

114 學年度嘉義縣水上國民中學體育班八年級第一、二學期彈性學習課程體育專業-網球教學計畫表（表十二之三）

設計者：體育班發展委會

教學者：許時逢

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：3/ 120

三、課程設計理念：體育專業技能精進。

四、課程目標：透過各式各類的技巧訓練，展現自己的潛力與專長，理性溝通、相互尊重培養團隊合作精神，學習運動防護知識，進而強化自我防護能力

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	網球專項	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，並積極實踐，不輕	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	從網球史認識網球界選手，進而了解全世界大型的網球盃賽 敏捷梯訓練 戰繩 正反手拋球	國際教育	: 1. 個人技術： (1)技術成熟度	

		言放棄。	運動技能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。					
2	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。 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。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。	敏捷梯訓練 戰繩 正反手拋球 單打 正反手拋球、發球 自我防護 護具大全 1. 能明白相關護具知識。 2. 能明白護具的運動需求。 3. 能自信表達自我護具的運動需要。 4. 能選擇何時合宜的運動護具。	健康教育 【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	(1)敏捷梯訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
3	網球專項	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 正反手拋球、發球	健體教育	(1)發球訓練 (2)拋球	

		現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。		截擊 高壓球		發球訓練	
4	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 正反手拋球、發球 截擊 高壓球		(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
5	網球專項	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	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 正反手拋球、發球 截擊 高壓球	健體領域	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓	

		人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。				練 (3) 防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
6	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 正反手拋球、發球 截擊 高壓球	健體領域	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3) 防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
7	網球專項	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	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 正反手拋球、發球 截擊 高壓球	健體領域	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3) 防守訓	

		積極實踐，不輕言放棄。	制能力，發展專項運動技能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。				練 2. 團隊對抗競賽	
8	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。 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。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。	自我防護 簡易運動傷害自理 1. 利用影片講解跑步環境的不同，肢體承受力也會有所不同，進而有可能造成運動傷害。 2. 介紹常見的運動傷害。 3. 說明護具是保護性質，並無治療功效以及常見護具的使用與時機。	分組教學	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
9	網球專項	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 正反手拋球、發球		(1)發球訓練 (2)拋球	

		現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。		截擊 高壓球		發球訓練 (3) 防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
10	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 正反手拋球、發球 截擊 高壓球		(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3) 防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
11	網球專項	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	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 正反手拋球、發球 截擊 高壓球	健體領域	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓	

		人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。				練 (3) 防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
12	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	健體領域	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3) 防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
13	網球專項	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	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。			(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3) 防守訓	

		積極實踐，不輕言放棄。	制能力，發展專項運動技能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。				練 2. 團隊對抗競賽	
14	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。 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。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。	正反手拋球 單打 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理 1. 利用影片講解跑步環境的不同，肢體承受力也會有所不同，進而有可能造成運動傷害。 2. 介紹常見的運動傷害。 3. 說明護具是保護性質，並無治療功效以及常見護具的使用與時機。 4. 藉由情境問題讓學生自行評估護具選擇，使學生能應用選擇適合的護具，以利未來實際行動。	【安全教育】 安 J2 判斷常見的事故傷害。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 【閱讀素養教育】 閱 J3 理解學科知識內的重要詞彙的意涵，並懂得如何運用該詞彙與他人	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

						進行溝通。		
15	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理 運動家精神	健康教育 社會領域	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
16	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理		(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

17	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	健康教育	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
18	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理		(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
19	網球專項	健體-J-A1 具備體育與健康的	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組	正反手拋球 單打	健體領域	(1)發球訓練	

		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，並積極實踐，不輕言放棄。	2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	合及團隊戰術。	單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理		(2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
20	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	健體領域	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
21	網球專項	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球	健康教育	(1)發球訓練 (2)拋球	

		保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。		截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理		發球訓練 (3) 防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
--	--	----------------------------------	--	--	-------------------------------	--	----------------------------	--

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	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理		: 1. 個人技術： (1)技術成熟度 (2)技術搭配個人心理調適 2. 競技參賽運	

							動表現	
2	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	健康教育	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
3	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	健體教育	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練	
4	網球專項	健體-J-A1 具備	1d-IV-1 了解各項	Ha-IV-1 網/牆性	正反手拋球		(1)發球	

		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，並積極實踐，不輕言放棄。	運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	球類運動動作組合及團隊戰術。	單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理		訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
5	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	健體領域	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
6	網球專項	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術	健體領域	(1)發球訓練 (2)拋球	

		現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。		正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理		發球訓練 (3) 防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
7	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。 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	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理 1. 利用影片講解跑步環境的不同，肢體承受力也會有所不同，進而有可能造成運動傷害。 2. 介紹常見的運動傷害。 3. 說明護具是保護性質，並無治療功效以及常見護具的使用與時機。	健體領域	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3) 防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

		健康的問題。	與身體活動。		4. 藉由情境問題讓學生自行評估護具選擇，使學生能應用選擇適合的護具，以利未來實際行動。			
8	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	分組教學	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
9	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理		(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗	

			4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。				競賽	
10	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。 【閱讀素養教育】 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並試著表達自己的想法。	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
11	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	健體領域	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

		言放棄。	運動技能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。				隊對抗 競賽	
12	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。 【閱讀素養教育】 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並試著表達自己的想法。	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
13	網球專項	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	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明		(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓	

		積極實踐，不輕言放棄。	制能力，發展專項運動技能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。		運動傷害處理		練 2. 團隊對抗競賽	
14	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。 【閱讀素養教育】 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並試著表達自己的想法。	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
15	網球專項	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	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 3c-IV-1 表現局部	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球	健康教育 社會領域	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)	

		與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。		比賽規則說明 運動傷害處理		防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
16	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理		(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
17	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	健康教育 【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	

		言放棄。	運動技能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。			視群體規範與榮譽。 品 J8 理性溝通與問題解決。	隊對抗競賽	
18	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。 品 J8 理性溝通與問題解決。	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3)防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
19	網球專項	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	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊	健體領域 【品德教育】 品 J1 溝通合作與	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓	

		人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。		高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	和諧人際關係。 品 J2 重視群體規範與榮譽。 品 J8 理性溝通與問題解決。	練 (3) 防守訓練 2. 團隊對抗競賽	
20	網球專項	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，並積極實踐，不輕言放棄。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	正反手拋球 單打 單打戰術 正反手拋球、發球 截擊 高壓球 比賽規則說明 運動傷害處理	健體領域	(1)發球訓練 (2)拋球發球訓練 (3) 防守訓練 2. 團隊對抗競賽	