

新北市尖山國民中學 114 學年度 八 年級第 1 學期 **部定** 課程計畫 設計者： 林盈在

一、課程類別：

1. 國語文 2. 英語文 3. 健康與體育 4. 數學 5. 社會 6. 藝術 7. 自然科學 8. 科技 9. 綜合活動
 10. 閩南語文 11. 客家語文 12. 原住民族語文： _____ 族 13. 新住民語文： _____ 語 14. 臺灣手語

二、課程內容修正回復：

當學年當學期課程審閱意見	對應課程內容修正回復
通過	通過

三、學習節數：每週(2)節，實施(21)週，共(42)節。

四、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<input checked="" type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2系統思考與解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變 <input type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達 <input checked="" type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養 <input checked="" type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養 <input checked="" type="checkbox"/> C1道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3多元文化與國際理解	J-A1 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。 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。 J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 J-B3 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。 J-C1 具備生活中有關運動與健康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。 J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。

五、課程架構：

單元	章
單元 4 貼心！就能安心！	第 1 章 運動與貼紮
單元 5 挑戰極限	第 1 章 標槍 千斤一擲
	第 2 章 三項全能
	第 3 章 競技體操 地板
單元 6 水上游龍	第 1 章 捷泳 泳無止息
	第 2 章 浮潛 深入潛出
單元 7 球類入門	第 1 章 籃球 跑動與配合
	第 2 章 桌球 誰與爭鋒
	第 3 章 羽球 致命一擊
	第 4 章 壘球 身手矯健

六、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源	學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容							
第一週 9/1-9/5	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。	單元 4 貼心！就能安心！第 1 章 運動與貼紮 活動內容： 1.利用圖片或影片講解人體各種組織並且比較功能的差異。 2.舉例運動時會有各種運動傷害：瘀傷或挫傷、擦傷、扭	2	教科書 習作 投影片 教學影片	體驗式學習，透過實際練習貼紮技巧，讓學生從做中學，提升實作與應變能力。	上課參與 課堂問答 實作測驗	【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。 安 J2 判斷常見的事故傷害。 安 J5 了解特殊體質學生的運動安全。 安 J6 了解運動設施安全的維護。安 J11	

	技、資訊、媒體、產品與服務。		傷。提醒學生當發生以上傷害時應立即停止運動。 3.說明並非每種傷害都適合貼紮，讓學生了解什麼狀況下才可以貼，並判斷課本情境哪些適合用貼紮。					學習創傷救護技能。	
第二週 9/8-9/12	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。	單元4 貼心！就能安心！第1章 運動與貼紮 活動內容： 1.介紹3種貼紮工具：彈性繃帶、運動貼布(白貼)、肌內效，教師示範，並請學生實作。 2.引導學生完成體育課點點名「貼紮實戰趣」學習單，根據課堂所學，應用於學習單所設定的假想情況，並實際操作，帶領學生觀察、討論貼紮後對關節活動的影響。	2	教科書 習作 投影片 教學影片 肌內效貼布 人工敷膜 運動貼布 彈性繃帶 剪裁工具	體驗式學習，透過實際練習貼紮技巧，讓學生從做中學，提升實作與應變能力。	上課參與 課堂問答 實作測驗	【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。 安 J2 判斷常見的事故傷害。 安 J5 了解特殊體質學生的運動安全。 安 J6 了解運動設施安全的維護。安 J11 學習創傷救護技能。	
第三週 9/15-9/19	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	單元五 挑戰極限 第1章 標槍 千斤一擲 活動內容： 1.引導介紹田徑運動中的標槍項目，介紹我國好手鄭兆村。 2.先從羽球及藥球練習投擲技巧，並請同學彼此分享技巧與	2	教科書 習作 投影片 教學影片 標槍 藥球 羽球	1.體驗式學習，透過實際動作探索標槍的投擲動作與身體感知。	實作評量 上課參與 技能測驗		

	戰的學習態度。 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。		經驗。 3.插槍練習務必保持安全距離。雙腳平行站立預備。出手保持槍身朝前，避免左右晃動，講解重心、軀幹、上肢配合的連動，以及出手甩腕技巧。						
第四週 9/22-9/26	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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。	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	單元五 挑戰極限 第1章 標槍 千斤一擲 活動內容: 1.練習原地投擲，將槍頭朝上45°，試著將標槍擲遠，提醒學生依照自己的喜好調整重心與握把。 2.說明助跑與投擲前，所踩的最後步伐，而前交叉步法的作用是為了維持助跑速度。 3.進行愛上體育課「擲向天際」活動，比賽結束後，教師可請投擲成績較佳的同學分享技能心得。	2	教科書 習作 投影片 教學影片 標槍 藥球 羽球	1.體驗式學習，透過實際動作探索標槍的投擲動作與身體感知。 2.遊戲化學習，融入遊戲與競賽元素提升參與度與趣味性。如:「標槍九宮格」投擲至不同區域得分，提升準確性。	實作評量 上課參與 技能測驗		
第五週 9/29-10/3	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3d-IV-2 運用運	Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。	單元五 挑戰極限 第2章 三項全能	2	教科書 習作 投影片 教學影片	體驗式學習，透過實際動作探索三項全能與身體感知。	上課參與 觀察記錄 態度檢核	【戶外教育】 戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積	

	<p>動比賽中的各種策略。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>		<p>活動內容:</p> <p>1.介紹三項全能起源、競賽順序及相關知識等，以及各種不同環境的三項全能賽。</p> <p>2.進行第一關-游泳，依程度分為3至4個水道，每個水道每次4名學生同時出發，提醒帶頭學生控制團體速度，避免暴衝。</p> <p>3.進行愛上體育課「泳感前行」，提示學生可以盡量跟緊或是注意不要游歪。</p> <p>4.說明轉換區上下車線的規則，讓學生了解這項技術在三項全能中的重要性。</p>		<p>自行車</p> <p>自行車安全帽</p>			<p>極面對挑戰的能力與態度。</p>
<p>第六週</p> <p>10/6-10/10</p>	<p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>	<p>Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。</p>	<p>單元五</p> <p>挑戰極限</p> <p>第2章</p> <p>三項全能</p> <p>活動內容:</p> <p>1.進行路跑，說明三項全能當中的跑步屬於長距離耐力跑步，了解配速的重要性，忽快忽慢無法有好的表現。</p> <p>2.介紹「運動自覺量表」，運動自覺量表在長距離耐力跑步中的應用，可以針對「應該處於哪個區間」去做說明。</p> <p>3.進行體育課點點名「我也可以三項全能」學習單，依照課</p>	<p>2</p>	<p>教科書</p> <p>習作</p> <p>投影片</p> <p>教學影片</p> <p>自行車</p> <p>自行車安全帽</p> <p>碼表</p> <p>小角錐</p>	<p>體驗式學習，透過實際動作探索三項全能與身體感知。</p>	<p>上課參與觀察記錄</p> <p>態度檢核</p>	<p>【戶外教育】</p> <p>戶 J3 理解知識與生活環境的關係，獲得心靈的喜悅，培養積極面對挑戰的能力與態度。</p>

			本的訓練計畫進行練習。						
第七週 10/13-10/17	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。 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。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Ia-IV-1 徒手體操動作組合。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。	單元 5 挑戰極限 第 3 章 競技體操 地板 活動內容: 1.講解場地須知，有助於增加場地的使用年限，並維護學生的安全，降低受傷的機率。 2.基本跳躍、水平平衡及滾翻動作練習，請學生們散開避免碰撞，由老師在前面統一帶著學生們一起操作動作，同時給予學生回饋。	2	教科書 習作 投影片 教學影片	1.體驗式學習，透過實際動作探索競技體操與身體感知。 2.示範與模仿學習，透過觀看影片或老師示範，幫助學生內化正確動作。	上課參與 態度檢核 技能測驗		第一次段考
第八週 10/20-10/24	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2d-IV-1 了解運	Ia-IV-1 徒手體操動作組合。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。	單元 5 挑戰極限 第 3 章 競技體操 地板 活動內容: 1.進階動作練習，如前滾翻、後滾翻、側手翻。老師須在旁保護（輔助）。在常見錯誤部分應提醒學生注意手部支撐方	2	教科書 習作 投影片 教學影片	1.體驗式學習，透過實際動作探索競技體操與身體感知。 2.示範與模仿學習，透過觀看影片或老師示範，幫助學生內化正確動作。	上課參與 態度檢核 技能測驗		

	動在美學上的特質與表現方式。 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。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。		式（手掌務必緊貼地面）、起始手撐位置及落地腳踩位置等，這些常見錯誤可以幫助降低運動傷害發生的機率。 2.介紹地板項目的組成、規則、動作型態。最後可帶入實際比賽現場常發生的問題，包括比賽場地人員管控，以及比賽中禁止使用閃光燈攝影避免導致選手發生危險。						
第九週 10/27-10/31	1d-IV-2 反思自己的運動技能。 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。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Gb-IV-2 游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。	單元六 水上游龍 第1章 捷泳 永無止息 活動內容: 1.講解呼吸運動的機制與其重點。認識呼吸運動時會有哪些肌肉參與此間的過程，並了解呼吸肌群的位置何在。 2.捷泳划手與轉頭換氣的配合，講解示範捷泳換氣的配合動作，並要求學生熟練陸上動作，才能在水中應用。 3.分析一般常見的捷泳動作問題，讓學生學會從頭部換氣的正確與否來評估捷泳動作的問題。	2	教科書 習作 投影片 教學影片 浮板	體驗式學習，透過實際運動學習正確動作，並能規劃體能訓練計畫。	上課參與 態度檢核 技能測驗		
第十週 11/3-11/7	1d-IV-2 反思自己的運動技能。 3c-IV-1 表現局	Gb-IV-2 游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。	單元六 水上游龍 第1章	2	教科書 習作 投影片	體驗式學習，透過實際運動學習正確動作，並能規劃體	上課參與 態度檢核 技能測驗		

	部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。		捷泳 泳無止息 活動內容: 1.練習三次划手換氣、換氣節奏練習。說明游泳換氣時應該像慢跑要調整呼吸一樣，講求節奏與均速，避免因缺氧而疲勞。 2.帶領學生完成「捷泳換氣學習筆記」，請學生於課前拍下自己捷泳時於水面上換氣的照片或影片，進一步反思自己的動作，並將學生分組進行總測驗，記錄下測驗當趟的感受與心得，報告與分享。		教學影片 浮板	能訓練計畫。			
第十一週 11/10-11/14	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cc-IV-1 水域休閒運動綜合應用。	單元六 水上游龍 第 2 章 浮潛 深入潛出 活動內容: 1.介紹臺灣浮潛運動的方式、浮潛活動與觀光現況、臺灣適合浮潛的地方與環境。 2.用圖片和實際裝備教具介紹浮潛裝備，讓學生有基本的概念與認知。 3.說明正確穿戴與調整面鏡、呼吸管，並練習浮潛技巧。	2	教科書 習作 投影片 教學影片 浮潛面鏡 呼吸管 浮板	體驗式學習，透過實際運動學習正確動作，並能規劃體能訓練計畫。	上課參與 態度檢核 技能測驗		

<p>第十二週 11/17-11/21</p>	<p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p>	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cc-IV-1 水域休閒運動綜合應用。</p>	<p>單元六 水上游龍 第 2 章 浮潛 深入潛出</p> <p>活動內容: 1.強調下潛勿以破壞自然環境為樂，也要注意自身的安全。 2.下潛結束欲上升至水面時，須注意動作和上升速度勿急躁。 3.說明入水前要確定裝備穿戴齊全，入水時隨時注意地形、海流，同時要和教練或潛伴相互照應，確保入水到上岸期間的安全。 4.教導並示範解決面鏡進水的處理方法，並觀察學生的基本呼吸控制能力與技巧。</p>	<p>2</p>	<p>教科書 習作 投影片 教學影片 浮潛面鏡 呼吸管 浮板</p>	<p>體驗式學習，透過實際運動學習正確動作，並能規劃體能訓練計畫。</p>	<p>上課參與 態度檢核 技能測驗</p>		
<p>第十三週 11/24-11/28</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>單元七 球類入門 第 1 章 籃球 跑動與配合</p> <p>活動內容: 1.說明現今籃球比賽節奏有愈來愈快的趨勢，球員要具備外線射籃及快速移動能力，在短時間判斷並穩定動作，且做出前後動作的銜接。 2.說明初學者應以上籃作為最</p>	<p>2</p>	<p>教科書 習作 投影片 教學影片 籃球 三角錐 呼拉圈</p>	<p>1.體驗式學習，透過實際運動學習正確動作與知識，並能規劃體能訓練計畫。</p>	<p>上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽</p>		

			穩定簡單的得分方式，腳步與手的配合成了上籃、跳起能否順暢的最大關鍵。引導學生左右手都練習，實際上場時更靈巧的運用上籃技術。						
第十四週 12/1-12/5	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	單元七 球類入門 第1章 籃球 跑動與配合 活動內容: 1.講解掩護的基礎概念與動作要領，引導學生進入循環練習。 2.說明掩護後的轉換，最常見叫擋拆，這是最基本且最有效的走位，掩護的人在運球者通過後，利用防守的錯位趁機轉身要球進攻。 3.進行2對1擋拆、2對2對球掩護+擋拆綜合練習，反覆操作，熟悉跑動路線及場上狀況。	2	教科書 習作 投影片 教學影片 籃球 三角錐 呼拉圈	1.體驗式學習，透過實際運動學習正確動作與知識，並能規劃體能訓練計畫。 2.合作學習，透過團隊競賽、分組戰術討論，強化溝通能力、責任感與榮譽感。	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽		第二次段考
第十五週 12/8-12/12	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	單元七 球類入門 第2章 桌球 誰與爭鋒 活動內容: 1.說明常用的球拍共分為直拍和橫拍兩種。讓學生分別使用	2	教科書 習作 投影片 教學影片	體驗式學習，透過實際運動學習正確動作與知識，並能規劃體能訓練計畫。	上課參與 態度檢核 技能測驗		

	<p>體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p>		<p>兩種握拍法進行向上擊球球感練習。</p> <p>2.介紹桌球發球規則及得分的概念。</p> <p>3.示範發球時的拋球動作及實作拋球練習，這樣的練習可以幫助學生更快的掌握發球的擊球時機和空間感。</p> <p>4.依照發球四步驟：預備、引拍、擊球、還原來講解，可先做完整正確的動作後，再提醒常犯錯誤有哪些。</p>					
<p>第十六週 12/15-12/19</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>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。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>單元七 球類入門 第2章 桌球 誰與爭鋒</p> <p>活動內容:</p> <p>1.講解反拍推擋分解動作。反拍推擋時容易出現由高處往低處擊球的情形。</p> <p>2.說明調整拍面角度需要利用手腕來控制內收、外展、前傾、後仰等角度。</p> <p>3.引導學生依序操作各個動作變化，感受球路的掌握。</p> <p>4.進行愛上體育課「反拍接龍對抗賽」活動，關鍵在於隊友輪轉的瞬間是否還能夠繼續穩定的擊球，控球方可以調整控球的速度，在隊友輪轉時將球速放慢、弧線打高，使隊友有</p>	2	<p>教科書 習作 投影片 教學影片 籃子 粉筆 空白紙張</p>	<p>體驗式學習，透過實際運動學習正確動作與知識，並能規劃體能訓練計畫。</p>	<p>上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽</p>	

	解決運動情境的問題。		充裕的時間進行輪轉。						
第十七週 12/22-12/26	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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。	單元七 球類入門 第3章 羽球 致命一擊 活動內容: 1.讓學生複習七年級習得高遠球之舊經驗，開始前協助學生分組並講解規則。 2.進行定點徒手殺球練習，並提醒學生丟球軌跡不可為拋物線。 3.說明殺球技術是搶奪分數的最佳利器，在比賽中若採取殺球攻擊，通常是為了要破壞對方節奏，取得整場控制權而進行。	2	教科書 習作 投影片 教學影片 羽球 羽球拍	1.體驗式學習，透過實際運動學習正確動作與知識，並能規劃體能訓練計畫。	上課參與 態度檢核 技能測驗		
第十八週 12/29-1/2	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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。	單元七 球類入門 第3章 羽球 致命一擊 活動內容: 1.進行米字步伐徒手拋接練習，米字步是以球場中心出發，分前、中、後移動，訓練步伐的敏捷，沿著米字的「四撇」以及「中間左右兩側」移動，共6個位置。	2	教科書 習作 投影片 教學影片 羽球 水桶 羽球拍 三角錐 大呼拉圈	1.體驗式學習，透過實際運動學習正確動作與知識，並能規劃體能訓練計畫。 2.合作學習，透過團隊競賽、分組戰術討論，強化溝通能力、責任感與榮譽感。	上課參與 態度檢核 技能測驗		

			<p>2.練習左右、前後殺球及殺球上網練習。利用羽球場上的敏捷練習培養學生場上移動之能力。</p> <p>3.進行體育客點點名「致命一擊」學習單，針對殺球所需的能力，進行課後引導思考及訓練。</p>						
<p>第十九週 1/5-1/9</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>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。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問題。</p>	<p>Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>單元七 球類入門 第4章 壘球身手矯健</p> <p>活動內容: 1.說明慢速壘球場地特色。藉著壘球場地內外野的說明，一併說明攻防的概念，並帶入說明傳接球於守備起到的作用，講解傳接球之重要性。 2.傳接球練習並說明拋接的練習球速較緩，但實際比賽時，應該採取快速的傳球方式，直線的傳球更能爭取時間。 3.練習肩上傳球、接高飛球與滾地球，提醒學生判斷來球方向後，你需要預先用最快的速度移動至預測落點等待。</p>	2	<p>教科書 習作 投影片 教學影片 三角錐 棒球或壘球手套</p>	<p>1.體驗式學習，透過實際運動學習正確動作與知識，並能規劃體能訓練計畫。</p>	<p>上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽</p>		
<p>第二十週 1/12-1/16</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>2c-IV-2 表現利</p>	<p>Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>單元七 球類入門 第4章 壘球身手矯健</p>	2	<p>教科書 習作 投影片 教學影片</p>	<p>1.體驗式學習，透過實際運動學習正確動作與知識，並能規劃體能訓練計畫</p>	<p>上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽</p>		

	<p>他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>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。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p>		<p>活動內容:</p> <p>1.進行傳接練習，示範該怎麼因應傳遞距離來改變傳球的方式。同樣都是傳球動作，但透過微調出手的角度，就可以展現出不同的飛行軌跡來因應賽場各種變化。</p> <p>2.引導學生觀察球速過快時該怎麼因應，若傳球總是容易偏移，需留意是否站穩才進行傳接球。</p>		<p>三角錐 棒球或壘球手套</p>	<p>畫。</p> <p>2.合作學習，透過團隊競賽、分組戰術討論，強化溝通能力、責任感與榮譽感。</p>		
<p>第二十一週 1/19-1/23</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>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</p>	<p>Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>單元七 球類入門 第4章 壘球 身手矯健</p> <p>活動內容:</p> <p>1.進行愛上體育課「壘間相傳」活動，講解遊戲規則並要求學生遵守遊戲規則及運動家精神，讓各隊討論戰術，並實際運用在比賽中，賽中亦可安排檢討，反饋成效。</p> <p>2.帶領學生進行體育課點點名「慢速壘球知多少」學習單，</p>	2	<p>教科書 習作 投影片 教學影片 三角錐 棒球或壘球手套</p>	<p>1.體驗式學習，透過實際運動學習正確動作與知識，並能規劃體能訓練計畫。</p> <p>2.合作學習，透過團隊競賽、分組戰術討論，強化溝通能力、責任感與榮譽感。</p>	<p>上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽</p>	<p>第三次段考</p>

	能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問題。		請學生找夥伴一起完成傳接挑戰計劃,挑戰最遠可以到達幾公尺。也藉此機會互相提點,修正動作。						
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

七、本課程是否有校外人士協助教學：

否,全學年都沒有(以下免填)。

有,部分班級,實施的班級為:_____。

有,全學年實施。

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		<input type="checkbox"/> 簡報 <input type="checkbox"/> 印刷品 <input type="checkbox"/> 影音光碟 <input type="checkbox"/> 其他於課程或活動中使用之教學資料,請說明: _____			