

國立高餐大附中 107 學年度八年級第一學期 體育科課程計畫表

學習總目標：

1. 熟練籃板球的要領與方式，並學習新式籃球場地的規格，與了解各守備位置在比賽中的重要性。
2. 學會排球發球之正確方式，並結合之前的基本動作技能，展開班級中的排球比賽。
3. 了解桌球發球之動作要領。
4. 了解羽球運動之形式及發球、擊球的動作要領。
5. 了解休閒運動的重要性，鼓勵學生培養良好的休閒運動。

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
1	08/30~ 09/01	08/30 正式上課	攻守俱佳(籃球)	1. 「暖身上籃」活動，距離可依學生的程度進行調整，並請同學觀察同組同學的動作是否正確。 2. 說明籃板球，學會搶籃板球的動作。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 6-3-2	【生涯發展教育】	1.觀察 2.實作及表現
2	09/03~ 09/07		攻守俱佳(籃球)	1. 「暖身上籃」活動，距離可依學生的程度進行調整，並請同學觀察同組同學的動作是否正確。 2. 說明籃板球，學會搶籃板球的動作。 3.能重視團隊並培養互助合作的精神。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 6-3-2	【生涯發展教育】	1.觀察 2.實作及表現
3	09/10~ 09/14		攻守俱佳(籃球)	1.熟練搶籃板球的動作。 2.學會「搶進攻籃板」和「搶防守籃板」的動作。 3.建立良好的人際關係。 4.能重視團隊並培養互助合作的精神。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 6-3-2	【生涯發展教育】	1.觀察 2.實作及表現
4	09/17~ 09/21		攻守俱佳(籃球)	1.熟練搶籃板球的動作。 2.學會「搶進攻籃板」和「搶防守籃板」的動作。 3.建立良好的人際關係。 4.能重視團隊並培養互助合作的精神。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 6-3-2	【生涯發展教育】	1.觀察 2.實作及表現
5	09/24~ 09/28		攻守俱佳(籃球)	1.了解「卡位」的意義與做法，說明：關鍵就在於取得內側(靠近籃板)的位置，把對手擋在外側，這就是所謂的「卡位」。 2. 活動「得分籃板王」	3-3-2 3-3-3 3-3-4 6-3-2	【生涯發展教育】	1.觀察 2.實作及表現
6	10/01~ 10/05		攻守俱佳(籃球)	1.籃球場地細部說明 2.認識籃球場上各區域的功能。 3.知道球場上各種界線所代表的意義。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 6-3-2	【性別平等教育】 【生涯發展教育】	1.觀察 2.實作及表現

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
7	10/08~10/12		攻守俱佳(籃球)	1.籃球場地細部說明 2.認識籃球場上各區域的功能。 3.知道球場上各種界線所代表的意義。 4.理解各種犯規、違例的裁判動作	3-3-2 3-3-3 3-3-4 6-3-2	【生涯發展教育】	1.觀察 2.實作及表現
8	10/15~10/19	第一次段考					
9	10/22~10/26	10/22-24 校外教學					
10	10/29~11/02		砰然一擊 (排球)	1.了解排球比賽中球場上每個位置的重要性。 2.體會單手拋球與擊球。 3.「加強球感練習」活動。	3-3-1 3-3-4 3-3-5	【性別平等教育】 【人權教育】	1.觀察 2.實作及表現
11	11/05~11/09		砰然一擊 (排球)	1.了解排球比賽中球場上每個位置的重要性。 2.體會單手拋球與擊球。 3.「加強球感練習」活動。	3-3-1 3-3-4 3-3-5	【性別平等教育】 【人權教育】	1.觀察 2.實作及表現
12	11/12~11/16		砰然一擊 (排球)	1.了解排球比賽中球場上每個位置的重要性。 2. 熟練拋球與擊球。 3. 熟練發球的動作要領。	3-3-1 3-3-4 3-3-5	【性別平等教育】 【人權教育】	1.觀察 2.實作及表現
13	11/19~11/23		砰然一擊 (排球)	1.了解排球比賽中球場上每個位置的重要性。 2. 熟練拋球與擊球。 3. 熟練發球的動作要領。	3-3-1 3-3-4 3-3-5	【性別平等教育】 【人權教育】	1.觀察 2.實作及表現
14	11/26~11/30	第二次段考					
15	12/03~12/07		神奇魔力(桌球)	1.學會正手平擊及正手發下旋球技術之要領。 2.蒐集臺灣殘障桌球好手的故事，並學習他們殘而不廢的奮鬥精神。 3.培養終生運動的習慣。 4.主動積極參與休閒活動。 5.培養團隊合作及互助的精神。 6.了解社區或學校桌球活動，並試著去參與。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 4-3-2 4-3-5	【性別平等教育】 【人權教育】	1.觀察 2.實作及表現

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
16	12/10~ 12/14		神奇魔力(桌球)	1.學會正手平擊及正手發下旋球技術之要領。 2.了解並學會反手發不旋長球的動作要領。 3.培養團隊合作及互助的精神。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 4-3-2 4-3-5	【性別平等教育】 【人權教育】	1.觀察 2.實作及表現
17	12/17~ 12/21		神奇魔力(桌球)	1.學會正手平擊及正手發下旋球技術之要領。 2.熟練反手發下旋球的動作要領。 3.培養終生運動的習慣。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 4-3-2 4-3-5	【性別平等教育】 【人權教育】	1.觀察 2.實作及表現
18	12/24~ 12/28		神奇魔力(桌球)	1.學會正手平擊及正手發下旋球技術之要領。 2.「排名賽」活動。 3.培養終生運動的習慣。 4.主動積極參與休閒活動。 5.培養團隊合作及互助的精神。	3-3-2 3-3-3 3-3-4 4-3-2 4-3-5	【性別平等教育】 【人權教育】	1.觀察 2.實作及表現
19	12/31~ 01/04		老少咸宜(羽球)	1.了解羽球高遠球、挑球的動作要領。 2.了解羽球比賽與遊戲的方法與規則。 3.學習高遠球、挑球的動作，且能運用於比賽中。	1-3-1 3-3-1 3-3-2 3-3-3 3-3-4 4-3-5	【性別平等教育】 【人權教育】	1.觀察 2.實作及表現
20	01/07~ 01/11		老少咸宜(羽球)	1.學會羽球擊球法中的髮夾式網前球、挑球與切球。 2.增進身體移動與球路變化的適應能力。 3.促進合作學習的默契。 4.透過簡易比賽，體驗比賽的規則與進行方式，培養公平競爭的精神。	1-3-1 3-3-1 3-3-2 3-3-3 3-4-1	【家政教育】 【人權教育】	1.觀察 2.實作及表現
21	01/14~ 01/18	第三次 段考 1/18 課程結束					

國立高餐大附中 107 學年度八年級第二學期 體育科課程計畫表

學習總目標：

1. 熟練籃球跨步上籃的基本動作，進而學習運球過人及進攻的動作要領。
2. 學習排球扣球之動作要領，進而學習空中扣球動作。
3. 複習足球傳接球動作，進而學習足球競賽規則。
4. 能做出正確的羽球殺球，進而學習正確的羽球步法，提升自我的羽球技術。
5. 對於校慶運動項目能積極參與並培養班級團結。

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
1	02/11~ 02/15	02/11 開學典禮	兵臨城下(籃球)	1.了解傳接球在比賽中的重要性。 2.了解並學會各種傳接球方式。 3.熟練跨步上籃的方法。 4.培養互助合作的精神。 5.養成遵守規範並尊重他人的行為。	3-3-2 3-3-3 3-3-4	【家政教育】	1.觀察 2.實作及表現
2	02/18~ 02/22		兵臨城下(籃球)	1.了解傳接球在比賽中的重要性。 2.了解並學會各種傳接球方式。 3.熟練跨步上籃的方法。 4.培養互助合作的精神。 5.養成遵守規範並尊重他人的行為。	3-3-2 3-3-3 3-3-4	【家政教育】	1.觀察 2.實作及表現 3.記錄
3	02/25~ 03/01		力拔山河~拔河	1.了解拔河比賽中的方式。 2.培養互助合作的精神。 3.養成遵守規範並尊重他人的行為。	1-3-1 3-3-2 3-3-3 3-3-4		
4	03/04~ 03/08		力拔山河~拔河	1.了解拔河比賽中的方式。 2.培養互助合作的精神。 3.養成遵守規範並尊重他人的行為。	1-3-1 3-3-2 3-3-3 3-3-4		
5	03/11~ 03/15		團隊合作~接力	1.了解大隊接力比賽中的方式。 2.培養互助合作的精神。 3.養成遵守規範並尊重他人的行為。	1-3-1 3-3-2 3-3-3 3-3-4		
6	03/18~ 03/22		團隊合作~接力	1.了解大隊接力比賽中的方式。 2.培養互助合作的精神。 3.養成遵守規範並尊重他人的行為。	1-3-1 3-3-2 3-3-3 3-3-4		
7	03/25~ 03/29	第一次 段考					

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
8	04/01~ 04/05		互助合作(排球)	1.了解排球扣球技術的手腕與腰部的運用。 2.暖身活動-交換移位傳球。 3.在練習中能與同學互相配合以達到練習的效果。 4.在比賽中，能觀察、欣賞並記錄同儕的表現。	3-3-1 3-3-4 3-3-5	【生涯發展教育】	1.觀察 2.實作及表現 3.課前準備
9	04/08~ 04/12		互助合作(排球)	1.了解排球扣球技術的手腕與腰部的運用。 2.學會排球扣球技術的種類與動作要領。 3.在練習中能與同學互相配合以達到練習的效果。 4.在比賽中，能觀察、欣賞並記錄同儕的表現。	3-3-1 3-3-4 3-3-5	【生涯發展教育】	1.觀察 2.實作及表現 3.課前準備
10	04/15~ 04/19		互助合作(排球)	1.了解排球扣球技術的手腕與腰部的運用。 2.學會排球扣球助跑與起跳動作要領。 3.在練習中能與同學互相配合以達到練習的效果。 4.在比賽中，能觀察、欣賞並記錄同儕的表現。	3-3-1 3-3-4 3-3-5	【生涯發展教育】	1.觀察 2.實作及表現 3.課前準備
11	04/22~ 04/26		互助合作(排球)	1.了解排球扣球技術的手腕與腰部的運用。 2.學會排球比賽裁判規則並運用於比賽中。 3.在練習中能與同學互相配合以達到練習的效果。 4.在比賽中，能觀察、欣賞並記錄同儕的表現。	3-3-1 3-3-4 3-3-5	【生涯發展教育】	1.觀察 2.實作及表現 3.課前準備
12	04/29~ 05/03		互助合作(排球)	1.了解排球扣球技術的手腕與腰部的運用。 2.學會排球比賽裁判規則並運用於比賽中。 3.在練習中能與同學互相配合以達到練習的效果。 4.在比賽中，能觀察、欣賞並記錄同儕的表現。	3-3-1 3-3-4 3-3-5	【生涯發展教育】	1.觀察 2.實作及表現 3.課前準備
13	05/06~ 05/10	第二次段考					
14	05/13~ 05/17		攻其不備(羽球)	1.學會殺球、反手發球的動作與擊球要領。 2.藉由組合動作的練習，體驗學習的效果。	3-3-1 3-3-2 3-3-4 6-3-1		1.課前準備 2.實作及表現 3.觀察 4.記錄

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
15	05/20~ 05/24		攻其不備(羽球)	1.學會殺球、反手發球的動作與擊球要領。 2.羽球動作步伐練習。 3.藉由組合動作的練習，體驗學習的效果。	3-3-1 3-3-2 3-3-4 6-3-1		1.課前準備 2.實作及表現 3.觀察 4.分組練習
16	05/27~ 06/01		攻其不備(羽球)	1.學會殺球、反手發球的動作與擊球要領。 2.羽球十字位移步伐練習。 3.藉由組合動作的練習，體驗學習的效果。	3-3-1 3-3-2 3-3-4 6-3-1		1.課前準備 2.實作及表現 3.觀察 4.分組練習
17	06/03~ 06/07		攻其不備(羽球)	1.學會殺球、反手發球的動作與擊球要領。 2.羽球米字位移步伐練習。 3.藉由組合動作的練習，體驗學習的效果。	3-3-1 3-3-2 3-3-4 6-3-1		1.課前準備 2.實作及表現 3.觀察 4.分組練習
18	06/10~ 06/14		舉足輕重(足球)	1.了解踢球、頭頂球的動作要領。 2.了解足球比賽與遊戲的方法與規則。 3.學習踢球、頭頂球的動作，且能運用於比賽中。	1-3-1 3-3-1 3-3-2 3-3-3 4-3-5 5-3-5 6-3-5	【性別平等教育】 【人權教育】	1.觀察 2.實作及表現
19	06/17~ 06/21		舉足輕重(足球)	1.了解踢球、盤球的動作要領。 2.了解足球比賽與遊戲的方法與規則。 3.學習踢球、盤球的動作，且能運用於比賽中。	1-3-1 3-3-1 3-3-2 3-3-3 3-3-4	【性別平等教育】 【人權教育】	1.觀察 2.實作及表現
20	06/24~ 06/28	第三次 段考 06/28 課程結束					