臺南市立新興國民中學115學年度第一學期八年級特殊需求領域-體育專長課程計畫

課程名稱	體育專長	實施年級（班級組別）	八年級	教學節數	本學期共(　21　)節；1節/週
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	穩定學生體能，加強保健概念，懂得運用專項專業知識，進而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-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-U-A1 具備各項運動與身心健全的發展素養，實現個人運動與保健潛能，探索自我觀，肯定自我價值，有效規劃生涯，並透過自我精進、挑戰與超越，追求健康與幸福的人生。				
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
第一週 0831 開學	1	【羽球】-基本動作中階一	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 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。 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。	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	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 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。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	安全規則、運動增進生長知識。 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。				
第二週 0907~0911	1	【羽球】-基本動作中階一	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 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	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	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			規律身體活動。 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 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。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	確 性控球動作 。 Cb-Ⅱ-1 運動安全規則、運動增進生長知識。 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。				
第三週 0914~0918	1	【羽球】-基本動作中階一	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 3c-Ⅰ-1 表現基本動作與模仿的能力。 3d-Ⅰ-1 應用基本	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、	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			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 認識身體活動的動作技能。 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 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。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	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、運動增進生長知識。 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。				
第四週 0921~0925	1	【羽球】-基本動作中階一	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 3c-Ⅰ-1 表現基本	Ha-Ⅰ-1 網牆性 球類運動相關的簡易	羽球專項基礎概念與基本動作建立與熟	【羽球】基本握拍與上手揮拍練習、米字步法訓	實作評量	自編教材 球拍 訓練球

			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 認識身體活動的動作技能。 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 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。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	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、運動增進生長知識。 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。	悉。	練、體能訓練。		體能訓練器材

第五週 0928~1002	1	【羽球】-基本動作中階一	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 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。 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 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。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。	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、運動增進生長知識。 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。	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。					
第六週 成績評量週 (1)1005~1009	1	【羽球】-基本戰術中階一	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-Ⅲ-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 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。 3d-Ⅲ-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。	Ha-Ⅲ-1 網牆性球類運動基本動作及基礎戰術 。 Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。	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。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材
第七週 1012~1016	1	【羽球】-基本戰術中階一	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。	Ha-Ⅲ-1 網牆性球類運動基本動作及基礎戰術 。 Bc-III-1 基礎	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	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-Ⅲ-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 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。 3d-Ⅲ-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。	運動傷害預防與處理方法。		路對練競賽、體能訓練、核心訓練。		
第八週 1019~1023	1	【羽球】-基本戰術中階一	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-Ⅲ-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調	Ha-Ⅲ-1 網牆性球類運動基本動作及基礎戰術 。 Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。	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。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			能力。 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。 3d-Ⅲ-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。					
第九週 1026~1030	1	【羽球】-基本戰術中階一	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-Ⅲ-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 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。 3d-Ⅲ-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。	Ha-Ⅲ-1 網牆性球類運動基本動作及基礎戰術 。 Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。	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。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

第十週 1102~1106	1	【羽球】-基本戰術中階一	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-Ⅲ-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 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。 3d-Ⅲ-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。	Ha-Ⅲ-1 網牆性球類運動基本動作及基礎戰術 。 Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。	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。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材
第十一週 1109~1113	1	【羽球】-基本戰術中階一	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自	Ha-Ⅳ-1 網牆性球類 運動動作組合及團隊戰術。	熟悉羽球專項混合球路。	【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。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			我調適技能。 1d-Ⅲ-3 了解比賽的進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-2 演練比賽中的 進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-Ⅲ-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。 1d-Ⅳ-1 了解各項運動技能原理。 1d-Ⅳ-2 反思自己的 運動技能。 1d-Ⅳ-3 應用運動比賽的各項策略。					
第十二週 1116~1120	1	【羽球】-基本戰術中階一	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。	Ha-Ⅳ-1 網牆性球類 運動動作組合及團隊戰術。	熟悉羽球專項混合球路。	【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。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			1d-Ⅲ-3 了解比賽的進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-2 演練比賽中的 進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-Ⅲ-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。 1d-Ⅳ-1 了解各項運動技能原理。 1d-Ⅳ-2 反思自己的 運動技能。 1d-Ⅳ-3 應用運動比賽的各項策略。					
第十三週 成績評量週 (2)1123~1127	1	【羽球】-基本戰術中階一	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 1d-Ⅲ-3 了解比賽	Ha-Ⅳ-1 網牆性球類 運動動作組合及團隊戰術。	熟悉羽球專項混合球路。	【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。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			的進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-2 演練比賽中的 進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-Ⅲ-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。 1d-Ⅳ-1 了解各項運動技能原理。 1d-Ⅳ-2 反思自己的 運動技能。 1d-Ⅳ-3 應用運動比賽的各項策略。					
第十四週 1130~1204	1	【羽球】-基本戰術中階一	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 1d-Ⅲ-3 了解比賽的進攻和防守策	Ha-Ⅳ-1 網牆性球類 運動動作組合及團隊戰術。	熟悉羽球專項混合球路。	【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。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			略。 3d-Ⅲ-2 演練比賽中的 進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-Ⅲ-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。 1d-Ⅳ-1 了解各項運動技能原理。 1d-Ⅳ-2 反思自己的 運動技能。 1d-Ⅳ-3 應用運動比賽的各項策略。					
第十五週 1207~1211	1	【羽球】-基本戰術中階一	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 1d-Ⅲ-3 了解比賽的進攻和防守策略。	Ha-Ⅳ-1 網牆性球類 運動動作組合及團隊戰術。	熟悉羽球專項混合球路。	【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。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			3d-Ⅲ-2 演練比賽中的 進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-Ⅲ-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。 1d-Ⅳ-1 了解各項運動技能原理。 1d-Ⅳ-2 反思自己的 運動技能。 1d-Ⅳ-3 應用運動比賽的各項策略。					
第十六週 1214~1218	1	【羽球】-基本訓練模式建立中階一	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。 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	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			潛能。 3d-Ⅳ-1 運用運動技術的學習策略。					
第十七週 1221~1225	1	【羽球】-基本訓練模式建立中階一	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。 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 球拍 訓練球 體能訓練器材
第十八週 (戶外教育)1228~0101	1	【羽球】-基本訓練模式建立中階一	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。 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。	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			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。					
第十九週 0104~0108	1	【羽球】-基本訓練模式建立中階一	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。 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 球拍 訓練球 體能訓練器材
第二十週 成績評量週 (3)0111~0115	1	【羽球】-基本訓練模式建立中階一	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。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 3c-IV-1 表現局部	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			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。					
第二十一週 休業式 0118~0120	1	【羽球】-基本訓練模式建立中階一	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。 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 球拍 訓練球 體能訓練器材

◎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。

臺南市立新興國民中學115學年度第二學期八年級特殊需求領域-體育專長課程計畫

課程名稱	體育專長	實施年級 (班級組別)	八年級	教學 節數	本學期共(　21　)節；1 節/週
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	穩定學生體能，加強保健概念，懂得運用專項專業知識，進而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-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-U-A1 具備各項運動與身心健全的發展素養，實現個人運動與保健潛能，探索自我觀，肯定自我價值，有效規劃生涯，並透過自我精進、挑戰與超越，追求健康與幸福的人生。				
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
第一週 0211~0212	1	【羽球】-基本動作中階二	1a-Ⅰ-2 認識健康的生活習慣。 1d-Ⅰ-1 描述動作技能基本常識。 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。	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 。	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			4d-Ⅰ-1 願意從事規律身體活動。 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 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。 3d-Ⅱ-1 運用動作 技能的練習策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	Cb-Ⅱ-1 運動 安全規則、運動增進生長知識。 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。				

第二週 0215~0219	1	【羽球】-基本動作中階二	1a-Ⅰ-2 認識健康的生活習慣。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 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。 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。	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、運動增進生長知識。 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。	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			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。 3d-Ⅱ-1 運用動作 技能的練習策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。					
第三週 0222~0226	1	【羽球】-基本動作中階二	1a-Ⅰ-2 認識健康的生活習慣。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 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。 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技	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、運動增進生長知識。	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			能。 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 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。 3d-Ⅱ-1 運用動作 技能的練習策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	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。				
第四週 0301~0305	1	【羽球】-基本動作中階二	1a-Ⅰ-2 認識健康的生活習慣。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。	Ha-Ⅰ-1 網牆性 球類運動 相關的簡易拋、接、控、擊、持	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	【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	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			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 認識身體活動的動作技能。 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 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。 3d-Ⅱ-1 運用動	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、運動增進生長知識。 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。	運動相關知識。	護、運動心理學基礎課程。		

			作 技能的練習策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。					
第五週 0308~0312	1	【羽球】-基本動作中階二	1a-Ⅰ-2 認識健康的生活習慣。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 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。 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-Ⅱ-2 描述自	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、運動增進生長知識。 Ha-Ⅱ-1 網牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			己或他人動作技能的正確性。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 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。 3d-Ⅱ-1 運用動作 技能的練習策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	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。				
第六週 0315~0319	1	【羽球】-基本戰術中階二	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-Ⅲ-2 比較自	Ha-Ⅲ-1 網牆性球類運動基本動作及基礎戰術 。 Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。	能在穩定拉吊中尋求攻擊機會。	【羽球】四角拉吊訓練、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。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			己或他人運動技能的正確性。 3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 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。 3d-Ⅲ-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。					
第七週 成績評量週 (1) 0322~0326	1	【羽球】-基本戰術中階二	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-Ⅲ-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3c-Ⅲ-2 在身體	Ha-Ⅲ-1 網牆性球類運動基本動作及基礎戰術 。 Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。	能在穩定拉吊中尋求攻擊機會。	【羽球】四角拉吊訓練、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。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 3d-Ⅲ-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。					
第八週 0329~0402	1	【羽球】-基本戰術中階二	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-Ⅲ-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 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。 3d-Ⅲ-1 應用學習策略，提高運動技能學習效	Ha-Ⅲ-1 網牆性球類運動基本動作及基礎戰術 。 Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。	能在穩定拉吊中尋求攻擊機會。	【羽球】四角拉吊訓練、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。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			能。					
第九週 0405~0409	1	【羽球】-基本戰術中階二	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-Ⅲ-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 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。 3d-Ⅲ-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。	Ha-Ⅲ-1 網牆性球類運動基本動作及基礎戰術 。 Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。	能在穩定拉吊中尋求攻擊機會。	【羽球】四角拉吊訓練、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。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材
第十週 0412~0416	1	【羽球】-基本戰術中階二	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表	Ha-Ⅲ-1 網牆性球類運動基本動作及基礎戰術 。	能在穩定拉吊中尋求攻擊機會。	【羽球】四角拉吊訓練、米字步訓練、攻擊訓練、防守訓練、體能訓練、核心訓練、重	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			現。 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-Ⅲ-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 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。 3d-Ⅲ-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。	Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。		量訓練。		
第十一週 0419~0423	1	【羽球】-基本戰術中階二	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 1d-Ⅲ-3 了解比賽的進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-2 演練比	Ha-Ⅳ-1 網牆性球類 運動動作組合及團隊戰術。	熟悉各種球路，並加強攻擊意念。	【羽球】多球訓練、球路對練、體能訓練、核心訓練、重量訓練。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			賽中的 進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-Ⅲ-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。 1d-Ⅳ-1 了解各項運動技能原理。 1d-Ⅳ-2 反思自己的 運動技能。 1d-Ⅳ-3 應用運動比賽的各項策略。					
第十二週 0426~0430	1	【羽球】-基本戰術中階二	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 1d-Ⅲ-3 了解比賽的進攻和防守策略。	Ha-Ⅳ-1 網牆性球類 運動動作組合及團隊戰術。	熟悉各種球路，並加強攻擊意念。	【羽球】多球訓練、球路對練、體能訓練、核心訓練、重量訓練。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			3d-Ⅲ-2 演練比賽中的 進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-Ⅲ-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。 1d-Ⅳ-1 了解各項運動技能原理。 1d-Ⅳ-2 反思自己的 運動技能。 1d-Ⅳ-3 應用運動比賽的各項策略。					
第十三週 成績評量週 (2)0503~0507	1	【羽球】-基本戰術中階二	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 1d-Ⅲ-3 了解比賽的進攻和防守	Ha-Ⅳ-1 網牆性球類 運動動作組合及團隊戰術。	熟悉各種球路，並加強攻擊意念。	【羽球】多球訓練、球路對練、體能訓練、核心訓練、重量訓練。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			策略。 3d-Ⅲ-2 演練比賽中的 進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-Ⅲ-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。 1d-Ⅳ-1 了解各項運動技能原理。 1d-Ⅳ-2 反思自己的 運動技能。 1d-Ⅳ-3 應用運動比賽的各項策略。					
第十四週 0510~0514	1	【羽球】-基本戰術中階二	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 1d-Ⅲ-3 了解比	Ha-Ⅳ-1 網牆性球類 運動動作組合及團隊戰術。	熟悉各種球路，並加強攻擊意念。	【羽球】多球訓練、球路對練、體能訓練、核心訓練、重量訓練。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			賽的進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-Ⅲ-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。 1d-Ⅳ-1 了解各項運動技能原理。 1d-Ⅳ-2 反思自己的運動技能。 1d-Ⅳ-3 應用運動比賽的各項策略。					
第十五週 0517~0521	1	【羽球】-基本戰術中階二	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。	Ha-Ⅳ-1 網牆性球類 運動動作組合及團隊戰術。	熟悉各種球路，並加強攻擊意念。	【羽球】多球訓練、球路對練、體能訓練、核心訓練、重量訓練。	實作評量	自編教材 球拍 訓練球 體能訓練器材

			1d-Ⅲ-3 了解比賽的進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-2 演練比賽中的 進攻和防守策略。 3d-Ⅲ-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-Ⅲ-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。 1d-Ⅳ-1 了解各項運動技能原理。 1d-Ⅳ-2 反思自己的 運動技能。 1d-Ⅳ-3 應用運動比賽的各項策略。					
第十六週 0524~0528	1	【羽球】-基本訓練模式建立中階二	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。 1d-Ⅳ-3 應用運動比賽的各項策	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			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。					
第十七週 0531~0604	1	【羽球】-基本訓練模式建立中階二	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。 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。	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。					
第十八週 (畢業典禮)0607~0611	1	【羽球】-基本訓練模式建立中階二	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。 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 球拍 訓練球 體能訓練器材
第十九週 0614~0618	1	【羽球】-基本訓練模式建立中階二	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。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			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。					
第二十週 成績評量週 (3)0621~0625	1	【羽球】-基本訓練模式建立中階二	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。 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	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 球拍 訓練球 體能訓練器材

			動技術的學習策略。					
第二十一週 休業式 0628~0630	1	【羽球】-基本訓練模式建立中階二	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。 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 球拍 訓練球 體能訓練器材

◎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。