

屏東縣國民中學體育班課程計畫

課程計畫目錄

【本課程計畫經本校 113 年 5 月 14 日體育班發展委員會審查通過】

【本課程計畫經本校 113 年 6 月 25 日課程發展委員會審查通過】

【本課程計畫經屏東縣政府 113 年 〇 月 〇 日屏府教體字第 xxxxxxxxx 號核准備查】

壹、體育班課程總體架構

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

貳、體育班體育專業領域課程計畫(部定課程)

體育班體育專業領域課程計畫(參見表三)

參、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			
編制內教師數	85					
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					
	<u>集中式</u> 身心障礙類特教 班		1			
	藝術才能班		3			
	體育班	發展項目	3			
		1.棒球 2.田徑				
總計						

非集中式 特殊類型班級	分散式資源 班	身心障礙類	2	
		資賦優異類	0	0
	巡迴輔導 班	身心障礙類	0	0
		資賦優異類	0	0

二、體育班課程目標(文字表述)

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

三、領域學習課程、特殊類型班級課程及彈性學習課程節數一覽表（表二）

領域/科目		教育階段	國民中學	備註
		階段	第四學習階段	
		年級	七	
部定課程	領域學習課程	語文	國語文(5) 本土語(1) 英語文(3)	第四學習階段各學習領域中之各科目，均應於學習階段中安排授課節數。
		數學	數學(4)	
		社會	社會(3) (歷史、地理、公民與社會)	
		自然科學	自然科學(3) (理化、生物、地球科學)	
		藝術	藝術(3) (音樂、視覺藝術、表演藝術)	
		綜合活動	綜合活動(3) (家政、童軍、輔導)	
		科技	科技(2) (資訊科技、生活科技)	
		健康與體育	健康與體育(2) (健康教育、體育)	
	特殊類型班級課程	體育專業	體育專業(5) (專項體能訓練、專項技術訓練)	
學習節數			34 節	
校訂課程	彈性學習課程	統整性主題/專題/議題探究課程	0	特殊需求領域課程 (體育專業)1-3 節
		社團活動 與技藝課程	0	
		特殊需求領域課程 (體育專業)	1	
		其他類課程	0	
學習節數			1 節	

學習總節數			35 節		
領域/科目			國民中學		備註
			第四學習階段		
			八	九	
部定 課程	領域 學習 課程	語文	國語文(5)		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	英語文(3)		
		社會	數學(4)		
		自然科學	社會(3) (歷史、地理、公民與社會)		
		藝術	自然科學(3) (理化、生物、地球科學)		
		綜合活動	藝術(3) (音樂、視覺藝術、表演藝術)		
		科技	綜合活動(3) (家政、童軍、輔導)		
	健康與體育	科技(2) (資訊科技、生活科技)			
	特殊類型班級課程	體育專業	健康與體育(2) (健康教育、體育)		
學習節數			體育專業(5) (專項體能訓練、專項技術訓練)		
學習節數			33 節		
校訂 課程	彈性 學習 課程	統整性主題/專題/議題探究課程	0		特殊需求領域課程 (體育專業)1-3 節
		社團活動 與技藝課程	0		
		特殊需求領域課程 (體育專業)	1		
		其他類課程	1(班會)		
學習節數			2 節		
學習總節數			35 節		

貳、體育班體育專業領域課程計畫

屏東縣立恆春國民中學 113 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 122 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	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	1	

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					
				◆敏捷練習 1 節				
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 ◆跑姿基本動作訓練 ◆體能訓練 ◆跳繩跳/跑轉換 ◆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 分組練習	6	
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	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	

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	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 ◆折返跑 ◆小抬腿跑訓練 ◆高抬腿跑訓練 ◆拉力帶跑姿訓練 (段考前，室內課程以分析與理論為主)	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	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 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考週
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	P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等專項體能之原理原則	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	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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術		法治教育			
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	◆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	◆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	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 ◆體能訓練	性別平等教育 人權教育 品德教育	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					
		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-B2 接力準備動作與接力動作之進階技術	◆短接速度訓練 (段考前，室內課程以分析與理論為主)	法治教育			
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	◆慢跑熱身 ◆馬克操 ◆跳高墊上熱身 ◆剪刀抬腳訓練 ◆三部抬腳 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	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	段考週
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	◆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	◆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	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、	◆慢跑熱身 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆折返跑	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	

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					
		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	蹬、划之運動力學原理	◆敏捷起跑訓練 1 節 ◆跳遠三步起跳				
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	◆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	◆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 (段考前，室內課程以分析與理論為主)	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	◆慢跑熱身 ◆活動操 ◆馬克操 ◆柔軟操訓練 ◆跳高/跳遠測驗 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	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	段考週
22	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	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、	◆慢跑熱身 ◆活動操 ◆馬克操 ◆柔軟操訓練	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	1	

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					
		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	蹬、划之運動力學原理	◆跳高/跳遠測驗 ◆考核成效				

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 **113** 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 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。 <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	5	

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	<ul style="list-style-type: none"> ◆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	◆慢跑訓練 ◆活動操 ◆測驗標槍動作 ◆測驗鉛球動作 ◆測驗鐵餅 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考週
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	◆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	
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 (段考前，室內課程以分析與理論為主)	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 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考週

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	◆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	◆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 (段考前，室內課程以分析與理論為主)	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 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	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	段考週	

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					
21	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	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 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集	◆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	1	

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	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 **113** 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 122 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。 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。 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。 <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	<input checked="" type="checkbox"/> 慢跑訓練 <input checked="" type="checkbox"/> 馬克操 <input checked="" type="checkbox"/> 跑姿基本動作訓練 <input checked="" type="checkbox"/> 體能訓練 <input checked="" type="checkbox"/> 運動傷害防護課程 <input checked="" type="checkbox"/> 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	1	
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	<input checked="" type="checkbox"/> 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 (段考前，室內課程以分析與理論為主)	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 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考週
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 (段考前，室內課程以分析與理論為主)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	
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 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	小隊實作	6	段考週
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-D2 訓練、競賽與心理技巧	◆慢跑訓練 ◆馬克操	性別平等教育 人權教育	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					
		Ps-IV-3 了解並執行環境適應能力	Ps-IV-D3 溝通管道與方法	◆加速跑 ◆賽後影片分析	品德教育 法治教育			
18	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 ◆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	分組練習	6	
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 (段考前，室內課程以分析與理論為主)	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 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考週
22	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	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	1	

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					
				◆斜坡速度 ◆法特雷克 ◆12分鐘測驗				

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 **113** 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	5	

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	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 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考週
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	
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	T-IV-B3 跑、跳、擲/踢、蹬、划之運動力學原理	◆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					
		Ps-IV-3 了解並執行環境適應能力	Ps-IV-D3 溝通管道與方法	◆加速跑 ◆專項技術訓練 ◆專項技術速度	品德教育 法治教育			
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 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考週
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、	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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆繩梯訓練	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					
		規則與情報蒐集 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	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	◆專項技術速度				
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	◆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	◆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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆敏捷 ◆重訓 (段考前，室內課程以分析與理論為主)	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	◆慢跑訓練 ◆馬克操 ◆加速跑 ◆定格跑 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	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	段考週
21	準備期	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德	Ta-IV-C3 運動道德 Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧	◆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	1	

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-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-D3 溝通管道與方法	◆加速跑 ◆定格跑 ◆賽後調整/放鬆 4 節	品德教育 法治教育			

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 **113** 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 122 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	5	
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 (段考前，室內課程以分析與理論為主)	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 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	性別平等教育 人權教育 品德教育 法治教育	測驗	6	段考週
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	

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 (段考前，室內課程以分析與理論為主)				
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 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	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	段考週
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	Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 Ta-IV-C3 運動道德	◆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					
	準備進入鍛鍊期	Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ps-IV-D1 目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧	◆加速跑 ◆敏捷 ◆調整專項技術 (段考前，室內課程以分析與理論為主)	品德教育 法治教育			
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 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	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	段考週
22	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	1	

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 **113** 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 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	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	5	

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	技術調整期	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 ◆加速跑 ◆核心肌群訓練 ◆專項技術重量訓練 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	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	段考週
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	
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 (段考週，室內課程以分析與理論為主)	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	段考週
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	Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 Ta-IV-C3 運動道德	◆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					
		Ps-IV-1 了解並運用心理技巧	Ps-IV-D1 目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧	◆加速跑 ◆賽後調整/放鬆	品德教育 法治教育	測驗		
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

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 113 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 122 節
設計者	梁家瑋		教學者	梁家瑋
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	1	

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 (段考前，改成室內課程，影 片欣賞與分析)	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 (段考週,改成室內課程,影片欣賞與分析)	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	第一次段考

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	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 (段考前，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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	

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 (段考週, 改成室內課程, 影片欣賞與分析)	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	第二次段考
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 (段考前，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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 (段考週，改成室內課程，影 片欣賞與分析)	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	第三 次段 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					
22	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	針對比數進行進退壘的方式	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%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	1	

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 **113** 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 120 節
設計者	梁家瑋		教學者	梁家瑋
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%)	5	

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 (段考前，改成室內課程，	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	影片欣賞與分析)	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 (段考週，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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	第一次段考

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	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					
		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 (段考前，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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 (段考週，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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	第二次段考

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 (段考前，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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 (段考週，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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	第三次段考

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					
		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					
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 Ps-IV-D6	選手心理特質	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%)	1	

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					

* 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 (段考前，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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 (段考週，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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	第一次段考

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 (段考前, 改成室內課程, 影 片欣賞與分析)	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	

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 (段考週，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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	第二次段考
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 (段考前，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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 (段考週，改成室內課程，影 片欣賞與分析)	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	第三 次段 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					
22	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	針對比數進行進退壘的方式	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%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	1	

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 113 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 120 節
設計者	梁家瑋	教學者	梁家瑋
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	5	

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>	(段考前，改成室內課程，影片欣賞與分析)	源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	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%)		
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>	<p>跑位配合 (段考週，改成室內課程，影片欣賞與分析)</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	[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	6	第一次段考

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	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-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 (段考週，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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	第二次段考

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 (段考前，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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 (段考週，改成室內課程， 影片欣賞與分析)	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	第三 次段 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					
		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					
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 Ps-IV-D6	選手心理特質	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%)	1	

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					

* 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 (段考前，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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 (段考週，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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	第一次段考

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 (段考前, 改成室內課程, 影片欣賞與分析)	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	

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 (段考週，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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	第二次段考
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 (段考前，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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 (段考週，改成室內課程，影 片欣賞與分析)	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	第三 次段 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					
22	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	針對比數進行進退壘的方式	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%) 5. 競技綜合訓練表現(10%)	1	

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

屏東縣立恆春國民中學 113 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 120 節
設計者	梁家瑋		教學者	梁家瑋
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	5	

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>	(段考前，改成室內課程，影片欣賞與分析)	源教育、家庭教育、品德教育、安全教育、生涯規畫教育	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%)		
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 (段考週，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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	6	第一次段考

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	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-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 (段考前，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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 (段考週，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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	第二次段考

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 (段考前，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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 (段考週，改成室內課程，影片欣賞與分析)	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	第三次段考

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					
		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					
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 Ps-IV-D6	選手心理特質	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%)	1	

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					

* 以上表格若不敷使用請自行增列。

三、附件

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，其餘委員由學務主任、教務主任、總務主任、輔導主任、體育組長、家長代表、體育教師代表 1 人、專任運動教練 3 人、體育班導師代表 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、 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	當然委員含學務主任、教務主任、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
教師代表	由本校體育科教師擔任之。	1
導師代表	由本校體育班導師擔任之。	2
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	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。

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	黃德玄	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	周向明	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	體育教師	陳忠敬	提供相關體育專業訓練之支援與建議。
委員	體育班導師	鄭秋龍	提供相關體育班事務之支援與建議。
		高菁穗	
委員	教務主任 總務主任 輔導主任	李佳穎 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	蕭宏仁 梁家瑋 陳妍榕	<ol style="list-style-type: none"> 1. 執行體育班訓練競賽相關事宜(專項運動訓練規劃及對外參賽規劃執行) 2. 體育專業課程(包括運動防護、運動競技訓練及其他基礎運動科學內容) 3. 協助有關體育班行政業務之執行及體育班相關會議事務聯繫、紀錄、資料成果彙整與陳送。

體育班課程規劃小組組織要點

依十二年國教基本教育體育班課程實施規範辦理

本會組織章程經 110 年 07 月 01 日體育發展委員會會議通過

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	成員及人數	主要負責業務
召集人	學務主任	綜理並督導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。
總幹事	體育組長	有關體育班課程規劃行政業務之執行及體育班課程規劃相關會議事務聯繫、紀錄、資料成果彙整與陳送。
委員	教務主任	1. 有關學校體育班課程規劃之協商與實施。 2. 辦理課程發展、教學實施、學習評量、課業輔導及補救教學…等事宜。
委員	體育班 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	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。

1. 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)

屏東縣立恆春國民中學 112 學年度第二學期 體育班發展委員會 第四次會議

會議記錄

時間：113 年 5 月 14 日 12 時 40 分

地點：恆春國中行政大樓 2 樓會議室

主席：張鑑堂校長

出席人員：張鑑堂校長、黃德玄主任、李佳穎主任、王剛鴻主任、洪于涵主任、周向明組長、高菁穗老師、鄭秋龍老師、陳忠敬老師、陳思穎老師、梁家瑋教練、黃寅教練、陳妍榕教練、家長代表。

記錄：陳思穎老師

一、主席致詞：

二、工作報告：

1. 體育班甄試已於 5/11 完成，棒球隊報考 10 位新生，田徑隊報考 15 位新生 1 位 8 年級插班生 (702 楊天順)。
2. 8 年級棒球隊數學夜課輔，之前請恆春工商張豪嚴老師任教，最近因老師個人因素，從 5/6 起退出課輔班，目前還在尋找有意願的老師接任。

三、提案討論：

1. 案由一：有關本校 113 學年體育班錄取學生名單及專長名額，提請討論。

說明：

- 〈一〉 依據恆春國中 113 學年度體育班新生暨插班生招生簡章業已辦理完成(招收棒球 16 位，田徑 12 位)。
- 〈二〉 各項甄選專長項目錄取名單如附件，請參閱。
- 〈三〉 因棒球專長項目名額預計招收 16 名，經報名甄選錄取計 8 名，尚有 8 名招生餘額，將依簡章規定流用至田徑專長項目補足名額〈田徑項目正取 12 位，最後完成報到有 11 位，備取 3 位〉。

決議：同意從棒球名額填補田徑所多出來的學生名額，通知備取學生被錄取。

2. 案由二：有關本校擔任新生〈七年級〉體育班導師之順序，提請討論。

說明：

- 〈一〉 順序一：由該年度之體育與健康領域專任教師得優先自願擔任〈繳交並於該年度自願擔任導師同意書上勾選體育班導師選項〉，若該領域有二人以上符合上述資格得依照本校導師遴薦制度要點之積分排序，依照積分高低順序擔任導師(以積分高者優先擔任體育班導師)。
- 〈二〉 順序二：由該年度之非體育與健康領域專任教師得自願擔任〈繳交並於該年度自願擔任導師

同意書上勾選體育班導師選項)，如自願者超過二人以上符合上述資格得依照本校導師遴薦制度要點之積分排序，依照積分高低順序擔任導師(以積分高者優先擔任體育班導師)。

〈三〉順序三：如無人有意願者，則依照本校導師遴薦制度要點之積分排序，依照積分高低順序由需擔任該年度新生〈七年級〉導師名單中以抽籤排定之；是項抽籤作業需於該年度縣府新生編班系統作業前實施完成。

決議：同意以上的7年級體育班導師遴選辦法。

3. 案由三：有關體育班113學年度課程計畫，如附件，請討論。

說明：

- (一) 體育班課程計畫需經校內體育發展委員會討論，是否有需要修改課程。
- (二) 課程計畫完成後，需送交課程發展委員會審查，再送本縣體發中心。

決議：公布於體育班發展委員會群組作參考，如有問題再提出修改。

四、臨時動議：無

散會：113年5月14日 13時 00分

體育組長：

代理教師兼
體育組長 周向明

單位主管：

教師兼
學務主任 黃德玄

校長：

屏東縣立恆春
國民中學校長 張鑑堂

恆春國中 112 學年度第四次體育班發展委員會-會議簽到表

時間：113.05.14 (二)12:40-13:10

地點：2樓會議室

序	職稱	姓名	簽名	備註
1	校長	張鑑堂	張鑑堂	主席
2	學務主任	黃德玄	黃德玄	
3	教務主任	李佳穎	李佳穎	
4	總務主任	王剛鴻	王剛鴻	
5	輔導主任	洪于涵	洪于涵	
6	體育組長	周向明	周向明	
7	707 導師	高菁穗	高菁穗	體育班
8	808 導師	鄭秋龍	鄭秋龍	體育班
9	908 導師	陳忠敬		體育班
10	棒球隊教練	梁家瑋		總教練
11	棒球隊教練	黃寅		副教練
12	田徑隊教練	陳妍榕	陳妍榕	
13	體育組行政協辦	陳思穎	陳思穎	列席
14	體育班家長代表			
15				
16				
17				
18				

2. 課程發展委員會審查「體育班課程計畫」之會議紀錄(含簽到表)

屏東縣恆春國中 112 學年度課程發展委員會

第 4 次會議紀錄

時間：113 年 06 月 25 日 12 時 40 分

地點：2F 會議

主席：校長/張鑑堂

紀錄：教學組長/吳嘉玲

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 113 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：

照案通過。

案由二：審查本校 113 學年度特殊教育課程計畫，提請討論。

說明：

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

二、請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：

照案通過。

案由三：審查本校 113 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：

照案通過。

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 113 學年普通班課程計畫。

決議：

照案通過。

案由五：113 學年度九年級彈性課程「安全教育」更改課程名稱為
「與屏安童行」，提請討論。

說明：

決議：

照案通過。

肆、臨時動議：

提案一：為配合本縣數位學習精進計畫，各校需進行數位公開授課，
113 學年各領域需進行數位學習公開觀課，並繳交一份公開
授課文件<含教案、觀議課、教學錄影等>。

決議：

照案通過。

伍、散會： 13 時 05 分

承辦人 

教務主任 

校長



屏東縣恆春國中 112 學年度課程發展委員會

第 4 次會議簽到表

時間：113 年 6 月 25 日(二)12 時 40 分

地點：三樓視聽教室

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	李佳穎	李佳穎	
	學務主任	黃德玄	黃德玄	
	總務主任	王剛鴻	王剛鴻	
	輔導主任	洪于涵	洪于涵	
	教學組長	吳嘉玲	吳嘉玲	
	訓育組長	陳冠蓁	陳冠蓁	
教師會代表	理事長	蔣彥廷	蔣彥廷	
領域教師代表	國文領域	吳惠英	吳惠英	
	英文領域	張守青	(假)	
	數學領域	李伶莉	李伶莉	
	自然領域	張泰華	張泰華	
	社會領域	郭正中	郭正中	
	科技領域	蘇瑞揚	蘇瑞揚	
	藝文領域	劉佳坤	劉佳坤	
	健體領域	陳忠敬	(假)	
	綜合領域	王熾晶	王熾晶	
級導師	七年級	許哲禎	許哲禎	
	八年級	蔣彥廷	蔣彥廷	
	九年級	蘇怡雯	蘇怡雯	

特殊教育教師代表	特教組長	林玟好	林玟好	
藝才班教師代表	藝才組長	陳怡伶	陳怡伶	
體育班教師代表	體育組長	周向明	(假)	
家長會長		彭威華	(假)	