

臺南市立後甲國民中學 110 學年度第一學期七年級(體育專業領域)課程計畫

課程名稱	體育專長-羽球	實施年級 (班級組別)	七年級/羽球	教學 節數	本學期共(126)節
課程規範	<p>◎●領域學習課程-部定專長領域 <input type="checkbox"/>藝術才能班部定專長領域 ●體育班部定體育專業 ◎<input type="checkbox"/>彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程：<input type="checkbox"/>藝術才能班校訂專長領域 ●體育班校訂體育專業</p>				
設計理念	<p>(一) 培養羽球專項運動之競技體能：依羽球專項運動之特性執行個人體能訓練，增進羽球專項運動之競技體適能。 (二) 精進羽球專項運動之技術水準：藉由羽球專項運動技術學習與鍛鍊，發展個人與團隊之羽球專項運動技術水準。 (三) 發展羽球專項運動之戰術運用：能經由羽球專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際羽球專項運動比賽中。 (四) 提升羽球專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提昇羽球專項運動競賽之心理素質。</p>				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>A 自主行動 A1 身心素質與自我精進 B 溝通互動 B1 符號運用與溝通表達 C 社會參與 C1 道德實踐與公民意識</p>				
課程目標	<p>一、第一階段 (一)能理解並做出基本動作、攻守步伐以及規則講解。 (二)能做理解並熟練基本動作、小組合作、防守概念。 (三)能理解、熟練並操作基本動作、小組攻守、模擬賽。 (四)熟練流暢表現出基本動作、分科訓練、小組合作。</p> <p>二、第二階段 (一)理解分科訓練、系統機遇戰、模擬賽。 (二)熟練分科訓練、戰術訓練、狀況訓練。 (三)操作分科訓練、戰術訓練、練習賽。 (四)熟練並執行隊之攻守、練習賽、缺點檢討。</p>				
課程架構脈絡					

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

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
第一週 08/29~09/04 09/01(三) 開學日	6	介紹本學期課程	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度	讓學生了解課堂規範	1. 說明上課注意事項及規定 2. 進行分組	口頭發問	自編教材
第二週 09/05~09/11 09/07(二)09/08(三) 三年級第一次成就測驗 09/11(六)補 09/20(一)課程	6	基本動作分解介紹與實作	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網	讓學生了解羽毛球基本動作要領	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作、測驗	自編教材

				<p>/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術</p> <p>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術</p>				
<p>第三週 09/12~09/18</p>	6	<p>基本動作分解介紹與實作</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方</p> <p>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力</p> <p>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度</p> <p>T-III-B1 網/牆性球類運動之發、</p>	<p>讓學生了解羽毛球基本動作要領</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

				接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術				
<p>第四週 09/19~09/25 09/20(一)09/21(二) 中秋節連假</p>	6	<p>基本動作分解介紹與實作</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、</p>	<p>讓學生了解羽毛球基本動作要領</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

				殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術				
第五週 09/26~10/02	6	基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、	讓學生了解羽球基本動作要領	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作	自編教材

				攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類 運動比賽之基本性攻防實務技術				
<p>第六週 10/03~10/09</p> <p>10/06(四)10/07(五) 第一次段考</p>	6	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本</p>	<p>讓學生了解羽毛球單打動作要領及動作特性要點</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

				性技術 T-III-B2 網 /牆性球類 運動比賽之 基本性攻防 實務技術				
第七週 10/10~10/16 10/11(一)國慶日補 假	6	基本動作分解介 紹與實作、小組 配合訓練	p-III-1 認識並 練習網/牆性球 類運動體能訓 練處方 T-III-1 網/牆性 球類運動技術 要領	p-III-A1 網 /牆性球類 運動基本柔 軟度、肌 (耐)力 與心肺耐力 p-III-A2 網 /牆性球類 運動基本敏 捷、協調、 瞬發力與速 度 T-III-B1 網 /牆性球類 運動之發、 接發、傳 接、舉、 殺、抽、 挑、擊、 攔、切、 移位等基本 性技術 T-III-B2 網	讓學生了解羽 球單打動作要 領及動作特性 要點	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實 作	自編教材

				<p>/牆性球類 運動比賽之 基本性攻防 實務技術</p>				
<p>第八週 10/17~10/23</p>	<p>6</p>	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之</p>	<p>讓學生了解羽毛球雙打動作要領及動作特性要點</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

				基本性攻防 實務技術				
第九週 10/24~10/30	6	基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術	讓學生了解羽毛球雙打動作要領及動作特性要點	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作	自編教材

<p>第十週 10/31~11/06</p>	<p>6</p>	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領 Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基礎性攻防戰術 Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術 Ta-III-C1 網/牆性球</p>	<p>讓學生了解羽毛球單雙動作要領及技術、戰術運用大綱；並遵守競賽規則、指令與禮儀</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>
----------------------------	----------	---------------------------	--	---	---	------------------------------	----------------	-------------

				<p>類運動之 時間、 空間及人與 人、人與球 關係攻防概 念 Ta-III-C2 網/牆性球 類運動基 本規則 與基础性戰 術</p>				
<p>第十一週 11/07~11/13</p>	6	<p>基本動作分解介 紹與實作、小組 配合訓練</p>	<p>p-III-1 認識並 練習網/牆性球 類運動體能訓 練處方 T-III-1 網/牆性 球類運動技術 要領 Ta-III-1 知道、 模仿並實施網 /牆性球類運動 比賽的基础性 攻防戰術 Ta-III-5 認識並 遵守競賽規 則、指令與禮 儀</p>	<p>p-III-A1 網 /牆性球類 運動基本柔 軟度、肌 (耐)力 與心肺耐力 p-III-A2 網 /牆性球類 運動基本敏 捷、協調、 瞬發力與速 度 T-III-B1 網 /牆性球類 運動之發、 接發、傳 接、舉、</p>	<p>讓學生了解羽 球單打動作要 領及技術、戰 術運用</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實 作</p>	<p>自編教材</p>

				殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術 Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念 Ta-III-C2 網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術				
第十二週 11/14~11/20	6	基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力	讓學生了解羽毛球單打動作要領及技術、戰術運用	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作	自編教材

		<p>球類運動技術 要領 Ta-III-1 知道、 模仿並實施網 /牆性球類運動 比賽的基礎性 攻防戰術 Ta-III-5 認識並 遵守競賽規 則、指令與禮 儀</p>	<p>與心肺耐力 p-III-A2 網 /牆性球類 運動基本敏 捷、協調、 瞬發力與速 度 T-III-B1 網 /牆性球類 運動之發、 接發、傳 接、舉、 殺、抽、 挑、擊、 攔、切、 移位等基本 性技術 T-III-B2 網 /牆性球類 運動比賽之 基本性攻防 實務技術 Ta-III-C1 網/牆性球 類運動之 時間、 空間及人與 人、人與球 關係攻防概</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--

				念 Ta-III-C2 網/牆性球 類運動基 本規則 與基础性戰 術				
第十三週 11/21~11/27 11/24(三)11/25(四) 第二次段考	6	基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領 Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基础性攻防戰術 Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基础性技術	讓學生了解羽毛球單打動作要領及技術、戰術運用	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作	自編教材

				<p>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術</p> <p>Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念</p> <p>Ta-III-C2 網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術</p>				
<p>第十四週 11/28~12/04</p>	6	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方</p> <p>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p> <p>Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力</p> <p>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、</p>	<p>讓學生了解羽毛球單打動作要領及技術、戰術運用</p>	<p>1. 教師授課</p> <p>2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

		<p>比賽的基礎性 攻防戰術 Ta-III-5 認識並 遵守競賽規 則、指令與禮 儀</p>	<p>瞬發力與速 度 T-III-B1 網 /牆性球類 運動之發、 接發、傳 接、舉、 殺、抽、 挑、擊、 攔、切、 移位等基本 性技術 T-III-B2 網 /牆性球類 運動比賽之 基本性攻防 實務技術 Ta-III-C1 網/牆性球 類運動之 時間、 空間及人與 人、人與球 關係攻防概 念 Ta-III-C2 網/牆性球 類運動基 本規則</p>				
--	--	---	--	--	--	--	--

				與基础性戰術				
第十五週 12/05~12/11	6	基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領 Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基礎性攻防戰術 Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術	讓學生了解羽球雙打動作要領及技術、戰術運用	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作	自編教材

				<p>Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念</p> <p>Ta-III-C2 網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術</p>				
<p>第十六週 12/12~12/18</p>	6	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方</p> <p>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p> <p>Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基礎性攻防戰術</p> <p>Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力</p> <p>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度</p> <p>T-III-B1 網/牆性球類運動之發、</p>	<p>讓學生了解羽球雙打動作要領及技術、戰術運用</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

			儀	接發、傳 接、舉、 殺、抽、 挑、擊、 攔、切、 移位等基本 性技術 T-III-B2 網 /牆性球類 運動比賽之 基本性攻防 實務技術 Ta-III-C1 網/牆性球 類運動之 時間、 空間及人與 人、人與球 關係攻防概 念 Ta-III-C2 網/牆性球 類運動基 本規則 與基础性戰 術				
第十七週 12/19~12/25	6	基本動作分解介 紹與實作、小組 配合訓練、分組	p-III-1 認識並 練習網/牆性球 類運動體能訓	p-III-A1 網 /牆性球類 運動基本柔	讓學生了解羽 球雙打動作要 領及技術、戰	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實 作	自編教材

<p>12/23(四)12/24(五) 三年級第二次成就測驗</p>	<p>比賽</p>	<p>練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領 Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基礎性攻防戰術 Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀</p>	<p>軟度、肌力 (耐)力 與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術 Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與</p>	<p>術運用</p>			
--	-----------	--	--	------------	--	--	--

				<p>人、人與球 關係攻防概念 Ta-III-C2 網/牆性球 類運動基 本規則 與基礎性戰 術</p>				
<p>第十八週 12/26~01/01 12/31(五)補假</p>	6	<p>基本動作分解介 紹與實作、小組 配合訓練、分組 比賽</p>	<p>p-III-1 認識並 練習網/牆性球 類運動體能訓 練處方 T-III-1 網/牆性 球類運動技術 要領 Ta-III-1 知道、 模仿並實施網 /牆性球類運動 比賽的基礎性 攻防戰術 Ta-III-5 認識並 遵守競賽規 則、指令與禮 儀</p>	<p>p-III-A1 網 /牆性球類 運動基本柔 軟度、肌 (耐)力 與心肺耐力 p-III-A2 網 /牆性球類 運動基本敏 捷、協調、 瞬發力與速 度 T-III-B1 網 /牆性球類 運動之發、 接發、傳 接、舉、 殺、抽、 挑、擊、 攔、切、</p>	<p>讓學生了解羽 球雙打動作要 領及技術、戰 術運用</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實 作</p>	<p>自編教材</p>

				移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術 Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念 Ta-III-C2 網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術				
第十九週 01/02~01/08	6	基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領 Ta-III-1 知道、	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類	讓學生了解，羽球動作要領及單雙打技戰術運用，並遵守競賽規則、指令與禮儀，認識基礎心理技巧	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作	自編教材

		<p>模仿並實施網 /牆性球類運動 比賽的基礎性 攻防戰術 Ta-III-5 認識並 遵守競賽規 則、指令與禮 儀 Ps-III-1 認識並 操作基礎性運 動心理技巧模 擬網/牆性球類 運動之實戰情 況與技術，進 而控制自我心 理狀態，提升 團隊合作態度 與比賽成績等</p>	<p>運動基本敏 捷、協調、 瞬發力與速 度 T-III-B1 網 /牆性球類 運動之發、 接發、傳 接、舉、 殺、抽、 挑、擊、 攔、切、 移位等基本 性技術 T-III-B2 網 /牆性球類 運動比賽之 基本性攻防 實務技術 Ta-III-C1 網/牆性球 類運動之 時間、 空間及人與 人、人與球 關係攻防概 念 Ta-III-C2 網/牆性球</p>				
--	--	--	---	--	--	--	--

				<p>類運動基本規則 與基础性戰術 Ta-III-C9 專項運動規則與禮儀 Ps-III-D1 網/牆性球類運動之基础性運動心理技巧 Ps-III-D2 基础性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術</p>				
<p>第二十週 01/09~01/15</p>	6	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領 Ta-III-1 知道、</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類</p>	<p>讓學生了解，羽球動作要領及單雙打技戰術運用，並遵守競賽規則、指令與禮儀，認識基礎心理技巧</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

		<p>模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基礎性攻防戰術</p> <p>Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀</p> <p>Ps-III-1 認識並操作基礎性運動心理技巧模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術，進而控制自我心理狀態，提升團隊合作態度與比賽成績等</p>	<p>運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度</p> <p>T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術</p> <p>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術</p> <p>Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念</p> <p>Ta-III-C2 網/牆性球</p>				
--	--	---	---	--	--	--	--

				類運動基本規則 與基础性戰術 Ta-III-C9 專項運動規則與禮儀 Ps-III-D1 網/牆性球類運動之基础性運動心理技巧 Ps-III-D2 基础性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術				
第二十一週 01/16~01/22 01/17(一)01/18(二) 第三次段考 01/20(四)休業式 01/21(五)寒假開始	6	基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力 與心肺耐力 p-III-A2 網	讓學生了解，羽球動作要領及單雙打技戰術運用，並遵守競賽規則、指令與禮儀，認識基礎心理	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作	自編教材

		<p>Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基礎性攻防戰術</p> <p>Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀</p> <p>Ps-III-1 認識並操作基礎性運動心理技巧模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術，進而控制自我心理狀態，提升團隊合作態度與比賽成績等</p>	<p>/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度</p> <p>T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術</p> <p>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術</p> <p>Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念</p>	<p>技巧</p>			
--	--	---	---	-----------	--	--	--

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

				<p>Ta-III-C2 網/牆性球 類運動基 本規則 與基础性戰 術</p> <p>Ta-III-C9 專項運動規 則與禮 儀</p> <p>Ps-III-D1 網/牆性球 類運動之基 礎性運動心 理技 巧</p> <p>Ps-III-D2 基础性運動 心理技能模 擬網/牆性 球類運動之 實戰情況與 技術</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

臺南市立後甲國民中學 110 學年度第二學期七年級(體育專業領域)課程計畫

課程名稱	體育專長-羽球	實施年級 (班級組別)	七年級/羽球	教學 節數	本學期共(126)節
課程規範	<input checked="" type="checkbox"/> ● 領域學習課程-部定專長領域 <input type="checkbox"/> 藝術才能班 部定 專長領域 ● 體育班部定體育專業 <input checked="" type="checkbox"/> ● 彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程： <input type="checkbox"/> 藝術才能班 校訂 專長領域 ● 體育班校訂體育專業				
設計理念	(一) 培養羽球專項運動之競技體能：依羽球專項運動之特性執行個人體能訓練，增進羽球專項運動之競技體適能。 (二) 精進羽球專項運動之技術水準：藉由羽球專項運動技術學習與鍛鍊，發展個人與團隊之羽球專項運動技術水準。 (三) 發展羽球專項運動之戰術運用：能經由羽球專項運動戰術戰略之執行與練習，應用於實際羽球專項運動比賽中。 (四) 提升羽球專項運動之心理素質：能運用科學之訓練方法，有效發展並提昇羽球專項運動競賽之心理素質。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	A 自主行動 A1 身心素質與自我精進 B 溝通互動 B1 符號運用與溝通表達 C 社會參與 C1 道德實踐與公民意識				
課程目標	一、第一階段 (一)能理解並做出基本動作、攻守步伐以及規則講解。 (二)能做理解並熟練基本動作、小組合作、防守概念。 (三)能理解、熟練並操作基本動作、小組攻守、模擬賽。 (四)熟練流暢表現出基本動作、分科訓練、小組合作。 二、第二階段 (一)理解分科訓練、系統機遇戰、模擬賽。 (二)熟練分科訓練、戰術訓練、狀況訓練。 (三)操作分科訓練、戰術訓練、練習賽。 (四)熟練並執行隊之攻守、練習賽、缺點檢討。				
課程架構脈絡					

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

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
第一週 02/06~02/12 02/11(五) 開學日	6	介紹本學期課程	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度	讓學生了解課堂規範	1. 說明上課注意事項及規定 2. 進行分組	口頭發問	自編教材
第二週 02/13~02/19	6	基本動作分解介紹與實作	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網	讓學生了解羽毛球基本動作要領	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作、測驗	自編教材

				<p>/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術</p> <p>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術</p>				
<p>第三週 02/20~02/26</p>	6	<p>基本動作分解介紹與實作</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方</p> <p>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力</p> <p>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度</p> <p>T-III-B1 網/牆性球類運動之發、</p>	<p>讓學生了解羽毛球基本動作要領</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

				接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術				
<p>第四週 02/27~03/05</p> <p>02/28(一)和平紀念日</p>	6	<p>基本動作分解介紹與實作</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、</p>	<p>讓學生了解羽毛球基本動作要領</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

				殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術				
第五週 03/06~03/12	6	基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、	讓學生了解羽毛球基本動作要領	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作	自編教材

				攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類 運動比賽之基本性攻防實務技術				
第六週 03/13~03/19	6	基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本	讓學生了解羽毛球單打動作要領及動作特性要點	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作	自編教材

				性技術 T-III-B2 網 /牆性球類 運動比賽之 基本性攻防 實務技術				
第七週 03/20~03/26 03/24(三)03/25(四) 一二年級第一次段考	6	基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網	讓學生了解羽球單打動作要領及動作特性要點	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作	自編教材

				<p>/牆性球類 運動比賽之 基本性攻防 實務技術</p>				
<p>第八週 03/27~04/02</p>	<p>6</p>	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之</p>	<p>讓學生了解羽毛球雙打動作要領及動作特性要點</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

				<p>基本性攻防 實務技術</p>				
<p>第九週 04/03~04/09</p>	<p>6</p>	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術</p>	<p>讓學生了解羽球雙打動作要領及動作特性要點</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

<p>第十週 04/10~04/16</p>	<p>6</p>	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領 Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基礎性攻防戰術 Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術 Ta-III-C1 網/牆性球</p>	<p>讓學生了解羽毛球單雙動作要領及技術、戰術運用大綱；並遵守競賽規則、指令與禮儀</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>
----------------------------	----------	---------------------------	--	---	---	------------------------------	----------------	-------------

				<p>類運動之 時間、 空間及人與 人、人與球 關係攻防概 念 Ta-III-C2 網/牆性球 類運動基 本規則 與基础性戰 術 Ta-III-C9 專項運動規 則與禮 儀</p>				
<p>第十一週 04/17~04/23</p>	6	<p>基本動作分解介 紹與實作、小組 配合訓練</p>	<p>p-III-1 認識並 練習網/牆性球 類運動體能訓 練處方 T-III-1 網/牆性 球類運動技術 要領 Ta-III-1 知道、 模仿並實施網 /牆性球類運動 比賽的基础性 攻防戰術 Ta-III-5 認識並</p>	<p>p-III-A1 網 /牆性球類 運動基本柔 軟度、肌 (耐)力 與心肺耐力 p-III-A2 網 /牆性球類 運動基本敏 捷、協調、 瞬發力與速 度 T-III-B1 網</p>	<p>讓學生了解羽 球單打動作要 領及技術、戰 術運用</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實 作</p>	<p>自編教材</p>

遵守競賽規則、指令與禮儀

/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術

T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術

Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念

Ta-III-C2 網/牆性球類運動基本規則與基础性戰術

Ta-III-C9

				專項運動規則與禮儀				
第十二週 04/24~04/30	6	基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領 Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基礎性攻防戰術 Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術	讓學生了解羽毛球單打動作要領及技術、戰術運用	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作	自編教材

				<p>Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念</p> <p>Ta-III-C2 網/牆性球類運動基本規則與基础性戰術</p> <p>Ta-III-C9 專項運動規則與禮儀</p>				
<p>第十三週 05/01~05/07</p>	6	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方</p> <p>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p> <p>Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基础性攻防戰術</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力</p> <p>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度</p>	<p>讓學生了解羽球單打動作要領及技術、戰術運用</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

<p>Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀</p>	<p>T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術</p> <p>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術</p> <p>Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念</p> <p>Ta-III-C2 網/牆性球類運動基本規則與基础性戰術</p>
---------------------------------	--

				<p>Ta-III-C9 專項運動規則與禮儀</p>				
<p>第十四週 05/08~05/14</p> <p>05/09(一)05/10(二) 一二年級第二次段考</p>	<p>6</p>	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領 Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基礎性攻防戰術 Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防</p>	<p>讓學生了解羽毛球單打動作要領及技術、戰術運用</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

				<p>實務技術 Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念 Ta-III-C2 網/牆性球類運動基本規則與基础性戰術 Ta-III-C9 專項運動規則與禮儀</p>				
<p>第十五週 05/15~05/21</p>	6	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領 Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基礎性</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速</p>	<p>讓學生了解羽球雙打動作要領及技術、戰術運用</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

<p>攻防戰術 Ta-III-5 認識並 遵守競賽規 則、指令與禮 儀</p>	<p>度 T-III-B1 網 /牆性球類 運動之發、 接發、傳 接、舉、 殺、抽、 挑、擊、 攔、切、 移位等基本 性技術 T-III-B2 網 /牆性球類 運動比賽之 基本性攻防 實務技術 Ta-III-C1 網/牆性球 類運動之 時間、 空間及人與 人、人與球 關係攻防概 念 Ta-III-C2 網/牆性球 類運動基 本規則 與基础性戰</p>
---	--

				術 Ta-III-C9 專項運動規則與禮儀				
第十六週 05/22~05/28	6	基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領 Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基礎性攻防戰術 Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術 T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之	讓學生了解羽毛球雙打動作要領及技術、戰術運用	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作	自編教材

				<p>基本性攻防實務技術</p> <p>Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念</p> <p>Ta-III-C2 網/牆性球類運動基本規則與基础性戰術</p> <p>Ta-III-C9 專項運動規則與禮儀</p>				
<p>第十七週 05/29~06/04</p> <p>06/03(五)端午節</p>	6	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方</p> <p>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p> <p>Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力</p> <p>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、</p>	<p>讓學生了解羽毛球雙打動作要領及技術、戰術運用</p>	<p>1. 教師授課</p> <p>2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

		<p>比賽的基礎性 攻防戰術 Ta-III-5 認識並 遵守競賽規 則、指令與禮 儀</p>	<p>瞬發力與速 度 T-III-B1 網 /牆性球類 運動之發、 接發、傳 接、舉、 殺、抽、 挑、擊、 攔、切、 移位等基本 性技術 T-III-B2 網 /牆性球類 運動比賽之 基本性攻防 實務技術 Ta-III-C1 網/牆性球 類運動之 時間、 空間及人與 人、人與球 關係攻防概 念 Ta-III-C2 網/牆性球 類運動基 本規則</p>				
--	--	---	--	--	--	--	--

				與基础性戰術 Ta-III-C9 專項運動規則與禮儀				
第十八週 06/05~06/11	6	基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領 Ta-III-1 知道、模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基础性攻防戰術 Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度 T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基础性技術 T-III-B2 網/牆性球類	讓學生了解羽球雙打動作要領及技術、戰術運用	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作	自編教材

				<p>運動比賽之基本性攻防實務技術</p> <p>Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念</p> <p>Ta-III-C2 網/牆性球類運動基本規則與基础性戰術</p> <p>Ta-III-C9 專項運動規則與禮儀</p>				
<p>第十九週 06/12~06/18</p>	6	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方</p> <p>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p> <p>Ta-III-1 知道、模仿並實施網</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力</p> <p>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏</p>	<p>讓學生了解，羽球動作要領及單雙打技戰術運用，並遵守競賽規則、指令與禮儀，認識基礎心理技巧</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

		<p>/牆性球類運動 比賽的基礎性 攻防戰術 Ta-III-5 認識並 遵守競賽規 則、指令與禮 儀 Ps-III-1 認識並 操作基礎性運 動心理技巧模 擬網/牆性球類 運動之實戰情 況與技術，進 而控制自我心 理狀態，提升 團隊合作態度 與比賽成績等</p>	<p>捷、協調、 瞬發力與速 度 T-III-B1 網 /牆性球類 運動之發、 接發、傳 接、舉、 殺、抽、 挑、擊、 攔、切、 移位等基本 性技術 T-III-B2 網 /牆性球類 運動比賽之 基本性攻防 實務技術 Ta-III-C1 網/牆性球 類運動之 時間、 空間及人與 人、人與球 關係攻防概 念 Ta-III-C2 網/牆性球 類運動基</p>				
--	--	---	--	--	--	--	--

				<p>本規則 與基础性戰術 Ta-III-C9 專項運動規則與禮儀 Ps-III-D1 網/牆性球類運動之基础性運動心理技巧 Ps-III-D2 基础性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術</p>				
<p>第二十週 06/19~06/25</p>	6	<p>基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽</p>	<p>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領 Ta-III-1 知道、模仿並實施網</p>	<p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏</p>	<p>讓學生了解，羽球動作要領及單雙打技戰術運用，並遵守競賽規則、指令與禮儀，認識基礎心理技巧</p>	<p>1. 教師授課 2. 學生實際操作</p>	<p>口頭發問、實作</p>	<p>自編教材</p>

		<p>/牆性球類運動 比賽的基礎性 攻防戰術 Ta-III-5 認識並 遵守競賽規 則、指令與禮 儀 Ps-III-1 認識並 操作基礎性運 動心理技巧模 擬網/牆性球類 運動之實戰情 況與技術，進 而控制自我心 理狀態，提升 團隊合作態度 與比賽成績等</p>	<p>捷、協調、 瞬發力與速 度 T-III-B1 網 /牆性球類 運動之發、 接發、傳 接、舉、 殺、抽、 挑、擊、 攔、切、 移位等基本 性技術 T-III-B2 網 /牆性球類 運動比賽之 基本性攻防 實務技術 Ta-III-C1 網/牆性球 類運動之 時間、 空間及人與 人、人與球 關係攻防概 念 Ta-III-C2 網/牆性球 類運動基</p>				
--	--	---	--	--	--	--	--

				本規則 與基础性戰術 Ta-III-C9 專項運動規則與禮儀 Ps-III-D1 網/牆性球類運動之基础性運動心理技巧 Ps-III-D2 基础性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術				
第二十一週 06/26~07/02 06/27(一)06/28(二) 一二年級第三次段考 06/30(四)休業式 07/01(五)暑假開始	6	基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽	p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方 T-III-1 網/牆性球類運動技術要領 Ta-III-1 知道、	p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力 p-III-A2 網/牆性球類	讓學生了解，羽球動作要領及單雙打技戰術運用，並遵守競賽規則、指令與禮儀，認識基礎心理技巧	1. 教師授課 2. 學生實際操作	口頭發問、實作	自編教材

		<p>模仿並實施網/牆性球類運動比賽的基礎性攻防戰術</p> <p>Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀</p> <p>Ps-III-1 認識並操作基礎性運動心理技巧模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術，進而控制自我心理狀態，提升團隊合作態度與比賽成績等</p>	<p>運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度</p> <p>T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、移位等基本性技術</p> <p>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術</p> <p>Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念</p> <p>Ta-III-C2</p>				
--	--	---	---	--	--	--	--

				網/牆性球 類運動基 本規則 與基础性戰 術 Ta-III-C9 專項運動規 則與禮 儀 Ps-III-D1 網/牆性球 類運動之基 基础性運動心 理技 巧 Ps-III-D2 基础性運動 心理技能模 擬網/牆性 球類運動之 實戰情況與 技術				
--	--	--	--	--	--	--	--	--