

新北市立尖山國民中學 114 學年度 七 年級第 2 學期 體育班體育專業 課程計畫 設計者：鄭昌明

一、課程類別：體育專業校定課程

1. 統整性主題/專題/議題探究課程： 體育專訓課程 2. 社團活動與技藝課程：
 3. 特殊需求領域課程： _____ 3. 其他類課程： _____

二、課程精進：**(本學期新創課程免填)**

各學年(自 112 學年度起)同一學期課程審閱意見	本學期課程精進內容

三、學習節數：每週(3)節，實施(21)週，共(63)節。

註：每週 6 至 8 節，包含部定課程之體育專業 5 節及校定彈性學習課程之特殊需求領域課程 1 至 3 節。

	時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨間活動	07:30~08:20					
第一節	08:30~09:15					
第二節	09:25~10:10					
第三節	10:20~11:05					
第四節	11:15~12:00					
午休活動	12:00~13:00					
第五節	13:10~13:55					
第六節	14:05~14:50		體育專業	體育專業	體育專業	體育專業
第七節	15:05~15:50		體育專業	體育專業	體育專業	體育專業

註：1. 部定及校定課程所開設之體育專業課程，於第八節課以後實施為原則。2. 請以學校實際開課名稱填寫。

四、課程內涵：

總綱核心素養	學習目標
<p>依總綱核心素養項目及具體內涵勾選(至多以3個指標為原則)。</p> <ul style="list-style-type: none"> <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 type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變 <input checked="" type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養 <input 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 checked="" type="checkbox"/> C3多元文化與國際理解 	<p>健體-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。</p> <p>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。</p> <p>健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>健體-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。</p> <p>健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。</p>

五、課程架構：

無

六、本課程融入議題情形(若有融入議題，教學規劃的學習重點一定要摘錄實質內涵)

1. 是否融入安全教育(交通安全)：是(第__1__週) 否
2. 是否融入戶外教育：是(第__週) 否
3. 是否融入生命教育議題：是(第__週) 否
4. 其他議題融入情形(有的請打勾)：性別平等、人權、環境、海洋、品德、法治、科技、資訊、能源、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、國際教育、原住民族教育

一、七、素養導向教學規劃：棒球

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 1/21-1/23	Ab -IV-1體適能促進策略與活動方法。 Cb -IV-2 各項運動設施的安全使用規定	1c -IV-2 評估運動風險，維護安全的情境。 4c -IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d -IV-3 執行提升體適能的 身體活動。 1c -IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	介紹棒球運動 認識棒球運動	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片	投球動作10% 打擊動作10% 守備動作10% 跑壘10% 棒球實戰20% 模擬比賽40% (如該種評量方式未實施，則所佔比例平均分給各項)		
第二週 2/16-2/20								*本週為春節 放假
第三週 2/23-2/27	Ab -IV-1體適能促進策略與活動方法。 Cb -IV-2 各項運動設施的安全使用規定	1c -IV-2 評估運動風險，維護安全的情境。 4c -IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d -IV-3 執行提升體適能的 身體活	棒球規則 了解棒球運動規則	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片	Ab -IV-1體適能促進策略與活動方法。 Cb -IV-2 各項運動設施的安全使用規定		

		動。 1c -IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。						
第四週 3/2-3/6	Ga -IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。 Bc -IV-1 簡易運動傷害的處理與風險 Cb -IV-2 各項運動設施的安全使用規定。	1c -IV-2 評估運動風險，維護安全的情境。 4c -IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d -IV-3 執行提升體適能的 身體活動。 1d -IV-3 應用運動比賽的各項策略。	棒球投球 棒球投球姿勢動作講解	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片	Ga -IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。 Bc -IV-1 簡易運動傷害的處理與風險 Cb -IV-2 各項運動設施的安全使用規定。		
第五週 3/9-3/13	Ga -IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。 Bc -IV-1 簡易運動傷害的處理與風險 Cb -IV-2 各項運動設施的安全使用規定。	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。 1d -IV-3 應用運動比賽的各項策略。	棒球投球 棒球投球姿勢動作要領及步伐	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片	Ga -IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。 Bc -IV-1 簡易運動傷害的處理與風險 Cb -IV-2 各項運動設施的安全使用規定。		
第六週 3/16-3/20	Bd -IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧 Bc -IV-1 簡易運動傷害的處理與風險 Cb -IV-2 各項運動設施的安全使用規定。	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。	棒球打擊 棒球打擊姿勢動作講解	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片			

	定。							
第七週 3/23-3/27	Bd -IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧 Bc -IV-1 簡易運動傷害的處理與風險 Cb -IV-2 各項運動設施的安全使用規定。	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。 2c -IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	棒球打擊 棒球打擊姿勢動作要領及步伐	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片	Bd -IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧 Bc -IV-1 簡易運動傷害的處理與風險 Cb -IV-2 各項運動設施的安全使用規定。		
第八週 3/30-4/3	Bc -IV-1 簡易運動傷害的處理與風險 Cb -IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Hd -IV-1 守備/跑分性 球類運動作組合及團隊戰術。	1d -IV-1 了解各項運動技能原理。 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-1 運用運動技術的學習策略。	棒球守備.傳球 棒球守備.傳球動作講解	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片			
第九週 4/6-4/10	Bc -IV-1 簡易運動傷害的處理與風險 Cb -IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Hd -IV-1 守備/跑分性 球類運動作組合及團隊戰術。	1d -IV-1 了解各項運動技能原理。 3d -IV-1 運用運動技術的學習策略。 2c -IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	棒球守備.傳球 棒游守備.傳球動作及步伐移動	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片			

<p>第十週 4/13-4/17</p>	<p>Ga -IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。 Cb -IV-3 奧林匹克運動會的精神</p>	<p>4d -IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 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>棒球跑壘 棒球跑壘要領及講解</p>	<p>3</p>	<p>柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片</p>	<p>1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力 5. 實作及表現</p>		
<p>第十一週 4/20-4/24</p>	<p>Bd -IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧</p>	<p>4d -IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 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>棒球觸擊 棒球處及解說及要領</p>	<p>3</p>	<p>柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片</p>			
<p>第十二週 4/27-5/1</p>	<p>Hd -IV-1 守備/跑分性球類運動作組合及團隊戰術。 Bd -IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧</p>	<p>4d -IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 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>棒球內、外野位置跑位與傳球 棒球內、外野位置跑位與傳球示範及解說</p>	<p>3</p>	<p>柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片</p>			
<p>第十三週 5/4-5/8</p>	<p>Hd -IV-1 守備/跑分性球類運動作組合及團隊戰術。 Bd -IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧</p>	<p>4d -IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。 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>棒球內、外野位置跑位與傳球 棒球內、外野位置跑位與傳球演練及觀念</p>	<p>3</p>	<p>柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片</p>			
<p>第十四週 5/11-5/15</p>	<p>Hd -IV-1 守備/跑分性球類運動作組合及團隊戰術。</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。 3c -IV-2 發展動作創作和展演的技</p>	<p>棒球內、外野位置戰術跑位與傳球 棒球內、外野位置戰術跑位與傳球解說及要領</p>	<p>3</p>	<p>柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片</p>			

	Bd -IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧	巧，展現個人運動潛能。					
第十五週 5/18-5/22	Hd -IV-1 守備/跑分性球類運動組合及團隊戰術。 Bd -IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧	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。	棒球內、外野位置戰術跑位與傳球 棒球內、外野位置戰術跑位與傳球演練及觀念	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片		
第十六週 5/25-5/29	Hd -IV-1 守備 /跑分性球類 運動組合及團隊戰術。 Ga - IV -1 跑、跳與推擲的基本技巧。	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。	棒球跑壘戰術 棒球跑壘戰術解說及要領	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片		
第十七週 6/1-6/5	Hd -IV-1 守備 /跑分性球類 運動組合及團隊戰術。 Ga - IV -1 跑、跳與推擲的基本技巧。	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。	棒球跑壘戰術 棒球跑壘戰術示範及演練	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片		
第十八週 6/8-6/12	Hc -IV-1 標的性球類運動組合及團隊戰術。	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。	棒球打擊戰術 棒球打擊戰術解說及要領	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場		

	Bd -IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧	3c -IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。			棒球比賽教學影片			
第十九週 6/15-6/19	Hc -IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bd -IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧	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。	棒球打擊戰術 棒球打擊戰術示範及演練	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片			
第二十週 6/22-6/26	Hc -IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bd -IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧	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。 2c -IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動	棒球投球. 打擊. 守備. 跑壘. 戰術總複習	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片			
第二十一週 6/29-6/30	Hc -IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bd -IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧	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。 2c -IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動	棒球分組模擬比賽。	3	柑園棒球場 校內紅土球場、風雨操場 棒球比賽教學影片			

		2c -IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。						
--	--	----------------------------	--	--	--	--	--	--

六、本課程是否有校外人士協助教學(本表格請勿刪除)

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：			

*上述欄位皆與校外人士協助教學與活動之申請表一致