

## 參、彈性學習課程計畫(校訂課程)

114 學年度嘉義縣溪口國民中學七、八年級第一二學期彈性學習課程教學計畫表 設計者：林宜聖（表十二之一）

一、課程名稱：運動球類社

二、課程四類規範(一類請填一張)

1. ☐統整性探究課程 (☐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

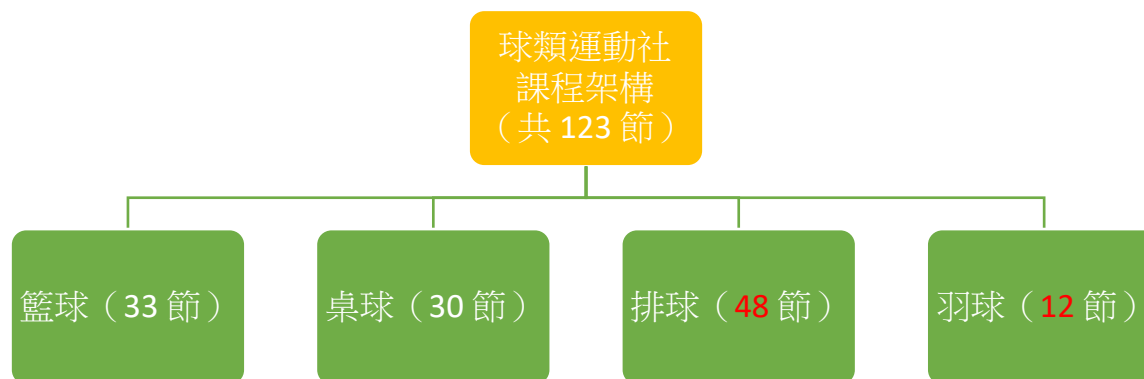
☐本土語文/新住民語文 ☐服務學習 ☐戶外教育 ☐班際或校際交流 ☐自治活動 ☐班級輔導

☐學生自主學習 ☐領域補救教學

三、本課程每週學習節數：3 節

四、課程設計理念：1.增強學生體能，強健體魄。 2.使學生能瞭解各項球類運動規則。 3.使學生熟悉各項球類運動的基本動作。

五、課程架構：



- 六、課程目標：
- 1.讓學生學會籃球、桌球、排球、羽球的基本動作。
  - 2.讓學生瞭解籃球、桌球、排球、羽球的運動規則。
  - 3.讓學生參與籃球、桌球、排球、羽球的比賽。

七、配合融入之領域或議題(有勾選的務必出現在學習表現)：

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語<br><input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動<br><input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引 | <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育<br><input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育<br><input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育<br><input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

八、本學期課程內涵

第一學期

| 教學進度  | 單元/主題名稱 | 核心素養                               | 連結領域(議題)<br>學習表現                                                                                           | 學習目標      | 教學重點<br>(學習活動內容及實施方式) | 評量方式 | 教學資源/<br>自編自選<br>教材或學<br>習單 |
|-------|---------|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------|------|-----------------------------|
| 第 1 週 | 籃球-基本體能 | A1<br>身心素質與自我精進<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 | 增進體能與敏捷速度 | 1. 耐力訓練<br>2. 敏捷訓練    | 實作評量 | 教師親自示範                      |

|       |             |                                    |                                                                                                                                               |              |                |      |        |
|-------|-------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------|------|--------|
| 第 2 週 | 籃球-<br>基本動作 | A1<br>身心素質與自我精進<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 | 瞭解並學會籃球的基本動作 | 1.步伐<br>2.基本運球 | 實作評量 | 教師親自示範 |
| 第 3 週 | 籃球-<br>基本動作 | A1<br>身心素質與自我精進<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發                                 | 瞭解並學會籃球的基本動作 | 1.步伐<br>2.各樣運球 | 實作評量 | 教師親自示範 |

|       |             |                                    |                                                                                                                                                                    |              |           |      |        |
|-------|-------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------|------|--------|
|       |             |                                    | 展專項運動技能。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。                                                                                                                                   |              |           |      |        |
| 第 4 週 | 籃球-<br>基本動作 | A1<br>身心素質與自我精進<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。<br>安 J6 了解運動設施安全的維護。 | 瞭解並學會籃球的基本動作 | 1.投籃基本動作  | 實作評量 | 教師親自示範 |
| 第 5 週 | 籃球-<br>基本動作 | A1<br>身心素質與自我精進                    | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。                                                                                                                                             | 瞭解並學會籃球的基本動作 | 投籃(5 點投籃) | 實作評量 | 教師親自示範 |

|       |         |                                    |                                                                                                                                      |              |                  |      |        |
|-------|---------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|------|--------|
|       |         | C2<br>人際關係與團隊合作                    | 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。                  |              |                  |      |        |
| 第 6 週 | 籃球-基本動作 | A1<br>身心素質與自我精進<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運 | 瞭解並學會籃球的基本動作 | 1. 傳球: 雙人傳球、三人運球 | 實作評量 | 教師親自示範 |

|       |             |                                    |                                                                                                                                               |                |          |      |        |
|-------|-------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------|------|--------|
|       |             |                                    | 動技術的學習策略。                                                                                                                                     |                |          |      |        |
| 第 7 週 | 籃球-<br>基本動作 | A1<br>身心素質與自我精進<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 | 瞭解並學會籃球的基本連結動作 | 1. 傳球+投籃 | 實作評量 | 教師親自示範 |
| 第 8 週 | 籃球-<br>基本動作 | A1<br>身心素質與自我精進<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。                                                              | 瞭解並學會籃球的基本動作   | 1. 帶球上籃  | 實作評量 | 教師親自示範 |

|        |             |                                              |                                                                                                                                               |                  |                                |      |        |
|--------|-------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------|------|--------|
|        |             |                                              | 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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。                                                                                     |                  |                                |      |        |
| 第 9 週  | 籃球-小隊防守技術訓練 | A2 系統思考與解決問題<br>A3 規劃執行與創新應變<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 | 瞭解並學會如何與隊友進行各樣防守 | 1. 防守                          | 實作評量 | 教師親自示範 |
| 第 10 週 | 籃球-小隊攻守技術   | A2 系統思考與解決問題                                 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。<br>1d-IV-1 了解各                                                                                                         | 瞭解並學會如何與隊友防守和進攻  | 1. 防守<br>2. 各種傳球進攻<br>3. 半場三對三 | 實作評量 | 教師親自示範 |

|        |             |                                                       |                                                                                                                              |                 |                                |      |        |
|--------|-------------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------------------------|------|--------|
|        | 訓練          | A3<br>規劃執行與創新應變<br>C2<br>人際關係與團隊合作                    | 項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。<br>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 |                 |                                |      |        |
| 第 11 週 | 籃球-小隊攻守技術訓練 | A2<br>系統思考與解決問題<br>A3<br>規劃執行與創新應變<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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          | 瞭解並學會如何與隊友防守和進攻 | 1. 防守<br>2. 各種傳球進攻<br>3. 全場五對五 | 實作評量 | 教師親自示範 |

|        |         |                                    |                                                                                                            |              |                                          |      |        |
|--------|---------|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------|------|--------|
|        |         |                                    | 能。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。<br>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。                                                             |              |                                          |      |        |
| 第 12 週 | 桌球-基本體能 | A1<br>身心素質與自我精進<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 | 增進體能與敏捷速度    | 1. 反應訓練<br>2. 敏捷訓練<br>3. 移動步伐            | 實作評量 | 教師親自示範 |
| 第 13 週 | 桌球-基本動作 | A1<br>身心素質與自我精進<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。                           | 瞭解並學會桌球的基本動作 | 1. 步伐<br>2. 揮拍姿勢(正、反手)<br>3. 對牆打練習(反手擊球) | 實作評量 | 教師親自示範 |

|        |         |                                         |                                                                                                                                                                      |              |                                                         |      |        |
|--------|---------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------|------|--------|
|        |         |                                         | <p>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。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>安 J6 了解運動設施安全的維護。</p>                                                                        |              |                                                         |      |        |
| 第 14 週 | 桌球-基本動作 | <p>A1 身心素質與自我精進</p> <p>C2 人際關係與團隊合作</p> | <p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>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。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> | 瞭解並學會桌球的基本動作 | <p>1. 步伐</p> <p>2. 揮拍姿勢(正、反手)</p> <p>3. 對牆打練習(正手擊球)</p> | 實作評量 | 教師親自示範 |

|        |                     |                                    |                                                                                                                                               |                 |         |      |        |
|--------|---------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------|------|--------|
| 第 15 週 | 桌球-<br>基本動作<br>(發球) | A1<br>身心素質與自我精進<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 | 讓學生瞭解並學會桌球的基本動作 | 1. 正拍發球 | 實作評量 | 教師親自示範 |
| 第 16 週 | 桌球-<br>基本動作<br>(發球) | A1<br>身心素質與自我精進<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發                                 | 讓學生瞭解並學會桌球的基本動作 | 1. 反拍發球 | 實作評量 | 教師親自示範 |

|        |         |                                              |                                                                                                                                               |                  |                          |      |        |
|--------|---------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------|------|--------|
|        |         |                                              | 展專項運動技能。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。                                                                                                              |                  |                          |      |        |
| 第 17 週 | 桌球-接發球  | A2 系統思考與解決問題<br>A3 規劃執行與創新應變<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 | 讓學生瞭解並學會如何穩定的接發球 | 1. 步伐移動<br>2. 接發球        | 實作評量 | 教師親自示範 |
| 第 18 週 | 桌球-兩人對打 | A1 身心素質與自我精進<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利                                                                                  | 瞭解並學會桌球的對打       | 1. 發球+正手擊球<br>2. 發球+反手擊球 | 實作評量 |        |

|        |         |                                         |                                                                                                                                                                      |            |                                     |      |  |
|--------|---------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------------|------|--|
|        |         |                                         | <p>他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>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。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>                                             |            |                                     |      |  |
| 第 19 週 | 桌球-兩人對打 | <p>A1 身心素質與自我精進</p> <p>C2 人際關係與團隊合作</p> | <p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>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。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> | 瞭解並學會桌球的對打 | <p>1. 發球+正手擊球</p> <p>2. 發球+反手擊球</p> | 實作評量 |  |

|        |                         |                                               |                                                                                                                                                                                                                                |                            |                           |      |  |
|--------|-------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|---------------------------|------|--|
|        |                         |                                               | 略。                                                                                                                                                                                                                             |                            |                           |      |  |
| 第 20 週 | 桌球-<br>規則與<br>裁判法       | B1<br>符號運用與溝<br>通表達<br>B2<br>科技資訊與媒<br>體素養    | 1c-IV-1 了解各<br>項運動基礎原理<br>和規則。<br>1d-IV-1 了解各<br>項運動技能原<br>理。<br>2c-IV-2 表現利<br>他合群的態度，<br>與他人理性溝通<br>與和諧互動。<br>3c-IV-1 表現局<br>部或全身性的身<br>體控制能力，發<br>展專項運動技<br>能。<br>3d-IV-1 運用運<br>動技術的學習策<br>略。<br>安 J6 了解運動<br>設施安全的維<br>護。 | 讓學生瞭解桌球比<br>賽規則並學會裁判<br>手勢 | 1. 桌球規則解釋<br>2. 裁判手勢教學與演練 | 實作評量 |  |
| 第 21 週 | 桌球-<br>小組比<br>賽<br>(單打) | A2<br>系統思考與解<br>決問題<br>A3 規劃執行與<br>創新應變<br>B3 | 1c-IV-1 了解各<br>項運動基礎原理<br>和規則。<br>1d-IV-1 了解各<br>項運動技能原<br>理。<br>2c-IV-2 表現利<br>他合群的態度，                                                                                                                                        | 讓學生瞭解比賽過<br>程並自行當裁判        | 1. 分組比賽<br>2. 裁判實習        | 實作評量 |  |

|  |  |                           |                                                                                                |  |  |  |  |
|--|--|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|  |  | 藝術涵養與美感素養<br>C2 人際關係與團隊合作 | 與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。<br>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 |  |  |  |  |
|--|--|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

※身心障礙類學生: ☐無

☐有-智能障礙( )人、學習障礙( )人、情緒障礙( )人、自閉症( )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.

2.

特教老師簽名：(打字即可)

普教老師簽名：(打字即可)

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)<br>學習表現                                                                                                                                                                                                               | 學習目標                | 教學重點                                     | 評量方式 | 教學資源/<br>自編自選<br>教材或學<br>習單 |
|-------|--------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------------------------|------|-----------------------------|
| 1-2 週 | 排球-<br>基本體<br>能及球<br>感練習 | A1<br>身心素質與自<br>我精進<br>C2<br>人際關係與團<br>隊合作 | 1c-IV-1 了解各<br>項運動基礎原理<br>和規則。<br>1d-IV-1 了解各<br>項運動技能原<br>理。<br>2c-IV-2 表現利<br>他合群的態度，<br>與他人理性溝通<br>與和諧互動。<br>3c-IV-1 表現局<br>部或全身性的身<br>體控制能力，發<br>展專項運動技<br>能。<br>3d-IV-1 運用運<br>動技術的學習策<br>略。<br>安 J6 了解運動<br>設施安全的維<br>護。 | 讓學生擁有良好體能<br>與空間感   | 1. 敏捷訓練<br>2. 跳躍訓練<br>3. 協調訓練<br>4. 球感練習 | 實作評量 | 教師親<br>自示範                  |
| 第 3 週 | 排球-<br>基本動<br>作<br>(傳接   | A1<br>身心素質與自<br>我精進<br>C2                  | 1c-IV-1 了解各<br>項運動基礎原理<br>和規則。<br>1d-IV-1 了解各                                                                                                                                                                                  | 讓學生瞭解並學會排<br>球的基本動作 | 1. 低手傳接球                                 | 實作評量 | 教師親<br>自示範                  |

|       |                  |                                         |                                                                                                                                                      |                 |          |      |        |
|-------|------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------|------|--------|
|       | 球)               | 人際關係與團隊合作                               | <p>項運動技能原理。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>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。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>安 J6 了解運動設施安全的維護。</p> |                 |          |      |        |
| 第 4 週 | 排球-基本動作<br>(傳接球) | <p>A1 身心素質與自我精進</p> <p>C2 人際關係與團隊合作</p> | <p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發</p>                     | 讓學生瞭解並學會排球的基本動作 | 1. 高手傳接球 | 實作評量 | 教師親自示範 |

|       |                 |                                         |                                                                                                                                                                                              |                 |         |      |        |
|-------|-----------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------|------|--------|
|       |                 |                                         | <p>展專項運動技能。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>                                                                                                                          |                 |         |      |        |
| 第 5 週 | 排球-基本動作<br>(發球) | <p>A1 身心素質與自我精進</p> <p>C2 人際關係與團隊合作</p> | <p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>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。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> | 讓學生瞭解並學會排球的基本動作 | 1. 低手發球 | 實作評量 | 教師親自示範 |
| 第 6 週 | 排球-基本動作         | A1 身心素質與自                               | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理                                                                                                                                                                           | 讓學生瞭解並學會排球的基本動作 | 1. 肩上發球 | 實作評量 | 教師親自示範 |

|       |            |                                                 |                                                                                                                             |                   |                          |      |        |
|-------|------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------|------|--------|
|       | 作<br>(發球)  | 我精進<br>C2<br>人際關係與團隊合作                          | 和規則。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 |                   |                          |      |        |
| 第 7 週 | 排球-<br>接發球 | A2<br>系統思考與解決問題<br>A3 規劃執行與創新應變<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。       | 讓學生瞭解並學會如何穩定的接好發球 | 1. 空間感訓練<br>2. 接發球練習(個人) | 實作評量 | 教師親自示範 |

|       |        |                                              |                                                                                                                                               |                      |                                   |      |        |
|-------|--------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------|------|--------|
|       |        |                                              | 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。<br>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。                                                                                                      |                      |                                   |      |        |
| 第 8 週 | 排球-接發球 | A2 系統思考與解決問題<br>A3 規劃執行與創新應變<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 | 讓學生瞭解並學會如何穩定的接好發球    | 1. 空間感訓練<br>2. 接發球(多人)            | 實作評量 | 教師親自示範 |
| 第 9 週 | 排球-接發球 | A2 系統思考與解決問題<br>A3 規劃執行與創新應變                 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利                                                                                  | 讓學生瞭解並學會穩定把接發球送給隊友進攻 | 1. 空間感訓練<br>2. 接發球<br>3. 接發球到固定位置 | 實作評量 | 教師親自示範 |

|        |        |                                              |                                                                                                                                               |                      |                                       |      |        |
|--------|--------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|---------------------------------------|------|--------|
|        |        | C2 人際關係與團隊合作                                 | 他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。                                                             |                      |                                       |      |        |
| 第 10 週 | 排球-接發球 | A2 系統思考與解決問題<br>A3 規劃執行與創新應變<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 | 讓學生瞭解並學會穩定把接發球送給隊友進攻 | 1. 空間感訓練<br>2. 接發球到固定位置<br>3. 高手舉球到定點 | 實作評量 | 教師親自示範 |
| 第 11 週 | 排球-    | A2                                           | 1c-IV-1 了解各                                                                                                                                   | 讓學生瞭解並學會穩            | 1. 空間感訓練                              | 實作評量 | 教師親    |

|        |       |                                           |                                                                                                                                    |              |                           |      |        |
|--------|-------|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------|------|--------|
|        | 接發球   | 系統思考與解決問題<br>A3 規劃執行與創新應變<br>C2 人際關係與團隊合作 | 項運動基礎原理和規則。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 | 定把接發球送給隊友進攻  | 2. 接發球到固定位置<br>3. 高手舉球到定點 |      | 自示範    |
| 第 12 週 | 排球-扣球 | A1 身心素質與自我精進<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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                | 讓學生瞭解並學會如何扣球 | 1. 扣球手法<br>2. 自拋自扣        | 實作評量 | 教師親自示範 |

|        |       |                                 |                                                                                                                                               |              |                         |      |        |
|--------|-------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------|------|--------|
|        |       |                                 | 能。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。<br>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。                                                                                                |              |                         |      |        |
| 第 13 週 | 排球-扣球 | A1<br>身心素質與自我精進<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 | 讓學生瞭解並學會如何扣球 | 1. 扣球時機練習<br>2. 他人拋球+扣球 | 實作評量 | 教師親自示範 |
| 第 14 週 | 排球-攔網 | A2<br>系統思考與解決問題<br>A3 規劃執行與創新應變 | 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。                                                                                                 | 讓學生瞭解並學會如何攔網 | 1. 攔網移動步法<br>2. 伸臂方法    | 實作評量 | 教師親自示範 |

|        |           |                                         |                                                                                                                                                             |                  |  |  |  |
|--------|-----------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--|--|--|
|        |           | C2 人際關係與團隊合作                            | <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>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。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>                         |                  |  |  |  |
| 第 15 週 | 排球-規則與裁判法 | <p>B1 符號運用與溝通表達</p> <p>B2 科技資訊與媒體素養</p> | <p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>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。</p> <p>3d-IV-1 運用運</p> | 讓學生瞭解排球規則並學會裁判手勢 |  |  |  |

|        |             |                                                                    |                                                                                                                                               |                 |                               |      |        |
|--------|-------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|------|--------|
|        |             |                                                                    | 動技術的學習策略。<br>安 J6 了解運動設施安全的維護。                                                                                                                |                 |                               |      |        |
| 第 16 週 | 排球-<br>小組比賽 | A2<br>系統思考與解決問題<br>A3 規劃執行與創新應變<br>B3<br>藝術涵養與美感素養<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 | 讓學生瞭解比賽過程並自行當裁判 | 1. 排球規則解釋<br>2. 裁判手勢教學與演練     | 實作評量 |        |
| 第 17 週 | 羽球-<br>基本體能 | A1<br>身心素質與自我精進<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>3c-IV-1 表現局                                                                                  | 增進體能與敏捷速度       | 1. 反應訓練<br>2. 敏捷訓練<br>3. 移動步伐 | 實作評量 | 教師親自示範 |

|        |             |                                    |                                                                                                                                                                    |              |                                       |      |        |
|--------|-------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------|------|--------|
|        |             |                                    | 部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。                                                                                                                     |              |                                       |      |        |
| 第 18 週 | 羽球-<br>基本動作 | A1<br>身心素質與自我精進<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。<br>安 J6 了解運動設施安全的維護。 | 瞭解並學會羽球的基本動作 | 1.步伐<br>2.揮拍姿勢(正、反手)<br>3.擊球練習(正反手擊球) | 實作評量 | 教師親自示範 |
| 第 19 週 | 羽球-         | A1                                 | 1c-IV-1 了解各                                                                                                                                                        | 瞭解並學會羽球的基    | 1.步伐                                  | 實作評量 | 教師親    |

|        |         |                                    |                                                                                                                                                         |            |                               |      |     |
|--------|---------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------|------|-----|
|        | 基本動作    | 身心素質與自我精進<br>C2<br>人際關係與團隊合作       | 項運動基礎原理和規則。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。<br>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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。<br>安 J6 了解運動設施安全的維護。 | 本動作        | 2.揮拍姿勢(正、反手)<br>3.發球練習(正反手擊球) |      | 自示範 |
| 第 20 週 | 羽球-兩人對打 | A1<br>身心素質與自我精進<br>C2<br>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。<br>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。<br>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。                                                                        | 瞭解並學會羽球的對打 | 1. 擊高遠球<br>2.兩人互擊高遠球對打        | 實作評量 |     |

|  |  |  |                                                                               |  |  |  |  |
|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|  |  |  | 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。<br>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。<br>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 |  |  |  |  |
|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

※身心障礙類學生: ☐無

☐有-智能障礙( )人、學習障礙( )人、情緒障礙( )人、自閉症( )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)：

- 針對各類特殊需求學生採用「簡化」、「減量」、及「替代」的方式來調整學習目標與學習活動，再根據調整過後之學習目標與學習活動決定教學內容及評量方式。
- 安排指導學伴適時給予特教生學習協助。

特教老師簽名：謝佩容

普教老師簽名：林宜聖

註：

- 1.請分別列出第一學期及第二學期彈性課程之教學計畫表。
- 2.社團活動及技藝課程每學期至少規劃 4 個以上的單元活動。

九、社團清單表

| 社團名稱 | 七年級    | 八年級 | 九年級   |
|------|--------|-----|-------|
| 1    | 田徑運動社團 |     |       |
| 2    | 球類運動社團 |     |       |
| 3    | 創意科學社  |     |       |
| 4    | 口琴社    |     |       |
| 5    |        |     | 生涯試探社 |
| 6    |        |     | 職群探索社 |