

## 臺南市立後甲國民中學 111 學年度第一學期七年級(藝術才能專長領域)(體育專業領域)課程計畫

|                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                |        |          |            |      |              |                           |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------|----------|------------|------|--------------|---------------------------|
| 課程名稱                     | 體育專長                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 實施年級<br>(班級組別) | 七年級/羽球 | 教學<br>節數 | 本學期共(147)節 |      |              |                           |
| 課程規範                     | <input checked="" type="checkbox"/> ● <input checked="" type="checkbox"/> 領域學習課程-部定專長領域<br><input type="checkbox"/> 藝術才能班部定專長領域 <input checked="" type="checkbox"/> 體育班部定體育專業<br><input checked="" type="checkbox"/> 彈性學習課程-特殊需求領域課程<br>專業課程： <input type="checkbox"/> 藝術才能班校訂專長領域 <input checked="" type="checkbox"/> 體育班校訂體育專業 |                |        |          |            |      |              |                           |
| 設計理念                     | (一) 培養羽球運動之競技體能：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。<br>(二) 精進羽球運動之技術水準：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。<br>(三) 發展羽球運動之戰術運用：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。<br>(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<br>總綱核心素養<br>或校訂素養 | A 自主行動 A1 身心素質與自我精進<br>B 溝通互動 B1 符號運用與溝通表達<br>C 社會參與 C1 道德實踐與公民意識                                                                                                                                                                                                                                                                |                |        |          |            |      |              |                           |
| 課程目標                     | 一、第一階段<br>(一)能理解並做出基本動作、攻守步伐以及規則講解。<br>(二)能做理解並熟練基本動作、小組合作、防守概念。<br>(三)能理解、熟練並操作基本動作、小組攻守、模擬賽。<br>(四)熟練流暢表現出基本動作、分科訓練、小組合作。<br>二、第二階段<br>(一)理解分科訓練、系統機遇戰、模擬賽。<br>(二)熟練分科訓練、戰術訓練、狀況訓練。<br>(三)操作分科訓練、戰術訓練、練習賽。<br>(四)熟練並執行隊之攻守、練習賽、缺點檢討。                                                                                           |                |        |          |            |      |              |                           |
| 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<br>評量方式 | 自編自選教材<br>或學習單<br>使用教具或器材 |

|                                               |          |                           |                                                   |                                                                                                                                                                               |                                     |                                                      |                        |             |
|-----------------------------------------------|----------|---------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------|-------------|
| <p>第一週<br/>08/28~09/03<br/>08/30(二) 開學日</p>   | <p>7</p> | <p>介紹本學期課程<br/>基礎能力測試</p> | <p>p-III-1 認識並<br/>練習網/牆性球<br/>類運動體能訓<br/>練處方</p> | <p>p-III-A1 網<br/>/牆性球類<br/>運動基本柔<br/>軟度、肌<br/>(耐)力<br/>與心肺耐力<br/>p-III-A2 網<br/>/牆性球類<br/>運動基本敏<br/>捷、協調、<br/>瞬發力與速<br/>度</p>                                                | <p>讓學生了解課<br/>堂規範、了解<br/>學生個別能力</p> | <p>1. 說明上課注意事<br/>項及規定<br/>2. 進行分組<br/>3. 基礎能力測試</p> | <p>口頭發問、測<br/>驗</p>    | <p>自編教材</p> |
| <p>第二週<br/>09/04~09/10<br/>09/09(五) 中秋節補假</p> | <p>7</p> | <p>基本動作分解介<br/>紹與實作</p>   | <p>p-III-1 認識並<br/>練習網/牆性球<br/>類運動體能訓<br/>練處方</p> | <p>p-III-A1 網<br/>/牆性球類<br/>運動基本柔<br/>軟度、肌<br/>(耐)力<br/>與心肺耐力<br/>p-III-A2 網<br/>/牆性球類<br/>運動基本敏<br/>捷、協調、<br/>瞬發力與速<br/>度/牆性球<br/>類<br/>運動之發、<br/>接發、傳<br/>接、舉、<br/>殺、抽、</p> | <p>讓學生了解羽<br/>球基本動作要<br/>領</p>      | <p>1. 教師授課<br/>2. 學生實際操作</p>                         | <p>口頭發問、實<br/>作、測驗</p> | <p>自編教材</p> |

|                    |   |             |                                                     |                                                                                                                  |                |                      |         |      |
|--------------------|---|-------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------------|---------|------|
|                    |   |             |                                                     | 挑、擊、攔、切、移位等基本性技術<br>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術                                                                |                |                      |         |      |
| 第三週<br>09/11~09/17 | 7 | 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<br>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<br>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br>T-III-B1 網/牆性球類運動之發、接發、傳接、舉、殺、抽、挑、擊、攔、切、 | 讓學生了解羽毛球基本動作要領 | 1. 教師授課<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

|                    |   |             |                                                     |                                                                                                                          |                |                      |         |      |
|--------------------|---|-------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------------|---------|------|
|                    |   |             |                                                     | 移位等基本性技術<br>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術                                                                                |                |                      |         |      |
| 第四週<br>09/18~09/24 | 7 | 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<br>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<br>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br>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 | 讓學生了解羽毛球基本動作要領 | 1. 教師授課<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

|                    |   |                    |                                                     |                                                                                                                                             |                |                      |         |      |
|--------------------|---|--------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------------|---------|------|
|                    |   |                    |                                                     | T-III-B2 網<br>/牆性球類<br>運動比賽之<br>基本性攻防<br>實務技術                                                                                               |                |                      |         |      |
| 第五週<br>09/25~10/01 | 7 | 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<br>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<br>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br>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<br>T-III-B2 網/牆性球類 | 讓學生了解羽毛球基本動作要領 | 1. 教師授課<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

|                                                   |   |                            |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                               |                                  |                    |             |      |
|---------------------------------------------------|---|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------|-------------|------|
|                                                   |   |                            |                                                                         | 運動比賽之<br>基本性攻防<br>實務技術                                                                                                                                                                                                                        |                                  |                    |             |      |
| 第六週<br>10/02~10/08<br>10/06(四).10/07(五)<br>第一次定期考 | 7 |                            | p-III-1 認識並<br>練習網/牆性球<br>類運動體能訓<br>練處方<br>T-III-1 網/牆<br>性球類運動技<br>術要領 | p-III-A1 網<br>/牆性球類<br>運動基本柔<br>軟度、肌<br>(耐)力<br>與心肺耐力<br>p-III-A2 網<br>/牆性球類<br>運動基本敏<br>捷、協調、<br>瞬發力與速<br>度<br>T-III-B1 網<br>/牆性球類<br>運動之發、<br>接發、傳<br>接、舉、<br>殺、抽、<br>挑、擊、<br>攔、切、<br>移位等基本<br>性技術<br>T-III-B2 網<br>/牆性球類<br>運動比賽之<br>基本性攻防 | 讓學生了解羽<br>球單打動作要<br>領及動作特性<br>要點 | 1.教師授課<br>2.學生實際操作 | 口頭發問、實<br>作 | 自編教材 |
|                                                   |   | 基本動作分解介<br>紹與實作、小組<br>配合訓練 |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                               |                                  |                    |             |      |

|                                              |   |                           |                                                             |                                                                                                                                                                              |                              |                              |                |             |
|----------------------------------------------|---|---------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|
| <p>第七週<br/>10/09~10/15<br/>10/10(一)國慶日放假</p> | 7 | <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<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p> | <p>實務技術<br/>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力<br/>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br/>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<br/>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術</p> | <p>讓學生了解羽毛球單打動作要領及動作特性要點</p> | <p>1. 教師授課<br/>2. 學生實際操作</p> | <p>口頭發問、實作</p> | <p>自編教材</p> |
| <p>第八週</p>                                   | 7 | <p>基本動作分解介紹</p>           | <p>p-III-1 認識並</p>                                          | <p>p-III-A1 網</p>                                                                                                                                                            | <p>讓學生了解羽</p>                | <p>1. 教師授課</p>               | <p>口頭發問、實</p>  | <p>自編教材</p> |

|                            |          |                           |                                                  |                                                                                                                                                           |                           |                              |                |             |
|----------------------------|----------|---------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------------|----------------|-------------|
| 10/16~10/22                |          | <p>紹與實作、小組配合訓練</p>        | <p>練習網/牆性球類運動體能訓練處方<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領</p> | <p>/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力與心肺耐力<br/>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br/>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<br/>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術</p> | <p>球雙打動作要領及動作特性要點</p>     | <p>2. 學生實際操作</p>             | <p>作</p>       |             |
| <p>第九週<br/>10/23~10/29</p> | <p>7</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</p>                  | <p>p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔</p>                                                                                                                               | <p>讓學生了解羽球雙打動作要領及動作特性</p> | <p>1. 教師授課<br/>2. 學生實際操作</p> | <p>口頭發問、實作</p> | <p>自編教材</p> |



|                            |   |                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                           |                              |                     |             |
|----------------------------|---|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------|-------------|
|                            |   |                                     | <p>練處方<br/>T-III-1 網/牆<br/>性球類運動技<br/>術要領</p>                     | <p>軟度、肌<br/>(耐)力<br/>與心肺耐力<br/>p-III-A2 網<br/>/牆性球類<br/>運動基本敏<br/>捷、協調、<br/>瞬發力與速<br/>度<br/>T-III-B1 網<br/>/牆性球類<br/>運動之發、<br/>接發、傳<br/>接、舉、<br/>殺、抽、<br/>挑、擊、<br/>攔、切、<br/>移位等基本<br/>性技術<br/>T-III-B2 網<br/>/牆性球類<br/>運動比賽之<br/>基本性攻防<br/>實務技術</p> | <p>要點</p>                                                 |                              |                     |             |
| <p>第十週<br/>10/30~11/05</p> | 7 | <p>基本動作分解介<br/>紹與實作、小組<br/>配合訓練</p> | <p>p-III-1 認識並<br/>練習網/牆性球<br/>類運動體能訓<br/>練處方<br/>T-III-1 網/牆</p> | <p>p-III-A1 網<br/>/牆性球類<br/>運動基本柔<br/>軟度、肌<br/>(耐)力</p>                                                                                                                                                                                             | <p>讓學生了解羽<br/>球單雙動作要<br/>領及技術、戰<br/>術運用大綱；<br/>並遵守競賽規</p> | <p>1. 教師授課<br/>2. 學生實際操作</p> | <p>口頭發問、實<br/>作</p> | <p>自編教材</p> |

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

|                     |   |                    |                                            |                                                                                                                                            |                        |                      |         |      |
|---------------------|---|--------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------|---------|------|
|                     |   |                    |                                            | 念 Ta-III-C2<br>網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術<br>Ta-III-C9<br>專項運動規則與禮儀<br>Ps-III-D1<br>網/牆性球類運動之基礎性運動心理技巧<br>Ps-III-D2<br>基礎性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術 |                        |                      |         |      |
| 第十一週<br>11/06~11/12 | 7 | 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<br>T-III-1 網/牆 | 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<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

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

|                     |   |                    |                                            |                                                                                                                                            |                        |                      |         |      |
|---------------------|---|--------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------|---------|------|
|                     |   |                    |                                            | 念 Ta-III-C2<br>網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術<br>Ta-III-C9<br>專項運動規則與禮儀<br>Ps-III-D1<br>網/牆性球類運動之基礎性運動心理技巧<br>Ps-III-D2<br>基礎性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術 |                        |                      |         |      |
| 第十二週<br>11/13~11/19 | 7 | 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<br>T-III-1 網/牆 | 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<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

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

|                                                     |   |                         |                                            |                                                                                                                                            |                        |                      |         |      |
|-----------------------------------------------------|---|-------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------|---------|------|
|                                                     |   |                         |                                            | 念 Ta-III-C2<br>網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術<br>Ta-III-C9<br>專項運動規則與禮儀<br>Ps-III-D1<br>網/牆性球類運動之基礎性運動心理技巧<br>Ps-III-D2<br>基礎性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術 |                        |                      |         |      |
| 第十三週<br>11/20~11/26<br>11/22(二). 11/23(三)<br>第二次定期考 | 7 | 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<br>T-III-1 網/牆 | 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<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

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



|                     |   |                         |                                            |                                                                                                                                            |                        |                      |         |      |
|---------------------|---|-------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------|---------|------|
|                     |   |                         |                                            | 念 Ta-III-C2<br>網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術<br>Ta-III-C9<br>專項運動規則與禮儀<br>Ps-III-D1<br>網/牆性球類運動之基礎性運動心理技巧<br>Ps-III-D2<br>基礎性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術 |                        |                      |         |      |
| 第十四週<br>11/27~12/03 | 7 | 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<br>T-III-1 網/牆 | 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<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

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

|                     |   |                         |                                            |                                                                                                                                            |                       |                      |         |      |
|---------------------|---|-------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------|---------|------|
|                     |   |                         |                                            | 念 Ta-III-C2<br>網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術<br>Ta-III-C9<br>專項運動規則與禮儀<br>Ps-III-D1<br>網/牆性球類運動之基礎性運動心理技巧<br>Ps-III-D2<br>基礎性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術 |                       |                      |         |      |
| 第十五週<br>12/04~12/10 | 7 | 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<br>T-III-1 網/牆 | p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力                                                                                                               | 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<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

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

|                     |   |                         |                                            |                                                                                                                                            |                        |                      |         |      |
|---------------------|---|-------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------|---------|------|
|                     |   |                         |                                            | 念 Ta-III-C2<br>網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術<br>Ta-III-C9<br>專項運動規則與禮儀<br>Ps-III-D1<br>網/牆性球類運動之基礎性運動心理技巧<br>Ps-III-D2<br>基礎性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術 |                        |                      |         |      |
| 第十六週<br>12/11~12/17 | 7 | 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<br>T-III-1 網/牆 | p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力                                                                                                               | 讓學生了解羽毛球雙打動作要領及技術、戰術運用 | 1. 教師授課<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

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

|                     |   |                         |                                        |                                                                                                                                            |                       |                      |         |      |
|---------------------|---|-------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------|---------|------|
|                     |   |                         |                                        | 念 Ta-III-C2<br>網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術<br>Ta-III-C9<br>專項運動規則與禮儀<br>Ps-III-D1<br>網/牆性球類運動之基礎性運動心理技巧<br>Ps-III-D2<br>基礎性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術 |                       |                      |         |      |
| 第十七週<br>12/18~12/24 | 7 | 基本動作分解介紹與實作、小組配合訓練、分組比賽 | p-III-1<br>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                                                                                                               | 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<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

|  |  |                                                                                                        |                                                                                                                                                                                               |  |  |  |  |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|  |  | <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、指令與禮儀</p> | <p>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、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</p> |  |  |  |  |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|



|                     |   |                         |                                            |                                                                                                                                            |                       |                      |         |      |
|---------------------|---|-------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------|---------|------|
|                     |   |                         |                                            | 念 Ta-III-C2<br>網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術<br>Ta-III-C9<br>專項運動規則與禮儀<br>Ps-III-D1<br>網/牆性球類運動之基礎性運動心理技巧<br>Ps-III-D2<br>基礎性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術 |                       |                      |         |      |
| 第十八週<br>12/25~12/31 | 7 | 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<br>T-III-1 網/牆 | p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力                                                                                                               | 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<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |  |  |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|  |  | <p>性<br/>球類運動技術<br/>要領<br/>Ta-III-1 知<br/>道、模仿並實施<br/>網<br/>/牆性球類運動<br/>比賽的基礎性<br/>攻防戰術<br/>Ta-III-5 認識<br/>並<br/>遵守競賽規<br/>則、指令與禮<br/>儀<br/>Ps-III-1 認識<br/>並<br/>操作基礎性運<br/>動心理技巧模<br/>擬網/牆性球類<br/>運動之實戰情<br/>況與技術，進<br/>而控制自我心<br/>理狀態，提升<br/>團隊合作態度<br/>與比賽成績等</p> | <p>與心肺耐力<br/>p-III-A2 網<br/>/牆性球類<br/>運動基本敏<br/>捷、協調、<br/>瞬發力與速<br/>度<br/>T-III-B1 網<br/>/牆性球類<br/>運動之發、<br/>接發、傳<br/>接、舉、<br/>殺、抽、<br/>挑、擊、<br/>攔、切、<br/>移位等基本<br/>性技術<br/>T-III-B2 網<br/>/牆性球類<br/>運動比賽之<br/>基本性攻防<br/>實務技術<br/>Ta-III-C1<br/>網/牆性球<br/>類運動之<br/>時間、<br/>空間及人與<br/>人、人與球<br/>關係攻防概</p> |  |  |  |  |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

|                                                                       |   |                         |                                            |                                                                                                                                            |                                |                      |         |      |
|-----------------------------------------------------------------------|---|-------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------|---------|------|
|                                                                       |   |                         |                                            | 念 Ta-III-C2<br>網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術<br>Ta-III-C9<br>專項運動規則與禮儀<br>Ps-III-D1<br>網/牆性球類運動之基礎性運動心理技巧<br>Ps-III-D2<br>基礎性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術 |                                |                      |         |      |
| 第十九週<br>01/01~01/07<br>01/02(一)元旦補假<br>01/07(六)上班上課<br>(補 01/20(五)課程) | 7 | 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<br>T-III-1 網/牆 | p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力                                                                                                               | 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、 | 1. 教師授課<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                 |  |  |  |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--|--|--|
|  |  | <p>性<br/>球類運動技術<br/>要領<br/>Ta-III-1 知<br/>道、模仿並實施<br/>網<br/>/牆性球類運動<br/>比賽的基礎性<br/>攻防戰術<br/>Ta-III-5 認識<br/>並<br/>遵守競賽規<br/>則、指令與禮<br/>儀<br/>Ps-III-1 認識<br/>並<br/>操作基礎性運<br/>動心理技巧模<br/>擬網/牆性球類<br/>運動之實戰情<br/>況與技術，進<br/>而控制自我心<br/>理狀態，提升<br/>團隊合作態度<br/>與比賽成績等</p> | <p>與心肺耐力<br/>p-III-A2 網<br/>/牆性球類<br/>運動基本敏<br/>捷、協調、<br/>瞬發力與速<br/>度<br/>T-III-B1 網<br/>/牆性球類<br/>運動之發、<br/>接發、傳<br/>接、舉、<br/>殺、抽、<br/>挑、擊、<br/>攔、切、<br/>移位等基本<br/>性技術<br/>T-III-B2 網<br/>/牆性球類<br/>運動比賽之<br/>基本性攻防<br/>實務技術<br/>Ta-III-C1<br/>網/牆性球<br/>類運動之<br/>時間、<br/>空間及人與<br/>人、人與球<br/>關係攻防概</p> | <p>指令與禮儀，<br/>認識基礎心理<br/>技巧</p> |  |  |  |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--|--|--|

|                     |   |                         |                                            |                                                                                                                                            |                                |                      |         |      |
|---------------------|---|-------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------|---------|------|
|                     |   |                         |                                            | 念 Ta-III-C2<br>網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術<br>Ta-III-C9<br>專項運動規則與禮儀<br>Ps-III-D1<br>網/牆性球類運動之基礎性運動心理技巧<br>Ps-III-D2<br>基礎性運動心理技能模擬網/牆性球類運動之實戰情況與技術 |                                |                      |         |      |
| 第二十週<br>01/08~01/14 | 7 | 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<br>T-III-1 網/牆 | p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌(耐)力                                                                                                               | 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、 | 1. 教師授課<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                 |  |  |  |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--|--|--|
|  |  | <p>性<br/>球類運動技術<br/>要領<br/>Ta-III-1 知<br/>道、模仿並實施<br/>網<br/>/牆性球類運動<br/>比賽的基礎性<br/>攻防戰術<br/>Ta-III-5 認識<br/>並<br/>遵守競賽規<br/>則、指令與禮<br/>儀<br/>Ps-III-1 認識<br/>並<br/>操作基礎性運<br/>動心理技巧模<br/>擬網/牆性球類<br/>運動之實戰情<br/>況與技術，進<br/>而控制自我心<br/>理狀態，提升<br/>團隊合作態度<br/>與比賽成績等</p> | <p>與心肺耐力<br/>p-III-A2 網<br/>/牆性球類<br/>運動基本敏<br/>捷、協調、<br/>瞬發力與速<br/>度<br/>T-III-B1 網<br/>/牆性球類<br/>運動之發、<br/>接發、傳<br/>接、舉、<br/>殺、抽、<br/>挑、擊、<br/>攔、切、<br/>移位等基本<br/>性技術<br/>T-III-B2 網<br/>/牆性球類<br/>運動比賽之<br/>基本性攻防<br/>實務技術<br/>Ta-III-C1<br/>網/牆性球<br/>類運動之<br/>時間、<br/>空間及人與<br/>人、人與球<br/>關係攻防概</p> | <p>指令與禮儀，<br/>認識基礎心理<br/>技巧</p> |  |  |  |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--|--|--|

|                                                    |   |                         |                             |                                                                                                                                            |                          |                      |         |      |
|----------------------------------------------------|---|-------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|----------------------|---------|------|
|                                                    |   |                         |                             | 念 Ta-III-C2<br>網/牆性球類運動基本規則與基礎性戰術<br>Ta-III-C9<br>專項運動規則與禮儀<br>Ps-III-D1<br>網/牆性球類運動之基礎性運動心理技巧<br>Ps-III-D2<br>基礎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<br>01/15~01/21<br>01/16(一)01/17(二)<br>第三次定期考 | 4 | 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 | p-III-A1 網/牆性球類運動基本柔軟度、肌                                                                                                                   | 讓學生了解，羽球動作要領及單雙打技戰術運用，並遵 | 1. 教師授課<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

|                                     |  |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                             |                             |  |  |  |
|-------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--|--|--|
| <p>01/19(四)休業式<br/>01/20(五)寒假開始</p> |  | <p>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領<br/>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<br/>Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀<br/>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>(耐)力與心肺耐力<br/>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br/>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<br/>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術<br/>Ta-III-C1 網/牆性球類運動之時間、空間及人與</p> | <p>守競賽規則、指令與禮儀，認識基礎心理技巧</p> |  |  |  |
|-------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--|--|--|



|  |  |  |  |                                                                                                                                                                                                                              |  |  |  |  |
|--|--|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|  |  |  |  | 人、人與球<br>關係攻防概<br>念<br>Ta-III-C2<br>網/牆性球<br>類運動基<br>本規則<br>與基础性戰<br>術<br>Ta-III-C9<br>專項運動規<br>則與禮<br>儀<br>Ps-III-D1<br>網/牆性球<br>類運動之基<br>基础性運動心<br>理技<br>巧<br>Ps-III-D2<br>基础性運動<br>心理技能模<br>擬網/牆性<br>球類運動之<br>實戰情況與<br>技術 |  |  |  |  |
|--|--|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

◎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。

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)

## 臺南市立後甲國民中學 111 學年度第二學期七年級(藝術才能專長領域)(體育專業領域)課程計畫

| 課程名稱                     | 體育專長                                                                                                                                                                                                                                       | 實施年級<br>(班級組別) | 七年級/羽球 | 教學<br>節數 | 本學期共( 140 )節 |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------|----------|--------------|
| 課程規範                     | <input checked="" type="checkbox"/> ● 領域學習課程-部定專長領域<br><input type="checkbox"/> 藝術才能班部定專長領域    ● 體育班部定體育專業<br><input checked="" type="checkbox"/> 彈性學習課程-特殊需求領域課程<br>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。<br>(二) 精進羽球運動之技術水準：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)<br>發展羽球運動之戰術運用：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。<br>(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<br>總綱核心素養<br>或校訂素養 | A 自主行動 A1 身心素質與自我精進<br>B 溝通互動 B1 符號運用與溝通表達<br>C 社會參與 C1 道德實踐與公民意識                                                                                                                                                                          |                |        |          |              |
| 課程目標                     | 一、第一階段<br>(一)能理解並做出基本動作、攻守步伐以及規則講解。<br>(二)能做理解並熟練基本動作、小組合作、防守概念。<br>(三)能理解、熟練並操作基本動作、小組攻守、模擬賽。<br>(四)熟練流暢表現出基本動作、分科訓練、小組合作。<br><br>二、第二階段<br>(一)理解分科訓練、系統機遇戰、模擬賽。<br>(二)熟練分科訓練、戰術訓練、狀況訓練。<br>(三)操作分科訓練、戰術訓練、練習賽。<br>(四)熟練並執行隊之攻守、練習賽、缺點檢討。 |                |        |          |              |

| 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<br>評量方式   | 自編自選教材<br>或學習單<br>使用教具或器材 |
| 第一週<br>02/12~02/18<br>02/13(一)開學日<br>02/18(六)上班上課<br>(補 02/27(一)課程) | 7  | 介紹本學期課程<br>基礎能力測試 | p-III-1 認識並<br>練習網/牆性球<br>類運動體能訓<br>練處方 | p-III-A1 網<br>/牆性球類<br>運動基本柔<br>軟度、肌<br>(耐)力<br>與心肺耐力<br>p-III-A2 網<br>/牆性球類<br>運動基本敏<br>捷、協調、<br>瞬發力與速<br>度     | 讓學生了解課<br>堂規範、了解<br>學生基礎能力 | 1. 說明上課注意事<br>項及規定<br>2. 進行分組<br>3. 基礎能力測試 | 口頭發問           | 自編教材                      |
| 第二週<br>02/19~02/25                                                  | 7  | 基本動作分解介<br>紹與實作   | p-III-1 認識並<br>練習網/牆性球<br>類運動體能訓<br>練處方 | p-III-A1 網<br>/牆性球類<br>運動基本柔<br>軟度、肌<br>(耐)力<br>與心肺耐力<br>p-III-A2 網<br>/牆性球類<br>運動基本敏<br>捷、協調、<br>瞬發力與速<br>度/牆性球 | 讓學生了解羽<br>球基本動作要<br>領      | 1. 教師授課<br>2. 學生實際操作                       | 口頭發問、實<br>作、測驗 | 自編教材                      |

|                                                                      |   |                         |                                                                                      |                                                                                                                                                                   |                                |                              |                     |             |
|----------------------------------------------------------------------|---|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|------------------------------|---------------------|-------------|
|                                                                      |   |                         |                                                                                      | <p>類<br/>運動之發、<br/>接發、傳<br/>接、舉、<br/>殺、抽、<br/>挑、擊、<br/>攔、切、<br/>移位等基本<br/>性技術<br/>T-III-B2 網<br/>/牆性球類<br/>運動比賽之<br/>基本性攻防<br/>實務技術</p>                           |                                |                              |                     |             |
| <p>第三週<br/>02/26~03/04<br/>02/27(一)調整放假<br/>02/28(二)和平紀念日<br/>放假</p> | 7 | <p>基本動作分解介<br/>紹與實作</p> | <p>p-III-1 認識並<br/>練習網/牆性球<br/>類運動體能訓<br/>練處方<br/>T-III-1 網/牆<br/>性球類運動技<br/>術要領</p> | <p>p-III-A1 網<br/>/牆性球類<br/>運動基本柔<br/>軟度、肌<br/>(耐)力<br/>與心肺耐力<br/>p-III-A2 網<br/>/牆性球類<br/>運動基本敏<br/>捷、協調、<br/>瞬發力與速<br/>度<br/>T-III-B1 網<br/>/牆性球類<br/>運動之發、</p> | <p>讓學生了解羽<br/>球基本動作要<br/>領</p> | <p>1. 教師授課<br/>2. 學生實際操作</p> | <p>口頭發問、實<br/>作</p> | <p>自編教材</p> |

|                            |   |                    |                                                                |                                                                                                                     |                       |                                 |                |             |
|----------------------------|---|--------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|---------------------------------|----------------|-------------|
|                            |   |                    |                                                                | <p>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>第四週<br/>03/05~03/11</p> | 7 | <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、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</p> <p>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<br>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<br>03/12~03/18 | 7 | 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<br>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<br>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br>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<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

|                                                                                                             |   |                                     |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                          |                                            |                              |                     |             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|------------------------------|---------------------|-------------|
|                                                                                                             |   |                                     |                                                                                      | 攔、切、<br>移位等基本<br>性技術<br>T-III-B2 網<br>/牆性球類<br>運動比賽之<br>基本性攻防<br>實務技術                                                                                                                                                    |                                            |                              |                     |             |
| <p>第六週<br/>03/19~03/25<br/>03/23(四). 03/24(五)<br/>一. 二年級第一次定期<br/>考<br/>03/25(六)上班上課<br/>(補 04/03(一)課程)</p> | 7 | <p>基本動作分解介<br/>紹與實作、小組<br/>配合訓練</p> | <p>p-III-1 認識並<br/>練習網/牆性球<br/>類運動體能訓<br/>練處方<br/>T-III-1 網/牆<br/>性球類運動技<br/>術要領</p> | <p>p-III-A1 網<br/>/牆性球類<br/>運動基本柔<br/>軟度、肌<br/>(耐)力<br/>與心肺耐力<br/>p-III-A2 網<br/>/牆性球類<br/>運動基本敏<br/>捷、協調、<br/>瞬發力與速<br/>度<br/>T-III-B1 網<br/>/牆性球類<br/>運動之發、<br/>接發、傳<br/>接、舉、<br/>殺、抽、<br/>挑、擊、<br/>攔、切、<br/>移位等基本</p> | <p>讓學生了解羽<br/>球單打動作要<br/>領及動作特性<br/>要點</p> | <p>1. 教師授課<br/>2. 學生實際操作</p> | <p>口頭發問、實<br/>作</p> | <p>自編教材</p> |



|                    |   |                    |                                                     |                                                                                                                                        |                       |                      |         |      |
|--------------------|---|--------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------|---------|------|
|                    |   |                    |                                                     | 性技術<br>T-III-B2 網<br>/牆性球類<br>運動比賽之<br>基本性攻防<br>實務技術                                                                                   |                       |                      |         |      |
| 第七週<br>03/26~04/01 | 7 | 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<br>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<br>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br>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<br>T-III-B2 網 | 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<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

|                                                                        |   |                    |                                                     |                                                                                                                                                  |                      |                      |         |      |
|------------------------------------------------------------------------|---|--------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|---------|------|
|                                                                        |   |                    |                                                     | /牆性球類<br>運動比賽之<br>基本性攻防<br>實務技術                                                                                                                  |                      |                      |         |      |
| 第八週<br>04/02~04/08<br>04/03(一)調整放假<br>04/04(二)兒童節放假一天<br>4/5(三)清明節放假一天 | 7 | 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<br>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<br>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br>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<br>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之 | 讓學生了解羽球雙打動作要領及動作特性要點 | 1. 教師授課<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

|                    |   |                    |                                                     |                                                                                                                                                           |                      |                      |         |      |
|--------------------|---|--------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|---------|------|
|                    |   |                    |                                                     | 基本性攻防<br>實務技術                                                                                                                                             |                      |                      |         |      |
| 第九週<br>04/09~04/15 | 7 | 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<br>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<br>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br>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<br>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動作特性要點 | 1. 教師授課<br>2. 學生實際操作 | 口頭發問、實作 | 自編教材 |

|                            |          |                           |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                         |                                               |                              |                |             |
|----------------------------|----------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|
| <p>第十週<br/>04/16~04/22</p> | <p>7</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<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領<br/>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領<br/>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<br/>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<br/>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br/>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<br/>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術<br/>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<br/>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<br/>時間、<br/>空間及人與<br/>人、人與球<br/>關係攻防概<br/>念 Ta-III<br/>-C2<br/>網/牆性球<br/>類運動基<br/>本規則<br/>與基础性戰<br/>術<br/>Ta-III-C9<br/>專項運動規<br/>則與禮<br/>儀<br/>Ps-III-D1<br/>網/牆性球<br/>類運動之基<br/>礎性運動心<br/>理技<br/>巧<br/>Ps-III-D2<br/>基础性運動<br/>心理技能模<br/>擬網/牆性<br/>球類運動之<br/>實戰情況與<br/>技術</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

|                             |          |                           |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                         |                               |                              |                |             |
|-----------------------------|----------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|
| <p>第十一週<br/>04/23~04/29</p> | <p>7</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<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領<br/>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領<br/>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<br/>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<br/>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br/>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<br/>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術<br/>Ta-III-C1 網/牆性球</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<br/>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<br/>時間、<br/>空間及人與<br/>人、人與球<br/>關係攻防概<br/>念 Ta-III<br/>-C2<br/>網/牆性球<br/>類運動基<br/>本規則<br/>與基础性戰<br/>術<br/>Ta-III-C9<br/>專項運動規<br/>則與禮<br/>儀<br/>Ps-III-D1<br/>網/牆性球<br/>類運動之基<br/>礎性運動心<br/>理技<br/>巧<br/>Ps-III-D2<br/>基础性運動<br/>心理技能模<br/>擬網/牆性<br/>球類運動之<br/>實戰情況與<br/>技術</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

|                             |          |                           |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                         |                               |                              |                |             |
|-----------------------------|----------|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|
| <p>第十二週<br/>04/30~05/06</p> | <p>7</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<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領<br/>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<br/>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<br/>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br/>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<br/>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術<br/>Ta-III-C1 網/牆性球</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<br/>2. 學生實際操作</p> | <p>口頭發問、實作</p> | <p>自編教材</p> |
|-----------------------------|----------|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|



|  |  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |  |  |
|--|--|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|  |  |  |  | 類運動之<br>時間、<br>空間及人與<br>人、人與球<br>關係攻防概<br>念 Ta-III<br>-C2<br>網/牆性球<br>類運動基<br>本規則<br>與基礎性戰<br>術<br>Ta-III-C9<br>專項運動規<br>則與禮<br>儀<br>Ps-III-D1<br>網/牆性球<br>類運動之基<br>礎性運動心<br>理技<br>巧<br>Ps-III-D2<br>基礎性運動<br>心理技能模<br>擬網/牆性<br>球類運動之<br>實戰情況與<br>技術 |  |  |  |  |
|--|--|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

|                                                                        |          |                                |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                         |                               |                              |                |             |
|------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|
| <p>第十三週<br/>05/07~05/13<br/>05/10(三)05/11(四)<br/>一. 二年級第二次定期<br/>考</p> | <p>7</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<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領<br/>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<br/>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<br/>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br/>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<br/>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術<br/>Ta-III-C1 網/牆性球</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<br/>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<br/>時間、<br/>空間及人與<br/>人、人與球<br/>關係攻防概<br/>念 Ta-III<br/>-C2</p> <p>網/牆性球<br/>類運動基<br/>本規則<br/>與基础性戰<br/>術<br/>Ta-III-C9</p> <p>專項運動規<br/>則與禮<br/>儀<br/>Ps-III-D1</p> <p>網/牆性球<br/>類運動之基<br/>礎性運動心<br/>理技<br/>巧<br/>Ps-III-D2</p> <p>基础性運動<br/>心理技能模<br/>擬網/牆性<br/>球類運動之<br/>實戰情況與<br/>技術</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

|                             |          |                                |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                         |                               |                              |                |             |
|-----------------------------|----------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|
| <p>第十四週<br/>05/14~05/20</p> | <p>7</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<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領<br/>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<br/>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<br/>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br/>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<br/>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術<br/>Ta-III-C1 網/牆性球</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<br/>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<br/>時間、<br/>空間及人與<br/>人、人與球<br/>關係攻防概<br/>念 Ta-III<br/>-C2<br/>網/牆性球<br/>類運動基<br/>本規則<br/>與基础性戰<br/>術<br/>Ta-III-C9<br/>專項運動規<br/>則與禮<br/>儀<br/>Ps-III-D1<br/>網/牆性球<br/>類運動之基<br/>礎性運動心<br/>理技<br/>巧<br/>Ps-III-D2<br/>基础性運動<br/>心理技能模<br/>擬網/牆性<br/>球類運動之<br/>實戰情況與<br/>技術</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

|                             |          |                                |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                         |                               |                              |                |             |
|-----------------------------|----------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|
| <p>第十五週<br/>05/21~05/27</p> | <p>7</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<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領<br/>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<br/>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<br/>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br/>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<br/>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術<br/>Ta-III-C1 網/牆性球</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<br/>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<br/>時間、<br/>空間及人與<br/>人、人與球<br/>關係攻防概<br/>念 Ta-III<br/>-C2<br/>網/牆性球<br/>類運動基<br/>本規則<br/>與基础性戰<br/>術<br/>Ta-III-C9<br/>專項運動規<br/>則與禮<br/>儀<br/>Ps-III-D1<br/>網/牆性球<br/>類運動之基<br/>礎性運動心<br/>理技<br/>巧<br/>Ps-III-D2<br/>基础性運動<br/>心理技能模<br/>擬網/牆性<br/>球類運動之<br/>實戰情況與<br/>技術</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

|                             |          |                                |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                         |                              |                              |                |             |
|-----------------------------|----------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|
| <p>第十六週<br/>05/28~06/03</p> | <p>7</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<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領<br/>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<br/>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<br/>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br/>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<br/>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術<br/>Ta-III-C1 網/牆性球</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<br/>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<br/>時間、<br/>空間及人與<br/>人、人與球<br/>關係攻防概<br/>念 Ta-III<br/>-C2</p> <p>網/牆性球<br/>類運動基<br/>本規則<br/>與基础性戰<br/>術<br/>Ta-III-C9</p> <p>專項運動規<br/>則與禮<br/>儀<br/>Ps-III-D1</p> <p>網/牆性球<br/>類運動之基<br/>礎性運動心<br/>理技<br/>巧<br/>Ps-III-D2</p> <p>基础性運動<br/>心理技能模<br/>擬網/牆性<br/>球類運動之<br/>實戰情況與<br/>技術</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

|                             |          |                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                         |                               |                              |                |             |
|-----------------------------|----------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|
| <p>第十七週<br/>06/04~06/10</p> | <p>7</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<br/>p-III-1 認識並練習網/牆性球類運動體能訓練處方<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領<br/>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<br/>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<br/>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br/>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<br/>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術<br/>Ta-III-C1 網/牆性球</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<br/>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<br/>時間、<br/>空間及人與<br/>人、人與球<br/>關係攻防概<br/>念 Ta-III<br/>-C2<br/>網/牆性球<br/>類運動基<br/>本規則<br/>與基础性戰<br/>術<br/>Ta-III-C9<br/>專項運動規<br/>則與禮<br/>儀<br/>Ps-III-D1<br/>網/牆性球<br/>類運動之基<br/>礎性運動心<br/>理技<br/>巧<br/>Ps-III-D2<br/>基础性運動<br/>心理技能模<br/>擬網/牆性<br/>球類運動之<br/>實戰情況與<br/>技術</p> |  |  |  |  |
|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

|                                                                 |   |                                |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                         |                               |                              |                |             |
|-----------------------------------------------------------------|---|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|
| <p>第十八週<br/>06/11~06/17<br/>06/17(六)上班上課<br/>(補 06/23(五)課程)</p> | 7 | <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<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領<br/>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<br/>Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀<br/>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</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<br/>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br/>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<br/>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術<br/>Ta-III-C1 網/牆性球</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<br/>2. 學生實際操作</p> | <p>口頭發問、實作</p> | <p>自編教材</p> |
|-----------------------------------------------------------------|---|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|

|  |  |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |  |  |
|--|--|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|  |  | <p>與比賽成績等</p> | <p>類運動之<br/>時間、<br/>空間及人與<br/>人、人與球<br/>關係攻防概<br/>念 Ta-III<br/>-C2<br/>網/牆性球<br/>類運動基<br/>本規則<br/>與基础性戰<br/>術<br/>Ta-III-C9<br/>專項運動規<br/>則與禮<br/>儀<br/>Ps-III-D1<br/>網/牆性球<br/>類運動之基<br/>礎性運動心<br/>理技<br/>巧<br/>Ps-III-D2<br/>基础性運動<br/>心理技能模<br/>擬網/牆性<br/>球類運動之<br/>實戰情況與<br/>技術</p> |  |  |  |  |
|--|--|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

|                                                                  |          |                                |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                         |                                                     |                              |                |             |
|------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|
| <p>第十九週<br/>06/18~06/24<br/>06/22(四)端午節放假一天<br/>06/23(五)調整放假</p> | <p>7</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<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領<br/>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<br/>Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀<br/>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</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<br/>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br/>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<br/>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術<br/>Ta-III-C1 網/牆性球</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<br/>2. 學生實際操作</p> | <p>口頭發問、實作</p> | <p>自編教材</p> |
|------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|

|  |  |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |  |  |
|--|--|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|  |  | <p>與比賽成績等</p> | <p>類運動之<br/>時間、<br/>空間及人與<br/>人、人與球<br/>關係攻防概<br/>念 Ta-III<br/>-C2<br/>網/牆性球<br/>類運動基<br/>本規則<br/>與基础性戰<br/>術<br/>Ta-III-C9<br/>專項運動規<br/>則與禮<br/>儀<br/>Ps-III-D1<br/>網/牆性球<br/>類運動之基<br/>礎性運動心<br/>理技<br/>巧<br/>Ps-III-D2<br/>基础性運動<br/>心理技能模<br/>擬網/牆性<br/>球類運動之<br/>實戰情況與<br/>技術</p> |  |  |  |  |
|--|--|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

|                                                                                                    |          |                                |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                   |                                                     |                              |                |             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|
| <p>第二十週<br/>06/25~06/30<br/>06/27(二)06/28(三)<br/>一. 二年級第三次定期考<br/>06/30(五)休業式<br/>07/01(六)暑假開始</p> | <p>7</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<br/>T-III-1 網/牆性球類運動技術要領<br/>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<br/>Ta-III-5 認識並遵守競賽規則、指令與禮儀<br/>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</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<br/>p-III-A2 網/牆性球類運動基本敏捷、協調、瞬發力與速度<br/>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<br/>T-III-B2 網/牆性球類運動比賽之基本性攻防實務技術<br/>Ta-III-C1</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<br/>2. 學生實際操作</p> | <p>口頭發問、實作</p> | <p>自編教材</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------|----------------|-------------|



|  |  |                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |  |  |
|--|--|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|  |  | <p>團隊合作態度<br/>與比賽成績等</p> | <p>網/牆性球<br/>類運動之<br/>時間、<br/>空間及人與<br/>人、人與球<br/>關係攻防概<br/>念 Ta-III<br/>-C2<br/>網/牆性球<br/>類運動基<br/>本規則<br/>與基礎性戰<br/>術<br/>Ta-III-C9<br/>專項運動規<br/>則與禮<br/>儀<br/>Ps-III-D1<br/>網/牆性球<br/>類運動之基<br/>礎性運動心<br/>理技<br/>巧<br/>Ps-III-D2<br/>基礎性運動<br/>心理技能模<br/>擬網/牆性<br/>球類運動之</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)

|  |  |  |             |  |  |  |  |  |
|--|--|--|-------------|--|--|--|--|--|
|  |  |  | 實戰情況與<br>技術 |  |  |  |  |  |
|--|--|--|-------------|--|--|--|--|--|

◎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。