

臺南市立新興國民中學 111 學年度第 1 學期九年級(體育專業領域)課程計畫

| 課程名稱 | 體育專業 | 實施年級 (班級組別) | 九年級 | 教學 節數 | 本學期共(42)節 | | | |
|--------------------------|---|----------------|--|--|---------------------|------------------------------|--------------|---------------------------|
| 課程規範 | <input checked="" type="checkbox"/> <input 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 type="checkbox"/> 體育班部定體育專業 <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程: <input type="checkbox"/> 藝術才能班校訂專長領域 <input checked="" type="checkbox"/> 體育班校訂體育專業 | | | | | | | |
| 設計理念 | 具備體魄及健康心態，能正向的面對不同難題，擁有運動員精神，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-B 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 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 | 2 | 【羽球】 | 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 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 認識身體 | 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>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 | 2 | 【羽球】 | <p>2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>2c-II-2 表現增</p> | <p>Ha-III-1 網牆性球類運動基本動作及基礎戰術。</p> <p>Fa-III-4 正</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)、單一項目球路對練競賽、體能訓練、核心訓練、訓練壓力 | 實作評量 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|-----------|---|------|---|-----------------------------------|--------------------|---|------|------|
| | | | <p>進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> <p>1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>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。</p> <p>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> | <p>向態度與情緒、壓力的管理技巧。</p> | | <p>釋放談心分享。</p> | | |
| 第 11-15 週 | 2 | 【羽球】 | <p>2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。</p> <p>2c-III-1 表現基</p> | <p>Ha-IV-1 網牆性球類 運動動作組合及團隊戰術。</p> | <p>熟悉羽球專項混合球路。</p> | <p>【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。</p> | 實作評量 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|-----------|---|------|--|----------------------------|-----------------------|---|------|------|
| | | | <p>本運動精神和道德規範。</p> <p>3b-I-1能於引導下，表現簡易的自我調適技能。</p> <p>1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。</p> <p>3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>4d-III-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> | | | | | |
| 第 16-21 週 | 2 | 【羽球】 | <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>2c-IV-1 展現運動</p> | 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 |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | <p>禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>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。</p> <p>3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

臺南市立新興國民中學 111 學年度第 2 學期九年級(體育專業領域)課程計畫

| 課程名稱 | 體育專業 | 實施年級 (班級組別) | 九年級 | 教學 節數 | 本學期共(35)節 | | | |
|--------------------------|--|----------------|--|--|--------------------------------------|--|--------------|---------------------------|
| 課程規範 | <input checked="" type="checkbox"/> <input 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 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 checked="" type="checkbox"/> 體育班校訂體育專業 | | | | | | | |
| 設計理念 | 具備體魄及健康心態，能正向的面對不同難題，擁有運動員精神，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-B 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 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 | 2 | 【羽球】 | 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 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 | 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 | 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 |

| | | | | | | | | |
|----------|---|------|---|---|--------|-----------|------|------|
| | | | <p>動。</p> <p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</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 | 2 | 【羽球】 | 2a-I-2 感受健康 | Ha-III-1 網 | 能在穩定拉吊 | 【羽球】四角拉吊訓 | 實作評量 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|-----------|---|------|---|--|------------------------|---|------|------|
| | | | <p>問題對自己造成的威脅性。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> <p>1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>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。</p> <p>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> | <p>牆性球類運動基本動作及基礎戰術。</p> <p>Fa-III-4 正向態度與情緒、壓力的管理技巧。</p> | <p>中尋求攻擊機會。</p> | <p>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、訓練壓力釋放談心分享。</p> | | |
| 第 11-15 週 | 2 | 【羽球】 | <p>2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重</p> | <p>Ha-IV-1 網牆性球類運動動作組合</p> | <p>熟悉各種球路，並加強攻擊意念。</p> | <p>【羽球】多球訓練、球路對練、體能訓練、核心訓練、重量</p> | 實作評量 | 自編教材 |

| | | | | | | | |
|--|--|--|---------------|--|------------|--|--|
| | | <p>性。</p> <p>1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。</p> <p>2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。</p> <p>3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。</p> <p>1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。</p> <p>3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>4d-III-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自</p> | <p>及團隊戰術。</p> | | <p>訓練。</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)

| | | | | | | | | |
|------------------------|---|------|--|----------------------------|------------------------|-------------------------------|------|------|
| | | | 己的運動技能。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 | | | | | |
| 第 16-17 週 第 18 週(1) | 2 | 【羽球】 | 3c-III-2 透過身體活動,探索運動潛能與表現正確的身體活動。 2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實踐能力。 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。

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)