

## 新竹市立竹光國民中學114學年度第1學期健體領域/體育科目課程計畫

<b>領域/ 科目</b>	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 本土文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 ( <input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民) <input type="checkbox"/> 自然科學 ( <input type="checkbox"/> 理化 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學) <input type="checkbox"/> 藝術 ( <input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 視覺藝術 <input type="checkbox"/> 表演藝術) <input type="checkbox"/> 綜合領域 ( <input type="checkbox"/> 家政 <input type="checkbox"/> 童軍 <input type="checkbox"/> 輔導) <input type="checkbox"/> 科技 ( <input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 生活科技) <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 ( <input type="checkbox"/> 健康教育 <input checked="" type="checkbox"/> 體育)		
<b>實施 年級</b>	<input type="checkbox"/> 一年級 <input type="checkbox"/> 二年級 <input type="checkbox"/> 三年級 <input type="checkbox"/> 四年級 <input type="checkbox"/> 五年級 <input type="checkbox"/> 六年級 <input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級 <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期		
<b>教材 版本</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教材書：南一版本 <input type="checkbox"/> 自編教材 (經課發會通過)	<b>節數</b>	每週2節，本學期共42節
<b>對應 領域 核心 素養</b>	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。 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-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。 健體-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。 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。		
<b>課程 目標</b>	1. 飛盤：認識飛盤運動的起源，守場上安全規則及遊戲規則。透過練習體會如何運用順暢的動力鍊來進行傳接盤。 2. 跳繩：明白跳繩對身體發展的重要性。能知道跳繩的技巧，做到單、雙人基本跳躍技巧與基本跳繩變化。 3. 田徑：學習班級自我策略發展，運用策略安排大隊接力及大跳繩團隊練習計劃。 4. 羽球：分組進行雙打羽球賽事，從中學習比賽策略以及團隊溝通。 5. 籃球：了解並執行不同時機所使用的防守動作、步伐，並認識防守角色的位置分布及任務，能根據比賽情況即時切換角色與站位。了解進攻多打少的走位及戰術並於比賽中實際運用。 6. 棒球：能透過練習了解如何運用更順暢的動力鍊來進行棒球傳接球，基本的守備動作及守備後傳球之動作。 7. 足球：認識足球場上最常運用到基本技巧、最快突破對方的方式、傳球技巧的運用、傳球品質的好壞，並學習判斷最適合接應傳球的位置。		

## 新竹市立竹光國民中學114學年度第一學期健體領域/體育科目課程計畫

學習 進度週次	單元/主題	學習重點		評量方法	議題融入	跨領域/ 科目協 同教學
		學習表現	學習內容			
第 1-4 週	單元 4	1c-IV-2	Cd-IV-1	上課參與	【品德教育】	

	逆風飛翔 第1章 飛盤 盤旋之際	1d-IV-1 2c-IV-2 2c-IV-3 3c-IV-1 4d-IV-2		平時觀察 動作檢核	品 J1	
第 4-9 週	單元 6 民俗運動 第 2 章 跳繩 繩力超人 田徑進階 大隊接力	1d-IV-1 2c-IV-2 3c-IV-1 4d-IV-2 1c-IV-1 1c-IV-2 2c-IV-1 2c-IV-2 2c-IV-3 3d-IV-2 3d-IV-3 4c-IV-3	Ic-IV-1 Ga-IV-1	上課參與 平時觀察 態度檢核 技能表現	戶 J5	
第 8-11 週	自編 羽球 你來往我	1d-IV-3 2c-IV-1 2c-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-1 3d-IV-2 3d-IV-3 4d-IV-3	Cb-IV-2 Ha- V-1	上課參與 平時觀察 分組競賽		
第 12-16 週	單元 7 球類進階 第 1 章 籃球 防守與 急攻	1c-IV-1 1d-IV-2 2c-IV-2 3d-IV-2 4d-IV-1	Hb-IV-1	上課參與 平時觀察 動作檢核		
第 16-18 週	單元 7 球類進階 第 2 章 棒球 固若金 湯	1c-IV-1 1c-IV-2 1d-IV-1 2d-IV-2 3c-IV-1 4d-IV-2	Hd-IV-1	上課參與 平時觀察 動作檢核		
第 19-21 週	單元 7 球類入門 第 3 章 足球 足智多 謀	1c-IV-1 1d-IV-3 2c-IV-3 3d-IV-2 3d-IV-3 4d-IV-3	Hb-IV-1	上課參與 平時觀察 動作檢核		
<b>教學資源</b>	教科書、習作、投影片、教學影片					
<b>備註</b>						

※本表格請自行增刪

## 新竹市立竹光國民中學114學年度第2學期健體領域/體育科目課程計畫

<b>領域/ 科目</b>	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 本土文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 ( <input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民 ) <input type="checkbox"/> 自然科學 ( <input type="checkbox"/> 理化 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學 ) <input type="checkbox"/> 藝術 ( <input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 視覺藝術 <input type="checkbox"/> 表演藝術 ) <input type="checkbox"/> 綜合領域 ( <input type="checkbox"/> 家政 <input type="checkbox"/> 童軍 <input type="checkbox"/> 輔導 ) <input type="checkbox"/> 科技 ( <input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 生活科技 ) <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 ( <input type="checkbox"/> 健康教育 <input checked="" type="checkbox"/> 體育 )		
<b>實施 年級</b>	<input type="checkbox"/> 一年級 <input type="checkbox"/> 二年級 <input type="checkbox"/> 三年級 <input type="checkbox"/> 四年級 <input type="checkbox"/> 五年級 <input type="checkbox"/> 六年級 <input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級 <input type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期		
<b>教材 版本</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教材書：南一版本 <input type="checkbox"/> 自編教材 (經課發會通過)	<b>節數</b>	每週2節，本學期共34節
<b>對應 領域 核心 素養</b>	<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-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。</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>		
<b>課程 目標</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 棒球：習得棒球打擊以及跑壘之基本技巧。能確實執行直線跑壘與弧線跑壘，了解「打帶跑」戰術的運用時機，並在比賽中確實執行。</li> <li>2. 飛盤：認識飛盤的各項比賽，透過練習領悟如何運用更順暢的動力鏈穩定傳盤。實際操作單人或團體等不同的飛盤賽制。</li> <li>3. 足球：了解足球場上最常運用到的兩人配合戰術、執行重點與突破，與隊友創造出戰術的暗號。</li> <li>4. 排球：能夠運用先前所學排球基本技術，發展出團隊策略，培養團隊合作、溝通技巧，並由學生擔任排球裁判，多方面對排球運動更加瞭解。</li> </ol>		

新竹市立竹光國民中學114學年度第二學期健體領域/體育科目課程計畫

學習 進度週次	單元/主題	學習重點		評量方法	議題融入	跨領域/ 科目協同 教學
		學習表現	學習內容			
第 1-4 週	單元 7 球類進階 第 2 章 棒球 同心合力	1c-IV-1 1d-IV-1 2d-IV-2 3c-IV-1 3d-IV-2 4c-IV-2	Hd-IV-1	上課參與 平時觀察		
第 5-9 週	單元 6 翻轉人生 第 1 章 飛盤 劃破天際	1c-IV-1 1c-IV-2 2c-IV-2 2c-IV-3 3d-IV-2 3d-IV-3 4c-IV-3	Cd-IV-1	上課參與 平時觀察 技能測驗		
第 10-13 週	單元 7 球類進階 第 1 章 足球 胸有成足	1c-IV-1 1d-IV-3 2c-IV-3 3d-IV-2 3c-IV-3 4d-IV-3	Hb-IV-1	上課參與 平時觀察		
第 14-17 週	自編 球類進階 排球	1c-IV-1 1c-IV-2 1c-IV-3 1d-IV-1 2c-IV-1 2d-IV-1 3c-IV-1 3d-IV-2 4c-IV-2	Ha-IV-1	上課參與 平時觀察		
<b>教學資源</b>	教科書、習作、投影片、教學影片					
<b>備註</b>						

※本表格請自行增刪