

臺南市公立東區忠孝國民中學113學年度第一學期七年級 (體育專業領域)課程計畫

課程名稱	網球專長	實施年級 (班級組別)	七年級	教學 節數	本學期共(126)節			
課程規範	<input checked="" type="checkbox"/> 領域學習課程-部定專長領域 <input type="checkbox"/> 藝術才能班部定專長領域 <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 type="checkbox"/> 體育班校訂體育專業							
設計理念	透過體育專業領域課程，融入適合學生專項運動發展應有之核心素養，以求能在學習歷程中除適應現在生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度；更能發揮運動潛能，以完善之運動技能，迎接所有競技運動之挑戰。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	體-E-A3具備擬定基本的運動計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境 體-J-B3具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 體-U-A2具備系統思考、分析與探索競技運動的素養，深化後設思考，並積極面對挑戰，以解決人生中各種問題。 體-J-C1具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 體-J-B1具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。							
課程目標	第四階段國中生是學生身心及生理發展的快速期，也是自我探索與人際發展的關鍵期，課程中施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展與社會參與，培育運動專業人才。							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量 評量方式	自編自選教材 或學習單 使用教具或器材
第1週 (8/30開學)	6	各種基本動作練習	Ta-III-2	Ta-III-2	理解並操作跑、跳、擲/踢、蹬、划等專項技術之進階技術	基本專項加強	報告 同儕互評	
第2週	6	探討網球握拍方法	T-III-B2	T-III-B2	分析各種握拍方式優、缺點	分析各種握拍方式優、缺點	實作 口試 同儕互評	
第3週	6	精進發球技	T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1	分辨發球旋轉性	專項技術加強	實作 口試 同儕互評	

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(國中新課綱版-部定+校訂)

				T-V-B2				
第4週	6	精進發球技	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	分辨發球旋轉性	內角發球	實作 口試 同儕互評	
第5週	6	精進發球技	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	探討如何控制發球位置'	內角發球	實作 口試 同儕互評	
第6週	6	精進發球技	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	分辨發球旋轉性	外角發球	實作 口試 同儕互評	
第7週 (10/12、10/13 第一次段考)	6	精進發球技	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	分辨發球旋轉性	外角發球	實作 口試 同儕互評	
第8週	6	第一次術科測驗			各式發球測驗		實作 口試 同儕互評	
第9週	6	精進發球技	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	呈現發球動作流暢性	控制發球角度	實作 口試 同儕互評	

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(國中新課綱版-部定+校訂)

第10週	6	精進發球技	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	呈現發球流暢性	控制發球角度	實作 口試 同儕互評	
第11週 (11/8-11/10戶外教學)	6	精進發球技	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	展現接發球的變化	發球技術的技巧具體運用	實作 口試 同儕互評	
第12週	6	精進發球技	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	展現發球的變化	接發球技術的技巧具體運用	實作 口試 同儕互評	
第13週	6	精進正拍擊球技術	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	正拍擊球練習	正拍擊球動作及腳步練習	實作 口試 同儕互評	
第14週 (11/29、11/30第二次段考)	6	精進正拍擊球技術	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	正拍擊球練習	專項訓練	實作 口試 同儕互評	
第15週	6				呈現發球動作	控制發球位置	實作 口試 同儕互評	

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(國中新課綱版-部定+校訂)

		第二次術科測驗			流暢性		互評	
第16週	6	精進正拍擊球技術	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	正拍擊球動作及腳步練習	加強肌力與耐力	實作 口試 同儕互評	
第17週	6	精進正拍擊球技術	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	正拍擊球動作及腳步練習	不同位置的進攻擊球	實作 口試 同儕互評	
第18週 (12/29運動會)	6	精進反拍擊球技術	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	反拍擊球動作及腳步練習	加強肌力與耐力	實作 口試 同儕互評	
第19週	6	精進反拍擊球技術	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	反拍擊球動作及腳步練習	不同位置的進攻擊球	實作 口試 同儕互評	
第20週	6	精進反拍擊球技術	Ta-III-2	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2	反拍擊球動作及腳步練習	不同位置的進攻擊球	實作 口試 同儕互評	

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(國中新課綱版-部定+校訂)

			T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-V-B1 T-V-B2				
第21週 (1/16、1/17第 三次段考1/19休 業式)	6	第三次術科測驗			基本計策及綜 合技術測驗	綜合檢討本學期精 進相關技術。		

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

臺南市公立東區忠孝國民中學113學年度第二學期七年級 (體育專業領域)課程計畫

課程名稱	網球專長	實施年級 (班級組別)	七年級	教學 節數	本學期共(120)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 checked="" type="checkbox"/> 體育班校訂體育專業							
設計理念	透過體育專業領域課程，融入適合學生專項運動發展應有之核心素養，以求能在學習歷程中除適應現在生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度；更能發揮運動潛能，以完善之運動技能，迎接所有競技運動之挑戰。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	體-E-A3具備擬定基本的運動計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境 體-J-B3具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 體-U-A2具備系統思考、分析與探索競技運動的素養，深化後設思考，並積極面對挑戰，以解決人生中各種問題。 體-J-C1具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 體-J-B1具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。 體-E-C1具備生活中有關運動的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 體-E-C2具備同理他人感受，在活動中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。 體-U-A3具備規劃、實踐與檢討反省的素養，並以創新的態度與作為，因應新的競技運動情境或問題。							
課程目標	第四階段國中生是學生身心及生理發展的快速期，也是自我探索與人際發展的關鍵期，課程中施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展與社會參與，培育運動專業人才。							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量 評量方式	自編自選教材 或學習單 使用教具或器材
第1週 (2/16開學)	6	複習上學期教導 技術	Ta-III-2 T-III-1 T-IV-1 T-V-1	T-III-B2 T-III-B1 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2	熟練各項技術	基本專項加強	實作 口試 同儕 互評	
第2週	6	綜合體能之訓練、檢測 運動員體能狀況	Ps-III-1 Ta-III-1	Ps-III-D2 Ta-III-C1	提高各肌群肌 力及肌耐力	間歇或反覆訓練強度提升 加強肌耐力訓練	實作 口試 同儕 互評	

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(國中新課綱版-部定+校訂)

			T-IV-1 T-V-1 Ta-V-1	Ta-III-C2 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1				
第3週	6	綜合體能之訓練、檢測 運動員體能狀況	Ps-III-1 Ta-III-1 T-IV-1 T-V-1 Ta-V-1	Ps-III-D2 Ta-III-C1 Ta-III-C2 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1	提高各肌群肌 力及肌耐力	間歇或反覆訓練強度提升 加強肌耐力訓練	實作 口試 同儕 互評	
第4週	6	控球能力練習	Ps-III-1 Ta-III-1 T-IV-1 T-V-1 Ta-V-1	Ps-III-D2 Ta-III-C1 Ta-III-C2 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1	能確實將球擊 向設定目標	專項技術加強	實作 口試 同儕 互評	
第5週	6	控球能力練習	Ps-III-1 Ta-III-1 T-IV-1 T-V-1 Ta-V-1	Ps-III-D2 Ta-III-C1 Ta-III-C2 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1	能確實將球擊 向設定目標	專項技術加強	實作 口試 同儕 互評	
第6週	6	控球能力練習	Ps-III-1 Ta-III-1 T-IV-1	Ps-III-D2 Ta-III-C1 Ta-III-C2	能確實將球擊 向設定目標	專項技術加強	實作 口試 同儕 互評	

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(國中新課綱版-部定+校訂)

			T-V-1 Ta-V-1	T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1				
第7週 (3/27、3/28第 一次段考)	6	第一次術科測驗					實作 口試 同儕 互評	
第8週	6	組合動作練習、動作之 連貫及強化	Ps-Ⅲ-1 Ta-Ⅲ-1 T-IV-1 T-V-1 Ta-V-1	Ps-Ⅲ-D2 Ta-Ⅲ-C1 Ta-Ⅲ-C2 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1	理解實踐各專項技 術	專項技術加強	實作 口試 同儕 互評	
第9週	6	組合動作練習、動作之 連貫及強化	Ps-Ⅲ-1 Ta-Ⅲ-1 T-IV-1 T-V-1 Ta-V-1	Ps-Ⅲ-D2 Ta-Ⅲ-C1 Ta-Ⅲ-C2 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1	理解實踐各專項技 術	專項技術加強	實作 口試 同儕 互評	
第10週	6	精進攻球技術	Ps-Ⅲ-1 Ta-Ⅲ-1 T-IV-1 T-V-1 Ta-V-1	Ps-Ⅲ-D2 Ta-Ⅲ-C1 Ta-Ⅲ-C2 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1	理解實踐各專項技 術	專項技術加強	實作 口試 同儕 互評	
第11週	6	組合動作練習、動作之 連貫及強化	Ps-Ⅲ-1 Ta-Ⅲ-1	Ps-Ⅲ-D2 Ta-Ⅲ-C1	理解實踐各專項技 術	專項技術加強	實作 口試 同儕 互評	

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(國中新課綱版-部定+校訂)

			T-IV-1 T-V-1 Ta-V-1	Ta-III-C2 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1				
第12週	6	組合動作練習、動作之連貫及強化	Ps-III-1 Ta-III-1 T-IV-1 T-V-1 6Ta-V-1	Ps-III-D2 Ta-III-C1 Ta-III-C2 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1	理解實踐各專項技術	專項技術加強	實作 口試 同儕互評	
第13週 (5/9、5/10第二次段考)	6	綜合體能之訓練、檢測 運動員體能狀況	Ps-III-1 Ta-III-1 T-IV-1 T-V-1 Ta-V-1	Ps-III-D2 Ta-III-C1 Ta-III-C2 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1	提高各肌群肌力及肌耐力	間歇或反覆訓練強度提升 加強肌耐力訓練	實作 口試 同儕互評	
第14週 (5/18、5/19教育會考)	6	綜合體能之訓練、檢測 運動員體能狀況	Ps-III-1 Ta-III-1 T-IV-1 T-V-1 Ta-V-1	Ps-III-D2 Ta-III-C1 Ta-III-C2 T-IV-B1 T-IV-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1	提高各肌群肌力及肌耐力	專項技術加強	實作 口試 同儕互評	
第15週	6	第二次術科測驗			提高各肌群肌力及肌耐力		實作 口試 同儕互評	
第16週	6	各種擊球動作及腳步練	Ps-III-1	Ps-III-D2	理解實踐各專	專項技術加強	實作 口試 同儕	

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(國中新課綱版-部定+校訂)

		習	Ta-Ⅲ-1 T-Ⅳ-1 T-V-1 Ta-V-1	Ta-Ⅲ-C1 Ta-Ⅲ-C2 T-Ⅳ-B1 T-Ⅳ-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1	項技術		互評	
第17週	6	各種擊球動作及腳步練習	Ps-Ⅲ-1 Ta-Ⅲ-1 T-Ⅳ-1 T-V-1 Ta-V-1	Ps-Ⅲ-D2 Ta-Ⅲ-C1 Ta-Ⅲ-C2 T-Ⅳ-B1 T-Ⅳ-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1	理解實踐各專 項技術	專項技術加強	實作 口試 同儕 互評	
第18週(畢業週)	6	攻守練習	Ps-Ⅲ-1 Ta-Ⅲ-1 T-Ⅳ-1 T-V-1 Ta-V-1	Ps-Ⅲ-D2 Ta-Ⅲ-C1 Ta-Ⅲ-C2 T-Ⅳ-B1 T-Ⅳ-B2 T-V-B1 T-V-B2 Ta-V-C1	理解實踐各專 項技術	提升步頻及步幅技術訓練	實作 口試 同儕 互評	
第19週	6	攻守練習	Ps-Ⅲ-1 Ta-Ⅲ-1 T-Ⅳ-1 T-V-1 Ta-V-1	Ps-Ⅲ-D2 Ta-Ⅲ-C1 Ta-Ⅲ-C2 T-Ⅳ-B1 T-Ⅳ-B2 T-V-B2 Ta-V-C1	理解實踐各專 項技術	提升步頻及步幅技術訓練	實作 口試 同儕 互評	
第20週 (6/25、6/26第 三次段考6/28結 業式)	6	第三次術科測驗 綜合檢討本學期 精進相關技術。					實作 口試 同儕 互評	

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(國中新課綱版-部定+校訂)

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。