

參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

111 學年度嘉義縣東石國民中學 **七年級** 第一、二學期 **彈性學習課程** 足球 教學計畫表 設計者：陽佳慧 (表十三之一)

一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 主題 專題 議題探究)

2. 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)

3. 其他類課程

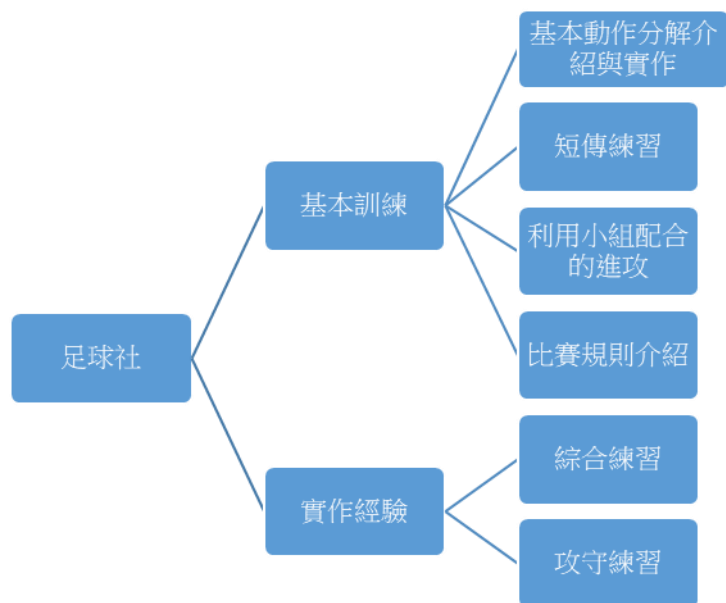
本土語文/新住民語文 服務學習 戶外教育 班際或校際交流 自治活動 班級輔導

學生自主學習 領域補救教學

二、本課程每週學習節數：1

三、課程設計理念:學習足球技巧、強健體魄、培養團隊精神

四、課程架構:



五、本學期課程內涵：

第一學期：

教學進度	單元/主題 名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
1-2 週	介紹本學 期課程	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	讓學生了解課堂規範	介紹上課方式，與應準備 的器材	口頭發問	無
3-4 週	基本動作 分解介紹 與實作	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球基本 動作要領	認識足球基本動作	實作評量	無
5-6 週	短傳練習	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球短傳 動作要領及培養小組 默契	認識足球短傳基本動作	實作評量	無
7-8 週	利用小組 配合的進 攻	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球小組 配合進攻的基本動作 要領	認識足球小組配合進攻 的基本動作	實作評量	無
9-10 週	綜合練習	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球基本 動作要領	結合足球基本動作	實作評量	無
11-12 週	比賽規則 介紹	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球比賽 規則注意事項	規則分解說明	口頭發問	無
13-14 週	基本動作 練習	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球基本 動作要領	熟練足球發球基本動作	實作評量	無
15-16 週	攻守練習	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球攻守 動作要領	認識足球攻守基本動作	實作評量	無
17-18 週	基本動作 練習	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球基本 動作要領	熟練足球發球基本動作	實作評量	無
19-20 週	綜合練習	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	藉由分組比賽讓學生 了解比賽規則制度	基本動作. 規則	口頭發問	無

※身心障礙類學生：無

■有-智能障礙(0)人、學習障礙(7)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：無

有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 小組教學時，安排 1-2 位友善同儕，協助特殊生完成相關學習單與活動。
2. 課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。
3. 操作器材時，可以請同儕指導，教師將過程進行工作分析，提供鷹架協助達成目標。

特教老師簽名：吳彥德

普教老師簽名：陽佳慧

第二學期：

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題)學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
1-2 週	介紹本學期課程	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	讓學生了解課堂規範	介紹上課方式，與應準備的器材	口頭發問	無
3-4 週	基本動作分解介紹與實作	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球基本動作要領	認識足球基本動作	實作評量	無
5-6 週	短傳練習	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球短傳動作要領及培養小組默契	認識足球短傳基本動作	實作評量	無
7-8 週	利用小組配合的進攻	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球小組配合進攻的基本動作要領	認識足球小組配合進攻的基本動作	實作評量	無
9-10 週	綜合練習	A2 系統思考	健康與體育	讓學生了解足球基本	結合足球基本動作	實作評量	無

		與解決問題		動作要領			
11-12 週	比賽規則介紹	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球比賽規則注意事項	規則分解說明	實作評量	無
13-14 週	基本動作練習	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球基本動作要領	熟練足球發球基本動作	實作評量	無
15-16 週	攻守練習	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球攻守動作要領	認識足球攻守基本動作	實作評量	無
17-18 週	基本動作練習	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	讓學生了解足球基本動作要領	熟練足球發球基本動作	實作評量	無
19-20 週	第三次學習評量						

※身心障礙類學生：無

■有-智能障礙(0)人、學習障礙(7)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：無

有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 小組教學時，安排 1-2 位友善同儕，協助特殊生完成相關學習單與活動。
2. 課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。
3. 操作器材時，可以請同儕指導，教師將過程進行工作分析，提供鷹架協助達成目標。

特教老師簽名：吳彥德

普教老師簽名：陽佳慧

註：請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

111 學年度嘉義縣東石國民中學七年級第一、二學期彈性學習課程 桌球 教學計畫表 設計者：陳淑美（表十三之一）

一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 主題 專題 議題探究)

2. 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)

3. 其他類課程

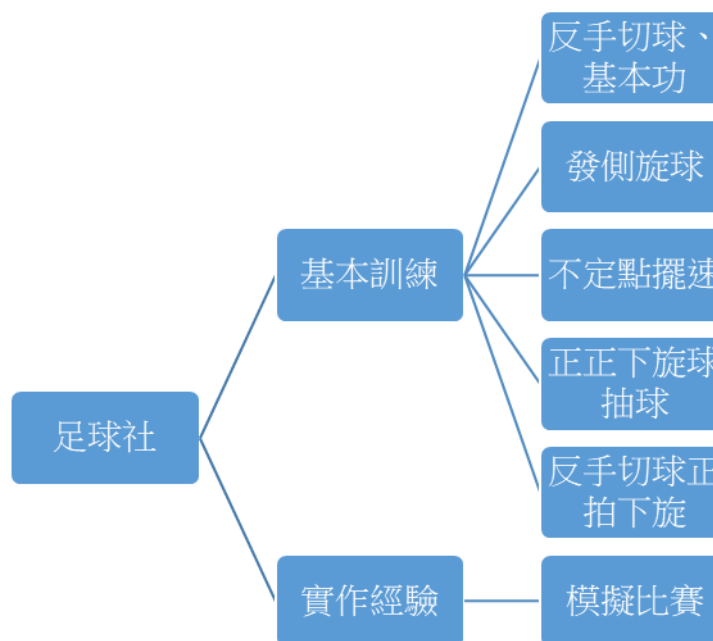
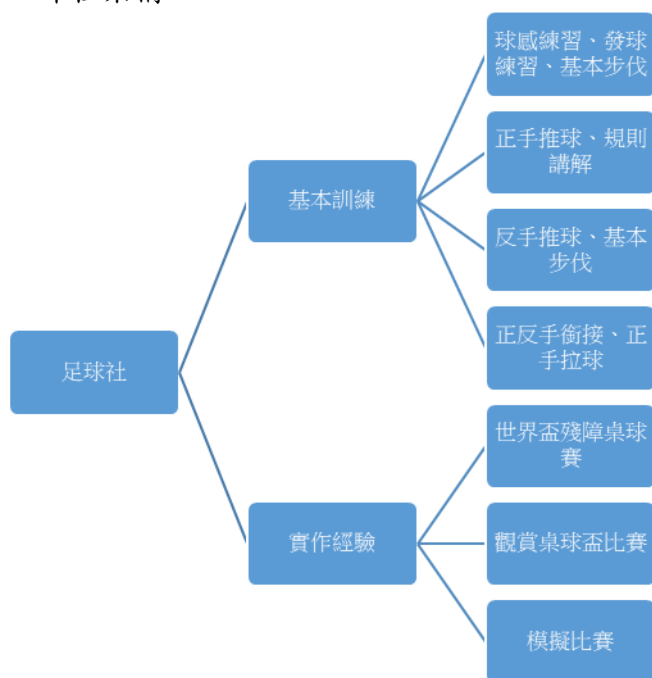
本土語文/新住民語文 服務學習 戶外教育 班際或校際交流 自治活動 班級輔導

學生自主學習 領域補救教學

二、本課程每週學習節數：1

三、課程設計理念:學習桌球技巧、強健體能、增進身體反射靈活度

四、課程架構:



五、本學期課程內涵：

第一學期：

教學進度	單元/主題 名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
1-2 週	介紹本學 期課程	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	讓學生了解課堂規範 1.球感的練習。 2.學會發平飛球。 1.能分辨單雙打之場 地。 2.能作出基本步伐。	介紹上課方式，與應準備 的器材	口頭發問	無
3-4 週	球感練 習、發球 練習、基 本步伐	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	1. 教練示範 2 動作要領說明 3. 揮空拍練習 (教練 指導糾正) 4. 發球練習 5. 發球落點要求:對角 線發球、直線發球、 一對兩點發球	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。 4d-IV-1 發展適合個人 之專項運動技能。 Ha-IV-1 網/牆性球類運 動動作組合及團隊戰術。	實作評量	無
5-6 週	正手推 球、規則 講解	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	1. 教練示範 2 動作要領說明 3. 揮空拍練習 (教練 指導糾正) 4. 發球練習 5. 發球落點要求:對角 線發球、直線發球、 一對兩點發球	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。 4d-IV-1 發展適合個人之 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。	實作評量	無
7-8 週	正手推球	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	1.學會發平飛球。 2.學會正手攻擊。	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	實作評量	無

					能原理。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。		
9-10 週	反手推球、基本步伐	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	1.球感的練習。 2.學會發平飛球。 3.學會正手攻擊。 4.能連續以正拍對打二十球。	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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	實作評量	無
11-12 週	桌球規則講解	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	1、能以熟悉單雙打之規則。 2、能判定球出界與否。 3、能了解單、雙打計分方式。	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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	口頭發問	無
13-14 週	正反手銜接、正手拉球	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	1、球感的練習。 2、學會推擋球。 3、學會正手攻擊。 4、學會單步結合併步步伐	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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	實作評量	無

15-16 週	世界盃殘障桌球賽	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	1.教師介紹殘障桌球好手賴俊榮及黃景宏的故事，並勉勵學生學習他們努力不懈的精神	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	實作評量	無
17-18 週	模擬比賽	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	1、學習欣賞別人的優點。 2、培養不屈不撓的精神。 3、能熟練上述各種基本動作。 4、能在比賽中表現出個人基本能力。 5、能擔任並順利完成裁判及與記分員之工作。	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	實作評量	無
19-20 週	觀賞桌球盃比賽	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	1、學習欣賞別人的優點。 2、培養不屈不撓的精神。 3、能熟練上述各種基本動作。 4、能在比賽中表現出個人基本能力。 5、能擔任並順利完成裁判及與記分員之工作。	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	口頭發問	無

※身心障礙類學生：無

■有-智能障礙(0)人、學習障礙(7)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：無

有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 小組教學時，安排 1-2 位友善同儕，協助特殊生完成相關學習單與活動。
2. 課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。
3. 操作器材時，可以請同儕指導，教師將過程進行工作分析，提供鷹架協助達成目標。

特教老師簽名：吳彥德

普教老師簽名：陳淑美

第二學期：

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題)學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
1-2 週	介紹本學期課程	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	讓學生了解課堂規範	介紹上課方式，與應準備的器材	口頭發問	無
3-4 週	反手切球、基本功	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	1、球感的練習。 2、能作出基本步伐與基本動作。 3、能以反拍將球切過球網。	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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	實作評量	無
5-6 週	反手切球	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	1. 教練示範 2 動作要領說明 3、學會反手切球	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	實作評量	無

				握拍與揮拍動作。 4、能連續以反拍切球對打十球。	技能原理。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。		
7-8 週	發側旋球	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	1. 球感的練習。 2. 學會反手切球。 3、學會正確正手右側旋轉發球動作。 4、能連續以正手右側旋轉發球過網。	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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	實作評量	無
9-10 週	發側旋球、不定點擺速	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	1、球感的練習。 2、學會反手切球。 3、學會正確正手右側旋轉發球握拍與揮拍動作。 4、能連續以正手右側旋轉發球過網二十球。	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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	實作評量	無
11-12 週	正下旋球抽球	A2 系統思考與解決問題	健康與體育	1、球感的練習。 2、能以正拍接下旋球將球抽過球網。 3、學會基本動作與步法移動。 4、能熟練上述各種基本動作。 5、學習如何自我挑戰。	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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	實作評量	無

				6、學習欣賞別人的優點。			
13-14 週	正下旋球 抽球	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	1、球感的練習。 2、學會基本步法移動。 3、學會並能熟練上述 各種基本動作步 伐。 4、學會正確握拍揮拍 動作。	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。 4d-IV-1 發展適合個人 之專項運動技能。 Ha-IV-1 網/牆性球類運 動動作組合及團隊戰 術。	實作評量	無
15-16 週	反手切球 正拍下旋	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	1、球感的練習。 2、學會能以正拍接下 旋球將球抽過球網 二十球。 3、學會基本步法移動。 4、學會能熟練上述各 種基本動作。 5、學會正確握拍揮拍 動作。	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。 4d-IV-1 發展適合個人 之專項運動技能。 Ha-IV-1 網/牆性球類運 動動作組合及團隊戰 術。	實作評量	無
17-18 週	模擬比賽	A2 系統思考 與解決問題	健康與體育	1、學習欣賞別人的優 點。 2、培養不屈不撓的精 神。 3、能熟練上述各種基 本動作。 4、能在比賽中表現出 個人基本能力。	1d-IV-3 應用運動比賽 的各項策略。 3d-IV-2 運用運動比賽 中的各種策略。 Ha-IV-1 網/牆性球類運 動動作組合及團隊戰術。	實作評量	無

				5、能擔任並順利完成裁判及與記分員之工作。			
19-20 週	第三次學習評量						

※身心障礙類學生：無

■有-智能障礙(0)人、學習障礙(7)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：無

有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 小組教學時，安排 1-2 位友善同儕，協助特殊生完成相關學習單與活動。
2. 課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。
3. 操作器材時，可以請同儕指導，教師將過程進行工作分析，提供鷹架協助達成目標。

特教老師簽名：吳彥德

普教老師簽名：陳淑美

註：請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

111 學年度嘉義縣東石國民中學七年級第一二學期彈性學習課程 社團活動~烹飪社 教學計畫表 設計者：江翠琴（表十三之一）

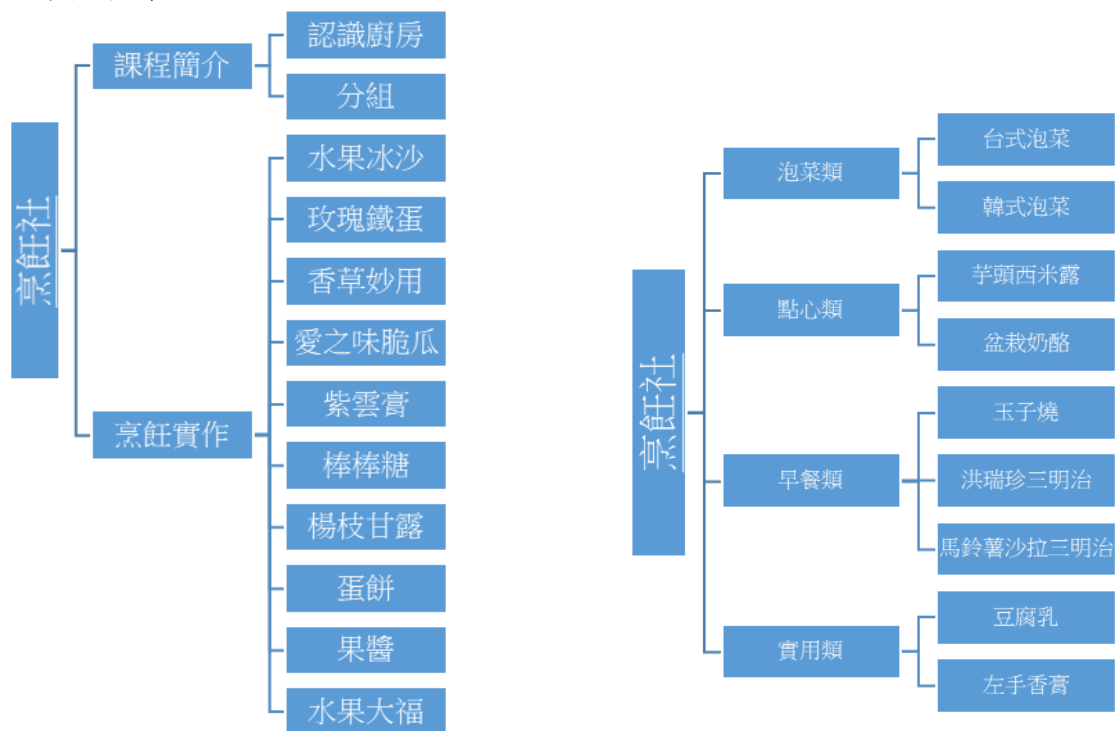
一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 (主題 專題 議題探究)
2. 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)
3. 其他類課程
 本土語文/新住民語文 服務學習 戶外教育 班際或校際交流 自治活動 班級輔導
 學生自主學習 領域補救教學

二、本課程每週學習節數:1

三、課程設計理念：瞭解烹飪的基本知識，熟練各種烹飪及操作方法，養成良好的衛生習慣及增進學習烹飪的興趣。

四、課程架構：



五、本學期課程內涵

第一學期：

教學進度	單元/主題 名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
第 1 週	認識廚房、分組、選小組長	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 安全使用廚房整理歸位 2. 學會整理	3. 知道廚房工具擺放位置 4. 能將工具歸位 5. 能安全使用瓦斯	老師檢查 評分	學習單
第 2-3 週	水果冰沙 DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 學會水果的挑選及水果冰沙的製作方法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。 3. 5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康美味料理	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的冰沙 各組評分	學習單
第 4-5 週	玫瑰鐵蛋 DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 學會蛋的挑選及玫瑰鐵蛋的製作方法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的玫瑰鐵蛋 各組評分	學習單

第 6-7 週	香草妙用	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係與 團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 學會泡出好喝的香草茶做法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。 3. 5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康美味料理	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的香草茶 各組評分	學習單
第 8-9 週	愛之味脆瓜 DIY	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係與 團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 學會做出美味的愛之味脆瓜做法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。 3. 5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康美味料理	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的愛之味脆瓜 各組評分	學習單
第 10-11 週	紫雲膏 DIY	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係與 團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 學會做出紫雲膏做法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享實用的紫雲膏 各組評分	學習單

				人。			
第 12-13 週	棒棒糖 DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 學會做出棒棒糖做法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的棒棒糖 各組評分	學習單
第 14-15 週	楊枝甘露 DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 學會做出楊枝甘露做法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。 3. 5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康美味料理	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的楊枝甘露 各組評分	學習單
第 16-17 週	蛋餅 DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 學會蛋餅做法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的蛋餅 各組評分	學習單
第 18-19 週	果醬 DIY	A1 身心素質	生活課程	1. 學會果醬做法	1. 能依食譜配製材料	上台報告	學習單

週		與自我精進 C2 人際關係與 團隊合作	家庭教育	2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人。 3. 5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康美味料理	2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	分享美味的果醬 各組評分	
第 20 週	水果大福 DIY	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係與 團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 學會水果大福做法 2. 可以拉近學生與食物、農業、自然及土地的關係，讓每一位學生都能成為健康幸福的樂活飲食生活達人 3. 5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康美味料理	1. 能依食譜配製材料 2. 能依製作流程完成作品 3. 能整理歸位用具	上台報告 分享美味的水果大福 各組評分	學習單

※身心障礙類學生：無

有-智能障礙(0)人、學習障礙(7)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：無

有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 小組教學時，安排 1-2 位友善同儕，協助特殊生完成相關學習單與活動。
2. 課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。

3. 操作器材時，可以請同儕指導，教師將過程進行工作分析，提供鷹架協助達成目標。

特教老師簽名：吳彥德

普教老師簽名：江翠琴

第二學期：

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
第 1-2 週	台式泡菜 DIY	A1 身心素質與 自我精進 C2 人際關係與 團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 學習做出台式泡菜 2. 學習採購蔬菜 3. 學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選 與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食 材變成健康 美味料理* 學會台式泡菜做法	實品評量	學習單
第 3-4 週	韓式泡菜 DIY	A1 身心素質與 自我精進 C2 人際關係與 團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 學習做出韓式泡菜 2. 學習採購蔬菜 3. 學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選 與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食 材變成健康 美味料理* 學會韓式泡菜做法	實品評量	學習單
第 5-6 週	芋頭西米 露 DIY	A1 身心素質與 自我精進 C2 人際關係與 團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 學習做出芋頭西米 露 2. 學習採購蔬菜 3. 學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選 與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食 材變成健康 美味料理* 學會芋頭西米露做法	實品評量	學習單
第 7 週	段考週						
第 8-9 週	盆栽奶酪 DIY	A1 身心素質 與自我精進 C2 人際關係與	生活課程 家庭教育	1. 學習鮮奶油、牛奶 的挑選 2. 學習糖的選擇	5-1-3 學習食材的挑選 與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食	實品評量	學習單

		團隊合作		3.學習盆栽奶酪DIY 4.學習閱讀製作食譜	材變成健康 美味料理* 學會鮮奶油、牛奶的挑選及盆栽奶酪的製作方法		
第 10-11 週	玉子燒DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育	1.學習做出玉子燒 2.學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康 美味料理* 學會玉子燒做法	實品評量	學習單
第 12-13 週	洪瑞珍三 明治DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育	1. 學習做出洪瑞珍三 明治DIY 2. 學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康 美味料理* 學會做出洪瑞珍三明治做法	實品評量	學習單
第 14 週	段考週						
第 15-16 週	豆腐乳DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育	1.學習豆腐乳對身體的好處 2. 學習做出不發霉的豆腐乳 3.學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康 美味料理* 學會豆腐乳製作方法	實品評量	學習單
第 17-18 週	左手香膏DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	生活課程 家庭教育	1.學習左手香對身體的好處 2.學習做出好用的左手香膏 3.學習閱讀製作食譜	5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食材變成健康 美味料理* 學會做出好用的左手香膏做法	實品評量	學習單
第 19-20 週	馬鈴薯沙拉三明治DIY	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與	生活課程 家庭教育	1.學習馬鈴薯對身體的好處 2.學習做出美味的馬	5-1-3 學習食材的挑選與成熟度的判斷 5-1-4 學習如何將自己種的食	實品評量	學習單

		團隊合作		鈴薯沙拉三明治 3. 學習閱讀製作食譜	材變成健康 美味料理* 學會做出馬鈴薯沙拉三 明治做法		
--	--	------	--	------------------------	-----------------------------------	--	--

※身心障礙類學生：無

有-智能障礙(0)人、學習障礙(7)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：無

有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 小組教學時，安排 1-2 位友善同儕，協助特殊生完成相關學習單與活動。
2. 課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。
3. 操作器材時，可以請同儕指導，教師將過程進行工作分析，提供鷹架協助達成目標。

特教老師簽名：吳彥德

普教老師簽名：江翠琴

註：請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。

111 學年度嘉義縣東石國民中學七年級第一二學期彈性學習課程 社團活動~籃球社 教學計畫表 設計者：詹鎧駿 (表十三之一)

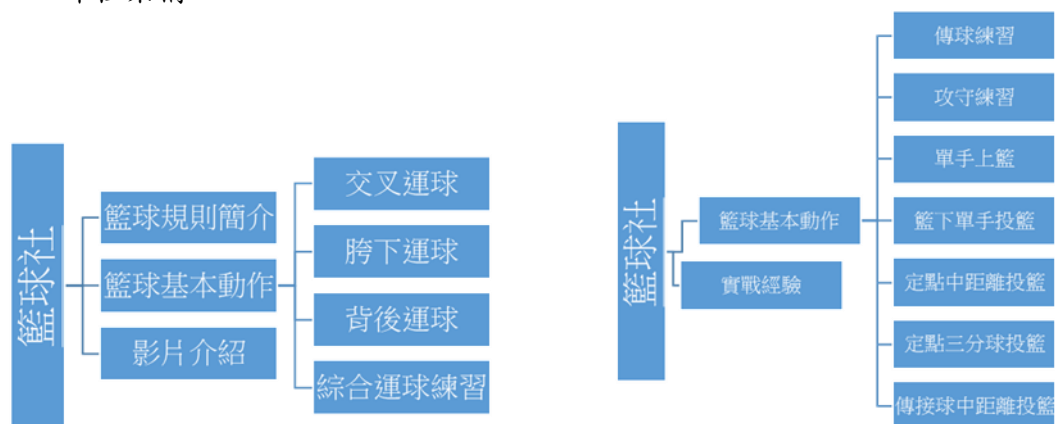
一、課程四類規範(一類請填一張)

1. 統整性課程 (主題 專題 議題探究)
2. 社團活動與技藝課程 (社團活動 技藝課程)
3. 其他類課程
 - 本土語文/新住民語文 服務學習 戶外教育 班際或校際交流 自治活動 班級輔導
 - 學生自主學習 領域補救教學

二、本課程每週學習節數 1

三、課程設計理念：運用適當策略處理籃球場上情境

四、課程架構：



五、本學期課程內涵

第一學期：

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題)學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/自編自選教材或學習單
第 1-2 週	籃球入門	A1 身心素質與自我精進	健康與體育 生命教育	1c-IV-1 了解各項運動原理與規則	籃球概論、籃球的發明與演進。	口述	影片
第 3-4 週	籃球基本動作-交叉運球	A1 身心素質與自我精進	健康與體育 生命教育	3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能 1d-IV-1 了解各項運動技能原理	原地左右交叉運球	小組練習交叉運球 20 次	無

第 5-6 週	籃球基本動作-交叉運球	A1 身心素質與自我精進	健康與體育生命教育	3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略	繞障礙物交叉運球	閃避障礙物運球練習 10 回	無
第 7-8 週	籃球進階動作-胯下運球	A1 身心素質與自我精進	健康與體育生命教育	3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略	跑動間胯下運球	跑動間胯下運球 10 回	無
第 9-10 週	籃球基本動作-轉身運球	A1 身心素質與自我精進	健康與體育生命教育	3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能 1d-IV-1 了解各項運動技能原理	轉身運球練習	分組練習	無
第 11-12 週	分組競賽	A1 身心素質與自我精進	健康與體育生命教育	3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略	分組競賽	分組練習	無
第 13-14 週	籃球基本動作-背後運球	A1 身心素質與自我精進	健康與體育生命教育	3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能 1d-IV-1 了解各項運動技能原理	背後運球練習	分組練習	無
第 15-16 週	觀賞籃球經典賽經典賽	A1 身心素質與自我精進	健康與體育生命教育	了解整體比賽運行系統	講解影片中所用之教學過技巧結合知識	無	Youtube 影片
第 17-18 週	比賽規則介紹	A1 身心素質與自我精進	健康與體育生命教育	讓學生了解籃球比賽規則注意事項	規則分解說明	口頭發問、實作	
第 19-20 週	籃球基本動作-綜	A1 身心素質與自我精進	健康與體育生命教育	3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，閃現	繞障礙物活用所有運球技巧	分組對抗賽	無

	合運球練習			個人運動潛能 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略		
--	-------	--	--	-------------------------------	--	--

※身心障礙類學生：無

■有-智能障礙(0)人、學習障礙(7)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、(自行填入類型/人數)

※資賦優異學生：無

有- (自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)

※課程調整建議(特教老師填寫)：

1. 小組教學時，安排 1-2 位友善同儕，協助特殊生完成相關學習單與活動。
2. 課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。
3. 操作器材時，可以請同儕指導，教師將過程進行工作分析，提供鷹架協助達成目標。

特教老師簽名：吳彥德

普教老師簽名：詹鎧駿

第二學期：

教學進度	單元/主題名稱	總綱核心素養	連結領域(議題) 學習表現	學習目標	教學重點	評量方式	教學資源/ 自編自選 教材或學 習單
第 1-2 週	籃球基本動作-傳球練習	A1 身心素質與自我精進	健康與體育 生命教育	3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能 1d-IV-1 了解各項運動技能原理	雙手傳球練習	傳球練習	無
第 3-4 週	攻守練習技巧	A1 身心素質與自我精進	健康與體育 生命教育	讓學生了解攻守動作要領	認識攻守基本動作及老師示範	口頭發問、實作、測驗	無
第 5-6 週	籃球進階	A1 身心素質與自我精進	健康與體育	3c-IV-1 表現全身性的	行進間雙手兩人傳球		

週	動作-傳球練習	自我精進	生命教育	身體控制力，發展專項運動技能 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略			
第 7-8 週	籃球基本動作-單手上籃	A1 身心素質與自我精進	健康與體育 生命教育	3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能 1d-IV-1 了解各項運動技能原理	傳接球單手上籃	傳接球單手上籃	無
第 9-10 週	籃球基礎動作-籃下單手投籃	A1 身心素質與自我精進	健康與體育 生命教育	3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略	籃下單手投籃練習	籃下單手投籃練習	無
第 11-12 週	籃球基本動作-罰球	A1 身心素質與自我精進	健康與體育 生命教育	3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略	罰球練習	罰球練習	無
第 13-14 週	籃球基本動作-定點中距離投籃	A1 身心素質與自我精進	健康與體育 生命教育	3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略	定點中距離投籃練習	定點中距離投籃練習	無
第 15-16 週	籃球基本動作-定點三分球投籃	A1 身心素質與自我精進	健康與體育 生命教育	3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略	定點三分球投籃	定點三分球投籃 5 球	無
第 17-18 週	籃球進階動作-傳接球中距離投籃	A1 身心素質與自我精進	健康與體育 生命教育	3c-IV-1 表現全身性的身體控制力，發展專項運動技能 3d-IV-1 運用運動技術	傳接球中距離投籃練習	傳接球中距離投籃練習	無

				的學習策略			
第 19-20 週	分組比賽 練習	A1 身心素質與 自我精進	健康與體育 生命教育	團隊默契、同儕自信 心、運動品德教育	利用所學技巧及知識來 進行分組比賽	比賽分數評 分	無
<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無</p> <p>■有-智能障礙(0)人、學習障礙(7)人、情緒障礙(0)人、自閉症(0)人、<u>(自行填入類型/人數)</u></p> <p>※資賦優異學生：<input checked="" type="checkbox"/>無</p> <p><input type="checkbox"/>有- <u>(自行填入類型/人數，如一般智能資優優異 2 人)</u></p> <p>※課程調整建議(特教老師填寫)：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 小組教學時，安排 1-2 位友善同儕，協助特殊生完成相關學習單與活動。 2. 課程中給予多元的提示方式，例如：示範、視覺提示、具體且直接的指令…等。 3. 操作器材時，可以請同儕指導，教師將過程進行工作分析，提供鷹架協助達成目標。 <p>特教老師簽名：吳彥德</p> <p>普教老師簽名：詹鎧駿</p>							

註：請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。