)運球	小組綜合技術應用	【資訊教育】
12	11/14-11/18	球技(攻守)訓練	(初階)2人傳接。快攻 223	團隊分組對抗競賽	【環境教育】
13	11/21-11/25	球技(運球)訓練	(初階)運球	個人專項體能表現	【長照服務】
14	11/28-12/02	球技(攻守)訓練	(初階)防守-滑步	個人專項技術能力	【多元文化】
15	12/05-12/09	球技(攻守)訓練	(初階)防守-滑步	小組綜合技術應用	【資訊教育】
16	12/12-12/16	球技(攻守)訓練	(初階)3人傳接加防 守、2人快攻	團隊分組對抗競賽	【品德教育】
17	12/19-12/23	球技(攻守)訓練	(初階)傳接球	個人專項體能表現	【多元文化】
18	12/26-12/30	實務競賽	(初階)運球	個人專項技術能力	【生命教育】
19	01/02-01/06	實務競賽	(初階)2人快攻、多人 小組配合	小組綜合技術應用	【民族教育】
20	01/09-01/13	實務競賽	(初階)2人快攻、多人 小組配合	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】
21	01/16-01/20	實務競賽	(初階)2人快攻、多人 小組配合	團隊分組對抗競賽	【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	02/13-02/17	球技進階訓練 1	(中階)傳接球	個人專項體能表現	【資訊教育】
2	02/20-02/24	球技進階訓練 2	(中階)傳接球	個人專項技術能力	【家暴防治】
3	02/27-03/03	球技進階訓練 3	(中階)傳接球	小組綜合技術應用	【人權教育】
4	03/06-03/10	球技進階訓練 4	(中階)傳接球	團隊分組對抗競賽	【家庭教育】

5	03/13-03/17	球技(運球)訓練 1	(中階)分組運球	個人專項體能表現	【品德教育】
6	03/20-03/24	球技(攻守)訓練 2	(中階)快攻-快速上籃	個人專項技術能力	【海洋教育】
7	03/27-0/331	球技(傳球)訓練	(中階)大四角傳接	小組綜合技術應用	【閱讀素養】
8	04/03-04/07	實務競賽	模擬賽	團隊分組對抗競賽	【人權教育】
9	04/10-04/14	球技(傳球)訓練	(中階)2人傳接	個人專項體能表現	【性侵防治】
10	04/17-04/21	球技(攻守)訓練	(中階)防守-滑步、進階運球	個人專項技術能力	【民族教育】
11	04/24-04/28	球技(攻守)訓練	(中階)快攻-快速上籃	小組綜合技術應用	【能源教育】
12	05/01-05/05	實務競賽	模擬賽	團隊分組對抗競賽	【科技教育】
13	05/08-05/12	球技(運球)訓練	(中階)防守	個人專項體能表現	【能源教育】
14	05/15-05/19	球技(攻守)訓練	(中階)快攻、防守-滑步	個人專項技術能力	【生命教育】
15	05/22-05/26	球技(攻守)訓練	(中階)3人傳接	小組綜合技術應用	【性侵防治】
16	05/29-06/02	實務競賽	模擬賽	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】
17	06/05-06/09	球技(攻守)訓練	(中階)傳接球、進階快攻	個人專項體能表現	【國際教育】
18	06/12-06/16	實務競賽	(中階)運球-對抗運球	個人專項技術能力	【多元文化】
19	06/19-06/23	實務競賽	(中階)多人小組配合	小組綜合技術應用	【科技教育】
20	06/26-06/30	實務競賽	模擬賽	團隊分組對抗競賽	【科技教育】

填表說明：

1. 議題融入如下：

- 法律規定教育議題：【家庭教育】、【性別平等】、【家暴防治】、【性侵防治】、【環境教育】、【長照服務】
- 其他：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】

2. 部定課程教材採自編者，除經校內課程發展委員會通過外，仍需將教材內容報府備查。

111 學年度八年級體育專業領域【籃球】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	08/29-09/02	球技基礎訓練 1	(中階)基本運球	個人專項體能表現	【人權教育】
2	09/05-09/09	球技基礎訓練 2	(中階)傳接球	個人專項技術能力	【性侵防治】
3	09/12-09/16	球技基礎訓練 3	(中階)傳接球	小組綜合技術應用	【科技教育】
4	09/19-09/23	球技基礎訓練 4	(中階)快攻-快速上籃	團隊分組對抗競賽	【品德教育】
5	09/26-09/30	球技(傳球)訓練 1	(中階)大四角傳接	個人專項體能表現	【閱讀素養】
6	10/03-10/07	球技(傳球)訓練 2	(中階)大四角傳接	個人專項技術能力	【家庭教育】
7	10/10-10/14	球技(運球)訓練	(中階)分組運球	小組綜合技術應用	【家暴防治】
8	10/17-10/21	球技(攻守)訓練	(中階)快攻快速上籃	團隊分組對抗競賽	【能源教育】
9	10/24-1/028	球技(攻守)訓練	(中階)防守-滑步	個人專項體能表現	【品德教育】
10	10/31-11/04	球技(攻守)訓練	(中階)防守-滑步	個人專項技術能力	【海洋教育】
11	11/07-11/11	球技(攻守)訓練	(中階)對抗運球	小組綜合技術應用	【資訊教育】
12	11/14-11/18	球技(攻守)訓練	(中階)2人傳接。快攻 223	團隊分組對抗競賽	【環境教育】
13	11/21-11/25	球技(運球)訓練	(中階)對抗運球	個人專項體能表現	【長照服務】
14	11/28-12/02	球技(攻守)訓練	(中階)防守-滑步	個人專項技術能力	【多元文化】
15	12/05-12/09	球技(攻守)訓練	(中階)防守-滑步	小組綜合技術應用	【資訊教育】
16	12/12-12/16	球技(攻守)訓練	(中階)3人傳接加防守、2人快攻	團隊分組對抗競賽	【品德教育】
17	12/19-12/23	球技(攻守)訓練	(中階)傳接球	個人專項體能表現	【多元文化】
18	12/26-12/30	實務競賽	(中階)對抗運球	個人專項技術能力	【生命教育】
19	01/02-01/06	實務競賽	(中階)2人快攻、多人 小組配合	小組綜合技術應用	【民族教育】
20	01/09-01/13	實務競賽	(中階)2人快攻、多人 小組配合	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】
21	01/16-01/20	實務競賽	(中階)2人快攻、多人 小組配合	團隊分組對抗競賽	【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	02/13-02/17	球技進階訓練 1	(高階)傳接球	個人專項體能表現	【資訊教育】
2	02/20-02/24	球技進階訓練 2	(高階)傳接球	個人專項技術能力	【家暴防治】
3	02/27-03/03	球技進階訓練 3	(高階)傳接球	小組綜合技術應用	【人權教育】
4	03/06-03/10	球技進階訓練 4	(高階)快攻-快速上籃	團隊分組對抗競賽	【家庭教育】

5	03/13-03/17	球技(運球)訓練 1	(高階)分組運球	個人專項體能表現	【品德教育】
6	03/20-03/24	球技(攻守)訓練 2	(高階)快攻	個人專項技術能力	【海洋教育】
7	03/27-0/331	球技(傳球)訓練	(高階)大四角傳接	小組綜合技術應用	【閱讀素養】
8	04/03-04/07	實務競賽	模擬賽	團隊分組對抗競賽	【人權教育】
9	04/10-04/14	球技(傳球)訓練	(高階)2人傳接	個人專項體能表現	【性侵防治】
10	04/17-04/21	球技(攻守)訓練	防守-滑步、進階運球	個人專項技術能力	【民族教育】
11	04/24-04/28	球技(攻守)訓練	(高階)快攻	小組綜合技術應用	【能源教育】
12	05/01-05/05	實務競賽	模擬賽	團隊分組對抗競賽	【科技教育】
13	05/08-05/12	球技(運球)訓練	(高階)防守	個人專項體能表現	【能源教育】
14	05/15-05/19	球技(攻守)訓練	(高階)快攻、防守-滑步	個人專項技術能力	【生命教育】
15	05/22-05/26	球技(攻守)訓練	(高階)3人傳接	小組綜合技術應用	【性侵防治】
16	05/29-06/02	實務競賽	模擬賽	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】
17	06/05-06/09	球技(攻守)訓練	(高階)傳接球、進階快攻	個人專項體能表現	【國際教育】
18	06/12-06/16	實務競賽	(高階)運球	個人專項技術能力	【多元文化】
19	06/19-06/23	實務競賽	(高階)多人小組配合	小組綜合技術應用	【科技教育】
20	06/26-06/30	實務競賽	模擬賽	團隊分組對抗競賽	【科技教育】

填表說明：

1. 議題融入如下：

- 法律規定教育議題：【家庭教育】、【性別平等】、【家暴防治】、【性侵防治】、【環境教育】、【長照服務】
- 其他：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】

2. 部定課程教材採自編者，除經校內課程發展委員會通過外，仍需將教材內容報府備查。

111 學年度九年級體育專業領域【籃球】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	08/29-09/02	球技基礎訓練 1	(高階) 對抗運球	個人專項體能表現	【人權教育】
2	09/05-09/09	球技基礎訓練 2	(高階) 對抗傳接球	個人專項技術能力	【性侵防治】
3	09/12-09/16	球技基礎訓練 3	(高階) 對抗傳接球	小組綜合技術應用	【科技教育】
4	09/19-09/23	球技基礎訓練 4	(高階) 快攻 1123	團隊分組對抗競賽	【品德教育】
5	09/26-09/30	球技(傳球)訓練 1	(高階) 大四角傳接	個人專項體能表現	【閱讀素養】
6	10/03-10/07	球技(傳球)訓練 2	(高階) 大四角傳接	個人專項技術能力	【家庭教育】
7	10/10-10/14	球技(運球)訓練	(高階) 分組運球	小組綜合技術應用	【家暴防治】
8	10/17-10/21	球技(攻守)訓練	(高階) 快攻 223	團隊分組對抗競賽	【能源教育】
9	10/24-1/028	球技(攻守)訓練	(高階) 對抗防守-滑步	個人專項體能表現	【品德教育】
10	10/31-11/04	球技(攻守)訓練	(高階) 對抗防守-滑步	個人專項技術能力	【海洋教育】
11	11/07-11/11	球技(攻守)訓練	(高階) 對抗運球	小組綜合技術應用	【資訊教育】
12	11/14-11/18	球技(攻守)訓練	(高階) 2人傳接。快攻 223	團隊分組對抗競賽	【環境教育】
13	11/21-11/25	球技(運球)訓練	(高階) 運球	個人專項體能表現	【長照服務】
14	11/28-12/02	球技(攻守)訓練	(高階) 防守-滑步	個人專項技術能力	【多元文化】
15	12/05-12/09	球技(攻守)訓練	(高階) 防守-滑步	小組綜合技術應用	【資訊教育】
16	12/12-12/16	球技(攻守)訓練	(高階) 3人傳接加防 守、2人快攻	團隊分組對抗競賽	【品德教育】
17	12/19-12/23	球技(攻守)訓練	(高階) 對抗傳接球	個人專項體能表現	【多元文化】
18	12/26-12/30	實務競賽	(高階) 對抗運球	個人專項技術能力	【生命教育】
19	01/02-01/06	實務競賽	(高階) 2人快攻、多人 小組配合	小組綜合技術應用	【民族教育】
20	01/09-01/13	實務競賽	(高階) 2人快攻、多人 小組配合	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】
21	01/16-01/20	實務競賽	(高階) 2人快攻、多人 小組配合	團隊分組對抗競賽	【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	02/13-02/17	球技進階訓練 1	(高階) 對抗傳接球	個人專項體能表現	【資訊教育】
2	02/20-02/24	球技進階訓練 2	(高階) 對抗傳接球	個人專項技術能力	【家暴防治】
3	02/27-03/03	球技進階訓練 3	(高階) 對抗運球	小組綜合技術應用	【人權教育】
4	03/06-03/10	球技進階訓練 4	(高階) 快攻	團隊分組對抗競賽	【家庭教育】

5	03/13-03/17	球技(運球)訓練 1	(高階)對抗分組運球	個人專項體能表現	【品德教育】
6	03/20-03/24	球技(攻守)訓練 2	(高階)快攻	個人專項技術能力	【海洋教育】
7	03/27-0/331	球技(傳球)訓練	(高階)大四角傳接	小組綜合技術應用	【閱讀素養】
8	04/03-04/07	實務競賽	模擬賽	團隊分組對抗競賽	【人權教育】
9	04/10-04/14	球技(傳球)訓練	(高階)對抗 2 人傳接	個人專項體能表現	【性侵防治】
10	04/17-04/21	球技(攻守)訓練	(高階)防守-滑步、進階運球	個人專項技術能力	【民族教育】
11	04/24-04/28	球技(攻守)訓練	(高階)快攻	小組綜合技術應用	【能源教育】
12	05/01-05/05	實務競賽	模擬賽	團隊分組對抗競賽	【科技教育】
13	05/08-05/12	球技(運球)訓練	(高階)對抗防守	個人專項體能表現	【能源教育】
14	05/15-05/19	球技(攻守)訓練	(高階)快攻、防守-滑步	個人專項技術能力	【生命教育】
15	05/22-05/26	球技(攻守)訓練	(高階)3 人傳接	小組綜合技術應用	【性侵防治】
16	05/29-06/02	實務競賽	模擬賽	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】
17	06/05-06/09	球技(攻守)訓練	(高階)傳接球、快攻	個人專項體能表現	【國際教育】
18	06/12-06/16	實務競賽	(高階)多人小組配合	小組綜合技術應用	【科技教育】

填表說明：

1. 議題融入如下：

- 法律規定教育議題：【家庭教育】、【性別平等】、【家暴防治】、【性侵防治】、【環境教育】、【長照服務】
- 其他：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】

2. 部定課程教材採自編者，除經校內課程發展委員會通過外，仍需將教材內容報府備查。

111 學年度七年級體育專業領域【田徑】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	08/29-09/02	準備期1	(初階)加強動作技巧(個人技術調整)	個人專項體能表現	【家庭教育】 【品德教育】
2	09/05-09/09	技術調整與修正1	(初階)加強技術與基本	個人專項技術能力	【性別平等】 【品德教育】
3	09/12-09/16	技術調整與修正2	(初階)加強技術與基本	小組綜合技術應用	【人權教育】 【閱讀素養】
4	09/19-09/23	心理素質訓練 1	比賽心理調適與輔導	團隊分組對抗競賽	【品德教育】 【戶外教育】
5	09/26-09/30	技術調整與修正3	(初階)綜合體能訓練	個人專項體能表現	【閱讀素養】
6	10/03-10/07	競賽技術調整1	個人技術訓練 (新北城市盃)	個人專項體能表現	【家庭教育】 【戶外教育】
7	10/10-10/14	比賽影片檢討與技術修正1	比賽心理調適與輔導	小組綜合技術應用	【安全教育】 【閱讀素養】
8	10/17-10/21	技術調整與修正4	(初階)個人技術訓練	團隊分組對抗競賽	【能源教育】
9	10/24-1/028	技術調整與修正5	(初階)個人技術訓練	個人專項體能表現	【品德教育】 【多元文化】
10	10/31-11/04	賽季調整 1	(初階)加強技術與基本(欄架協調性訓練、彈力繩訓練)	個人專項技術能力	【戶外教育】 【品德教育】
11	11/07-11/11	賽季調整 2	加強技術與基本 (屏東縣運)	小組綜合技術應用	【資訊教育】 【多元文化】
12	11/14-11/18	比賽影片檢討與技術修正2	(初階)綜合體能訓練	團隊分組對抗競賽	【家暴防治】
13	11/21-11/25	修整期體能訓練1	(初階)綜合體能訓練	個人專項體能表現	【長照服務】
14	11/28-12/02	修整期體能訓練2	(初階)個人技術訓練	個人專項技術能力	【多元文化】
15	12/05-12/09	修整期體能訓練3	(初階)球類活動	小組綜合技術應用	【資訊教育】
16	12/12-12/16	心理素質訓練 2	選手心理訓練	團隊分組對抗競賽	【品德教育】
17	12/19-12/23	修整期技術調整1	(初階)綜合體能訓練	個人專項體能表現	【多元文化】
18	12/26-12/30	修整期技術調整2	(初階)個人技術訓練	個人專項技術能力	【性別平等】
19	01/02-01/06	修整期技術檢討3	技術檢討	小組綜合技術應用	【民族教育】
20	01/09-01/13	心理素質訓練3	選手心理訓練	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】

21	01/16-01/20	準備期 2	(初階)體能訓練 (肺活量)、階梯訓練(肌力、爆發力)	團隊分組對抗競賽	【多元文化】 【性別平等】
----	-------------	-------	--------------------------------	----------	------------------

第二學期

週次	日期	單元名稱	教學重點	個人專項體能表現	議題融入
1	02/13-02/17	準備期 1	(初階)個人技術加強訓練	個人專項技術能力	【資訊教育】 【戶外教育】
2	02/20-02/24	體能進階訓練1	體能訓練(肺活量)、階梯訓練(肌力、爆發力) (高雄港都盃全國田徑賽)	小組綜合技術應用	【家暴防治】 【多元文化】 【性別平等】
3	02/27-03/03	賽季調整 1	(初階)專項重量訓練 個人技術調整	團隊分組對抗競賽	【人權教育】
4	03/06-03/10	體能進階訓練2	個人技術調整 (中小學聯合運動會)	個人專項體能表現	【家庭教育】 【戶外教育】
5	03/13-03/17	運動技術訓練 1	個人技術訓練	個人專項技術能力	【品德教育】
6	03/20-03/24	運動技術訓練 2	應用技術訓練	小組綜合技術應用	【海洋教育】
7	03/27-0/331	心理素質訓練 1	選手心理訓練	團隊分組對抗競賽	【閱讀素養】
8	04/03-04/07	藥球訓練	藥球訓練(賽前爆發力調整)	個人專項體能表現	【人權教育】
9	04/10-04/14	運動技術訓練	各單項技術調整	個人專項技術能力	【閱讀素養】 【性侵防治】
10	04/17-04/21	測驗週	專項測驗	小組綜合技術應用	【民族教育】
11	04/24-04/28	體能進階訓練3	各單項技術調整	團隊分組對抗競賽	【能源教育】
12	05/01-05/05	心理素質訓練 2	選手心理訓練	團隊分組對抗競賽	【科技教育】 【閱讀素養】
13	05/08-05/12	體能進階訓練 4	(初階)拳擊有氧	個人專項技術能力	【能源教育】
14	05/15-05/19	體能進階訓練 5	(初階)拳擊有氧	小組綜合技術應用	【生命教育】
15	05/22-05/26	體能進階訓練 6	(初階)TRS 訓練	團隊分組對抗競賽	【科技教育】
16	05/29-06/02	運動技術訓練	(初階)專項重量訓練	個人專項體能表現	【戶外教育】
17	06/05-06/09	運動技術訓練	(初階)綜合體能訓練	個人專項技術能力	【國際教育】 【科技教育】
18	06/12-06/16	運動技術訓練	(初階)個人技術訓練	小組綜合技術應用	【多元文化】
19	06/19-06/23	運動技術訓練	(初階)綜合體能訓練	團隊分組對抗競賽	【科技教育】
20	06/26-06/30	心理素質訓練 2	選手心理訓練 (比賽影片檢討)	個人專項體能表現	【多元文化】 【科技教育】 【閱讀素養】

填表說明：

1. 議題融入如下：

- 法律規定教育議題：【家庭教育】、【性別平等】、【家暴防治】、【性侵防治】、【環境教育】、【長照服務】
- 其他：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】

1. 部定課程教材採自編者，除經校內課程發展委員會通過外，仍需將教材內容報府備查。

111 學年度八年級體育專業領域【田徑】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	08/29-09/02	準備期1	(中階)加強動作技巧(個人技術調整)	個人專項體能表現	【家庭教育】 【品德教育】
2	09/05-09/09	技術調整與修正1	(中階)加強技術與基本	個人專項技術能力	【性別平等】 【品德教育】
3	09/12-09/16	技術調整與修正2	(中階)加強技術與基本	小組綜合技術應用	【人權教育】 【閱讀素養】
4	09/19-09/23	心理素質訓練 1	比賽心理調適與輔導	團隊分組對抗競賽	【品德教育】 【戶外教育】
5	09/26-09/30	技術調整與修正3	(中階)綜合體能訓練	個人專項體能表現	【閱讀素養】
6	10/03-10/07	競賽技術調整1	個人技術訓練 (新北城市盃)	個人專項體能表現	【家庭教育】 【戶外教育】
7	10/10-10/14	比賽影片檢討與技術修正1	比賽心理調適與輔導	小組綜合技術應用	【安全教育】 【閱讀素養】
8	10/17-10/21	技術調整與修正4	(中階)個人技術訓練	團隊分組對抗競賽	【能源教育】
9	10/24-1/028	技術調整與修正5	(中階)個人技術訓練	個人專項體能表現	【品德教育】 【多元文化】
10	10/31-11/04	賽季調整 1	(中階)加強技術與基本(欄架協調性訓練、彈力繩訓練)	個人專項技術能力	【戶外教育】 【品德教育】
11	11/07-11/11	賽季調整 2	加強技術與基本 (屏東縣運)	小組綜合技術應用	【資訊教育】 【多元文化】
12	11/14-11/18	比賽影片檢討與技術修正2	(中階)綜合體能訓練	團隊分組對抗競賽	【家暴防治】
13	11/21-11/25	修整期體能訓練1	(中階)綜合體能訓練	個人專項體能表現	【長照服務】
14	11/28-12/02	修整期體能訓練2	(中階)個人技術訓練	個人專項技術能力	【多元文化】
15	12/05-12/09	修整期體能訓練3	(中階)球類活動	小組綜合技術應用	【資訊教育】
16	12/12-12/16	心理素質訓練 2	選手心理訓練	團隊分組對抗競賽	【品德教育】
17	12/19-12/23	修整期技術調整1	(中階)綜合體能訓練	個人專項體能表現	【多元文化】
18	12/26-12/30	修整期技術調整2	(中階)個人技術訓練	個人專項技術能力	【性別平等】
19	01/02-01/06	修整期技術檢討3	技術檢討	小組綜合技術應用	【民族教育】
20	01/09-01/13	心理素質訓練3	選手心理訓練	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】

21	01/16-01/20	準備期 2	(中階)體能訓練 (肺活量)、階梯訓練(肌力、爆發力)	團隊分組對抗競賽	【多元文化】 【性別平等】
----	-------------	-------	--------------------------------	----------	------------------

第二學期

週次	日期	單元名稱	教學重點	個人專項體能表現	議題融入
1	02/13-02/17	準備期 1	(中階)個人技術加強訓練	個人專項技術能力	【資訊教育】 【戶外教育】
2	02/20-02/24	體能進階訓練1	體能訓練(肺活量)、階梯訓練(肌力、爆發力) (高雄港都盃全國田徑賽)	小組綜合技術應用	【家暴防治】 【多元文化】 【性別平等】
3	02/27-03/03	賽季調整 1	專項重量訓練 個人技術調整	團隊分組對抗競賽	【人權教育】
4	03/06-03/10	體能進階訓練2	個人技術調整 (中小學聯合運動會)	個人專項體能表現	【家庭教育】 【戶外教育】
5	03/13-03/17	運動技術訓練 1	(中階)個人技術訓練	個人專項技術能力	【品德教育】
6	03/20-03/24	運動技術訓練 2	(中階)應用技術訓練	小組綜合技術應用	【海洋教育】
7	03/27-0/331	心理素質訓練 1	選手心理訓練	團隊分組對抗競賽	【閱讀素養】
8	04/03-04/07	藥球訓練	藥球訓練(賽前爆發力調整)	個人專項體能表現	【人權教育】
9	04/10-04/14	運動技術訓練	(中階)各單項技術調整	個人專項技術能力	【閱讀素養】 【性侵防治】
10	04/17-04/21	測驗週	專項測驗	小組綜合技術應用	【民族教育】
11	04/24-04/28	體能進階訓練3	(中階)各單項技術調整	團隊分組對抗競賽	【能源教育】
12	05/01-05/05	心理素質訓練 2	選手心理訓練	團隊分組對抗競賽	【科技教育】 【閱讀素養】
13	05/08-05/12	體能進階訓練 4	(中階)拳擊有氧	個人專項技術能力	【能源教育】
14	05/15-05/19	體能進階訓練 5	(中階)拳擊有氧	小組綜合技術應用	【生命教育】
15	05/22-05/26	體能進階訓練 6	(中階)TRS 訓練	團隊分組對抗競賽	【科技教育】
16	05/29-06/02	運動技術訓練	(中階)專項重量訓練	個人專項體能表現	【戶外教育】
17	06/05-06/09	運動技術訓練	(中階)綜合體能訓練	個人專項技術能力	【國際教育】 【科技教育】
18	06/12-06/16	運動技術訓練	(中階)個人技術訓練	小組綜合技術應用	【多元文化】
19	06/19-06/23	運動技術訓練	(中階)綜合體能訓練	團隊分組對抗競賽	【科技教育】
20	06/26-06/30	心理素質訓練 2	選手心理訓練 (比賽影片檢討)	個人專項體能表現	【多元文化】 【科技教育】 【閱讀素養】

填表說明：

1. 議題融入如下：

- 法律規定教育議題：【家庭教育】、【性別平等】、【家暴防治】、【性侵防治】、【環境教育】、【長照服務】
- 其他：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】

2. 部定課程教材採自編者，除經校內課程發展委員會通過外，仍需將教材內容報府備查。

111 學年度九年級體育專業領域【田徑】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	08/29-09/02	準備期1	(高階)加強動作技巧(個人技術調整)	個人專項體能表現	【家庭教育】 【品德教育】
2	09/05-09/09	技術調整與修正1	(高階)加強技術與基本	個人專項技術能力	【性別平等】 【品德教育】
3	09/12-09/16	技術調整與修正2	(高階)加強技術與基本	小組綜合技術應用	【人權教育】 【閱讀素養】
4	09/19-09/23	心理素質訓練 1	比賽心理調適與輔導	團隊分組對抗競賽	【品德教育】 【戶外教育】
5	09/26-09/30	技術調整與修正3	(高階)綜合體能訓練	個人專項體能表現	【閱讀素養】
6	10/03-10/07	競賽技術調整1	個人技術訓練 (新北城市盃)	個人專項體能表現	【家庭教育】 【戶外教育】
7	10/10-10/14	比賽影片檢討與技術修正1	比賽心理調適與輔導	小組綜合技術應用	【安全教育】 【閱讀素養】
8	10/17-10/21	技術調整與修正4	(高階)個人技術訓練	團隊分組對抗競賽	【能源教育】
9	10/24-1/028	技術調整與修正5	(高階)個人技術訓練	個人專項體能表現	【品德教育】 【多元文化】
10	10/31-11/04	賽季調整 1	(高階)加強技術與基本(欄架協調性訓練、彈力繩訓練)	個人專項技術能力	【戶外教育】 【品德教育】
11	11/07-11/11	賽季調整 2	加強技術與基本 (屏東縣運)	小組綜合技術應用	【資訊教育】 【多元文化】
12	11/14-11/18	比賽影片檢討與技術修正2	(高階)綜合體能訓練	團隊分組對抗競賽	【家暴防治】
13	11/21-11/25	修整期體能訓練1	(高階)綜合體能訓練	個人專項體能表現	【長照服務】
14	11/28-12/02	修整期體能訓練2	(高階)個人技術訓練	個人專項技術能力	【多元文化】
15	12/05-12/09	修整期體能訓練3	(高階)球類活動	小組綜合技術應用	【資訊教育】
16	12/12-12/16	心理素質訓練 2	選手心理訓練	團隊分組對抗競賽	【品德教育】
17	12/19-12/23	修整期技術調整1	(高階)綜合體能訓練	個人專項體能表現	【多元文化】
18	12/26-12/30	修整期技術調整2	(高階)個人技術訓練	個人專項技術能力	【性別平等】
19	01/02-01/06	修整期技術檢討3	技術檢討	小組綜合技術應用	【民族教育】
20	01/09-01/13	心理素質訓練3	選手心理訓練	團隊分組對抗競賽	【戶外教育】

21	01/16-01/20	準備期 2	(高階)體能訓練 (肺活量)、階梯訓練 (肌力、爆發力)	團隊分組對抗競賽	【多元文化】 【性別平等】
----	-------------	-------	------------------------------------	----------	------------------

第二學期

週次	日期	單元名稱	教學重點	個人專項體能表現	議題融入
1	02/13-02/17	準備期 1	(高階)個人技術加強訓練	個人專項技術能力	【資訊教育】 【戶外教育】
2	02/20-02/24	體能進階訓練1	體能訓練(肺活量)、階梯訓練(肌力、爆發力) (高雄港都盃全國田徑賽)	小組綜合技術應用	【家暴防治】 【多元文化】 【性別平等】
3	02/27-03/03	賽季調整 1	(高階)專項重量訓練 個人技術調整	團隊分組對抗競賽	【人權教育】
4	03/06-03/10	體能進階訓練2	個人技術調整 (中小學聯合運動會)	個人專項體能表現	【家庭教育】 【戶外教育】
5	03/13-03/17	運動技術訓練 1	(高階)個人技術訓練	個人專項技術能力	【品德教育】
6	03/20-03/24	運動技術訓練 2	(高階)應用技術訓練	小組綜合技術應用	【海洋教育】
7	03/27-0/331	心理素質訓練 1	選手心理訓練	團隊分組對抗競賽	【閱讀素養】
8	04/03-04/07	藥球訓練	(高階)藥球訓練(賽前爆發力調整)	個人專項體能表現	【人權教育】
9	04/10-04/14	運動技術訓練	(高階)各單項技術調整	個人專項技術能力	【閱讀素養】 【性侵防治】
10	04/17-04/21	測驗週	專項測驗	小組綜合技術應用	【民族教育】
11	04/24-04/28	體能進階訓練3	(高階)各單項技術調整	團隊分組對抗競賽	【能源教育】
12	05/01-05/05	心理素質訓練 2	選手心理訓練	團隊分組對抗競賽	【科技教育】 【閱讀素養】
13	05/08-05/12	體能進階訓練 4	(高階)拳擊有氧	個人專項技術能力	【能源教育】
14	05/15-05/19	體能進階訓練 5	(高階)拳擊有氧	小組綜合技術應用	【生命教育】
15	05/22-05/26	體能進階訓練 6	(高階)TRS 訓練	團隊分組對抗競賽	【科技教育】
16	05/29-06/02	運動技術訓練	(高階)專項重量訓練	個人專項體能表現	【戶外教育】
17	06/05-06/09	運動技術訓練	(高階)綜合體能訓練	個人專項技術能力	【國際教育】 【科技教育】
18	06/12-06/16	運動技術訓練	(高階)個人技術訓練	小組綜合技術應用	【多元文化】

填表說明：

1. 議題融入如下：

- 法律規定教育議題：【家庭教育】、【性別平等】、【家暴防治】、【性侵防治】、【環境教育】、【長照服務】
- 其他：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】

3. 部定課程教材採自編者，除經校內課程發展委員會通過外，仍需將教材內容報府備查。

參、校訂課程彈性學習課程計畫

111 學年體育班彈性學習課程計畫

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	棒球	21	
體育專業	籃球	21	
體育專業	田徑	21	

下學期			
課程名稱	項目	節數	備註
體育專業	棒球	20	九年級 18 節
體育專業	籃球	20	九年級 18 節
體育專業	田徑	20	九年級 18 節

(二)彈性學習課程計畫：(範例二 表五)

屏東縣立恆春國中 111 學年度彈性學習課程計畫(棒球隊)

課程名稱	體育專業	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	節數	第 1/2 學期 每週 1 節 共 41 節
設計理念	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 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 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 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 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 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	P-IV-3 了解並運用守備/跑分性球類運動速度、肌力、肌耐力、敏捷及柔韌組合性訓練 T-IV-3 了解並演練守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的組合性技術 Ta-IV-3 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 Ta-IV-5 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-3 了解守備/跑分性球類運動團隊訓練狀況，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	
	學習內容	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合 P-IV-A6 守備/跑分性球類運動之敏捷及柔韌組合 T-IV-B6 守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的移位、平衡組合性技術 T-IV-B7 守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的協調、反應組合性技術 Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 Ta-IV-C8 運動道德 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動組合性心理調節及團隊狀態 Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為	
課程目標	一、培養專項運動之競技體能(體能訓練)：能依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。 二、精進專項運動之技術水準(技術訓練)：能藉由專項運動技術的學習與鍛練，發展個人與團隊之專項運動技術水準。		

		<p>三、發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由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。</p> <p>四、提升專項運動之心理素質（心理訓練）：能運用科學之訓練方法，有效發展並提昇專項運動競賽之心理素質。</p>		
表現任務 (總結性評量)	能完成個人及小組綜合技術操作，配合團隊演練，穩定表現出綜合戰術及戰略應用，提高運動表現，並能於實戰中取得良好成績。			
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	傳、接、擊、跑的 認識與訓練	1. 綜合體能訓練 基礎體能-心肺耐力 2. 個人技術訓練 守備基礎動作 3. 小組戰術應用 5. 轉傳配合 4. 選手心理訓練 訓練觀念引導	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u>1</u> 場賽事(10%)
	第4-8週	打擊訓練	1. 綜合體能訓練 基礎體能-重量訓練 2. 個人技術訓練 攻擊技巧養成 3. 小組戰術應用 暗號執行 4. 選手心理訓練 攻擊策略	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u>1</u> 場賽事(20%)
	第9-12週	團體綜合守備	1. 綜合體能訓練 敏捷訓練 2. 個人技術訓練 守備技巧養成 3. 小組戰術應用 牽制時機配合 4. 選手心理訓練 守備觀念	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u>1</u> 場賽事(20%)
	第13-16週	助攻訓練	1. 綜合體能訓練 間歇訓練 2. 個人技術訓練 觸擊, 打帶跑 3. 小組戰術應用 戰術執行 4. 選手心理訓練 針對比數選擇助攻模式	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(30%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u>1</u> 場賽事(20%)
	第17-21週	跑壘技巧	1. 綜合體能訓練 瞬發力啟動 2. 個人技術訓練 起跑動作 3. 小組戰術應用 跑壘技巧 4. 選手心理訓練 針對比數進行進退壘的方式	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%) 參加 <u>1</u> 場賽事(20%)

第2學期	第1-4週	投球動作解析	1. 綜合體能訓練 核心肌群 2. 個人技術訓練 投球協調 3. 小組戰術應用 投球節奏 4. 選手心理訓練 配球模式	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(30%)
	第4-8週	轉傳, 長傳阻殺	1. 綜合體能訓練 速耐力 2. 個人技術訓練 重心轉移 3. 小組戰術應用 跑位配合 4. 選手心理訓練 傳球企圖	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(5%) 5. 競技綜合訓練表現(5%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(30%)
	第9-12週	內, 外野飛球判斷	1. 綜合體能訓練 恢復訓練 2. 個人技術訓練 定位飛球 3. 小組戰術應用 飛球補位 4. 選手心理訓練 默契判斷	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(30%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(20%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(20%)
	第13-16週	內, 外野滾球基礎	1. 綜合體能訓練 下肢肌力 2. 個人技術訓練 滾球基礎動作 3. 小組戰術應用 滾球聯繫 4. 選手心理訓練 挑戰速球	1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(10%)
	第17-20週	變化球攻擊方式	1. 綜合體能訓練 上肢肌力 2. 個人技術訓練 小手臂揮棒技巧 3. 小組戰術應用 變化球設定 4. 選手心理訓練 設定球種攻擊	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(30%)
議題融入	<input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 性別 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 生命 <input checked="" type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input checked="" 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】 1. 個人技術(40%)： (1)基礎動作 (2)訓練態度 2. 團隊對抗競賽(40%) 3. 競技參賽運動表現(20%) 【下學期】			

	1. 個人技術(40%)： (1)比賽觀念 (2)比賽態度 2. 團隊對抗競賽(40%) 3. 競技參賽運動表現(20%)		
教學設施 設備需求	棒球相關訓練器材		
教材來源	1. 體育專業領域課程綱要 2. 自編教材	師資來源	校內
備註			

屏東縣立恆春國中 111 學年度彈性學習課程計畫(棒球隊)

課程名稱	體育專業	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	第 1/2 學期 每週 1 節 共 41 節
設計理念	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 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 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	P-IV-3 了解並運用守備/跑分性球類運動速度、肌力、肌耐力、敏捷及柔韌組合性訓練 T-IV-3 了解並演練守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的組合性技術 Ta-IV-3 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 Ta-IV-5 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-3 了解守備/跑分性球類運動團隊訓練狀況，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	
	學習內容	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合 P-IV-A6 守備/跑分性球類運動之敏捷及柔韌組合 T-IV-B6 守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的移位、平衡組合性技術 T-IV-B7 守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的協調、反應組合性技術 Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 Ta-IV-C8 運動道德 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動組合性心理調節及團隊狀態 Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為	
課程目標	五、培養專項運動之競技體能（體能訓練）：能依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。 六、精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之專項運動技術水準。 七、發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由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。 八、提升專項運動之心理素質（心理訓練）：能運用科學之訓練方法，有效發		

		展並提昇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，配合團隊演練，穩定表現出綜合戰術及戰略應用，提高運動表現，並能於實戰中取得良好成績。		
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	傳、接、擊、跑的認識與訓練	1. 綜合體能訓練 基礎體能-心肺耐力 2. 個人技術訓練 守備基礎動作 3. 小組戰術應用 5. 轉傳配合 4. 選手心理訓練 訓練觀念引導	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u>1</u> 場賽事(10%)
	第4-8週	打擊訓練	1. 綜合體能訓練 基礎體能-重量訓練 2. 個人技術訓練 攻擊技巧養成 3. 小組戰術應用 暗號執行 4. 選手心理訓練 攻擊策略	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u>1</u> 場賽事(20%)
	第9-12週	團體綜合守備	1. 綜合體能訓練 敏捷訓練 2. 個人技術訓練 守備技巧養成 3. 小組戰術應用 牽制時機配合 4. 選手心理訓練 守備觀念	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u>1</u> 場賽事(20%)
	第13-16週	助功訓練	1. 綜合體能訓練 間歇訓練 2. 個人技術訓練 觸擊, 打帶跑 3. 小組戰術應用 戰術執行 4. 選手心理訓練 針對比數選擇助攻模式	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(30%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u>1</u> 場賽事(20%)
	第17-21週	跑壘技巧	1. 綜合體能訓練 瞬發力啟動 2. 個人技術訓練 起跑動作 3. 小組戰術應用 跑壘技巧 4. 選手心理訓練 針對比數進行進退壘的方式	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%) 參加 <u>1</u> 場賽事(20%)
第2學	第1-4週	投球動作解析	1. 綜合體能訓練 核心肌群 2. 個人技術訓練	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(10%)

期			投球協調 3. 小組戰術應用 投球節奏 4. 選手心理訓練 配球模式	4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(30%)
	第 4-8 週	轉傳, 長傳阻殺	1. 綜合體能訓練 速耐力 2. 個人技術訓練 重心轉移 3. 小組戰術應用 跑位配合 4. 選手心理訓練 傳球企圖	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(5%) 5. 競技綜合訓練表現(5%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(30%)
	第 9-12 週	內, 外野飛球判斷	1. 綜合體能訓練 恢復訓練 2. 個人技術訓練 定位飛球 3. 小組戰術應用 飛球補位 4. 選手心理訓練 默契判斷	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(30%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(20%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(20%)
	第 13-16 週	內, 外野滾球基礎	1. 綜合體能訓練 下肢肌力 2. 個人技術訓練 滾球基礎動作 3. 小組戰術應用 滾球聯繫 4. 選手心理訓練 挑戰速球	1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(10%)
	第 17-20 週	變化球攻擊方式	1. 綜合體能訓練 上肢肌力 2. 個人技術訓練 小手臂揮棒技巧 3. 小組戰術應用 變化球設定 4. 選手心理訓練 設定球種攻擊	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(30%)
議題融入	<input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 性別 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 生命 <input checked="" type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input 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 checked="" 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】 1. 個人技術(40%)： (1)基礎動作 (2)訓練態度 2. 團隊對抗競賽(40%) 3. 競技參賽運動表現(20%) 【下學期】 1. 個人技術(40%)： (1)比賽觀念 (2)比賽態度			

	2. 團隊對抗競賽(40%) 3. 競技參賽運動表現(20%)		
教學設施 設備需求	棒球相關訓練器材		
教材來源	3. 體育專業領域課程綱要 4. 自編教材	師資來源	校內
備註			

屏東縣立恆春國中 111 學年度彈性學習課程計畫(棒球隊)

課程名稱	體育專業	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	第 1/2 學期 每週 1 節 共 39 節
設計理念	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	P-IV-3 了解並運用守備/跑分性球類運動速度、肌力、肌耐力、敏捷及柔韌組合性訓練 T-IV-3 了解並演練守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的組合性技術 Ta-IV-3 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 Ta-IV-5 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-3 了解守備/跑分性球類運動團隊訓練狀況，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	
	學習內容	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合 P-IV-A6 守備/跑分性球類運動之敏捷及柔韌組合 T-IV-B6 守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的移位、平衡組合性技術 T-IV-B7 守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的協調、反應組合性技術 Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 Ta-IV-C8 運動道德 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動組合性心理調節及團隊狀態 Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為	
課程目標	九、培養專項運動之競技體能（體能訓練）：能依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。 十、精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之專項運動技術水準。 十一、發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由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。 十二、提升專項運動之心理素質（心理訓練）：能運用科學之訓練方		

		法，有效發展並提昇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，配合團隊演練，穩定表現出綜合戰術及戰略應用，提高運動表現，並能於實戰中取得良好成績。			
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	傳、接、擊、跑的 認識與訓練	1. 綜合體能訓練 基礎體能-心肺耐力 2. 個人技術訓練 守備基礎動作 3. 小組戰術應用 5. 轉傳配合 4. 選手心理訓練 訓練觀念引導	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u>1</u> 場賽事(10%)
	第4-8週	打擊訓練	1. 綜合體能訓練 基礎體能-重量訓練 2. 個人技術訓練 攻擊技巧養成 3. 小組戰術應用 暗號執行 4. 選手心理訓練 攻擊策略	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u>1</u> 場賽事(20%)
	第9-12週	團體綜合守備	1. 綜合體能訓練 敏捷訓練 2. 個人技術訓練 守備技巧養成 3. 小組戰術應用 牽制時機配合 4. 選手心理訓練 守備觀念	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u>1</u> 場賽事(20%)
	第13-16週	助功訓練	1. 綜合體能訓練 間歇訓練 2. 個人技術訓練 觸擊, 打帶跑 3. 小組戰術應用 戰術執行 4. 選手心理訓練 針對比數選擇助攻模式	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(30%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u>1</u> 場賽事(20%)
	第17-21週	跑壘技巧	1. 綜合體能訓練 瞬發力啟動 2. 個人技術訓練 起跑動作 3. 小組戰術應用 跑壘技巧 4. 選手心理訓練 針對比數進行進退壘的方式	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%) 參加 <u>1</u> 場賽事(20%)
第2學	第1-4週	投球動作解析	1. 綜合體能訓練 核心肌群 2. 個人技術訓練	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(10%)

期			投球協調 3. 小組戰術應用 投球節奏 4. 選手心理訓練 配球模式	4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(30%)
	第 4-8 週	轉傳, 長傳阻殺	1. 綜合體能訓練 速耐力 2. 個人技術訓練 重心轉移 3. 小組戰術應用 跑位配合 4. 選手心理訓練 傳球企圖	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(5%) 5. 競技綜合訓練表現(5%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(30%)
	第 9-12 週	內, 外野飛球判斷	1. 綜合體能訓練 恢復訓練 2. 個人技術訓練 定位飛球 3. 小組戰術應用 飛球補位 4. 選手心理訓練 默契判斷	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(30%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(20%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(20%)
	第 13-16 週	內, 外野滾球基礎	1. 綜合體能訓練 下肢肌力 2. 個人技術訓練 滾球基礎動作 3. 小組戰術應用 滾球聯繫 4. 選手心理訓練 挑戰速球	1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(10%)
	第 17-18 週	變化球攻擊方式	1. 綜合體能訓練 上肢肌力 2. 個人技術訓練 小手臂揮棒技巧 3. 小組戰術應用 變化球設定 4. 選手心理訓練 設定球種攻擊	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加 <u> 1 </u> 場賽事(30%)
議題融入	<input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 性別 <input checked="" type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 生命 <input checked="" type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input 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 checked="" type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input checked="" 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】 1. 個人技術(40%)： (1)基礎動作 (2)訓練態度 2. 團隊對抗競賽(40%) 3. 競技參賽運動表現(20%) 【下學期】 1. 個人技術(40%)： (1)比賽觀念 (2)比賽態度			

	2. 團隊對抗競賽(40%) 3. 競技參賽運動表現(20%)		
教學設施 設備需求	棒球相關訓練器材		
教材來源	5. 體育專業領域課程綱要 6. 自編教材	師資來源	校內
備註			

屏東縣立恆春國中 111 學年度彈性學習課程計畫(籃球隊)

課程名稱	體育專業	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	第 1/2 學期 每週 1 節 共 41 節
設計理念	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 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 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 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 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 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	P-IV-3 了解並運用守備/跑分性球類運動速度、肌力、肌耐力、敏捷及柔韌組合性訓練 T-IV-3 了解並演練守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的組合性技術 Ta-IV-3 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 Ta-IV-5 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-3 了解守備/跑分性球類運動團隊訓練狀況，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	
	學習內容	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合 P-IV-A6 守備/跑分性球類運動之敏捷及柔韌組合 T-IV-B6 守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的移位、平衡組合性技術 T-IV-B7 守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的協調、反應組合性技術 Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 Ta-IV-C8 運動道德 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動組合性心理調節及團隊狀態 Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為	
課程目標		十三、 培養專項運動之競技體能（體能訓練）：能依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。 十四、 精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之專項運動技術水準。 十五、 發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由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。 十六、 提升專項運動之心理素質（心理訓練）：能運用科學之訓練方	

	法，有效發展並提昇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，配合團隊演練，穩定表現出綜合戰術及戰略應用，提高運動表現，並能於實戰中取得良好成績。			
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	(初階)球技基礎訓練	1. 綜合體能訓練-基本運球 2. 個人技術訓練-傳接 3. 小組戰術應用-快攻 1123	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(70%)
	第4-8週	(初階)球技基礎訓練	1. 綜合體能訓練-大四角傳接 2. 個人技術訓練-分組運球 3. 小組戰術應用-快攻 223	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(50%) 3. 小組綜合技術應用(20%)
	第9-12週	(初階)球技基礎訓練	1. 綜合體能訓練-防守-滑步 2. 個人技術訓練-運球 3. 小組戰術應用-2人傳接。快攻 223	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(50%) 3. 小組綜合技術應用(20%)
	第13-16週	(初階)球技基礎訓練	1. 綜合體能訓練-運球 2. 個人技術訓練-防守-滑步 3. 小組戰術應用-3人傳接加防守、2人快攻	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(40%)
	第17-21週	(初階)球技(傳球)訓練 1	1. 綜合體能訓練-傳接球 2. 個人技術訓練-運球 3. 小組戰術應用-2人快攻、多人小組配合	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(70%)
第2學期	第1-4週	(中階)球技(傳球)訓練 2	1. 綜合體能訓練-進階傳接 2. 個人技術訓練-進階運球 3. 選手心理訓練-進階快攻	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(70%)
	第4-8週	(中階)球技(運球)訓練	1. 綜合體能訓練-進階分組運球 2. 個人技術訓練-進階快攻 3. 小組戰術應用-進階大四角傳接 4. 選手心理訓練-模擬賽	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(40%)
	第9-12週	(中階)球技(防守)訓練	1. 綜合體能訓練-進階2人傳接 2. 個人技術訓練-防守-滑步、進階運球 3. 小組戰術應用-進階快攻 4. 選手心理訓練-模擬賽	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(40%)
	第13-16週	(中階)球技(防守)訓練	1. 綜合體能訓練-加防守 2. 個人技術訓練-進階快攻、防守-滑步 3. 小組戰術應用-進階3人傳接 4. 選手心理訓練-模擬賽	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(50%)
	第17-20週	(中階)球技(防守)訓練	1. 綜合體能訓練-進階傳接球、進階快攻 2. 個人技術訓練-進階運球 3. 小組戰術應用-多人小組配合 4. 選手心理訓練-模擬賽	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(50%)
議題融入	<input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 性別 <input type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input 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 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 checked="" 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	<p>【上學期】</p> <p>1. 個人技術(40%)：</p> <p>(1) 運球訓練</p> <p>(2) 傳接球訓練</p> <p>(3) 防守訓練</p> <p>2. 團隊對抗競賽(60%)</p> <p>3. 競技參賽運動表現(60%)</p> <p>【下學期】</p> <p>1. 個人技術(30%)：</p> <p>(1) 運球訓練</p> <p>(2) 傳接球訓練</p> <p>(3) 防守訓練</p> <p>2. 團隊對抗競賽(70%)</p> <p>3. 競技參賽運動表現(80%)</p>		
教學設施 設備需求	室內籃球場、室外籃球場、重訓室、籃球		
教材來源	7. 體育專業領域課程綱要 8. 自編教材	師資來源	校內
備註			

屏東縣立恆春國中 111 學年度彈性學習課程計畫(籃球隊)

課程名稱	體育專業	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	第 1/2 學期 每週 1 節 共 41 節
設計理念	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 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 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	P-IV-3 了解並運用守備/跑分性球類運動速度、肌力、肌耐力、敏捷及柔韌組合性訓練 T-IV-3 了解並演練守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的組合性技術 Ta-IV-3 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 Ta-IV-5 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-3 了解守備/跑分性球類運動團隊訓練狀況，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	
	學習內容	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合 P-IV-A6 守備/跑分性球類運動之敏捷及柔韌組合 T-IV-B6 守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的移位、平衡組合性技術 T-IV-B7 守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的協調、反應組合性技術 Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 Ta-IV-C8 運動道德 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動組合性心理調節及團隊狀態 Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為	
課程目標	十七、 培養專項運動之競技體能（體能訓練）：能依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。 十八、 精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之專項運動技術水準。 十九、 發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由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。 二十、 提升專項運動之心理素質（心理訓練）：能運用科學之訓練方		

	法，有效發展並提昇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，配合團隊演練，穩定表現出綜合戰術及戰略應用，提高運動表現，並能於實戰中取得良好成績。			
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	(中階)球技基礎訓練	1. 綜合體能訓練-基本運球 2. 個人技術訓練-傳接 3. 小組戰術應用-快攻 1123	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(70%)
	第4-8週	(中階)球技基礎訓練	1. 綜合體能訓練-大四角傳接 2. 個人技術訓練-分組運球 3. 小組戰術應用-快攻 223	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(50%) 3. 小組綜合技術應用(20%)
	第9-12週	(中階)球技基礎訓練	1. 綜合體能訓練-防守-滑步 2. 個人技術訓練-運球 3. 小組戰術應用-2人傳接。快攻 223	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(50%) 3. 小組綜合技術應用(20%)
	第13-16週	(中階)球技基礎訓練	1. 綜合體能訓練-運球 2. 個人技術訓練-防守-滑步 3. 小組戰術應用-3人傳接加防守、2人快攻	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(40%)
	第17-21週	(中階)球技(傳球)訓練 1	1. 綜合體能訓練-傳接球 2. 個人技術訓練-運球 3. 小組戰術應用-2人快攻、多人小組配合	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(70%)
第2學期	第1-4週	(高階)球技(傳球)訓練 2	1. 綜合體能訓練-進階傳接 2. 個人技術訓練-進階運球 3. 選手心理訓練-進階快攻	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(70%)
	第4-8週	(高階)球技(運球)訓練	1. 綜合體能訓練-進階分組運球 2. 個人技術訓練-進階快攻 3. 小組戰術應用-進階大四角傳接 4. 選手心理訓練-模擬賽	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(40%)
	第9-12週	(高階)球技(防守)訓練	1. 綜合體能訓練-進階2人傳接 2. 個人技術訓練-防守-滑步、進階運球 3. 小組戰術應用-進階快攻 4. 選手心理訓練-模擬賽	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(40%)
	第13-16週	(高階)球技(防守)訓練	1. 綜合體能訓練-加防守 2. 個人技術訓練-進階快攻、防守-滑步 3. 小組戰術應用-進階3人傳接 4. 選手心理訓練-模擬賽	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(50%)
	第17-18週	(高階)球技(防守)訓練	1. 綜合體能訓練-進階傳接球、進階快攻 2. 個人技術訓練-進階運球 3. 小組戰術應用-多人小組配合 4. 選手心理訓練-模擬賽	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(50%)
議題融入	<input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 性別 <input type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input 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 checked="" type="checkbox"/> 多元文化			

	<input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input checked="" 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	<p>【上學期】</p> <p>1. 個人技術(40%)：</p> <p>(1)運球訓練</p> <p>(2)傳接球訓練</p> <p>(3)防守訓練</p> <p>2. 團隊對抗競賽(60%)</p> <p>3. 競技參賽運動表現(60%)</p> <p>【下學期】</p> <p>1. 個人技術(30%)：</p> <p>(1)運球訓練</p> <p>(2)傳接球訓練</p> <p>(3)防守訓練</p> <p>2. 團隊對抗競賽(70%)</p> <p>3. 競技參賽運動表現(80%)</p>		
教學設施 設備需求	室內籃球場、室外籃球場、重訓室、籃球		
教材來源	9. 體育專業領域課程綱要 10. 自編教材	師資來源	校內
備註			

屏東縣立恆春國中 111 學年度彈性學習課程計畫(籃球隊)

課程名稱	體育專業	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	第 1/2 學期 每週 1 節 共 39 節
設計理念	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	P-IV-3 了解並運用守備/跑分性球類運動速度、肌力、肌耐力、敏捷及柔韌組合性訓練 T-IV-3 了解並演練守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的組合性技術 Ta-IV-3 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 Ta-IV-5 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-3 了解守備/跑分性球類運動團隊訓練狀況，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	
	學習內容	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合 P-IV-A6 守備/跑分性球類運動之敏捷及柔韌組合 T-IV-B6 守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的移位、平衡組合性技術 T-IV-B7 守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的協調、反應組合性技術 Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 Ta-IV-C8 運動道德 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動組合性心理調節及團隊狀態 Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為	
課程目標	二十一、 培養專項運動之競技體能（體能訓練）：能依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。 二十二、 精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之專項運動技術水準。 二十三、 發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由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。 二十四、 提升專項運動之心理素質（心理訓練）：能運用科學之訓練方		

	法，有效發展並提昇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，配合團隊演練，穩定表現出綜合戰術及戰略應用，提高運動表現，並能於實戰中取得良好成績。			
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	(高階)球技基礎訓練	1. 綜合體能訓練-基本運球 2. 個人技術訓練-傳接 3. 小組戰術應用-快攻 1123	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(70%)
	第4-8週	(高階)球技基礎訓練	1. 綜合體能訓練-大四角傳接 2. 個人技術訓練-分組運球 3. 小組戰術應用-快攻 223	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(50%) 3. 小組綜合技術應用(20%)
	第9-12週	(高階)球技基礎訓練	1. 綜合體能訓練-防守-滑步 2. 個人技術訓練-運球 3. 小組戰術應用-2人傳接。快攻 223	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(50%) 3. 小組綜合技術應用(20%)
	第13-16週	(高階)球技基礎訓練	1. 綜合體能訓練-運球 2. 個人技術訓練-防守-滑步 3. 小組戰術應用-3人傳接加防守、2人快攻	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(40%)
	第17-21週	(高階)球技(傳球)訓練 1	1. 綜合體能訓練-傳接球 2. 個人技術訓練-運球 3. 小組戰術應用-2人快攻、多人小組配合	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(70%)
第2學期	第1-4週	(高階)球技(傳球)訓練 2	1. 綜合體能訓練-進階傳接 2. 個人技術訓練-進階運球 3. 選手心理訓練-進階快攻	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(70%)
	第4-8週	(高階)球技(運球)訓練	1. 綜合體能訓練-進階分組運球 2. 個人技術訓練-進階快攻 3. 小組戰術應用-進階大四角傳接 4. 選手心理訓練-模擬賽	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(40%)
	第9-12週	(高階)球技(防守)訓練	1. 綜合體能訓練-進階2人傳接 2. 個人技術訓練-防守-滑步、進階運球 3. 小組戰術應用-進階快攻 4. 選手心理訓練-模擬賽	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(40%)
	第13-16週	(高階)球技(防守)訓練	1. 綜合體能訓練-加防守 2. 個人技術訓練-進階快攻、防守-滑步 3. 小組戰術應用-進階3人傳接 4. 選手心理訓練-模擬賽	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(50%)
	第17-18週	(高階)球技(防守)訓練	1. 綜合體能訓練-進階傳接球、進階快攻 2. 個人技術訓練-進階運球 3. 小組戰術應用-多人小組配合 4. 選手心理訓練-模擬賽	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(50%)
議題融入	<input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 性別 <input type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input 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 checked="" type="checkbox"/> 多元文化			

	<input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input checked="" 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	<p>【上學期】</p> <p>1. 個人技術(40%)：</p> <p>(1) 運球訓練</p> <p>(2) 傳接球訓練</p> <p>(3) 防守訓練</p> <p>2. 團隊對抗競賽(60%)</p> <p>3. 競技參賽運動表現(60%)</p> <p>【下學期】</p> <p>1. 個人技術(30%)：</p> <p>(1) 運球訓練</p> <p>(2) 傳接球訓練</p> <p>(3) 防守訓練</p> <p>2. 團隊對抗競賽(70%)</p> <p>3. 競技參賽運動表現(80%)</p>		
教學設施 設備需求	室內籃球場、室外籃球場、重訓室、籃球		
教材來源	11. 體育專業領域課程綱要 12. 自編教材	師資來源	校內
備註			

屏東縣立恆春國中111學年度彈性學習課程計畫(田徑隊)

課程名稱	體育專業	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"/> 七年級	節數	第 1/2 學期 每週 1 節 共 41 節
設計理念	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 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 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 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	P-IV-1 了解與運用一般體能訓練之原理原則 P-IV-2 了解與運用專項體能訓練之原理原則 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧 Ps-IV-2 理解並演練溝通能力 Ps-IV-3 了解並執行環境適應能力	
	學習內容	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則 P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則 T-IV-B1 跑、跳、擲/踢、蹬、划等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C3 運動道德 Ps-IV-D1 目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧 Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法 Ps-IV-D4 訓練與競賽環境	

課程目標	<p>一、培養專項運動之競技體能（體能訓練）：能依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。</p> <p>二、精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛練，發展個人與團隊之專項運動技術水準。</p> <p>三、發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由專項運動戰術戰略之執行</p>
------	---

		與練習，應用於實際競技運動比賽中。 四、提升專項運動之心理素質（心理訓練）：能運用科學之訓練方法，有效發展並提昇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，配合團隊演練，穩定表現出綜合戰術及戰略應用，提高運動表現，並能於實戰中取得良好成績。		
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	技術調整 1 賽季	1. 以賽代訓 2. 個人專項技術測驗	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(60%) 參加 <u>1</u> 場賽事(20%)
	第4-8週	技術調整 2 賽季	1. 以賽代訓 2. 個人專項技術測驗	1. 個人專項體能表現(5%) 2. 個人專項技術能力(70%) 參加 <u>1</u> 場賽事(25%)
	第9-12週	技術調整 3	1. 以賽代訓 2. 個人專項技術測驗	1. 個人專項體能表現(15%) 2. 個人專項技術能力(80%) 參加 <u>1</u> 場賽事(5%)
	第13-16週	技術調整 2	1. 綜合體能訓練 2. 個人技術訓練 3. 球類活動 4. 選手心理訓練	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 競技綜合訓練表現(30%) 參加 <u>2</u> 場賽事(10%)
	第17-21週	技術調整 3	1. 綜合體能訓練 2. 個人技術訓練 3. 技術檢討 4. 選手心理訓練	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(60%) 3. 競技綜合訓練表現(20%)
第2學期	第1-4週	技術調整 4	1. 專項重量訓練 2. 體能訓練(肺活量)、階梯訓練(肌力、爆發力)	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(70%)
	第4-8週	技術調整 1 賽季	1. 個人技術訓練 2. 選手心理訓練 3. 藥球訓練(賽前爆發力調整)	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(70%) 3. 競技綜合訓練表現(5%) 參加 <u>1</u> 場賽事(5%)
	第9-12週	技術調整 2 賽季	1. 各單項技術調整 2. 專項測驗	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(50%) 參加 <u>1</u> 場賽事(40%)
	第13-16週	田徑技術 基礎指導 3	1. 拳擊有氧 2. TRS 訓練 3. 專項重量訓練	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 競技綜合訓練表現(40%)
	第17-20週	心理素質訓練	1. 綜合體能訓練 2. 個人技術訓練 3. 選手心理訓練(比賽影片檢討)	1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 競技綜合訓練表現(20%)
議題融入		<input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 性別 <input type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input 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 type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input 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】		

	1. 個人技術(80%)： (1)技術成熟度 (2)技術搭配個人心理調適 2. 競技參賽運動表現(20%) 【下學期】 1. 個人技術(30%)： (1) 技術成熟度 2. 競技參賽運動表現(70%)		
教學設施 設備需求	操場、田徑場、跳高場、跳遠場、戶外籃球場		
教材來源	1. 體育專業領域課程綱要 2. 自編教材	師資來源	校內
備註			

屏東縣立恆春國中111學年度彈性學習課程計畫(田徑隊)

課程名稱	體育專業	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"/> 八年級	節數	第 1/2 學期 每週 1 節 共 41 節
設計理念	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 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 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 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	P-IV-1 了解與運用一般體能訓練之原理原則 P-IV-2 了解與運用專項體能訓練之原理原則 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧 Ps-IV-2 理解並演練溝通能力 Ps-IV-3 了解並執行環境適應能力	
	學習內容	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則 P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則 T-IV-B1 跑、跳、擲/踢、蹬、划等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C3 運動道德 Ps-IV-D1 目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧 Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法 Ps-IV-D4 訓練與競賽環境	
課程目標	五、培養專項運動之競技體能(體能訓練)：能依專項運動之特性執行個人體		

		<p>能訓練，增進專項運動之競技體適能。</p> <p>六、精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之專項運動技術水準。</p> <p>七、發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由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。</p> <p>八、提升專項運動之心理素質（心理訓練）：能運用科學之訓練方法，有效發展並提昇專項運動競賽之心理素質。</p>		
表現任務 (總結性評量)	能完成個人及小組綜合技術操作，配合團隊演練，穩定表現出綜合戰術及戰略應用，提高運動表現，並能於實戰中取得良好成績。			
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	技術調整 1 賽季	1. 以賽代訓 2. 個人專項技術測驗	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(40%) 參加 <u>1</u> 場賽事(50%)
	第4-8週	技術調整 2 賽季	1. 以賽代訓 2. 個人專項技術測驗	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(30%) 參加 <u>1</u> 場賽事(60%)
	第9-12週	技術調整 3	1. 以賽代訓 2. 個人專項技術測驗	1. 個人專項體能表現(5%) 2. 個人專項技術能力(25%) 參加 <u>1</u> 場賽事(70%)
	第13-16週	技術調整 2	1. 綜合體能訓練 2. 個人技術訓練 3. 球類活動 4. 選手心理訓練	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 競技綜合訓練表現(50%) 參加 <u>2</u> 場賽事(20%)
	第17-21週	技術調整 3	1. 綜合體能訓練 2. 個人技術訓練 3. 技術檢討 4. 選手心理訓練	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(60%) 3. 競技綜合訓練表現(20%)
第2學期	第1-4週	技術調整 4	1. 專項重量訓練 2. 體能訓練(肺活量)、階梯訓練(肌力、爆發力)	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(70%)
	第4-8週	技術調整 1 賽季	1. 個人技術訓練 2. 選手心理訓練 3. 藥球訓練(賽前爆發力調整)	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(70%) 3. 競技綜合訓練表現(5%) 參加 <u>1</u> 場賽事(5%)
	第9-12週	技術調整 2 賽季	1. 各單項技術調整 2. 專項測驗	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(50%) 參加 <u>1</u> 場賽事(40%)
	第13-16週	田徑技術 基礎指導 3	4. 拳擊有氧 5. TRS 訓練 6. 專項重量訓練	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 競技綜合訓練表現(40%)
	第17-20週	心理素質訓練	1. 綜合體能訓練 2. 個人技術訓練 3. 選手心理訓練(比賽影片檢討)	1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 競技綜合訓練表現(20%)

議題融入	<input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 性別 <input type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input 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 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】 1. 個人技術(60%)： (1)技術成熟度 (2)技術搭配個人心理調適 2. 競技參賽運動表現(40%) 【下學期】 1. 個人技術(30%)： (1) 技術成熟度 2. 競技參賽運動表現(70%)		
教學設施 設備需求	操場、田徑場、跳高場、跳遠場、戶外籃球場		
教材來源	3. 體育專業領域課程綱要 4. 自編教材	師資來源	校內
備註			

屏東縣立恆春國中111學年度彈性學習課程計畫(田徑隊)

課程名稱	體育專業	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"/> 九年級	節數	第 1/2 學期 每週 1 節 共 39 節
設計理念	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	P-IV-1 了解與運用一般體能訓練之原理原則 P-IV-2 了解與運用專項體能訓練之原理原則 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧 Ps-IV-2 理解並演練溝通能力 Ps-IV-3 了解並執行環境適應能力	
	學習內容	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則 P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則 T-IV-B1 跑、跳、擲/踢、蹬、划等各專項技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C3 運動道德 Ps-IV-D1 目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧 Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法 Ps-IV-D4 訓練與競賽環境	

課程目標		<p>九、培養專項運動之競技體能（體能訓練）：能依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進專項運動之競技體適能。</p> <p>十、精進專項運動之技術水準（技術訓練）：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之專項運動技術水準。</p> <p>十一、發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：能經由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。</p> <p>十二、提升專項運動之心理素質（心理訓練）：能運用科學之訓練方法，有效發展並提昇專項運動競賽之心理素質。</p>		
表現任務 (總結性評量)		能完成個人及小組綜合技術操作，配合團隊演練，穩定表現出綜合戰術及戰略應用，提高運動表現，並能於實戰中取得良好成績。		
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	技術調整 1 賽季	1. 以賽代訓 2. 個人專項技術測驗	1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(20%) 參加 <u>1</u> 場賽事(70%)
	第4-8週	技術調整 2 賽季	1. 以賽代訓 2. 個人專項技術測驗	1. 個人專項體能表現(5%) 2. 個人專項技術能力(15%) 參加 <u>1</u> 場賽事(80%)
	第9-12週	技術調整 3	1. 以賽代訓 2. 個人專項技術測驗	1. 個人專項體能表現(5%) 2. 個人專項技術能力(5%) 參加 <u>1</u> 場賽事(90%)
	第13-16週	技術調整 2	1. 綜合體能訓練 2. 個人技術訓練 3. 球類活動 4. 選手心理訓練	1. 個人專項技術能力(5%) 2. 競技綜合訓練表現(5%) 參加 <u>2</u> 場賽事(90%)
	第17-21週	技術調整 3	1. 綜合體能訓練 2. 個人技術訓練 3. 技術檢討 4. 選手心理訓練	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(60%) 3. 競技綜合訓練表現(20%)
第2學期	第1-4週	技術調整 4	1. 專項重量訓練 2. 體能訓練(肺活量)、階梯訓練(肌力、爆發力)	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(70%)
	第4-8週	技術調整 1 賽季	1. 個人技術訓練 2. 選手心理訓練 3. 藥球訓練(賽前爆發力調整)	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(70%) 3. 競技綜合訓練表現(5%) 參加 <u>1</u> 場賽事(5%)
	第9-12週	技術調整 2 賽季	1. 各單項技術調整 2. 專項測驗	1. 個人專項技術能力(10%) 參加 <u>1</u> 場賽事(90%)
	第13-16週	田徑技術 基礎指導 3	7. 拳擊有氧 8. TRS 訓練 9. 專項重量訓練	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 競技綜合訓練表現(40%)
	第17-18週	心理素質訓練	1. 綜合體能訓練 2. 個人技術訓練 3. 選手心理訓練(比賽影片檢討)	1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 競技綜合訓練表現(20%)

議題融入	<input checked="" type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 性別 <input type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input checked="" type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input 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】 1. 個人技術(40%)： (1)技術成熟度 (2)技術搭配個人心理調適 2. 競技參賽運動表現(60%) 【下學期】 1. 個人技術(20%)： (1) 技術成熟度 2. 競技參賽運動表現(80%)		
教學設施 設備需求	操場、田徑場、跳高場、跳遠場、戶外籃球場		
教材來源	5. 體育專業領域課程綱要 6. 自編教材	師資來源	校內
備註			

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)

屏東縣立恆春國中體育班發展委員會組織要點

依十二年國教基本教育體育班課程實施規範辦理
依高級中等以下學校體育班設立辦法辦理
本會組織章程經 110 年 07 月 02 日校務會議通過

第一條 依 110 年 3 月 2 日教育部頒「高級中等以下學校體育班設立辦法」之規定，組織成立「屏東縣立恆春國中體育班發展委員會」（以下簡稱本會）。

第二條 本組織成立方式由學校校務會議決定之。

第三條 本委員會由校長擔任主任委員，其餘委員由教務主任、學務主任、總務主任、輔導主任、會計主任、體育組長、家長代表、專任運動教練 3 人、體育班教師代表 2 人，共計 13 人擔任委員；單一性別委員人數不得少於委員總數三分之一。

第四條 本會之任務如下：

- 一、 審議體育班課程與教學規劃，包含課程計畫、體育班訪視、課程評鑑、生涯發展、職能探索、運動防護及運動科學應用...等。
- 二、 體育班運動訓練督導。
- 三、 體育班校內自評。
- 四、 體育班對外參賽限制，包含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、 審議體育班課業輔導及補救教學計畫，包括課業輔導內容及補救教學模式。
- 六、 審議學生調整術科專長項目，或因故不適任繼續就讀體育班須轉班或轉學之審議。
- 七、 指定體育班召集人及遴任導師。

八、 其他有關體育班發展事項。

第五條 體育班發展委員會之成員暨產生方式，如下表所示：

成 員	產生方式	人數
校 長	主任委員。	1
行政人員代表	當然委員含教務主任、學務主任、輔導主任、總務主任、體育組長。	5
家長代表	由體育班家長選派之。	1
體育班教師代表	由本校體育班導師擔任之。	3
專任運動教練	棒球教練、籃球教練、田徑教練	3
總計		13

附註：

1. 各代表之任期皆為一年，於每年八月因職務或身分之變更改選之。
2. 委員會得視需要邀請相關人員（如：相關主任、組長、教師）列席。

第六條 體育班發展委員會成員執掌：

組別	負責人員	主要負責業務
主任委員	校長	督導體育班之實施
委員兼 總幹事	學務主任	綜理有關體育班發展規劃事宜，推動體育班之實施、協調與成果評估。
委員兼召 集人	體育組長	有關體育班行政業務之執行及體育班相關會議事務聯繫、紀錄、資料成果彙整與陳送。
委員	體育班 家長代表	彙整家長意見提供參考並協助體育班訓練及比賽相關事宜。
委員	教務主任 總務主任 輔導主任	有關學校體育班之規劃，家長、社會資源之運用暨意見溝通與協調事項，體育班相關之教學設施改善、採購、經費與維護。體育專業課程所需場地、空間及設備檢修維護及更新。
委員	體育班導師	提供相關體育班事務之支援與建議
委員	專任運動 教練	1. 執行體育班訓練競賽相關事宜(專項運動訓練規劃及對外參賽規劃執行)

		<ol style="list-style-type: none">2. 體育專業課程（包括運動防護、運動競技訓練及其他基礎運動科學內容）3. 協助有關體育班行政業務之執行及體育班相關會議事務聯繫、紀錄、資料成果彙整與陳送。
--	--	---

第七條 本會每學期召開二次全體委員會議，如遇需要，臨時另行召集之。

第八條 本會經費由學校相關經費項下支應。

第九條 本會組織章程經 110 年 7 月 2 日校務會議通過，陳校長核可後公佈實施，修正時亦同。

恆春國中 111 學年度體育班發展委員會組織架構及成員

組別	成員職別	成員姓名	主要負責業務
主任委員	校長	張鑑堂	督導體育班發展與運作
委員兼 總幹事	學務主任	于福豪	綜理有關體育班發展規劃事宜，推動體育班之實施、協調與成果評估。
委員	體育組長	王婷	有關體育班行政業務之執行及體育班相關會議事務聯繫、紀錄、資料成果彙整與陳送。
委員	體育班 家長代表	體育班家長	彙整家長意見提供參考並協助體育班訓練及比賽相關事宜。
委員	體育班導師	邵心妤	提供相關體育班事務之支援與建議。
		陳忠敬	
		鄭秋龍	
委員	教務主任 總務主任 輔導主任	王剛鴻 黃德玄 吳思潔	有關學校體育班之規劃，家長、社會資源之運用暨意見溝通與協調事項，體育班相關之教學設施改善、採購、經費與維護。體育專業課程所需場地、空間及設備檢修維護及更新。
委員	專任運動 教練	李祖岑 潘志偉 陳妍榕	<ol style="list-style-type: none"> 1. 執行體育班訓練競賽相關事宜(專項運動訓練規劃及對外參賽規劃執行) 2. 體育專業課程(包括運動防護、運動競技訓練及其他基礎運動科學內容) 3. 協助有關體育班行政業務之執行及體育班相關會議事務聯繫、紀錄、資料成果彙整與陳送。

體育班課程規劃小組組織要點

依十二年國教基本教育體育班課程實施規範辦理
本會組織章程經 110 年 07 月 01 日體育發展委員會會議通過

- 第一條 依據教育部 108 年 6 月 6 日發布「十二年國民基本教育體育班課程實施規範」。
- 第二條 學校為推動體育班課程發展,依據「高級中等以下學校體育班設立辦法」訂定「體育班發展委員會組織要點」,經學校校務會議通過後,據以成立體育班發展委員會。委員會下應設體育班課程規劃小組。學校得考量學校規模與地理特性,聯合成立校際之體育班課程規劃小組。
- 第三條 本組織成立方式由體育發展委員會議決定之。
- 第四條 本委員會由學校行政人員,體育班各領域/群科/學程/科目(含特殊服務需求領域課程)授課教師代表,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。並視學校發展需要聘請校外專家學者、社區/部落人士、產業界人士或學生;單一性別委員人數不得少於委員會總數三分之一。
- 第五條 體育班課程規劃小組應掌握學校教育願景及運動特色,發展學校體育班本位課程,並負責撰述學校體育班課程計畫、審議課業輔導及補救教學計畫、彈性調整領域節數以因應體育班課程需求、訂定選手出賽基準、體育班訪視及其他體育班相關之課程事項等。

第六條 體育班課程規劃小組成員執掌：

組別	成員姓名	主要負責業務
召集人	委員互選	召集委員會議，督導體育班課程規劃之討論
委員兼 總幹事	學務主任	綜理有關體育班課程規劃事宜，推動體育班課程規劃之實施、 協調與成果評估。
委員	體育組長	有關體育班課程規劃行政業務之執行及體育班課程規劃相關會議 事務聯繫、紀錄、資料成果彙整與陳送。
委員	教務主任	1. 有關學校體育班課程規劃之協商與實施。 2. 辦理課程發展、教學實施、學習評量、課業輔導及補救教學… 等事宜。
委員	體育班導師	提供相關體育班課程規劃事務之支援與建議
委員	領域教師 代表	提供相關體育班課程規劃事務之支援與建議
委員	專任運動 教練代表*3	1. 執行體育班課程規劃相關事宜 2 協助有關體育班課程規劃行政業務之執行及體育班相關會議 事務聯繫、紀錄、資料成果彙整與陳送。

附註：

1. 各代表之任期皆為一年，於每年八月因職務或身分之變更改選之。
2. 召開會議時得視實際需要，邀請相關人員列席（如：相關主任、組長、教師）。
3. 出席人數需達全體委員二分之一以上，始得開會；委員過半數同意，始得通過。

第七條 本會每學年召開 2 次全體小組會議，如遇需要，臨時另行召集之。

第八條 本會經費由學校相關經費項下支應。

第九條 本會組織章程經 110 年 07 月 01 日體育發展委員會通過，陳校長核可後公佈實施，修正時亦同。