

臺南市公立東區忠孝國民中學113學年度第一學期九年級 (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) | 九年級 | 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 (10/7-10/11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 (11/25-11/29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 (1/13-1/17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學年度第二學期九年級 (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) | 九年級 | 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(2/5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 (3/17-3/21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 (5/5-5/9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-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20週 6/23-6/27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。