

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度體育班課程計畫

課程計畫目錄

【本課程計畫經本校 112 年 6 月 20 日體育班發展委員會審查通過】

【本課程計畫經本校 112 年 6 月 29 日課程發展委員會審查通過】

【本課程計畫經屏東縣政府 112 年 月 日屏府教體字第 號核準備查】

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、體育班體育課程計畫

體育班體育專業領域課程計畫暨特殊需求領域課程計畫（參見表三）

參、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	黃德玄		E-mail	tehsuan@yahoo.com.tw		
編制內教師數	76					
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		18	493		
	<u>集中式</u> 身心障礙類特教 班		1	11		
	藝術才能班		3	85		
	體育班	發展項目	3	62		
		1.棒球 2.籃球 3.田徑				
總計			692			

非集中式 特殊類型班級	分散式資源 班	身心障礙類	2	45
		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、八	
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	國民中學	備註
		階段	第四學習階段	
		年級	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	1	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	2 節	
		學習總節數	35 節	

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 七 年級第 一 學期體育專業課程暨特殊需求領域【田徑】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	陳妍榕	課發會審查人員	教學者	陳妍榕
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養田徑專項運動之競技體能：能依專項運動之特性執行個人體能訓練，增進田徑專項運動之競技體適能。 二、精進田徑專項運動之技術水準：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之田徑專項運動技術水準。 三、發展田徑專項運動之戰術運用：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。 四、提升田徑專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	<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 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 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	認識田徑運動體能訓練	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	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則	<input checked="" type="checkbox"/> 熱身操 <input checked="" type="checkbox"/> 體能訓練 <input checked="" type="checkbox"/> 馬克基本動作練習 <input checked="" type="checkbox"/> 欄架基本動作練習 <input checked="" type="checkbox"/> 敏捷練習 1 節	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
2	田徑敏捷練習	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原	<input checked="" type="checkbox"/> 慢跑熱身 <input checked="" type="checkbox"/> 馬克操	性別平等教育 人權教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	理原則	◆跑姿基本動作訓練 ◆體能訓練 ◆跳繩跳/跑轉換 ◆長短定格跑	品德教育 法治教育			
3	田徑敏捷練習	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆慢跑熱身 ◆馬克操 ◆弓箭步擺臂訓練 ◆體能訓練 ◆欄架基本操	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
4	田徑敏捷練習	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆慢跑熱身 ◆活動操 ◆馬克操 ◆柔軟操訓練 ◆間歇跑訓練 2 節	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
5	以賽代訓	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	新北城市盃	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
6	馬克操運用	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆慢跑熱身 ◆馬克操	性別平等教育 人權教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	理原則	◆折返跑 ◆小抬腿跑訓練 ◆高抬腿跑訓練 ◆拉力帶跑姿訓練	品德教育 法治教育			
7	馬克操運用	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆慢跑熱身 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆敏捷起跑訓練 ◆折返跑訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考
8	馬克操運用	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	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則	◆慢跑熱身 ◆徒手體能訓練 ◆跳繩跑跳轉換訓練 ◆核心肌群訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
9	速度訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆慢跑熱身 ◆加速跑 ◆小抬腿跑訓練 ◆高抬腿跑訓練 ◆拉力帶跑姿訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
10	以賽代訓	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	全國中等學校田徑錦標賽	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術						
11	速度訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑熱身 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆敏捷起跑訓練 ◆折返跑訓練 ◆起跑架訓練 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
12	速度訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑熱身 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆跳繩跑跳轉換訓練 ◆起跑 20 公尺訓練 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
13	以賽代訓	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	全國屏東盃	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習 測驗	6	
14	接力練習	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑熱身 ◆馬克操 ◆體能訓練 ◆短接速度訓練 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考

進度週次	各單元/主題 名稱	學習重點		教學重點	融入之議題 內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術						
15	跳高練習與認識	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 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑熱身 ◆馬克操 ◆跳高墊上熱身 ◆剪刀抬腳訓練 ◆三部抬腳 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
16	跳高練習與認識	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑熱身 ◆跳高空中基本動作 ◆跳高步點測量 ◆跳高背向式解說 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
17	跳高練習與認識	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑熱身 ◆加速跑 ◆墊上熱身 ◆核心肌群訓練 ◆跳高三步後擋訓練 ◆跳高內傾彎道跑 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
18	跳遠練習與認識	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑熱身 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆折返跑 ◆敏捷起跑訓練 1 節 ◆跳遠三步起跳 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		進階技術						
19	標槍練習與認識	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑熱身 ◆馬克操 ◆標槍繞脖熱身 ◆認識標槍持法 ◆插槍練習 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
20	標槍練習與認識	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑熱身 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆交叉步練習 ◆標槍五步/七步交叉練習 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
21	跳高、跳遠認識及練習	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑熱身 ◆活動操 ◆馬克操 ◆柔軟操訓練 ◆跳高/跳遠測驗 ◆考核成效 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習 測驗	6	期末考/ 校外教學

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 七 年級第 二 學期體育專業課程暨特殊需求領域【田徑】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	陳妍榕	課發會審查人員	教學者	陳妍榕
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養田徑專項運動之競技體能：能依田徑專項運動之特性執行個人體能訓練，增進田徑專項運動之競技體適能。 二、精進田徑專項運動之技術水準：能藉由田徑專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之田徑專項運動技術水準。 三、發展田徑專項運動之戰術運用：能經由田徑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、提升田徑專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升田徑專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	<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。 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。 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。 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。 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。 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	鐵餅認識及練習	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術	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	<input checked="" type="checkbox"/> 慢跑訓練 <input checked="" type="checkbox"/> 馬克操 <input checked="" type="checkbox"/> 鐵餅握法 <input checked="" type="checkbox"/> 站投示範 <input checked="" type="checkbox"/> 複習鐵餅流程	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理					
2	鐵餅認識及練習	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑訓練 ◆短程速度訓練 ◆馬克操 ◆鐵餅複習 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
3	鉛球認識及練習	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆折返跑 ◆鉛球基本動作講解 ◆鉛球動作訓練 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
4	鉛球認識及練習	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆慢跑訓練 ◆加速跑 ◆徒手體能 ◆擲部腰力訓練 ◆鉛球滑步訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
5	以賽代訓	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	高雄港都盃	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
6	以賽代訓	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術	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	屏東中小學聯運	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理					
7	鉛球、鐵餅、標槍測驗	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑訓練 ◆活動操 ◆測驗標槍動作 ◆測驗鉛球動作 ◆測驗鐵餅 ◆考核成效 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考
8	中長距離訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆跳繩跑跳轉換 ◆認識中長距離項目 ◆三千公尺測驗 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	校慶
9	中長距離訓練	P-IV-1 了解與運用一般體能訓練之原理原則	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌（耐）力等一般體	◆馬克操	性別平等教育 人權教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆加速跑 ◆徒手體能 ◆追逐跑訓練 ◆核心肌群訓練 ◆500 公尺一趟	品德教育 法治教育			
10	以賽代訓	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	全國中等學校運動會	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
11	中長距離訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆間歇 200 公尺 ◆12 分鐘測驗	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
12	中長距離訓練	P-IV-1 了解與運用一般體	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟	◆野外跑耐力訓練	性別平等教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		能訓練之原理原則 P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆馬克操 ◆加速跑 ◆1000 公尺測驗	人權教育 品德教育 法治教育			
13	核心體能練習	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆循環體能訓練 ◆藥球核心訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
14	核心體能練習	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆弓箭步擺臂訓練 ◆循環體能訓練 ◆藥球核心訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
15	欄架運動練習	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆繩梯敏捷 ◆欄架操 ◆欄架對牆 ◆長短定格跑 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
16	欄架運動練習	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆折返跑 ◆欄架操 ◆欄架前導腳 ◆欄架後縮腳 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
17	欄架運動練習	P-IV-2 了解與運用專項體	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬	◆慢跑訓練	性別平等教育	分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆馬克操 ◆加速跑 ◆藥球前拋後拋 ◆欄架前導腳後縮腳 ◆欄架五步過欄	人權教育 品德教育 法治教育			
18	欄架運動練習	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆欄架前導腳後縮腳 ◆欄架三步過欄	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	分組練習	6	
19	心得分享	P-IV-2 了解與運用專項體	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬	◆慢跑訓練	性別平等教育	分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 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	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆馬克操 ◆加速跑 ◆比賽心得分析	人權教育 品德教育 法治教育			
20	專項定位	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動	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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆徒手體能 ◆追逐跑訓練 ◆核心肌群訓練 ◆決定專長項目	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	分組練習測驗	6	期末考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 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	及完成動作之進階技術 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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					

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 八 年級第 一 學期體育專業課程暨特殊需求領域【田徑】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	陳妍榕	課發會審查人員	教學者	陳妍榕
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養田徑專項運動之競技體能：能依田徑專項運動之特性執行個人體能訓練，增進田徑專項運動之競技體適能。 二、精進田徑專項運動之技術水準：能藉由田徑專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之田徑專項運動技術水準。 三、發展田徑專項運動之戰術運用：能經由田徑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、提升田徑專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升田徑專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	<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 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 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 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	認識運動傷害體能訓練	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	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆跑姿基本動作訓練 ◆體能訓練 ◆運動傷害防護課程 ◆隊員自我操作 2 節	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
2	專項練習與	P-IV-3 能訓練之原理原則	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發	◆慢跑訓練	性別平等教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
	體能訓練	了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	力與速度等專項體能之原理原則 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆馬克操 ◆加速跑 ◆單腳跳/跨步跳 ◆專項技術補強	人權教育 品德教育 法治教育			
3	專項練習與體能訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆跳繩跑/跳轉換 ◆循環體能 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
4	專項練習與體能訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆徒手體能訓練 ◆藥球前拋後拋 ◆核心肌群訓練 ◆速度/速耐訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
5	以賽代訓	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	新北城市盃	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
6	專項練習與	P-IV-3 能訓練之原理原則	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發	◆慢跑訓練	性別平等教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
	體能訓練	了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	力與速度等專項體能之原理原則 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆馬克操 ◆柔軟操訓練 ◆徒手體能活動 ◆肌群等張等長訓練	人權教育 品德教育 法治教育			
7	專項練習	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆追逐跑訓練 ◆重量訓練 ◆專長技術測驗	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考
8	專項技術練習 專項心理訓練	T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術 Ps-IV-2 理解並演練溝通能力	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 Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆速度訓練 ◆調整專項技術 ◆意象訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
9	比賽期的戰術	Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德	Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 Ta-IV-C3 運動道德	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆欄架基本 ◆技術/狀況調整	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
10	以賽代訓	Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德	Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 Ta-IV-C3 運動道德	全國中等學校田徑錦標賽	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
11	比賽期調整	Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德	Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 Ta-IV-C3 運動道德	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆跳繩 0.5 節 ◆全國賽事 4 節	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
12	比賽期調整	Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德	Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 Ta-IV-C3 運動道德	◆慢跑訓練 0.5 節 ◆馬克操 0.5 節 ◆加速跑 0.5 節 ◆徒手體能 0.5 節 ◆全國賽事 4 節	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
13	以賽代訓	Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德	Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 Ta-IV-C3 運動道德	全國屏東盃田徑錦標賽	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
14	比賽期後的調整與心理	Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德	Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 Ta-IV-C3 運動道德	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆賽後調整/放鬆	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考
15	比賽期後的調整與心理	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	Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆核心肌群訓練 ◆賽後調整/放鬆	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
16	比賽期後的調整與心理	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	Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆柔軟操/按摩 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
17	比賽期後的調整與心理	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	Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆賽後影片分析	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	分組練習	6	
18	比賽期後準備	Ps-IV-2 理解並演練溝通能力	Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧	◆慢跑訓練	性別平等教育	分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
	期	力 Ps-IV-3 了解並執行環境適應能力	理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	◆馬克操 ◆加速跑 ◆藥球前拋後拋 ◆比賽優缺點解析	人權教育 品德教育 法治教育			
19	比賽期後準備期	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	Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆徒手體能 ◆藥球左右側拋 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	分組練習	6	
20	比賽期後準備期	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	Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆定格跑 ◆槓鈴補強 ◆極限速耐	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	分組練習	6	
21	比賽期後準備期	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	Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆繩梯敏捷 ◆斜坡速度 ◆法特雷克 ◆12分鐘測驗	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	期末考/ 校外教學

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 八 年級第 二 學期體育專業課程暨特殊需求領域【田徑】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 120 節
設計者	陳妍榕	課發會審查人員	教學者	陳妍榕
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養田徑專項運動之競技體能：能依田徑專項運動之特性執行個人體能訓練，增進田徑專項運動之競技體適能。 二、精進田徑專項運動之技術水準：能藉由田徑專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之田徑專項運動技術水準。 三、發展田徑專項運動之戰術運用：能經由田徑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、提升田徑專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升田徑專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	<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。 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。 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。 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。 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	體能訓練的加強	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 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	<input checked="" type="checkbox"/> 慢跑訓練 <input checked="" type="checkbox"/> 馬克操 <input checked="" type="checkbox"/> 加速跑 <input checked="" type="checkbox"/> 爆發力訓練 <input checked="" type="checkbox"/> 重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		安全原則與運動防護						
2	體能訓練的加強	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 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆腹背肌訓練 ◆循環體能 ◆重量訓練 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
3	體能訓練的加強	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 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆柔軟操訓練 ◆徒手體能活動 ◆肌群等張等長訓練 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
4	體能訓練的加強	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 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑訓練 ◆活動操 ◆馬克操 ◆柔軟操訓練 ◆肌耐力訓練 ◆專項技術訓練 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
5	以賽代訓	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 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	高雄港都盃	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
6	以賽代訓	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 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	屏東中小學聯運	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
7	以賽代訓	T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ps-IV-3 了解並執行環境適應能力	T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	新北青年盃	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考
8	專項技巧提升	T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ps-IV-3 了解並執行環境適應能力	T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆核心肌群訓練 ◆專項技術重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	校慶
9	專項技巧提升	T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ps-IV-3 了解並執行環境適應能力	T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆極限速耐 ◆專項技術速度	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
10	專項技巧提升	T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ps-IV-3 了解並執行環境適應能力	T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆箭頭欄訓練 ◆核心訓練 ◆速度訓練 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
11	專項技巧提升	T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ps-IV-3 了解並執行環境適應能力	T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆專項技術訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		應能力		◆專項技術速度				
12	專項技巧提升	T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ps-IV-3 了解並執行環境適應能力	T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆間歇速耐力 ◆打掃訓練環境	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
13	以賽代訓	T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ps-IV-3 了解並執行環境適應能力	T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	全國中等學校運動會	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習 測驗	6	
14	比賽期 (賽後調整放鬆)	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術 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	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-C2 競賽與情報蒐集 Ps-IV-D1 目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆三向欄	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考
15	比賽期 (賽後調整放鬆)	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術 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	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-C2 競賽與情報蒐集 Ps-IV-D1 目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆爆發力訓練 2 節 ◆重量訓練 2 節	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
16	專項技術進階 提升	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術 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	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-C2 競賽與情報蒐集	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆繩梯訓練 ◆專項技術速度	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		巧	Ps-IV-D1 目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧					
17	專項技術進階提升	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 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	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-C2 競賽與情報蒐集 Ps-IV-D1 目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆敏捷訓練 ◆速度訓練 ◆專項技術調整 ◆比賽模擬訓 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
18	準備期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 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	Ta-IV-C3 運動道德 Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆跳繩 ◆欄架操 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
19	準備期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 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	Ta-IV-C3 運動道德 Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆敏捷 ◆重訓 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
20	準備期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 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	Ta-IV-C3 運動道德 Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法	<ul style="list-style-type: none"> ◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆定格跑 ◆賽後調整/放鬆 4 節 	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	期末考

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 九 年級第 一 學期體育專業課程暨特殊需求領域【田徑】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	陳妍榕	課發會審查人員	教學者	陳妍榕
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養田徑專項運動之競技體能：能依田徑專項運動之特性執行個人體能訓練，增進田徑專項運動之競技體適能。 二、精進田徑專項運動之技術水準：能藉由田徑專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之田徑專項運動技術水準。 三、發展田徑專項運動之戰術運用：能經由田徑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、提升田徑專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升田徑專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	<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。 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。 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。 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。 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	體能訓練	P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆跳繩跑/跳轉換 ◆循環體能 5 組	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
2	加強基本專項	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之	T-IV-B1 跑、跳、擲/踢、蹬、划等各專項技術的單一動	◆慢跑訓練 ◆馬克操	性別平等教育 人權教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理	◆加速跑 ◆腹背肌訓練 ◆循環體能 ◆重量訓練 ◆專項分組	品德教育 法治教育			
3	加強基本專項	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆折返跑 ◆欄架基本 ◆技術補強 ◆專項技術訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
4	加強基本專項	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆徒手體能 ◆箭頭欄/三向欄 ◆基礎專項技術 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
5	以賽代訓	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理	新北城市盃	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
6	加強基本專項	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之	T-IV-B1 跑、跳、擲/踢、蹬、划等各專項技術的單一動	◆慢跑訓練 ◆馬克操	性別平等教育 人權教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理	◆加速跑 ◆核心肌群 ◆速度訓練 ◆專項技術	品德教育 法治教育			
7	加強基本專項	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆追逐跑 ◆技術補助 ◆技術速度 ◆技術重量	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考
8	體力加強期 速度加強期 肌力加強期	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練之原理原則 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆追逐跑 ◆間歇訓練 ◆重量加強	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
9	擲部技術加強期 跳部技術加強期 徑賽技術加強期	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆徒手體能 ◆技術輔助訓練 ◆技術重量訓練 ◆模擬訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
10	以賽代訓	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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	全國中等學校田徑錦標賽	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理					
11	擲部技術加強期 跳部技術加強期 徑賽技術加強期	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理	◆慢跑訓練 0.5 節 ◆馬克操 0.5 節 ◆加速跑 0.5 節 ◆爆發力訓練 0.5 節 ◆技術輔助訓練 1 節 ◆技術重量訓練 1 節 ◆技術模擬賽事 2 節	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
12	擲部技術加強期 跳部技術加強期 徑賽技術加強期	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理	◆慢跑訓練 0.5 節 ◆馬克操 0.5 節 ◆加速跑 0.5 節 ◆繩梯訓練 0.5 節 ◆技術輔助訓練 1 節 ◆技術重量訓練 1 節 ◆技術專項訓練 2 節	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
13	以賽代訓	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理	全國屏東盃	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
14	賽後調整期	T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆藥球訓練 ◆技術輔助訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習 測驗	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理	◆技術重量訓練 ◆放鬆按摩				
15	賽後調整期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆極限速耐 ◆專項技術速度	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
16	賽後調整期 準備進入鍛鍊期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆敏捷速度 ◆技術/狀況調整	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
17	賽後調整期 準備進入鍛鍊期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆跳繩 ◆調整專項技術	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
18	賽後調整期 準備進入鍛鍊期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆調整專項技術	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
19	賽後調整期 準備進入鍛鍊期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆徒手體能 ◆調整專項技術	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
20	賽後調整期 準備進入鍛鍊期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆敏捷	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
				◆調整專項技術				
21	賽後調整期 準備進入鍛鍊期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆賽後按摩放鬆 ◆賽後影片分析 2 節	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習 測驗	6	期末考/ 校外教學

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 九 年級第 二 學期體育專業課程暨特殊需求領域【田徑】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 102 節
設計者	陳妍榕	課發會審查人員	教學者	陳妍榕
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養田徑專項運動之競技體能：能依田徑專項運動之特性執行個人體能訓練，增進田徑專項運動之競技體適能。 二、精進田徑專項運動之技術水準：能藉由田徑專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊之田徑專項運動技術水準。 三、發展田徑專項運動之戰術運用：能經由田徑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、提升田徑專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升田徑專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	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。 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。 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。 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。 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	體力加強期 速度加強期 肌力加強期	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 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆折返跑 ◆箭頭欄/三向欄 ◆3000M 測驗	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		安全原則與運動防護						
2	體力加強期 速度加強期 肌力加強期	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 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆跳繩跑/跳轉換 ◆腹背肌訓練 ◆循環體能 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
3	體力加強期 速度加強期 肌力加強期	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 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	◆慢跑訓練 ◆活動操 ◆長短定格跑 ◆柔軟操訓練 ◆徒手體能活動 ◆肌群等張等長訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
4	體力加強期 速度加強期 肌力加強期	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 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆柔軟操訓練 ◆技術補強 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
5	以賽代訓	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 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	高雄港都盃	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		安全原則與運動防護						
6	以賽代訓	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 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	屏東中小學聯運	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
7	以賽代訓	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 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護	新北青年盃	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習 測驗	6	段考
8	技術調整期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆核心肌群訓練 ◆專項技術重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	校慶
9	技術調整期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆欄架基本 ◆專項技術細部調整	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
10	技術調整期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆箭頭欄訓練 ◆核心訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
				◆速度訓練				
11	技術調整期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆專項技術訓練 ◆專項技術速度	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
12	技術調整期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆跳繩 ◆調整專項技術	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
13	以賽代訓	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	全國中等學校運動會	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
14	賽後放鬆期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆敏捷 ◆運動按摩	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習 測驗	6	段考/ 會考
15	賽後放鬆期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆定格跑 ◆賽後調整/放鬆	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
16	賽後放鬆期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆藥球前拋後拋 ◆比賽優缺點解析	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
17	賽後放鬆期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆賽後調整/放鬆	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習 測驗	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
18	心得分享	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆比賽優缺點解析 ◆三年訓練心得	人權教育 品德教育	小隊實作	6	畢業周

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 七 年級第 一 學期體育專業課程暨特殊需求領域【棒球】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)	教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	李振堯	教學者	李振堯
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)		
課程設計理念	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。		
課程目標	一、培養 棒球 專項運動之競技體能：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 棒球 專項運動之技術水準：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。 三、發展 棒球 專項運動之戰術運用：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。 四、提升 棒球 專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升專項運動競賽之心理素質。		
核心素養	<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。 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。 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。		

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	認識棒球運動訓練	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	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	基礎體能-心肺耐力	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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		教育	術能力(10%) 3. 小組綜合技術應用(30%) 4. 團隊分組對抗競賽(30%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)		
2	認識棒球運動訓練	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	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	基礎體能-心肺耐力	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 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	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		Ta-IV-3 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			抗競賽(30%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)		
3	認識棒球運動訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練	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	守備基礎動作	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	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(30%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)	6	

進度 週次	各單元/主題 名稱	學習重點		教學重點	融入之議題 內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	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 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					
4	認識棒球運動 訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球 類運動組合性戰術訓練 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	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	轉傳配合	科技教育、能 源教育、家庭 教育、品德教 育、安全教 育、生涯規畫 教育	[檢核點(形成 性評量)] 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(20%) 5.競技綜合訓 練表現(30%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		倫理的行為及有利於團隊的道德行為	Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 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					
5	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	訓練觀念引導	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
6	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球 類運動組合性戰術訓練 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	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 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動 組合性心理調節及團隊 狀態	基礎體能-重量訓練	科技教育、能 源教育、家庭 教育、品德教 育、安全教 育、生涯規畫 教育	[檢核點(形成 性評量)] 1. 個人專項體 能表現(40%) 2. 個人專項技 術能力(40%) 3. 小組綜合技 術應用(10%) 4. 團隊分組對 抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓 練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為					
7	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	攻擊技巧養成 段考周	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
8	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	暗號執行段考周	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	
9	棒球專項進階訓練	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	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合	攻擊策略段考周	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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		育、生涯規畫教育	2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
10	棒球專項進階訓練	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	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	敏捷訓練	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		擊的組合性技術 Ta-IV-3 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
11	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球	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	守備技巧養成	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	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(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加桃園盃賽事(50%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		類運動組合性戰術訓練 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	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 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					
12	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	牽制時機配合	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	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(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加屏東縣運賽事(50%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 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					
13	棒球團體合作訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	守備觀念	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 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(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加屏東曾紀恩盃賽事(50%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
14	棒球團體合作訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球 類運動組合性戰術訓練 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	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 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動 組合性心理調節及團隊 狀態	間歇訓練 段考週	科技教育、能 源教育、家庭 教育、品德教 育、安全教 育、生涯規畫 教育	測驗	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為					
15	棒球團體合作訓練	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 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	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	觸擊, 打帶跑	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 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(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	6	
16	棒球團體合作訓練	P-IV-3 了解並運用守備/跑分性球類運動速度、肌力、肌耐	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力	戰術執行	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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		育、安全教育、生涯規畫教育	能表現(10%) 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%)		
17	棒球模擬賽訓練	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	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	針對比數選擇助攻模式	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 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(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		擊的組合性技術 Ta-IV-3 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)參加台南巨人盃賽事(50%)		
18	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練	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	瞬發力啟動	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	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 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					
19	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	起跑動作	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1.個人專項體能表現(40%) 2.個人專項技術能力(40%) 3.小組綜合技術應用(10%) 4.團隊分組對抗競賽(0%) 5.競技綜合訓練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		倫理的行為及有利於團隊的道德行為	Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 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					
20	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	跑壘技巧	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加軟式聯賽賽事(50%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
21	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球 類運動組合性戰術訓練 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	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 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動 組合性心理調節及團隊 狀態	針對比數進行進退壘的方式 期末考週	科技教育、能 源教育、家庭 教育、品德教 育、安全教 育、生涯規畫 教育	[檢核點(形成 性評量)] 1. 個人專項體 能表現(40%) 2. 個人專項技 術能力(40%) 3. 小組綜合技 術應用(10%) 4. 團隊分組對 抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓 練表現(10%)	6	期末 考/ 校外 教學

進度 週次	各單元/主題 名稱	學習重點		教學重點	融入之議題 內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動 之團隊運動道德、倫理 與行為					

*以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 七 年級第 二 學期體育專業課程暨特殊需求領域【棒球】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	李振堯		教學者	李振堯
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養棒球專項運動之 競技體能 ：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、精進棒球專項運動之 技術水準 ：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。 三、發展棒球專項運動之 戰術運用 ：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。 四、提升棒球專項運動之 心理素質 ：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	<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。 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。 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	認識棒球運動	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	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	核心肌群	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)		
2	認識棒球運動	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球	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	投球協調	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		類運動組合性戰術訓練 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	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 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					
3	認識棒球運動	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	投球節奏	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		隊的道德行為	合性戰術 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					
4	認識棒球運動	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	配球模式	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為					
5	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	速耐力	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	
6	棒球技術訓練	P-IV-3 了解並運用守備/跑分性球	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之	重心轉移	科技教育、能源教育、家庭	[檢核點(形成性評量)]	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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		教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
7	棒球技術訓練	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	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	跑位配合 段考周	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%)	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		擊的組合性技術 Ta-IV-3 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
8	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 Ps-IV-3	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	傳球企圖 校慶	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	校慶

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	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 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					
9	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	恢復訓練	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 參加謝國城盃賽事(50%)全國青少棒	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
10	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	定位飛球	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			為					
11	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	飛球補位	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 參加全國青少棒賽事(50%)全國青少棒	6	
12	棒球專項進階訓練	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	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	默契判斷	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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		育、生涯規畫教育	2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
13	棒球團體合作訓練	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	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	下肢肌力	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			參加硬式聯賽賽事(50%)華南金控盃		
14	棒球團體合作訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 Ps-IV-3 了解守備/跑分性球類運動團隊訓練狀況，並能自我	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	滾球基礎動作段考周	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 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					
15	棒球團體合作訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動組	滾球聯繫	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 參加華南金控盃賽事(50%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
16	棒球團體合作訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	挑戰速球	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
17	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	上肢肌力	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	
18	棒球模擬賽訓練	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	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	小手臂揮棒技巧	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
19	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球	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	變化球設定	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		類運動組合性戰術訓練 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	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 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					
20	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	選手心理特質 期末考週	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	期末考

進度 週次	各單元/主題 名稱	學習重點		教學重點	融入之議題 內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		隊的道德行為	合性戰術 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					

*以上表格若不敷使用請自行增列。

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			3. 小組綜合技術應用(30%) 4. 團隊分組對抗競賽(30%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)		
2	認識棒球運動訓練	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	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	守備基礎動作	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 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(30%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			5. 競技綜合訓練表現(20%)		
3	認識棒球運動訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 Ps-IV-3	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	轉傳配合	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	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(30%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	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 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					
4	認識棒球運動訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	訓練觀念引導	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 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(20%) 5. 競技綜合訓練表現(30%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		的道德行為	守備/跑分性球類運動 組合性戰術 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					
5	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球 類運動組合性戰術訓練 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	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 Ps-IV-D5	基礎體能-重量訓練	科技教育、能 源教育、家庭 教育、品德教 育、安全教 育、生涯規畫 教育	[檢核點(形成 性評量)] 1. 個人專項體 能表現(40%) 2. 個人專項技 術能力(40%) 3. 小組綜合技 術應用(10%) 4. 團隊分組對 抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓 練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
6	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	攻擊技巧養成	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為					
7	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	暗號執行段考周	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
8	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	攻擊策略	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	
9	棒球專項進階訓練	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	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合	敏捷訓練	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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		育、生涯規畫教育	2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
10	棒球專項進階訓練	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	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	守備技巧養成	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		擊的組合性技術 Ta-IV-3 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
11	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球	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	牽制時機配合	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	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(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加桃園盃賽事(50%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		類運動組合性戰術訓練 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	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 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					
12	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	守備觀念	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	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(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加屏東縣運賽事(50%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 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					
13	棒球團體合作訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	間歇訓練	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 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(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加屏東曾紀恩盃賽事(50%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
14	棒球團體合作訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球 類運動組合性戰術訓練 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	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 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動 組合性心理調節及團隊 狀態	觸擊, 打帶跑 段考周	科技教育、能 源教育、家庭 教育、品德教 育、安全教 育、生涯規畫 教育	測驗	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為					
15	棒球團體合作訓練	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 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	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	戰術執行	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 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(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	6	
16	棒球團體合作訓練	P-IV-3 了解並運用守備/跑分性球類運動速度、肌力、肌耐	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力	針對比數選擇助攻模式	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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		育、安全教育、生涯規畫教育	能表現(10%) 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%)		
17	棒球模擬賽訓練	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	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	瞬發力啟動	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 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(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		擊的組合性技術 Ta-IV-3 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)參加台南巨人盃賽事(50%)		
18	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練	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	起跑動作	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	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 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					
19	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	起跑動作	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1.個人專項體能表現(40%) 2.個人專項技術能力(40%) 3.小組綜合技術應用(10%) 4.團隊分組對抗競賽(0%) 5.競技綜合訓練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		倫理的行為及有利於團隊的道德行為	Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 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					
20	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	跑壘技巧	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加軟式聯賽賽事(50%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
21	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球 類運動組合性戰術訓練 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	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 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動 組合性心理調節及團隊 狀態	針對比數進行進退壘的方式 期末考周	科技教育、能 源教育、家庭 教育、品德教 育、安全教 育、生涯規畫 教育	[檢核點(形成 性評量)] 1. 個人專項體 能表現(40%) 2. 個人專項技 術能力(40%) 3. 小組綜合技 術應用(10%) 4. 團隊分組對 抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓 練表現(10%)	6	期末 考/ 校外 教學

進度 週次	各單元/主題 名稱	學習重點		教學重點	融入之議題 內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動 之團隊運動道德、倫理 與行為					

*以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 **112** 學年度 八 年級第 二 學期體育專業課程暨特殊需求領域【棒球】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	李振堯		教學者	李振堯
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養棒球專項運動之 競技體能 ：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、精進棒球專項運動之 技術水準 ：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。 三、發展棒球專項運動之 戰術運用 ：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。 四、提升棒球專項運動之 心理素質 ：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	<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。 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。 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	認識棒球運動	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	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	核心肌群	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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		教育	術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)		
2	認識棒球運動	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 守戰術與策略運用	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	投球協調	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			練表現(10%)		
3	認識棒球運動	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	投球節奏	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		德倫理的行為及有利於團隊的道德行為	守備/跑分性球類運動組合性戰術 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					
4	認識棒球運動	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動組合性心理調節及團隊狀態	配球模式	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為					
5	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	速耐力	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	
6	棒球技術訓練	P-IV-3	P-IV-A5	重心轉移	科技教育、能	[檢核點(形成	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		<p>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</p> <p>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</p> <p>守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 Ps-IV-3</p> <p>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</p>	<p>守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合 P-IV-A6</p> <p>守備/跑分性球類運動之敏捷及柔韌組合 T-IV-B6</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>守備/跑分性球類運動組合性戰術 Ps-IV-D5</p> <p>守備/跑分性球類運動組合性心理調節及團隊狀態 Ps-IV-D6</p> <p>守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為</p>		<p>源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育</p>	<p>性評量)]</p> <p>1. 個人專項體能表現(40%)</p> <p>2. 個人專項技術能力(40%)</p> <p>3. 小組綜合技術應用(10%)</p> <p>4. 團隊分組對抗競賽(0%)</p>		
7	棒球技術訓練	<p>P-IV-3</p> <p>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</p> <p>了解並演練守備/跑分性球</p>	<p>P-IV-A5</p> <p>守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合 P-IV-A6</p> <p>守備/跑分性球類運動之敏捷及柔韌組合</p>	跑位配合 段考周	<p>科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育</p>	<p>[檢核點(形成性評量)]</p> <p>1. 個人專項體能表現(40%)</p> <p>2. 個人專項技術能力(40%)</p> <p>3. 小組綜合技</p>	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		類運動中守備、跑分、攻擊的組合性技術 Ta-IV-3 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
8	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練	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	傳球企圖 校慶	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	校慶

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	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 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					
9	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	恢復訓練	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 參加謝國城盃賽事(50%)全國青少棒	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
10	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	定位飛球	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			團隊運動道德、倫理與行為					
11	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	飛球補位	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 參加全國青少棒賽事(50%)全國青少棒	6	
12	棒球專項進階訓練	P-IV-3 了解並運用守備/跑分性球類運動速度、肌力、肌耐	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合	默契判斷	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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		育、安全教育、生涯規畫教育	能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
13	棒球團體合作訓練	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	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	下肢肌力	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		Ta-IV-3 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			抗競賽(0%) 參加硬式聯賽賽事(50%)華南金控盃		
14	棒球團體合作訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 Ps-IV-3 了解守備/跑分性球類運動	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	滾球基礎動作段考周	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 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					
15	棒球團體合作訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 Ps-IV-D5	滾球聯繫	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 參加華南金控盃賽事(50%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
16	棒球團體合作訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	挑戰速球	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
17	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	上肢肌力	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	
18	棒球模擬賽訓練	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	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	小手臂揮棒技巧	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
19	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球	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	變化球設定	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		類運動組合性戰術訓練 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	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 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					
20	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	選手心理特質 期末考週	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	期末考

進度 週次	各單元/主題 名稱	學習重點		教學重點	融入之議題 內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		隊的道德行為	合性戰術 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					

*以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 九 年級 第 一 學期體育專業課程暨特殊需求領域【棒球】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	李振堯		教學者	李振堯
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養 棒球 專項運動之競技體能：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 棒球 專項運動之技術水準：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。 三、發展 棒球 專項運動之戰術運用：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。 四、提升 棒球 專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	<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。 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。 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	認識棒球運動訓練	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	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	基礎體能-心肺耐力	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(10%) 2. 個人專項技術能力(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			3. 小組綜合技術應用(30%) 4. 團隊分組對抗競賽(30%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)		
2	認識棒球運動訓練	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	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	守備基礎動作	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 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(30%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			5. 競技綜合訓練表現(20%)		
3	認識棒球運動訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 Ps-IV-3	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	轉傳配合	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	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(30%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	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 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					
4	認識棒球運動訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	訓練觀念引導	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 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(20%) 5. 競技綜合訓練表現(30%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		的道德行為	守備/跑分性球類運動 組合性戰術 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					
5	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球 類運動組合性戰術訓練 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	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 Ps-IV-D5	基礎體能-重量訓練	科技教育、能 源教育、家庭 教育、品德教 育、安全教 育、生涯規畫 教育	[檢核點(形成 性評量)] 1. 個人專項體 能表現(40%) 2. 個人專項技 術能力(40%) 3. 小組綜合技 術應用(10%) 4. 團隊分組對 抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓 練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
6	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	打擊技巧養成	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為					
7	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	暗號執行段考周	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
8	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	攻擊策略	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	
9	棒球專項進階訓練	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	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合	敏捷訓練	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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		育、生涯規畫教育	2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
10	棒球專項進階訓練	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	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	守備技巧養成	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		擊的組合性技術 Ta-IV-3 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
11	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球	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	牽制時機配合	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	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(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加桃園盃賽事(50%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		類運動組合性戰術訓練 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	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 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					
12	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	守備觀念	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	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(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加屏東縣運賽事(50%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 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					
13	棒球團體合作訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	間歇訓練	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 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(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加屏東曾紀恩盃賽事(50%)	6	

進度 週次	各單元/主題 名稱	學習重點		教學重點	融入之議題 內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
14	棒球團體合作 訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球 類運動組合性戰術訓練 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	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 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動 組合性心理調節及團隊 狀態	觸擊, 打帶跑 段考週	科技教育、能 源教育、家庭 教育、品德教 育、安全教 育、生涯規畫 教育	測驗	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為					
15	棒球團體合作訓練	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 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	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	戰術執行	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 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(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	6	
16	棒球團體合作訓練	P-IV-3 了解並運用守備/跑分性球類運動速度、肌力、肌耐	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力	針對比數選擇助攻模式	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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		育、安全教育、生涯規畫教育	能表現(10%) 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%)		
17	棒球模擬賽訓練	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	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	瞬發力啟動	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 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(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		擊的組合性技術 Ta-IV-3 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			4. 團隊分組對抗競賽(10%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)參加台南巨人盃賽事(50%)		
18	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練	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	起跑動作	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	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 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					
19	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	起跑動作	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1.個人專項體能表現(40%) 2.個人專項技術能力(40%) 3.小組綜合技術應用(10%) 4.團隊分組對抗競賽(0%) 5.競技綜合訓練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		倫理的行為及有利於團隊的道德行為	Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 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					
20	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	跑壘技巧	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%) 參加軟式聯賽賽事(50%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
21	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球 類運動組合性戰術訓練 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	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 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動 組合性心理調節及團隊 狀態	針對比數進行進退壘的方式 期末考週	科技教育、能 源教育、家庭 教育、品德教 育、安全教 育、生涯規畫 教育	[檢核點(形成 性評量)] 1. 個人專項體 能表現(40%) 2. 個人專項技 術能力(40%) 3. 小組綜合技 術應用(10%) 4. 團隊分組對 抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓 練表現(10%)	6	期末 考/ 校外 教學

進度 週次	各單元/主題 名稱	學習重點		教學重點	融入之議題 內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動 之團隊運動道德、倫理 與行為					

*以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 **112** 學年度 九 年級第 二 學期體育專業課程暨特殊需求領域【棒球】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	李振堯		教學者	李振堯
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養棒球專項運動之 競技體能 ：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、精進棒球專項運動之 技術水準 ：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。 三、發展棒球專項運動之 戰術運用 ：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。 四、提升棒球專項運動之 心理素質 ：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	<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。 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。 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	認識棒球運動	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	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	核心肌群	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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		教育	術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)		
2	認識棒球運動	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 守戰術與策略運用	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	投球協調	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓	6	

進度 週次	各單元/主題 名稱	學習重點		教學重點	融入之議題 內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			練表現(10%)		
3	認識棒球運動	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	投球節奏	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		德倫理的行為及有利於團隊的道德行為	守備/跑分性球類運動組合性戰術 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					
4	認識棒球運動	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 Ps-IV-D5 守備/跑分性球類運動組合性心理調節及團隊狀態	配球模式	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			Ps-IV-D6 守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為					
5	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	速耐力	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	
6	棒球技術訓練	P-IV-3	P-IV-A5	重心轉移	科技教育、能	[檢核點(形成	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		<p>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</p> <p>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</p> <p>守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 Ps-IV-3</p> <p>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</p>	<p>守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合 P-IV-A6</p> <p>守備/跑分性球類運動之敏捷及柔韌組合 T-IV-B6</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>守備/跑分性球類運動組合性戰術 Ps-IV-D5</p> <p>守備/跑分性球類運動組合性心理調節及團隊狀態 Ps-IV-D6</p> <p>守備/跑分性球類運動之團隊運動道德、倫理與行為</p>		<p>源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育</p>	<p>性評量)]</p> <p>1. 個人專項體能表現(40%)</p> <p>2. 個人專項技術能力(40%)</p> <p>3. 小組綜合技術應用(10%)</p> <p>4. 團隊分組對抗競賽(0%)</p>		
7	棒球技術訓練	<p>P-IV-3</p> <p>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</p> <p>了解並演練守備/跑分性球</p>	<p>P-IV-A5</p> <p>守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合 P-IV-A6</p> <p>守備/跑分性球類運動之敏捷及柔韌組合</p>	跑位配合 段考周	<p>科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育</p>	<p>[檢核點(形成性評量)]</p> <p>1. 個人專項體能表現(40%)</p> <p>2. 個人專項技術能力(40%)</p> <p>3. 小組綜合技</p>	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		類運動中守備、跑分、攻擊的組合性技術 Ta-IV-3 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
8	棒球技術訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練	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	傳球企圖 校慶	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	校慶

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	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 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					
9	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	恢復訓練	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 參加謝國城盃賽事(50%)全國青少棒	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
10	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	定位飛球	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			團隊運動道德、倫理與行為					
11	棒球專項進階訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	飛球補位	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 參加全國青少棒賽事(50%)全國青少棒	6	
12	棒球專項進階訓練	P-IV-3 了解並運用守備/跑分性球類運動速度、肌力、肌耐	P-IV-A5 守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合	默契判斷	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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		育、安全教育、生涯規畫教育	能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
13	棒球團體合作訓練	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	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	下肢肌力	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		Ta-IV-3 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			抗競賽(0%) 參加硬式聯賽賽事(50%)華南金控盃		
14	棒球團體合作訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 Ps-IV-3 了解守備/跑分性球類運動	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	滾球基礎動作段考周	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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	Ta-IV-C5 守備/跑分性球類運動組合性戰術 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					
15	棒球團體合作訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 Ps-IV-D5	滾球聯繫	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%) 參加華南金控盃賽事(50%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
			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					
16	棒球團體合作訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	挑戰速球	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
17	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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	上肢肌力	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	
18	棒球模擬賽訓練	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	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	小手臂揮棒技巧	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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 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			3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)		
19	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球	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	變化球設定	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		類運動組合性戰術訓練 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	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 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					
20	棒球模擬賽訓練	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 守戰術與策略運用 熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練 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	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	選手心理特質 期末考週	科技教育、能源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	[檢核點(形成性評量)] 1. 個人專項體能表現(40%) 2. 個人專項技術能力(40%) 3. 小組綜合技術應用(10%) 4. 團隊分組對抗競賽(0%)	6	期末考

進度 週次	各單元/主題 名稱	學習重點		教學重點	融入之議題 內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		隊的道德行為	合性戰術 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					

*以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 七 年級第 一 學期體育專業課程暨特殊需求領域【籃球】課程計畫

教材來源	■自編 □其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	潘志偉		教學者	潘志偉
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程（ <input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程） <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程（ <input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生） <input type="checkbox"/> 其他類課程（ <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程）			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養 籃球 專項運動之競技體能：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 籃球 專項運動之技術水準：能藉由專項運動技術的學習與鍛鍊，發展個人與團隊專項運動技術水準。 三、發展 籃球 專項運動之戰術運用：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。 四、提升 籃球 專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	<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 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 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	認識籃球運動訓練	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	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則	◆熱身操 ◆體能訓練 ◆運球訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
2	認識籃球運動訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆體能訓練 ◆運球訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
3	認識籃球運動訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆傳接球練習 ◆籃球知識講解	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
4	認識籃球運動訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆傳接球練習 ◆籃球知識講解	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
5	籃球技術訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆中鋒訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		進階技術						
6	籃球技術訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆中鋒訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
7	籃球技術訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆鋒衛訓練 ◆運球上籃訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考
8	籃球技術訓練	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	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則	◆熱身操 ◆鋒衛訓練 ◆運球上籃訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
9	籃球專項進階訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
10	籃球專項進階訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能	◆熱身操 ◆兩人運球訓練	性別平等教育 人權教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	之原理原則 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆兩人傳接球訓練 (重點在個人技術培養)	品德教育 法治教育			
11	籃球專項進階訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
12	籃球專項進階訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
13	籃球小組合作訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	全國屏東盃	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習 測驗	6	
14	籃球小組合作訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能	◆熱身操 ◆兩人運球訓練	性別平等教育 人權教育	測驗	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	之原理原則 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆兩人傳接球訓練	品德教育 法治教育			
15	籃球小組合作訓練	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 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆五人多打少訓練 ◆體能訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
16	籃球小組合作訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆五人多打少訓練 ◆體能訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
17	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆運球熱身訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆一對一訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
18	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆運球熱身訓練 ◆兩人傳接球訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆一對一訓練 (重點在個人技術培養)	法治教育			
19	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆三打二打一訓練 ◆五人多打少訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
20	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆全場模擬賽訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
21	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆全場模擬賽訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習 測驗	6	期末考/ 校外教學

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 七 年級第 二 學期體育專業課程暨特殊需求領域【籃球】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	潘志偉		教學者	
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養籃球專項運動之競技體能：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、精進籃球專項運動之技術水準：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。 三、發展籃球專項運動之戰術運用：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。 四、提升籃球專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	<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。 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。 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。 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。 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。 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	認識籃球運動訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術	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	<input checked="" type="checkbox"/> 熱身操 <input checked="" type="checkbox"/> 體能訓練 <input checked="" type="checkbox"/> 運球訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理					
2	認識籃球運動訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆體能訓練 ◆運球訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
3	認識籃球運動訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆傳接球練習 ◆籃球知識講解 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
4	認識籃球運動訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆傳接球練習 ◆籃球知識講解 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
5	籃球技術訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆中鋒訓練 ◆鋒衛訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
6	籃球技術訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術	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	◆熱身操 ◆中鋒訓練 ◆鋒衛訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理					
7	籃球技術訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆運球上籃訓練 ◆投籃與罰球的技巧 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考
8	籃球技術訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆運球上籃訓練 ◆投籃與罰球的技巧 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	校慶
9	籃球專項進階訓練	P-IV-1 了解與運用一般體能訓練之原理原則	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體	◆熱身操 ◆兩人運球訓練	性別平等教育 人權教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆兩人傳接球訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	品德教育 法治教育			
10	籃球專項進階訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
11	籃球專項進階訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
12		P-IV-1 了解與運用一般體	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟	◆熱身操	性別平等教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
	籃球專項進階訓練	能訓練之原理原則 P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆一對一訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	人權教育 品德教育 法治教育			
13	籃球小組合作訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆體能訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
14	籃球小組合作訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆體能訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
15	籃球小組合作訓練	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆五人多打少訓練 ◆體能訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
16	籃球小組合作訓練	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆五人多打少訓練 ◆體能訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
17		P-IV-2 了解與運用專項體	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬	◆運球熱身訓練	性別平等教育	分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
	籃球模擬賽訓練	能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆五人多打少訓練 ◆全場模擬賽訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	人權教育 品德教育 法治教育			
18	籃球模擬賽訓練	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆運球熱身訓練 ◆五人多打少訓練 ◆全場模擬賽訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	分組練習	6	
19		P-IV-2 了解與運用專項體	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬	◆運球熱身訓練	性別平等教育	分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
	籃球模擬賽訓練	能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 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	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆兩人傳接球訓練 ◆全場模擬賽訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	人權教育 品德教育 法治教育			
20	籃球模擬賽訓練	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動	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	◆運球熱身訓練 ◆全場模擬賽訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	分組練習測驗	6	期末考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 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	及完成動作之進階技術 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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					

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 八 年級第 一 學期體育專業課程暨特殊需求領域【籃球】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	潘志偉		教學者	潘志偉
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養籃球專項運動之競技體能：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、精進籃球專項運動之技術水準：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。 三、發展籃球專項運動之戰術運用：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。 四、提升籃球專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	<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 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 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	認識籃球運動訓練	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	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則	<input checked="" type="checkbox"/> 熱身操 <input checked="" type="checkbox"/> 體能訓練 <input checked="" type="checkbox"/> 運球訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
2	認識籃球運動訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	<input checked="" type="checkbox"/> 熱身操 <input checked="" type="checkbox"/> 體能訓練 <input checked="" type="checkbox"/> 運球訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術		(重點在小組合作訓練)	法治教育			
3	認識籃球運動訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆傳接球練習 ◆籃球知識講解 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
4	認識籃球運動訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆傳接球練習 ◆籃球知識講解 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
5	籃球技術訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆中鋒訓練 ◆鋒衛訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
6	籃球技術訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆中鋒訓練 ◆鋒衛訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術		(重點在小組合作訓練)	法治教育			
7	籃球技術訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆運球上籃訓練 ◆投籃與罰球的技巧	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考
8	籃球技術訓練	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	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則	◆熱身操 ◆運球上籃訓練 ◆投籃與罰球的技巧	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
9	籃球專項進階訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
10	籃球專項進階訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		進階技術						
11	籃球專項進階訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆兩人傳接球訓練 ◆一對一訓練 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
12	籃球專項進階訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆兩人傳接球訓練 ◆一對一訓練 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
13	籃球小組合作訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆體能訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習 測驗	6	
14	籃球小組合作訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆體能訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		進階技術						
15	籃球小組合作訓練	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 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆五人多打少訓練 ◆體能訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
16	籃球小組合作訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆五人多打少訓練 ◆體能訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
17	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆運球熱身訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆體能訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
18	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆運球熱身訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆體能訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
19	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆運球熱身訓練 ◆五人多打少訓練 ◆全場模擬賽訓練 ◆體能訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
20	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆運球熱身訓練 ◆五人多打少訓練 ◆全場模擬賽訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
21	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆全場模擬賽訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習 測驗	6	期末考/ 校外教學

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 八 年級第 二 學期體育專業課程暨特殊需求領域【籃球】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)	教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	潘志偉	教學者	
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)		
課程設計理念	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。		
課程目標	一、培養籃球專項運動之競技體能：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、精進籃球專項運動之技術水準：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。 三、發展籃球專項運動之戰術運用：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。 四、提升籃球專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升專項運動競賽之心理素質。		
核心素養	<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。 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。 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。 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。 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。 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。		

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	認識籃球運動訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術	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	<input checked="" type="checkbox"/> 熱身操 <input checked="" type="checkbox"/> 體能訓練 <input checked="" type="checkbox"/> 運球訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理					
2	認識籃球運動訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆體能訓練 ◆運球訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
3	認識籃球運動訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆傳接球練習 ◆籃球知識講解 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
4	認識籃球運動訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆傳接球練習 ◆籃球知識講解 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
5	籃球技術訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆中鋒訓練 ◆鋒衛訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
6	籃球技術訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術	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	◆熱身操 ◆中鋒訓練 ◆鋒衛訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理					
7	籃球技術訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆運球上籃訓練 ◆投籃與罰球的技巧	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考
8	籃球技術訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆運球上籃訓練 ◆投籃與罰球的技巧	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	校慶
9	籃球專項進階訓練	P-IV-1 了解與運用一般體能訓練之原理原則	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體	◆熱身操 ◆兩人運球訓練	性別平等教育 人權教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆兩人傳接球訓練 ◆重量訓練	品德教育 法治教育			
10	籃球專項進階訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
11	籃球專項進階訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
12		P-IV-1 了解與運用一般體	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟	◆熱身操	性別平等教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
	籃球專項進階訓練	能訓練之原理原則 P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆一對一訓練 ◆重量訓練	人權教育 品德教育 法治教育			
13	籃球小組合作訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆一對一訓練 ◆體能訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
14	籃球小組合作訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆一對一訓練 ◆體能訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
15	籃球小組合作訓練	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆三打二打一訓練 ◆五人多打少訓練 ◆體能訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
16	籃球小組合作訓練	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆三打二打一訓練 ◆五人多打少訓練 ◆體能訓練 (重點在小組合作訓練)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
17		P-IV-2 了解與運用專項體	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬	◆運球熱身訓練	性別平等教育	分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
	籃球模擬賽訓練	能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆兩人傳接球訓練 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆體能訓練 (重點在小組合作訓練)	人權教育 品德教育 法治教育			
18	籃球模擬賽訓練	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆運球熱身訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	分組練習	6	
19		P-IV-2 了解與運用專項體	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬	◆運球熱身訓練	性別平等教育	分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
	籃球模擬賽訓練	能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 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	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆五人多打少訓練 ◆全場模擬賽訓練 ◆體能訓練 (重點在個人技術培養)	人權教育 品德教育 法治教育			
20	籃球模擬賽訓練	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動	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	◆運球熱身訓練 ◆全場模擬賽訓練 (重點在個人技術培養)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	分組練習測驗	6	期末考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 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	及完成動作之進階技術 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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					

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 九 年級第 一 學期體育專業課程暨特殊需求領域【籃球】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	潘志偉		教學者	潘志偉
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養籃球專項運動之競技體能：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、精進籃球專項運動之技術水準：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。 三、發展籃球專項運動之戰術運用：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。 四、提升籃球專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	<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 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 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	認識籃球運動訓練	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	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則	<input checked="" type="checkbox"/> 熱身操 <input checked="" type="checkbox"/> 體能訓練 <input checked="" type="checkbox"/> 運球訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
2	認識籃球運動訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	<input checked="" type="checkbox"/> 熱身操 <input checked="" type="checkbox"/> 體能訓練 <input checked="" type="checkbox"/> 運球訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術		(重點在培養團隊合作)	法治教育			
3	認識籃球運動訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆傳接球練習 ◆籃球知識講解 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
4	認識籃球運動訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆傳接球練習 ◆籃球知識講解 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
5	籃球技術訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆中鋒訓練 ◆鋒衛訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
6	籃球技術訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆中鋒訓練 ◆鋒衛訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術		(重點在培養團隊合作)	法治教育			
7	籃球技術訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	◆熱身操 ◆運球上籃訓練 ◆投籃與罰球的技巧	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考
8	籃球技術訓練	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	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則	◆熱身操 ◆運球上籃訓練 ◆投籃與罰球的技巧	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
9	籃球專項進階訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
10	籃球專項進階訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題 名稱	學習重點		教學重點	融入之議題 內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		進階技術						
11	籃球專項進階訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
12	籃球專項進階訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
13	籃球小組合作訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆體能訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習 測驗	6	
14	籃球小組合作訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆體能訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		進階技術						
15	籃球小組合作訓練	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 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌(耐)力等一般體能之原理原則 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆五人多打少訓練 ◆體能訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
16	籃球小組合作訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆三打二打一訓練 ◆五人多打少訓練 ◆體能訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
17	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆運球熱身訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆體能訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
18	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆運球熱身訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆體能訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
19	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆運球熱身訓練 ◆五人多打少訓練 ◆全場模擬賽訓練 ◆體能訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
20	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆運球熱身訓練 ◆五人多打少訓練 ◆全場模擬賽訓練 ◆體能訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習	6	
21	籃球模擬賽訓練	P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	<ul style="list-style-type: none"> ◆運球熱身訓練 ◆全場模擬賽訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作 分組練習 測驗	6	期末考/ 校外教學

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度 九 年級第 二 學期體育專業課程暨特殊需求領域【籃球】課程計畫

教材來源	<input checked="" type="checkbox"/> 自編 <input type="checkbox"/> 其他(請說明：_____)		教學總節數	每週 6 節/共 126 節
設計者	潘志偉		教學者	
彈性學習課程類型	<input type="checkbox"/> 統整性主題/專題/議題探究 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 (<input type="checkbox"/> 社團活動 <input type="checkbox"/> 技藝課程) <input checked="" type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 (<input type="checkbox"/> 特殊教育學生 <input checked="" type="checkbox"/> 特殊類型班級學生) <input type="checkbox"/> 其他類課程 (<input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習等各式課程 <input type="checkbox"/> 領域補救教學課程)			
課程設計理念	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。			
課程目標	一、培養籃球專項運動之競技體能：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、精進籃球專項運動之技術水準：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。 三、發展籃球專項運動之戰術運用：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。 四、提升籃球專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提升專項運動競賽之心理素質。			
核心素養	<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。 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。 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。 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。 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。 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。			

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
1	認識籃球運動訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術	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	<input checked="" type="checkbox"/> 熱身操 <input checked="" type="checkbox"/> 體能訓練 <input checked="" type="checkbox"/> 運球訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理					
2	認識籃球運動訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆體能訓練 ◆運球訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
3	認識籃球運動訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆傳接球練習 ◆籃球知識講解 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
4	認識籃球運動訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆傳接球練習 ◆籃球知識講解 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
5	籃球技術訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆中鋒訓練 ◆鋒衛訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
6	籃球技術訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術	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	◆熱身操 ◆中鋒訓練 ◆鋒衛訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理					
7	籃球技術訓練	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 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術之進階技術	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 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理	◆熱身操 ◆運球上籃訓練 ◆投籃與罰球的技巧	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考
8	籃球技術訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆運球上籃訓練 ◆投籃與罰球的技巧	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	校慶
9	籃球專項進階訓練	P-IV-1 了解與運用一般體能訓練之原理原則	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌（耐）力等一般體	◆熱身操 ◆兩人運球訓練	性別平等教育 人權教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆兩人傳接球訓練 ◆重量訓練	品德教育 法治教育			
10	籃球專項進階訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
11	籃球專項進階訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆重量訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
12		P-IV-1 了解與運用一般體	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟	◆熱身操	性別平等教育	小隊實作	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
	籃球專項進階訓練	能訓練之原理原則 P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆一對一訓練 ◆重量訓練	人權教育 品德教育 法治教育			
13	籃球小組合作訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆體能訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
14	籃球小組合作訓練	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 P-IV-3 能訓練之原理原則 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動防護 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則與運動 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆兩人運球訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆體能訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
15	籃球小組合作訓練	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆五人多打少訓練 ◆體能訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
16	籃球小組合作訓練	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆熱身操 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆五人多打少訓練 ◆體能訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	
17		P-IV-2 了解與運用專項體	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬	◆運球熱身訓練	性別平等教育	分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
	籃球模擬賽訓練	能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆兩人傳接球訓練 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆體能訓練 (重點在培養團隊合作)	人權教育 品德教育 法治教育			
18	籃球模擬賽訓練	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則	◆運球熱身訓練 ◆兩人傳接球訓練 ◆一對一訓練 ◆三打二打一訓練 ◆體能訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	分組練習	6	
19		P-IV-2 了解與運用專項體	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬	◆運球熱身訓練	性別平等教育	分組練習	6	

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
	籃球模擬賽訓練	能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 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	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 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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	◆五人多打少訓練 ◆全場模擬賽訓練 ◆體能訓練 (重點在培養團隊合作)	人權教育 品德教育 法治教育			
20	籃球模擬賽訓練	P-IV-2 了解與運用專項體能訓練 T-IV-1 理解並操作跑、跳、擲踢、蹬、划等專項技術 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲、踢、蹬、划等專項技術之進階技術 T-IV-3 理解並操作接力動	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	◆運球熱身訓練 ◆五人多打少訓練 ◆全場模擬賽訓練 (重點在培養團隊合作)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	分組練習測驗	6	期末考

進度週次	各單元/主題名稱	學習重點		教學重點	融入之議題內容重點	評量方式	節數	備註
		學習表現	學習內容					
		作之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 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	及完成動作之進階技術 T-IV-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術 T-IV-B3 跑、跳、擲、踢、蹬、划之運動力學原理 Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 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					

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

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)

附件一

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) 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。

附件二

恆春國中 112 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	吳秋君	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	黃德玄 王剛鴻 洪于涵	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	李振堯 潘志偉 陳妍榕	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)

			<p>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）</p> <p>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。</p>
--	--	--	---

附件三

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

本會組織章程經 112 年 06 月 20 日體育發展委員會會議修正通過

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會議決定之。

第四條 本小組由學務主任擔任召集人，其餘成員由教務主任、體育組長、八年級家長代表 1 人、體育班國文、英語、數學及體育科教師各代表 1 人（其他領域/學科教師依會議內容及性質邀請列席），體育班導師代表 2 人及專任運動教練 3 人，共計 13 人擔任委員。並視學校發展需要聘請校外專家學者、社區人士、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	體育班 家長代表 1 人	彙整家長意見提供參考並協助體育班課程規劃相關事宜。 由八年級體育班家長代表擔任之。
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 2 人	提供相關體育班課程規劃事務之支援與建議
委員	學科教師 代表 4 人	以國文、英文、數學、體育科教師代表 4 人為當然委員 其餘領域/學科為列席人員 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 人	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. 本組成員均為無給職，任期壹年（每年 8 月 1 日起至翌年 7 月 31 日止），成員隨其

職務進退之。

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 本會每學年至少召開 1 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 112 年 06 月 20 日體育班發展委員會修正通過，陳校長核可後公佈實施，修正時亦同。

屏東縣立恆春國民中學 111 學年度第二學期 體育班發展委員會第三次會議

時間：112 年 06 月 20 日 12 時 40 分

地點：恆春國中行政大樓 2 樓會議室

主席：黃群展主任代理

出席人員：詳簽到表

主席致詞：

記錄：體育組長

工作報告

1. 體育班新生第一階段報到人數：田徑 7 名、籃球 4 名、棒球 10 名、八年級插班生 1 名。
2. 「體育班性騷擾、性侵害及性霸凌宣導」於本年 6 月 7 日(星期三)辦理完畢。
3. 棒球隊 112 學年度學期間晚餐及寒暑假午晚餐招標事宜於本年 6 月 8 日辦理完畢。
4. 「運動傷害防護課程宣導」規劃於本年 6 月 21 日(星期三)專訓課辦理。
5. 校隊如欲申請「112 學年度純青體育發展計畫」經費補助，請於 6 月 30 日以前提供相關申請資料。
6. 校隊暑期賽事：
 籃球隊-(1)屏東縣長盃 7/3-7/8、(2)台南議長盃 7/8-7/13、(3)美和科大基訓站 7/17-7/20、
 (4)車城風車盃 7/24-7/27
 田徑隊-(1)台中盃 8 月
 棒球隊-(1)新北全國 U15 賽 7/25-7/30
7. 請各校隊將專項訓練日誌(簽到/人數/缺席人數/課程內容/運動傷害、防護記錄…)於學期末送至交至體育組。
8. 請各導師及教練務必於 7/15 以前至”體育署體育班資料資訊系統”上傳資料(學生訓練/參賽記錄/體能發展/輔導記錄/訓練日誌..等)

備註說明：

依據 112 年 6 月 16 日屏府教體字第 11224313400 號函示：高級中等以下學校體育班設立辦法（以下簡稱體育班 設立辦法）第 22 條第 1 項第 1 款規定，學校體育班發展委員會應辦理校內自我評鑑，並由學校於每年 7 月 31 日以前，將結果報各該主管機關備查後，就自我評鑑相關資料，登錄於體育班資料庫資

訊系統，本府將於 112 年 7 月 19 日（星期三）檢視填報情形，請各校務必於期限內完成，逾期自負後續相關問題。

9. 依據 112 年 4 月 28 日屏府教體字第 11230238800 號函指示:112 年教練考核依新制考核表進行評核。

為使本縣各級學校專任運動教練、約聘（僱）運動教練成績考核有所依循，茲明定考核細項及教練應附之佐證資料，以避免考核出現誤差。

討論事項：

案由一：依據 112 年 5 月 23 日屏府教體字第 11230284300 號函，規定各校統一以新模組撰寫 112

學年度體育班課程計畫，提請委員審議。

說明：(1)課程計畫統一使用新模組

(2)課程計畫初稿需於 112 年 7 月 5 日前掛載本縣課程計畫網站平台（網址：<http://163.24.180.179/>）

參閱體育班田徑隊課程計畫提請討論並決議。

參閱體育班籃球隊課程計畫提請討論並決議。

參閱體育班棒球隊課程計畫提請討論並決議。

決議：有關田徑隊與籃球隊課程計畫經全體委員們審查通過無異議。而有關棒球隊課程計畫，原則審查通過，唯請教練再重新確認各年級各學期之『核心素養』。

案由二：有關本校「體育班課程規劃小組組織要點」第四條之規定，建議訂定明確組織成員及總人數，

另有關第七條之建議修正如下說明，提請討論並決議。

說明：(1)為確認開會對象，建議訂定明確組織成員及總人數。

(2)建議第四條原文修正如右：本小組由學務主任擔任召集人，其餘成員由教務主任、體育組長、八年級家長代表 1 人、體育班國文、英語、數學及體育科教師各代表 1 人（其他領域/學科教師依會議內容及性質邀請列席），體育班導師代表 2 人及專任運動教練 3 人，共計 13 人擔任委員。並視學校發展需要聘請校外專家學者、社區人士、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。

(3)建議第七條原文修正如右：本會每學年至少召開 1 次全體小組會議，如遇需要，臨時另行召集之。

決議：全數無異議，照案通過。

案由三：依據 112 年 3 月 6 日屏府教體字第 11230107200 號函之附件規定辦理，請委員審查及遴選新生體育班導師人選，唯因體育科老師徐整當老師未有意願擔任新生體育班導師，爰建議學務處新生導師名單出爐後再透過抽籤方式選出。

說明：依規定，新生體育班導師之遴選須經由體育班發展委員會開會決議並附會議記錄，並於 6 月 26 日以前完成新生、導師名單送府備查。

決議：全屬委員無異議，照案通過。

案由四：有關體育班 3 名學生提出轉出及 1 名學生提出轉項目，請班級導師、教練及專輔教師先行學生輔導觀察之說明，再由委員們進行討論及決議。

說明：(1)申請轉班名單如右：棒球隊 708 詹文斌、籃球隊 808 陳立弘、籃球隊 808 林宏岳
(2)申請轉項目名單：籃球隊 708 李樂

【有關 708 詹文斌輔導轉班之說明】

棒球教練：經專訓課觀察詹生敏捷反應不佳，而棒球投打過程中是具有危險的，故建議退隊轉班。

708 導師：該生運動素質不佳，在籃球隊學習能力跟不上，在棒球隊動作反應慢而易有運動傷害之風險，故建議退隊轉班

專輔教師：經晤談已確認詹生未來不以體育方面發展為目標，建議轉入普通班後可多進行職群試探，且該生為資源班孩子，未來升學有特殊管道優勢。

【有關籃球隊 808 陳立弘輔導轉班之說明】

籃球教練：該生常請假參與校外廟會活動，無心練球，經與家長溝通取得共識：轉入普通班加強學科學習，另作其他生涯規劃。

808 導師：該生專訓課請假次數多，疏於練球，時間久了學習跟不上而使心態轉變，無法接受專訓要求，打球只想當娛樂性質，建議轉入普通班。

專輔教師：該生與家長溝通討論後轉入普通班想法一致，且該生新環境適應能力好，建議退隊轉班。

【有關籃球隊 808 林宏岳輔導轉班之說明】

籃球教練：該生一直覺得擔任隊長壓力大，且課業成績一直滑落，經與家長溝通，瞭解家長的顧

慮，希望該生在課業上能專心學習，未來另作其他生涯規劃選擇，而該生也接受家長的建言，表示要退隊轉班。

808 導師:家長多次反映:希望孩子升上國三能多於課業學習，並能在不同職群中多試探，尊重家長與孩子的選擇

專輔教師:該生於期末提出轉班申請，考量因家長的態度堅定，且該生也有轉班之想法與意願，建議退隊轉班，但輔導室仍會協助其適應新班級。

【有關籃球隊 708 李樂輔導轉項之說明】

籃球教練:該生晨訓常請假，不夠勤快練習，籃球運動表現有限，該生國小是田徑隊，故建議轉項發展。

田徑教練:該生國小階段是參加田徑項目，當時也有與該生接觸過，其在田徑領域有一定的基礎，可接受該生轉項申請，至於未來表現端看該生努力的如何。

決議:全數委員對以上 3 名學生提出轉入普通班及 1 名學生提出轉項目皆表示同意。

臨時動議:

專輔教師:建議未來有關體育班學生轉班輔導流程更改為(1)由專輔老師初次約談，協助釐清轉班之主要因素(2)如瞭解轉班因素是班級內部問題，則由導師出具相關處理及輔導紀錄；如轉班因素是因隊上訓練問題，除了導師有必要了解關心，也請相關教練出具相關處理及輔導紀錄以利輔導室專輔人員後續輔導及轉銜事宜。

主席:請承辦人研擬轉班辦法並於下次會議進行討論與決議。

散會:112 年 06 月 20 日 13 時 05 分

恆春國中 111 學年度第二學期體育班發展委員會-第三次會議簽到表

時間：112.06.20 (二)12:40~

地點：2 樓會議室

序	職稱	姓名	簽名	備註
1	校長	張鑑堂		主席
2	學務主任	黃群展	黃群展	代理主席
3	教務主任	黃德玄	黃德玄	
4	總務主任	王剛鴻		
5	輔導主任	洪于涵	洪于涵	
6	體育教師	徐整管		
7	體育組長	吳秋君	吳秋君	記錄人
8	708 導師	鄭秋龍	鄭秋龍	體育班
9	808 導師	陳忠敬	陳忠敬	體育班
10	棒球隊教練	嚴宏仁	嚴宏仁	
11	籃球隊教練	潘志偉	潘志偉	
12	田徑隊教練	陳妍榕	陳妍榕	
13	體育班家長代表	余右偉		

列席

1	棒球隊教練	李振堯	李振堯	副教練
2	棒球隊教練	梁家瑋	梁家瑋	副教練
3	體育組行政協辦	陳柏豪	陳柏豪	

4. 專輔教師 鄧幼儀 鄧幼儀

屏東縣恆春國中 111 學年度課程發展委員會

第 4 次會議議程

時間：112 年 06 月 29 日 12 時 40 分

地點：2F 會議

主席：校長/張鑑堂

紀錄：教學組長/徐盈穎

出席人員：如簽到單

壹、主席致詞

貳、業務報告

一、略

參、討論事項

案由一：審查 112 學年度學校普通班課程計畫，提請討論。

說明：

針對本學期課程計畫內容，提請討論。

決議：全數通過

案由二：審查本校 112 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會議中。」

二、請學校課發會委員檢視如下事項

- (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：全數通過

案由三：審查本校 112 學年度藝術才能班/體育班課程，提請討論。

說明：針對本學期藝術才能班/體育班專長訓練之課程計畫內容，
提請討論與決議。

決議：全數通過

案由四：有關自然科學、社會、藝術、綜合活動、健康與體育等領域採分科教學計畫，提請討論。

說明：參照 112 學年普通班課程計畫。

決議：全數通過

肆、臨時動議：

伍、散會： 13 時 05 分

承辦人

教務主任

校長

教師兼
教學組長 徐盈穎

教師兼
教務主任 黃德玄

屏東縣立恆春
國民中學校長 張鑑堂

屏東縣恆春國中 111 學年度課程發展委員會

第 4 次會議簽到表

時間：112 年 06 月 29(四)12 時 40 分

地點：二樓會議室

委員會身分別	職稱	姓名	簽到	備註
召集人	校長	張鑑堂	張鑑堂	
行政人員代表	教務主任	黃德玄	黃德玄	
	學務主任	黃群展	黃群展	
	總務主任	王剛鴻	公假	
	輔導主任	洪于涵	洪于涵	
教師會代表	教學組長	徐盈穎	徐盈穎	
	訓育組長	陳冠霖	陳冠霖	
	理事長	蔣彥廷	蔣彥廷	
	領域教師代表	國文領域	管靜怡	管靜怡
英文領域		葉錦芳	葉錦芳	
數學領域		楊太和	楊太和	
自然領域		楊文正	公假	
社會領域		楊碧玲	楊碧玲	
科技領域		吳宗憲	吳宗憲	
藝文領域		許哲禎	許哲禎	
健體領域		徐整當	徐整當	
綜合領域		洪于涵	洪于涵	
級導師		七年級	林俊平	林俊平
	八年級	郭正中	郭正中	
	九年級	許哲禎	許哲禎	

特殊教育教師代表	特教組長	李佳穎	李佳穎	
藝才班教師代表	美術行政	許娟娟	許娟娟	
體育班教師代表	體育組長	吳秋君	吳秋君	
家長會長		方志仁	假	