臺南市立建興國民中學115學年度第一學期七年級(體育專業領域)課程計畫

課程名稱	棒球專項	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	◎□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-特殊需求領域課程 專業課程：□藝術才能班校訂專長領域□體育班校訂體育專長				
設計理念	藉由對棒球運動的興趣，進而發展為專長能力。				
本教育階段總綱核心素養或校訂素養	具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能。				
課程目標	透過學習、訓練，提升技能及團隊合作。				

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 01 週 8/31-9/4 8/31 開學日	5	體能訓練	A1 身心素質與自我精進	J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	體適能的能力	講解 示範 操作	測驗	自編教材
第 02 週 9/7-9/11	5	體能訓練	A1 身心素質與自我精進	J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	體適能的能力	講解 示範 操作	測驗	自編教材
第 03 週 9/14-9/18	5	傳接球基本	B1 符號運用與溝通表達	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。	傳接球觀念	講解 示範 操作	實際練習	自編教材

第 04 週 9/21-9/25 中秋連假 (9/25-9/28)	5	打擊基本	B1 符號運用與溝通表達	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。	打擊觀念	講解 示範 操作	實際練習	自編教材
第 05 週 9/28-10/2 中秋連假 (9/25-9/28)	5	打擊基本	B1 符號運用與溝通表達	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。	打擊觀念	講解 示範 操作	實際練習	自編教材
第 06 週 10/5-10/9 第一次段考	5	跑壘基本	B1 符號運用與溝通表達	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。	跑壘觀念	講解 示範 操作	實際練習	自編教材
第 07 週 10/12-10/16	5	守備基本	B1 符號運用與溝通表達	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。	守備觀念	講解 示範 操作	實際練習	自編教材
第 08 週 10/19-10/23	5	投手基本	B1 符號運用與溝通表達	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。	投手觀念	講解 示範 操作	實際練習	自編教材
第 09 週 10/26-10/30 光復節連假	5	內野、外野 轉傳訓練	A1 身心素質與自我精進	J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	傳球能力及隊友建配合	講解 示範 操作	實際練習	自編教材

第 10 週 11/2-11/6 校慶運動會	5	綜合守備	A3 規劃執行與創新應變	J-A3 具備善用資源已擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。	能做好基本守備並與隊友作配合	講解 操作	實際練習	自編教材
第 11 週 11/9-11/13	5	模擬守備	A3 規劃執行與創新應變	J-A3 具備善用資源已擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。	能做好基本守備並與隊友作配合	講解 操作	實際練習	自編教材
第 12 週 11/6-11/20	5	模擬比賽	C2 人際關係與團隊合作	J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	能利用個人球技融入團隊作戰	操作 檢討	實際練習	自編教材
第 13 週 11/23-11/27 第二次段考	5	分組比賽	C2 人際關係與團隊合作	J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	能利用個人球技融入團隊作戰	操作 檢討	實際練習	自編教材
第 14 週 11/30-12/4	5	友誼賽	C2 人際關係與團隊合作	J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	能利用個人球技融入團隊作戰	操作 檢討	實際練習	自編教材
第 15 週 12/7-12/11	5	體能訓練 (恢復、協調)	B3 藝術涵養與美感素養	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。	檢討訓練比賽內容及身心理的調整	講解 示範 操作	測驗	自編教材
第 16 週 12/14-12/18	5	體能訓練 (肌力、肌耐力)	A1 身心素質與自我精進	J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	體適能的能力	講解 示範 操作	測驗	自編教材
第 17 週 12/21-12/25 行憲紀念日連假	5	體能訓練 (爆發力)	A1 身心素質與自我精進	J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	體適能的能力	講解 示範 操作	測驗	自編教材
第 18 週 12/28-1/1	5	體能訓練	A1 身心素質與自我精進	J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛	體適能的能力	講解 示範	測驗	自編教材

元旦連假 戶外教學週				能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。		操作		
第 19 週 1/4-1/8	5	傳接球訓練	B2 科技資訊與媒體素養	J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	傳球的動作及接球的移位	講解 示範 操作	實際練習	自編教材
第 20 週 1/11-1/15	5	傳接球訓練	B2 科技資訊與媒體素養	J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	傳球的動作及接球的移位	講解 示範 操作	實際練習	自編教材
第 21 週 1/18-1/19 **第三次段考** 休業式(1/20)	5	打擊訓練	B2 科技資訊與媒體素養	J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	打擊的動作及擊球力道	講解 示範 操作	實際練習	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。

臺南市立建興國民中學115學年度第二學期七年級(體育專業領域)課程計畫

課程名稱	棒球專項	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	◎□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-特殊需求領域課程 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	藉由對棒球運動的興趣，進而發展為專長能力。				
本教育階段總綱核心素養或校訂素養	具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能。				
課程目標	透過學習、訓練，提升技能及團隊合作。				

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01週 2/11-2/12 2/11 開學日	5	傳接球基本	B1 符號運用與溝通表達	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。	傳接球觀念	講解 示範 操作	實際練習	自編教材
第02週 2/15-2/19	5	傳接球訓練	B2 科技資訊與媒體素養	J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	傳球的動作及接球的移位	講解 示範 操作	實際練習	自編教材
第03週 2/22-2/26	5	專項守備 (捕手、內野、外野)	B2 科技資訊與媒體素養	J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	守備時對來球的判斷及處理	講解 示範 操作	實際練習	自編教材

第 04 週 3/1-3/5 228 連假	5	綜合守備	A3 規劃執行與創新應變	J-A3 具備善用資源已擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。	能做好基本守備並與隊友作配合	講解 操作	實際練習	自編教材
第 05 週 3/8-3/12	5	守備戰術演練	C2 人際關係與團隊合作	J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	能與隊友作守備配合	講解 操作	實際練習	自編教材
第 06 週 3/15-3/19	5	攻擊戰術演練	C2 人際關係與團隊合作	J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	能與隊友作攻擊配合	講解 操作	實際練習	自編教材
第 07 週 3/22-3/26 第一次段考	5	模擬比賽訓練	C2 人際關係與團隊合作	J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	能利用個人球技融入團隊作戰	操作 檢討	實際練習	自編教材
第 08 週 3/29-4/2	5	分組訓練	C2 人際關係與團隊合作	J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	能利用個人球技融入團隊作戰	操作 檢討	實際練習	自編教材
第 09 週 4/5-4/9 清明連假	5	對抗訓練	C2 人際關係與團隊合作	J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	能利用個人球技融入團隊作戰	操作 檢討	實際練習	自編教材
第 10 週 4/12-4/16	5	對抗訓練	C2 人際關係與團隊合作	J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	能利用個人球技融入團隊作戰	操作 檢討	實際練習	自編教材
第 11 週 4/19-4/23	5	對抗訓練	C2 人際關係與團隊合作	J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	能利用個人球技融入團隊作戰	操作 檢討	實際練習	自編教材
第 12 週 4/26-4/30 勞動節連假	5	對抗訓練	C2 人際關係與團隊合作	J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	能利用個人球技融入團隊作戰	操作 檢討	實際練習	自編教材
第 13 週 5/3-5/7	5	對抗訓練	C2 人際關係與團	J-C2 具備利他與和群的知能與態	能利用個人	操作	實際練習	自編教材

第二次段考			隊合作	度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	球技融入團隊作戰	檢討		
第 14 週 5/10-5/14	5	體能訓練 (恢復、協調)	B3 藝術涵養與美感素養	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。	檢討訓練比賽內容及身心理的調整	講解 示範 操作	測驗	自編教材
第 15 週 5/17-5/21	5	體能訓練 (肌力、肌耐力)	A1 身心素質與自我精進	J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	體適能的能力	講解 示範 操作	測驗	自編教材
第 16 週 5/24-5/28	5	體能訓練 (爆發力)	A1 身心素質與自我精進	J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。	體適能的能力	講解 示範 操作	測驗	自編教材
第 17 週 5/31-6/4	5	傳接球基本	B1 符號運用與溝通表達	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。	傳接球觀念	講解 示範 操作	實際練習	自編教材
第 18 週 6/7-6/11	5	打擊基本	B1 符號運用與溝通表達	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。	打擊觀念	講解 示範 操作	實際練習	自編教材
第 19 週 6/14-6/18 畢業典禮 (6/19)	5	跑壘基本	B1 符號運用與溝通表達	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。	跑壘觀念	講解 示範 操作	實際練習	自編教材
第 20 週 6/21-6/25	5	分組訓練	C2 人際關係與團隊合作	J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	能利用個人球技融入團隊作戰	操作 檢討	實際練習	自編教材

第 21 週 6/28-6/30 **第三次段考** 休業式(6/30)	1	分組訓練	C2 人際關係與團隊合作	J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	能利用個人球技融入團隊作戰	操作 檢討	實際練習	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。