臺南市立南區大成國民中學 114 學年度第一學期九年級體育專業領域課程計畫

課程名稱	Ĵ	專長訓練	實施年級(班級組別		意求 教學節 數	本學期共(105)節					
課程規範	į	◎□領域學習課程-部定專長領域□藝術才能班部定專長領域□體育班部定體育專業◎■彈性學習課程專業課程: □藝術才能班校訂專長領域■體育班校訂體育專業										
設計理念	,	設定階段目標循序	设定階段目標循序漸進精進各種技能									
總綱核心素	本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養 或校訂素養 1 藉由團體生活中的紀律要求來強化學生守規範的認知 2 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 3 具備審美與表現的能力,了解運動與健康在美學上的特質與表現方式,以增進生活中的豐富性與美感體驗。 4 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養,並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。 5 希望學生能在與人合作中發展正向的人際關系 6 在平時的訓練中問答中增進學生表達能力											
1 具備運用體育與健康之相關符號知能,能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 2 具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。 3 具備生活中有關運動與健康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							懷社會。					
				課程架構	排脈絡							
教學期程	節數	 單元與活動名稱 	學習表現 (校訂或相關領域)	學習內容	學習目標(校訂)	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單				
1~4 週	4	第一單元 肌力與體能訓 練、傳接球加強	3d-Ⅲ-1應用學習策略,提高運動技能學習效能。 4d-I-1願意從事規律身體活動。	Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。	1 落實基本功 2 給予正確重量 訓練觀念及方法	1 熱身 2 課程說明 3 專項技術示範 及演練(傳接 球)	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現 4.問與答	自編教材				
5~8 週	4	第二單元 基本動作練習 (爭邊球及正集 團技術分析)後	1c-Ⅲ-2應用身 體活動的防護知 識,維護運動安 全。1c-I-2 認	Bc-Ⅲ-1 基礎運動傷害預防與處理方法。 Cb-Ⅱ-1 運動	1 落實基本功 2 選出適合的攻 守位置	1 熱身 2 課程說明 3 專項技術示範 及演練(傳接	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現 4問與答	自編教材				

	「「「大性」	丁重(利味榊瓜)						
9~11 週	3	第三單元 傳接球練習及防 守、進攻路線解 說及練習	識基本的運動 識。 3c-I-1 表現基本的作 與模仿 1-1 應用 與模仿 1-1 應用 與模仿 1-1 應用 處理題。 4d-I-1 願意活動。 2d-Ⅲ-2 分辨 動實活動。 2d-Ⅲ-2 分辨 動實不 動實不 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個	安全規則、運動增進生長知。 Cb-Ⅲ-1 運動安 精神知識。 Cb-Ⅲ-1 運動等 養用。 c-Ⅲ-1 基礎與 處理方法。 Cb-Ⅱ-1 運動	1 落實基本功 2 選出適合的攻 守位置 3 個人位置技術 加強,避免運動 傷害發生	球) 1 熱身 2 課程說明 3 專項技術示範 及演練(進攻及 防守如何倒地)	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現 4問與答	自編教材
12~15 週	4	第四單元 肌力與體能訓練	規律身體活動。 3d-Ⅲ-1應用學習策略,提高運動技能學習效	安全規則、運 動增進生長知 識。 Da-IV-4 健康姿 勢、規律運 動、充分睡眠	1 落實基本功 2 給予正確重量 訓練觀念及方法	1 熱身 2 課程說明 3 專項技術示範	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現	自編教材
16~17 週	2	第五單元	能。 4d-I-1 願意從 事規律身體活 動。 d-Ⅲ-2分辨運動	的維持與實踐 策略。 Hb-IV-1 陣地攻	1 落實基本功	及演練 1 熱身	4 問與答 1.觀察	自編教材
10~1 <i>1 7</i> <u>1</u> 1	<i>L</i>	傳接球加強、攻 防技術講解、小 組攻防、模擬比 賽練習	賽事中選手和觀 眾的角色與責 任。3d-I-1應 用基本動作 常	守性球類運動 動作組合及團 隊戰術。	2 選出適合的攻 守位置 3 個人位置技術 加強	2 課程說明 3 專項技術示範 及演練	2.紀錄 3.實作及表現 4問與答	口が曲子又小石

			識,處理練習或 遊戲問題。 4d- I-1 願意從事 規律身體活動。					
18-21 週	4	第六單元 傳接球練習及碰 撞技術練習、前 鋒正集團、亂集 團攻防、後衛戰 術訓練	4c-Ⅲ-2比較與 檢視個人的體適 能與運動技能表 現。	Fa-IV-4 情緒與 壓力因應與調 適的方案。	1 落實基本功 2 選出適合的攻 守位置 3 個人位置技術 加強	1 熱身 2 課程說明 3 專項技術示範 及演練	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現 4問與答	自編教材

臺南市立南區大成國民中學 114 學年度第二學期九年級體育專業領域課程計畫

課程名稱	爭	專長訓練	實施年級(班級組別	/ / / / / / / / / / / / / / / / / / /	題 東 東	本學期共(90)節				
課程規範	Ē	 ◎□領域學習課程-部定專長領域 □藝術才能班部定專長領域 □體育班部定體育專業 ◎■彈性學習課程 專業課程: □藝術才能班校訂專長領域 ■體育班校訂體育專業 									
設計理念	六	設定階段目標循序	序漸進精進各種技能								
本教育階 總綱核心素 或校訂素	表養 3 具備番美與表現的能刀,了解建動與健康任美學上的特質與表現力式,以增進生店中的豐富性與美國體驗。										
課程目標	蓝	2具備良好身體活	1 具備運用體育與健康之相關符號知能,能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 2 具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。 3 具備生活中有關運動與健康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。 課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 (校訂或相關領域)	學習內容	學習目標(校訂)	學習活動	學習評量	自編自選教材 <mark>或</mark> 學習單			
1~4 週	20	第一單元傳球、 攻擊跑位及正集 團推進練習、後 衛小、中、高踢 練習	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。	Ha-I-1 球類 運動相關的簡易拋、整、傳動作。 學之調。 學之調。 學之調。 學之期 學是 學生 學生 學生 學生 學生 學生 學生 學生 學生 學生 學生 學生 學生	1 落實基本功 2 了解橄欖球規 則	1 熱身 2 課程說明 3 專項技術示範 及演練	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現 4問與答				

				識。			
5~8 週	20	第二單元 前鋒爭邊球攻 防、後衛閃切攻 擊練習	1c-Ⅲ-2應用身體活動的防護郵金。1c-I-2應用身知。 1c-I-2 認識。 3c-I-1 表現模仿的應用,以其外的方式。 3d-I-1 應用,以上的一个方式。 4d-I-1 原意從事規管的。	Bc-Ⅲ-1 基礎運動傷害預防與處理方法。 Cb-Ⅱ-1 運動安全規則、運動增進生長知識。	1 落實基本功 2 選出適合的攻 守位置	1 熱身 2 課程說明 3 專項技術示範 及演練	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現 4問與答
8~12 週	20	第三單元傳球、防守跑位及爭邊球跳躍練習	2d-Ⅲ-2分辨運動賽事中選手和觀眾的角色與責任。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。	Cb-Ⅲ-1運動安全教育、運動精神與運動營養知識。 c-Ⅲ-1基礎運動傷害方法。 be II-1運動 Be EII = 1運動 Be EII = 1 Be EII = 1	1 落實基本功 2 選出適合的攻 守位置 3 個人位置技術 加強	1 熱身 2 課程說明 3 專項技術示範 及演練	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現 4問與答
13~16 週	20	第四單元肌力與 體能訓練	3d-Ⅲ-1應用學習策略,提高運動技能學習效能。 4d-I-1願意從事規律身體活動。	Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。	1 落實基本功 2 給予正確重量 訓練觀念及方法	1 熱身 2 課程說明 3 專項技術示範 及演練	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現 4問與答

_									
	17~18 週	10	第五單元後衛攻	d-Ⅲ-2 分辨運動	Hb-W-1 陣地攻	1 落實基本功	1 熱身	1.觀察	
ı			防練習、前鋒亂	賽事中選手和觀	守性球類運動	2 選出適合的攻	2課程說明	2.紀錄	
			集團攻防	眾的角色與責	動作組合及團	守位置	3 專項技術示範	3.實作及表現	
ı				任。3d-I-1 應	隊戰術。	3個人位置技術	及演練	4.問與答	
				用基本動作 常		加強			
ı				識,處理練習或					
ı				遊戲問題。 4d-					
ı				I -1 願意從事					
				規律身體活動。					
I									

[◎]教學期程請敘明週次起訖,如行列太多或不足,請自行增刪。

[◎]彈性學習課程之第2及4類規範(社團活動與技藝課程或其他類課程),如無特定自編教材或學習單,敘明「無」即可。