臺南市公立東區忠孝國民中學 109 學年度第一學期七年級 (體育專業領域)課程計畫

							, -	1			
課程名稱		網球專長	實施(班級)	十 日	大學	本學期共(120)節					
課程規範		 ◎■領域學習課程-部定專長領域 □藝術才能班<mark>部定</mark>專長領域 ■體育班 ■運性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程: □藝術才能班校訂專長領域 □ 體育理校訂 □ 整備才能班 □ 整備才能 □ 整備才能 □ 整備才能 □ 整備才能 □ 整備才 □ 整備才 □ 整備才 □ 整備才 □ 整備 □ <									
設計理念	透過體育專業領域課程,融入適合學生專項運動發展應有之核心素養,以求能在學習歷程中除適應現在生活及面對未來挑戰,所										
本教育階系 總綱核心素 或校訂素系	養	體-J-B3 具備審美 體-U-A2 具備系統 體-J-C1 具備生活	豐-E-A3 具備擬定基本的運動計畫及實作能力,並以創新思考方式,因應日常生活情境 豐-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。 豐-U-A2 具備系統思考、分析與探索競技運動的素養,深化後設思考,並積極面對挑戰,以解決人生中各種問題。 豐-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。 豐-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。								
課程目標	課程目標 第四階段國中生是學生身心及生理發展的快速期,也是自我探索與人際發展的關鍵期,課程中施以專業體育及運動教育,輔導適性發展與社會參與,培育運動專業人才。							運動教育,輔導其			
				課	程架構脈絡						
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量評量方式	自編自選教材 或學習單 使用教具或器材			
第1週(8/31開學)	6	各種基本動作練習	1c-IV-1 1d-IV-1 2c-IV-2 3c-IV-2 4d-IV-1	Bc-IV-1 Cb-IV-3 Ha-IV-1	理解並操作 跑、跳、擲/ 踢、蹬、划等專 項技術之進階 技術	基本專項加強	報告 同儕互評				
第 2 週	6	探討網球握拍方法	1c-IV-1 1d-IV-1 2c-IV-2 3c-IV-2 4d-IV-1	Bc-IV-1 Cb-IV-3 Ha-IV-1	分析各種握拍 方 式優、缺點	分析各種握拍 方式 優、缺點	實作 口試 同 儕互評				

第3週	6	精進發球技	1c-IV-1	Bc-IV-1	分辨發球旋轉	專項技術加強	實作 口試 同
7, 0 ~		仍是汉书以	1d-IV-1	Cb-IV-3	性	J. MAZIMA-IA	
			2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2	TIG IV I			
			4d-IV-1				
<i>达</i> 4 ND	C	₩±2₩ タጷτ₽₽₽		D . W/ 4	/ し かlib ダダエ トンナ ー土市	++ 42 7% T-P	
第4週	6	精進發球技	1c-IV-1	Bc-IV-1	分辨發球旋轉	内角發球	實作 口試 同
			1d-IV-1	Cb-IV-3	性		齊互評
			2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第5週	6	精進發球技	1c-IV-1	Bc-IV-1	探討如何控制	內角發球	實作 口試 同
			1d-IV-1	Cb-IV-3	發球位置'		齊互評
			2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第6週	6	精進發球技	1c-IV-1	Bc-IV-1	分辨發球旋轉	外角發球	實作 口試 同
			1d-IV-1	Cb-IV-3	性		齊互評
			2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第7週	6	精進發球技	1c-IV-1	Bc-IV-1	分辨發球旋轉	外角發球	實作 口試 同
(10/15 \ 10/16			1d-IV-1	Cb-IV-3	性		齊互評
段考)			2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第8週	6	第一次術科測驗		Bc-IV-1	各式發球測驗		實作 口試 同
				Cb-IV-3			齊互評
				Ha-Ⅳ-1			
第9週	6	精進發球技	1c-IV-1	Bc-IV-1	呈現發球動作	控制發球角度	實作 口試 同

	710 13	DC 0/ 9/12/12/12/12/13/14/14/14/14/14/14/14/14/14/14/14/14/14/	1d-IV-1	Cb-IV-3	流暢性		儕互評
			2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第10週	6	精進發球技	1c-IV-1	Bc-IV-1	呈現發球流暢	控制發球角度	實作 口試 同
			1d-IV-1	Cb-IV-3	性		齊互評
			2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第 11 週	6	精進發球技	1c-IV-1	Bc-IV-1	展現接發球的	發球技術的技巧具體	實作 口試 同
			1d-IV-1	Cb-IV-3	變化	運用	儕互評
			2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第 12 週	6	精進發球技	1c-IV-1	Bc-IV-1	展現發球的變	接發球技術的技巧具	實作 口試 同
(11/18~11/20			1d-IV-1	Cb-IV-3	化	體運用	齊互評
校外教學)			2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第 13 週	6		1c-IV-1	Bc-IV-1	正拍擊球練習		實作 口試 同
		精進正拍擊球技	1d-IV-1	Cb-IV-3		正拍擊球動作及腳步練習	齊互評
		術	2c-IV-2	Ha-IV-1		工机 手水切 [[入州 夕 小日	
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第14週	6			Bc-IV-1	呈現發球動作	控制發球位置	實作 口試 同
(12/2、12/3 段		第二次術科測驗		Cb-IV-3	流暢性		齊互評
考)				Ha-IV-1			
第 15 週	6		1c-IV-1	Bc-IV-1	正拍擊球練習	專項訓練	實作 口試 同
		精進正拍擊球技	1d-IV-1	Cb-IV-3		A M whate	儕互評

	/10 /1		「次の間に上口 三(图中和珠쮀版-印建+仪司	/		11
		術	2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第 16 週	6		1c-IV-1	Bc-IV-1			實作 口試 同
		精進正拍擊球技	1d-IV-1	Cb-IV-3	正拍擊球動作及腳步		儕互評
		術	2c-IV-2	Ha-Ⅳ-1	練習	加強肌力與耐力	
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第 17 週	6		1c-IV-1	Bc-IV-1	正拍擊球動作及腳步		實作 口試 同
		精進正拍擊球技	1d-IV-1	Cb-IV-3	練習		儕互評
		術	2c-IV-2	Ha-Ⅳ-1		不同位置的進攻擊球	
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第 18 週	6		1c-IV-1	Bc-IV-1	反拍擊球動作及腳步		實作 口試 同
		精進反拍擊球技	1d-IV-1	Cb-IV-3	練習		儕互評
		術	2c-IV-2	Ha-IV-1		加強肌力與耐力	
			3c-IV-2				
			4d-Ⅳ-1				
第 19 週	6	精進反拍擊球技	1c-IV-1	Bc-IV-1	反拍擊球動作及腳步		實作 口試 同
		術	1d-IV-1	Cb-IV-3	練習		儕互評
			2c-IV-2	Ha-IV-1		不同位置的進攻擊球	
			3c-IV-2				
			4d-Ⅳ-1				
第 20 週	6	精進反拍擊球技	1c-IV-1	Bc-IV-1	反拍擊球動作及腳步		實作 口試 同
		術	1d-IV-1	Cb-IV-3	練習		儕互評
			2c-IV-2	Ha-IV-1		不同位置的進攻擊球	
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				

		,,,,	民族场重应月况应月号术院场际上门重(图	1 0000 0000 0000		
	第 21 週	6	第三次術科測驗	基本計策及綜		
ı	(1/19、1/20 段			合技術測驗	綜合檢討本學期精	
	考)				進相關技術。	
	(1/22 休業式)					

[◎]教學期程請敘明週次起訖,如行列太多或不足,請自行增刪。

臺南市公立東區忠孝國民中學 109 學年度第二學期七年級 (體育專業領域)課程計畫

課程名稱		網球專長	實施年 (班級組	十分 十分	年級 教學 節數	本學期共(120)節				
課程規範	● 「									
設計理念			• •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		,以求能在學習歷程中 ,迎接所有競技運動之		面對未來挑戰,所		
本教育階系總網核心素或校訂素者	養	體-E-A3 具備擬定基本的運動計畫及實作能力,並以創新思考方式,因應日常生活情境 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-A2 具備系統思考、分析與探索競技運動的素養,深化後設思考,並積極面對挑戰,以解決人生中各種問題。 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-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-E-C1 具備生活中有關運動的道德知識與是非判斷能力,理解並遵守相關的道德規範,培養公民意識,關懷社會。 體-E-C2 具備同理他人感受,在活動中樂於與人互動,並與團隊成員合作,促進身心健康。 體-U-A3 具備規劃、實踐與檢討反省的素養,並以創新的態度與作為,因應新的競技運動情境或問題。 第四階段國中生是學生身心及生理發展的快速期,也是自我探索與人際發展的關鍵期,課程中施以專業體育及運動教育,輔導其適性發展與社會參與,培育運動專業人才。								
				課	程架構脈絡					
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量 評量方式	自編自選教材 或學習單 使用教具或器材		
第 1 週 (2/17 開學)	6	複習上學期教導 技術	1c-IV-1 1d-IV-1 2c-IV-2 3c-IV-2 4d-IV-1	Bc-IV-1 Cb-IV-3 Ha-IV-1	熟練各項技術	基本專項加強	實作 口試 同婚互評			
第2週	6	綜合體能之訓練、檢測 運動員體能狀況	1c-IV-1 1d-IV-1	Bc-IV-1 Cb-IV-3	提高各肌群肌 力及肌耐力	間歇或反覆訓練強度提升 加強肌耐力訓練	實作 口試 同 儕互評			

	7,0 1,1	17、19、191三/1127-1137-1137-1137-1137-1137-1137-1137-	2c-IV-2	Ha-Ⅳ-1			
			3c-IV-2	114-11-1			
			4d-IV-1				
第 3 週	6	綜合體能之訓練、檢測	1c-IV-1	Bc-IV-1	提高各肌群肌	間歇或反覆訓練強度提升	實作 口試 同
か り 週	U				·	加強肌耐力訓練	
		運動員體能狀況	1d-IV-1	Cb-IV-3	力及肌耐力	JE JE DU WI J BINA	齊互評
			2c-IV-2	Ha-Ⅳ-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第4週	6	控球能力練習	1c-IV-1	Bc-IV-1	能確實將球擊	專項技術加強	實作 口試 同
			1d-IV-1	Cb-IV-3	向設定目標		齊互評
			2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第5週	6	控球能力練習	1c-IV-1	Bc-IV-1	能確實將球擊	專項技術加強	實作 口試 同
			1d-IV-1	Cb-IV-3	向設定目標		儕互評
			2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第6週	6	控球能力練習	1c-IV-1	Bc-IV-1	能確實將球擊	專項技術加強	實作 口試 同
(3/25 \ 3/26			1d-IV-1	Cb-IV-3	向設定目標		儕互評
段考)			2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第7週	6	第一次術科測驗		Bc-IV-1			實作 口試 同
				Cb-IV-3			儕互 評
				Ha-IV-1			
第8週	6	組合動作練習、動作之	1c-IV-1	Bc-IV-1	理解實踐各專項技術	專項技術加強	實作 口試 同
		連貫及強化	1d-IV-1	Cb-IV-3			齊互 評
			2c-IV-2	Ha-IV-1			

			3c-IV-2					
			4d-IV-1					
第9週	6	組合動作練習、動作之	1c-IV-1	Bc-IV-1	理解實踐各專項技術	專項技術加強	實作 口試 同	
		連貫及強化	1d-IV-1	Cb-IV-3			儕互評	
			2c-IV-2	Ha-IV-1				
			3c-IV-2					
			4d-IV-1					
第10週	6	精進攻球技術	1c-IV-1	Bc-IV-1	理解實踐各專項技術	專項技術加強	實作 口試 同	
			1d-IV-1	Cb-IV-3			儕互評	
			2c-IV-2	Ha-IV-1				
			3c-IV-2					
			4d-IV-1					
第11週	6	組合動作練習、動作之	1c-IV-1	Bc-IV-1	理解實踐各專項技術	專項技術加強	實作 口試 同	
		連貫及強化	1d-IV-1	Cb-IV-3			儕互評	
			2c-IV-2	Ha-IV-1				
			3c-IV-2					
			4d-IV-1					
第12週	6	組合動作練習、動作之	1c-IV-1	Bc-IV-1	理解實踐各專項技術	專項技術加強	實作 口試 同	
		連貫及強化	1d-IV-1	Cb-IV-3			儕互評	
			2c-IV-2	Ha-IV-1				
			3c-IV-2					
			4d-IV-1					
第13週	6	第二次術科測驗		Bc-IV-1	提高各肌群肌		實作 口試 同	
(5/10 \ 5/11				Cb-IV-3	力及肌耐力		儕互評	
段考)				Ha-IV-1				
第 14 週	6	綜合體能之訓練、檢測	1c-IV-1		提高各肌群肌	間歇或反覆訓練強度提升	實作 口試 同	
(5/15 \ 5/16		運動員體能狀況	1d-IV-1		力及肌耐力	加強肌耐力訓練	儕互評	
會考)			2c-IV-2					
			3c-IV-2					

			4d-IV-1				
第 15 週	6	綜合體能之訓練、檢測	1c-IV-1	Bc-IV-1	提高各肌群肌	專項技術加強	實作 口試 同
√V 10 ~		運動員體能狀況	1d-IV-1	Cb-IV-3	力及肌耐力	7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7	齊互評
		AST OF ASTRONO	2c-IV-2	Ha-IV-1	77727864777		M
			3c-IV-2	110 17 1			
			4d-IV-1				
第 16 週	6	各種擊球動作及腳步練	1c-IV-1	Bc-IV-1	理解實踐各專	專項技術加強	實作 口試 同
Я 10 2	U	習	1d-IV-1	Cb-IV-3	項技術	于一只仅加了加强	· 所 · 所 · 所 · 所 · 所 · 所 · 所 · 所 · 所 · 所
		E E	2c-IV-2	Ha-IV-1	一只 4又 7时		[A 2. p]
			3c-IV-2	110-11-1			
			4d-IV-1				
第 17 週	6	各種擊球動作及腳步練	1c-IV-1	Bc-IV-1	理解實踐各專	專項技術加強	實作 口試 同
为 11 週	U	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	1d-IV-1	Cb-IV-3	互 解 頁	子为权何加强	 竹 口 山 内
		白	2c-IV-2	Ha-IV-1	为 7文 70		月五叶
			3c-IV-2	Ha-IV-I			
			4d-IV-1				
			40-17-1				
第 18 週	6	攻守練習	1c-IV-1	Bc-IV-1	理解實踐各專	提升步頻及步幅技術訓練	實作 口試 同
			1d-IV-1	Cb-IV-3	項技術		齊互評
			2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第 19 週	6	攻守練習	1c-IV-1	Bc-IV-1	理解實踐各專	提升步頻及步幅技術訓練	實作 口試 同
(6/24 \ 6/25			1d-IV-1	Cb-IV-3	項技術		儕互 評
段考)			2c-IV-2	Ha-IV-1			
			3c-IV-2				
			4d-IV-1				
第 20 週	6	第三次術科測驗		Bc-IV-1			實作 口試 同
(6/30 休業式)		綜合檢討本學期		Cb-IV-3			儕互評

精進相關技術。	Ha-IV-1		

◎教學期程請敘明週次起訖,如行列太多或不足,請自行增刪。