

113 學年度嘉義縣民雄國民中學體育班七、八、九年級第一、二學期彈性學習課程 足球 教學計畫表 (表十二之三)

設計者： 林柏志

教學者： 林柏志

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.  特殊需求領域課程 (體育專業課程)
4.  其他類課程

二、本課程每週學習節數/總節數：8 (專業領域 5 節+特殊需求專業領域 1-3 節)

三、課程設計理念：全面提升運動素養與團隊合作，強化身心健康及運動技能。

四、課程目標：

1. 了解各項運動的基礎原理和規則。
2. 提升身體控制能力，發展專項運動技能。
3. 執行提升體適能的身體活動，增強身肌力及核心力量。
4. 促進人際關係與團隊合作，通過友誼賽進行交流。

五、本學期課程內涵

第一學期

教學進度/週次	單元/主題名稱	核心素養具體內涵	學習重點		教學重點 (學習活動內容及實施方式)	融入議題之內容重點	評量方式	教學資源/自編自選教材或學習單
			學習表現	學習內容				
1-4 週	體能技術	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控	1. 了解基本動作細節，扎實基本動作。 2. 提升跑動體能、全身肌力。	1. 體能、肌力、核心、速度、敏捷、協調、爆發力 2. 基本動作傳、停、帶、	品德教育	1、個人專項表現。 2、團隊紀律表現。	自編教材

			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。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。		射 3. 安排友誼賽交流		3、出席率及訓練態度表現。	
5-8 週	體能 技術 戰術	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 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-2 運用運動比賽中的各種策略。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	1. 了解基本動作細節，扎實基本動作。 2. 提升跑動體能、全身肌力。 3. 理解比賽攻守對抗重點及戰術運用	1. 體能、肌力、核心、速度、敏捷、協調、爆發力 2. 基本動作傳、停、帶、射 3. 攻守轉換 4. 區域防守、人盯人防守 5. 定位球戰術、運動戰術 6. 安排友誼賽交流	品德教育	1、個人專項表現。 2、團隊紀律表現。 3、出席率及訓練態度表現。	自編教材
9-12 週	體能 技術	A1 身心素質與自	1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的	1. 了解基本動作細節，扎實	1. 體能、肌力、核心、速度、敏捷、協調、	品德教育	1、個人專項表	自編教材

	戰術	我精進 C2 人際關係與 團隊合作	關係。 1d-IV-3 應用運動 比賽的各項策略。 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-2 運用運動 比賽中的各種策 略。 4d-IV-3 執行提升 體適能的身體活 動。	基本動作。 2. 提升跑動體 能、全身肌 力。 3. 理解比賽攻 守對抗重點 及戰術運用	爆發力 2. 基本動作傳、停、帶、 射 3. 攻守轉換 4. 定位球戰術、運動戰 戰術 5. 安排友誼賽交流		現。 2、團隊 紀律表 現。 3、出席 率及訓 練態度 表現。	
13-16 週	體能 技術 戰術	A1 身心素質與自 我精進 C2 人際關係與 團隊合作	1c-IV-3 了解身體 發展與動作發展的 關係。 1d-IV-3 應用運動 比賽的各項策略。 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-2 運用運動 比賽中的各種策 略。 4d-IV-3 執行提升	1. 了解基本動 作細節，扎實 基本動作。 2. 提升跑動體 能、全身肌 力。 3. 理解比賽攻 守對抗重點 及戰術運用	1. 體能、肌力、核心、 速度、敏捷、協調、 爆發力 2. 基本動作傳、停、帶、 射 3. 區域防守、人盯人防 守 4. 定位球戰術、運動戰 戰術 5. 安排友誼賽交流	品德教育	1、個人 專項表 現。 2、團隊 紀律表 現。 3、出席 率及訓 練態度 表現。	自編教材

			體適能的身體活動。					
17-22週	體能 技術 戰術	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 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-2 運用運動比賽中的各種策略。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	1. 了解基本動作細節，扎實基本動作。 2. 提升跑動體能、全身肌力。 3. 理解比賽攻守對抗重點及戰術運用	1. 體能、肌力、核心、速度、敏捷、協調、爆發力 2. 基本動作傳、停、帶、射 3. 陣型轉換 4. 定位球戰術、運動戰術 5. 安排友誼賽交流 6. 影片欣賞	品德教育	1、個人專項表現。 2、團隊紀律表現。 3、出席率及訓練態度表現。	自編教材

第二學期

教學進度/ 週次	單元/主題 名稱	核心素養具體 內涵	學習重點		教學重點 (學習活動內容及實施方式)	融入議題 之內容重 點	評量方 式	教學資源 /自編自 選教材或 學習單
			學習表現	學習內容				
1-4週	體能 技術	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 3c-IV-1 表現局部	1. 了解基本動作細節，扎實基本動作。 2. 提升跑動體	1. 體能、肌力、核心、速度、敏捷、協調、爆發力	品德教育	1、個人專項表現。 2、團隊	自編教材

		團隊合作	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。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	能、全身肌力。	2. 基本動作傳、停、帶、射 3. 安排友誼賽交流		紀律表現。 3、出席率及訓練態度表現。	
5-8 週	體能 技術 戰術	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 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-2 運用運動比賽中的各種策略。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	1. 了解基本動作細節，扎實基本動作。 2. 提升跑動體能、全身肌力。 3. 理解比賽攻守對抗重點及戰術運用	1. 體能、肌力、核心、速度、敏捷、協調、爆發力 2. 基本動作傳、停、帶、射 3. 攻守轉換 4. 定位球戰術、運動戰術 5. 安排友誼賽交流	品德教育	1、個人專項表現。 2、團隊紀律表現。 3、出席率及訓練態度表現。	自編教材
9-12 週	體能	A1	1c-IV-3 了解身體	1. 了解基本動作	1. 體能、肌力、核心、	品德教育	1、個人	自編教材

	技術 戰術	身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	發展與動作發展的關係。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 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-2 運用運動比賽中的各種策略。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	細節，扎實基本動作。 2. 提升跑動體能、全身肌力。 3. 理解比賽攻守對抗重點及戰術運用	速度、敏捷、協調、爆發力 2. 基本動作傳、停、帶、射 3. 區域防守、人盯人防守 4. 定位球戰術、運動戰術 5. 安排友誼賽交流		專項表現。 2、團隊紀律表現。 3、出席率及訓練態度表現。	
13-16 週	體能 技術 戰術	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 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-2 運用運動比賽中的各種策略。	1. 了解基本動作細節，扎實基本動作。 2. 提升跑動體能、全身肌力。 3. 理解比賽攻守對抗重點及戰術運用	1. 體能、肌力、核心、速度、敏捷、協調、爆發力 2. 基本動作傳、停、帶、射 3. 陣型轉換 4. 定位球戰術、運動戰術 5. 安排友誼賽交流	品德教育	1、個人專項表現。 2、團隊紀律表現。 3、出席率及訓練態度表現。	自編教材

			4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。					
17-21 週	體能 技術 戰術	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作	1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 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-2 運用運動比賽中的各種策略。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	1. 了解基本動作細節，扎實基本動作。 2. 提升跑動體能、全身肌力。 3. 理解比賽攻守對抗重點及戰術運用	1. 體能、肌力、核心、速度、敏捷、協調、爆發力 2. 基本動作傳、停、帶、射 3. 陣型轉換 4. 定位球戰術、運動戰術 5. 安排友誼賽交流 6. 影片欣賞	品德教育	1、個人專項表現。 2、團隊紀律表現。 3、出席率及訓練態度表現。	自編教材