

臺南市立新興國民中學 111 學年度第 1 學期七年級(體育專業領域)課程計畫

課程名稱	體育專長	實施年級 (班級組別)	七年級	教學 節數	本學期共(105)節			
課程規範	<input checked="" type="checkbox"/> 領域學習課程-部定專長領域 <input type="checkbox"/> 藝術才能班 部定專長領域 <input checked="" type="checkbox"/> 體育班部定體育專業 <input checked="" type="checkbox"/> 彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程: <input type="checkbox"/> 藝術才能班 校訂專長領域 <input type="checkbox"/> 體育班校訂體育專業							
設計理念	強健學生體魄，培養運動習慣，增進專項專業知識，進而增加國家運動的競爭力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	健體 J A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄 健體 J C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。							
課程目標	羽球:參加台南市羽球競賽獲得前三名，並爭取獲得全國競賽前八名。							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量 評量方式	自編自選教材 或學習單 使用教具或器材
第 1-5 週	5	【羽球】	1c- I -2 認識基本的運動常識。 3c- I -1 表現基本動作 與模仿的能力。 3d- I -1 應用基本動作 常識，處理練習或遊戲問題。 4d- I -1 願意從事規律身體活動。 1c- II -1 認識身	Ha- I -1 網牆性 球類運動 相關的簡易 拋、接、控、擊、持拍及 拍、擲、傳、滾之手眼動作協 調、力量及準 確 性控球動作。 Cb- II -1 運動 安全規則、運	羽球專項基礎 概念與基本動作 建立與熟悉。	【羽球】基本握拍與 上手揮拍練習、米字 步法訓練、體能訓 練。	實作評量	自編教材

			<p>體活動的動作技能。</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> <p>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。</p>	<p>動增進生長知識。</p> <p>Ha-II-1 網牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>				
第 6-10 週	5	【羽球】	<p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> <p>1d-III-2 比較自</p>	<p>Ha-III-1 網牆性球類運動基本動作及基礎戰</p>	羽球專項基本球路熟悉建立。	【羽球】單一定點基本球路訓練(長球、切球、短球、挑球、殺球)、單一項目球路對	實作評量	自編教材

			己或他人運動技能的正確性。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。	術。		練競賽、體能訓練、核心訓練。		
第 11-15 週	5	【羽球】	1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-III-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。 1d-IV-1 了解各項運動技能原	Ha-IV-1 網牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	熟悉羽球專項混合球路。	【羽球】結合多樣基本單一球路，形成攻擊型球路訓練或防守型球路訓練、體能訓練、核心訓練、重量訓練。	實作評量	自編教材

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)

			理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。					
第 16-21 週	6	【羽球】	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Ha-IV-1 網牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	能夠自行搭配各種球路在比賽情境下嘗試運用。	【羽球】建立二攻一、一攻二訓練模式、四角球拉吊訓練、體能訓練、核心訓練、重量訓練。	實作評量	自編教材

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

臺南市立新興國民中學 111 學年度第 2 學期七年級(體育專業領域)課程計畫

課程名稱	體育專長	實施年級 (班級組別)	七年級	教學 節數	本學期共(100)節			
課程規範	<input checked="" type="checkbox"/> 領域學習課程-部定專長領域 <input type="checkbox"/> 藝術才能班 部定 專長領域 <input checked="" type="checkbox"/> 體育班 部定 體育專業 <input checked="" type="checkbox"/> 彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程: <input type="checkbox"/> 藝術才能班 校訂 專長領域 <input type="checkbox"/> 體育班 校訂 體育專業							
設計理念	強健學生體魄，培養運動習慣，增進專項專業知識，進而增加國家運動的競爭力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	健體 J A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄 健體 J C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。							
課程目標	羽球:參加台南市羽球競賽獲得前三名，並爭取獲得全國競賽前八名。							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量 評量方式	自編自選教材 或學習單 使用教具或器材
第 1-5 週	5	【羽球】	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 3d-IV-2 運用運	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 Cb-IV-1 運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。 Ha-IV-1 網牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	能分辨時機運用攻擊與防守球路，並要求拉吊的穩定性。學習基本運動相關知識。	【羽球】多球訓練(攻擊、防守)、體能訓練、核心訓練、重量訓練。運動營養學、運動防護、運動心理學基礎課程。	實作評量	自編教材

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)

			動比賽中的各種策略。					
第 6-10 週	5	【羽球】	3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	Ha-IV-1 網牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	能在穩定拉吊中尋求攻擊機會。	【羽球】四角拉吊訓練、米字步訓練、攻擊訓練、防守訓練、體能訓練、核心訓練、重量訓練。	實作評量	自編教材
第 11-15 週	5	【羽球】	3c-V-1 表現全身性的身體控制能力。 3c-V-2 熟練專項運動技能、創作和展演的技巧。 3d-V-1 熟練運動技術的學習與比賽策略。	Ha-V-1 網牆性球類運動技術綜合應用及團隊綜合戰術。	熟悉各種球路，並加強攻擊意念。	【羽球】多球訓練、球路對練、體能訓練、核心訓練、重量訓練。	實作評量	自編教材
第 16-20 週	5	【羽球】	3d-V-2 應用系統思考與後設分析能力，解決各種運動情境的問題。 4d-V-1 完善發展適合個人之專項運動技能。	Ha-V-1 網牆性球類運動技術綜合應用及團隊綜合戰術。	能在比賽情境靈活運用各種球路，並保持穩定性。	【羽球】戰術訓練、比賽練習、體能訓練、核心訓練、重量訓練。	實作評量	自編教材

◎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。