

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： 2 / 42

三、課程設計理念：本課程依據七年級學生身心發展特性，強調「基礎技術養成」與「體能能力提升」的雙軸訓練原則，結合循序漸進的教學策略與多元評量方式，培養學生良好的運動習慣與正確的足球專業技能。課程內容涵蓋基礎技術訓練、戰術啟蒙、競賽規則認識與團隊合作精神，並透過實際演練與小型比賽，提升學生對足球運動的熱情與參與度，為未來高強度訓練與競技發展奠定堅實基礎。

四、課程目標：

- 1.基礎技術養成：掌握基本足球技術，如傳球、停球、運球、射門、防守等，並能於遊戲中正確運用。
- 2.體能與動作協調提升：透過規律訓練，增進學生心肺耐力、肌力、敏捷度與協調性，培養良好的運動體能。
- 3.戰術基礎認知：了解並實踐基本足球戰術概念，包括攻防轉換、站位判斷與團隊配合。
- 4.比賽與規則理解：熟悉足球比賽基本規則、裁判手勢與運動禮儀，能於正式或教學比賽中正確應對。
- 5.合作與溝通能力：在團隊訓練與比賽過程中，學習溝通協調、互助合作與共同解決問題的能力。
- 6.運動精神與品格教育：培養尊重、紀律、責任與堅持的運動態度，建立正向價值觀與自我挑戰精神。

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	足球認識 與基本技術啟蒙	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	Ta-IV-1：認識足球基本規則與場地，能進行基本傳球與停球。	T-IV-A1：傳球與停球技術。	多球訓練：短距離地面傳球、腳內側停球；單球訓練：2人1組對傳練習。	性別平等教育：性J1 接納自我與他人的性別特質與表現。	同儕互評、實作評量	足球教學影片、場地示意圖、自編傳停球學習單

		實踐，不輕言放棄。						
5 - 8	運球技巧與控球訓練	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。	Ta-IV-2:執行運球與方向控制，能運用技巧完成簡單控球任務。	T-IV-A2：運球技術、方向變換與控球練習。	多球訓練：盤球繞錐、左右腳運球交替；單球訓練：控球穿越障礙物。	品格教育：品 J2 培養耐心與自我挑戰精神。	技術測驗、影片回饋分析	控球示範圖、自編繞錐練習單、標誌碟、障礙物
9 - 12	射門技巧與進攻觀念	健體-J-A3：具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	Ta-IV-3:正確執行射門技巧，理解射門時機與跑位配合。	T-IV-A3：射門技巧（腳背、內側），進攻配合練習。	多球訓練：腳背射門、內側推射；單球訓練：雙人傳射配合、3 人小組傳切進攻。	性別平等教育：性 J1 尊重不同性別成員之能力差異與協作風格。	射門準確度紀錄、小組合作觀察表	射門教學影片、自編傳射練習單、進攻戰術圖卡
13 - 16	防守技巧與攻防轉換	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。	Ta-IV-4:執行防守站位與攔截動作，能進行簡單攻防轉換。	T-IV-A4：防守站位、逼搶、攻防輪替技術。	多球訓練：1 對 1 攔截練習、攔截後轉換進攻；小組演練：3 對 3 攻防演練。	生命教育：生 J1 學習在比賽中尊重對手與接受輸贏。	技術實作觀察、教學比賽紀錄表	攻防圖解教材、自編角色任務卡、裁判指導單

17 - 21	小型比賽與實戰應用	健體-J-A3：具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	Ta-IV-5：應用學得技術參與比賽，展現策略運用與比賽禮儀。	T-IV-A5：小型比賽規則、攻防組合、團隊溝通。	分組對抗賽（4對4）：實戰運用傳控、射門、防守技巧；角色分工與輪替裁判訓練。	性別平等教育：性J1 尊重不同性別成員之能力差異與協作風格。	實戰觀察記錄、同儕互評與自評表	自編比賽評量表、小型賽事規則講義、裁判動作示意圖
---------	-----------	--	---------------------------------	---------------------------	--	--------------------------------	-----------------	--------------------------

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	體能訓練與基礎技術複習	健體-J-A1：具備體育的基本知能與態度，展現自我運動潛能與生命價值。	Ta-IV-1：自我規劃體能與基本技術複習計畫。	T-IV-B1：肌力、心肺耐力與柔軟度訓練。	體能練習： 折返跑、核心肌群訓練、動態伸展 技術複習：傳球、停球、運球練習	品格教育：培養紀律與持之以恆的態度	體能測驗紀錄、技能基準測評	體能測驗表、個人訓練規劃單
5 - 8	快速攻防與空間利用	健體-J-A2：具備分析體育情境並做出策略選擇的能力。	Ta-IV-2：掌握空間使用、快速進攻與轉換的應用。	T-IV-B2：空間觀念、視野開展與快攻策略。	快攻訓練： 2對1、3對2 快攻演練 傳切進攻戰術與空間拉開訓練	生命教育：學習責任與團隊互助的重要性	小組技術觀察、快攻演練實作	足球場區域圖、進攻戰術圖卡
9 - 12	防守系統與團隊協調	健體-J-A2：在策略選擇中發展協調與合作	Ta-IV-3：協助團隊組織防守，理解個人與團隊角色。	T-IV-B3：區域防守、人盯人戰術、防守站位。	防守訓練： 2對2 壓迫訓練 防守陣型站位練習	生命教育：學習責任與	團隊合作觀察、站位	防守圖解教材

		能力。			攻守轉換模擬對抗	團隊互助的重要性	與判斷實作評量	
13 - 16	定位球戰術（角球、自由球）	健體-J-A3：運用所學技能進行創新實踐與戰術應用。	Ta-IV-4：熟練定位球技巧，能與隊友協調完成戰術。	T-IV-B4：自由球與角球開球技術、接應與跑位。	多球訓練： 定點發球與目標射門 戰術組合：短傳配合進攻、後點包抄 定位球戰術角色分配與演練	生命教育：學習責任與團隊互助的重要性	任務導向評量、戰術模擬演練	定位球圖解教材、練習設計單
17 - 20	學期成果賽與技戰術整合	健體-J-A3：主動參與並統整各項技能策略，實踐競賽精神與尊重他人。	Ta-IV-5：能於正式比賽中實踐所學技術與戰術。	T-IV-B5：賽事規劃、策略選擇、角色執行與比賽禮儀。	學期成果比賽(5對5)： 分隊競賽 學生擔任裁判、教練、隊長 比賽影片回顧與反思學習	多元文化教育：觀賞與分析世界盃片段，認識不同足球文化背景	比賽技術表現、團隊合作自評與互評	比賽剪輯回顧、自評與回饋表