○○國民中學114學年度體育班課程計畫

一、體育班課程規劃表

基隆市○○國民中學體育班課程規劃 (表7-1)

單位：每週節數

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 年級  領域科目 | | | 七年級 | 八年級 | 九年級 |
| 部定課程 | 領域學習課程 | 語文 | ○  國語文(5) | ○  國語文(5) | ○  國語文(5) |
| ○  英語文(3) | ○  英語文(3) | ○  英語文(3) |
| 數學 | ○  數學(4) | ○  數學(4) | ○  數學(4) |
| 社會 | ○  社會(3)  (歷史、地理、公民與社會) | ○  社會(3)  (歷史、地理、公民與社會) | ○  社會(3)  (歷史、地理、公民與社會) |
| 自然科學 | ○  自然科學(3)  (理化、生物、地球科學) | ○  自然科學(3)  (理化、生物、地球科學) | ○  自然科學(3)  (理化、生物、地球科學) |
| 藝術 | ○  藝術(2-3) (音樂、視覺藝術、表演藝術) | ○  藝術(2-3) (音樂、視覺藝術、表演藝術) | ○  藝術(2-3) (音樂、視覺藝術、表演藝術) |
| 綜合活動 | ○  綜合活動(2-3) (家政、童軍、輔導) | ○  綜合活動(2-3) (家政、童軍、輔導) | ○  綜合活動(2-3) (家政、童軍、輔導) |
| 科技 | ○  科技(1-2) (資訊科技、生活科技) | ○  科技(1-2) (資訊科技、生活科技) | ○  科技(1-2) (資訊科技、生活科技) |
| 健康  與  體育 | ○  健康與體育(2-3) (健康教育、體育) | ○  健康與體育(2-3) (健康教育、體育) | ○  健康與體育(2-3) (健康教育、體育) |
| 特殊類型班級課程 | 體育專業  (專項術科) | ○  體育專業(5)  (專項體能訓練、技術訓練) | ○  體育專業(5)  (專項體能訓練、技術訓練) | ○  體育專業(5)  (專項體能訓練、技術訓練) |
| 學習節數 | | | ○  **(30-34)** | ○  **(30-34)** | ○  **(30-34)** |
| 校訂課程 | 彈性學習課程 | 特殊需求領域課程-專項術科 | ○ | ○ | ○ |
| 其他 | ○ | ○ | ○ |
| 學習總節數 | | | ○  **(32-35)** | ○  **(32-35)** | ○  **(32-35)** |

備註：

1. 依據「十二年國民基本教育體育班課程實施規範」，部定及校訂課程所開設之體育專業課程，於第六節課以後實施為原則，國中階段每週8節為限。九年級專項術科課程節數部分，仍適用高級中等以下學校體育班設立辦法及教育部體育署相關函釋規定，每週以6節至10節為原則。
2. 國民中學(第四學習階段)自然科學、社會、藝術、綜合活動、健康與體育等領域，均含數個科目，可在不同年級彈性修習不同科目，不必每個科目在每學期都修習，以減少每學期所修習的科目數量，但學習總節數應維持，不得減少。第四學習階段各學習領域中之各科目，均應於學習階段中安排授課節數。
3. 健康與體育領域應教（選）授第四學習階段課程內容，不得作為體育專業課程之一部分。
4. 112學年度各年級體育班課表，請於開學後一個月內送本府備查。

二、體育班課程計畫各年級教學進度規劃

（一）114學年度七年級第一學期專項術科教學進度表(表7-2)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **全學期教學重點及評量方式說明** | | | | | | | | | | | | |
| 科目名稱 | | | 教學重點 | | | | | | | 評量方式 | | |
| 田徑 | | |  | | | | | | |  | | |
| 排球 | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
| **各週教學進度及議題融入規劃** | | | | | | | | | | | | |
| 週  次 | 日期 | 田徑 | | 排球 |  |  |  |  |  | |  |  |
| 1 | 0830  |  0903 |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 2 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 3 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 4 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 5 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |

**填表說明：**

（二）113學年度七年級第二學期專項術科教學進度表(表7-3)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **全學期教學重點及評量方式說明** | | | | | | | | | | | | |
| 科目名稱 | | | 教學重點 | | | | | | | 評量方式 | | |
| 田徑 | | |  | | | | | | |  | | |
| 排球 | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
| **各週教學進度及議題融入規劃** | | | | | | | | | | | | |
| 週  次 | 日期 | 田徑 | | 排球 |  |  |  |  |  | |  |  |
| 1 | 0830  |  0903 |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 2 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 3 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 4 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 5 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |

**填表說明：**

（三）114學年度八年級第一學期專項術科教學進度表(表7-4)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **全學期教學重點及評量方式說明** | | | | | | | | | | | | |
| 科目名稱 | | | 教學重點 | | | | | | | 評量方式 | | |
| 田徑 | | |  | | | | | | |  | | |
| 排球 | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
| **各週教學進度及議題融入規劃** | | | | | | | | | | | | |
| 週  次 | 日期 | 田徑 | | 排球 |  |  |  |  |  | |  |  |
| 1 | 0830  |  0903 |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 2 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 3 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 4 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 5 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |

**填表說明：**

（四）113學年度八年級第二學期專項術科教學進度表(表7-5)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **全學期教學重點及評量方式說明** | | | | | | | | | | | | |
| 科目名稱 | | | 教學重點 | | | | | | | 評量方式 | | |
| 田徑 | | |  | | | | | | |  | | |
| 排球 | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
| **各週教學進度及議題融入規劃** | | | | | | | | | | | | |
| 週  次 | 日期 | 田徑 | | 排球 |  |  |  |  |  | |  |  |
| 1 | 0830  |  0903 |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 2 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 3 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 4 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 5 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |

**填表說明：**

（五）114學年度九年級第一學期專項術科教學進度表(表7-6)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **全學期教學重點及評量方式說明** | | | | | | | | | | | | |
| 科目名稱 | | | 教學重點 | | | | | | | 評量方式 | | |
| 田徑 | | |  | | | | | | |  | | |
| 排球 | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
| **各週教學進度及議題融入規劃** | | | | | | | | | | | | |
| 週  次 | 日期 | 田徑 | | 排球 |  |  |  |  |  | |  |  |
| 1 | 0830  |  0903 |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 2 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 3 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 4 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 5 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |

**填表說明：**

（六）114學年度九年級第二學期專項術科教學進度表(表7-7)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **全學期教學重點及評量方式說明** | | | | | | | | | | | | |
| 科目名稱 | | | 教學重點 | | | | | | | 評量方式 | | |
| 田徑 | | |  | | | | | | |  | | |
| 排球 | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
|  | | |  | | | | | | |  | | |
| **各週教學進度及議題融入規劃** | | | | | | | | | | | | |
| 週  次 | 日期 | 田徑 | | 排球 |  |  |  |  |  | |  |  |
| 1 | 0830  |  0903 |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 2 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 3 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 4 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 5 |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |

**填表說明：**

（七）114學年度體育班專項術科課程計畫(表7-8)

體育班專項術科課程計畫以年級為單位(每年級1份計畫)，不同年級應呈現不同課

程內容，課程內容應循序漸進。

**基隆市○○國民中學體育班專項術科課程計畫(範本)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 課程名稱 | | 體育專業-專項術科  運動種類： | | 課程  類別 | | 特殊類型班級課程  特殊需求領域課程 | | |
| 實施年級 | | □七年級  □八年級  □九年級 | | 節數 | | 第 1/2 學期 每週 節(6-8節)  第 2/2 學期 每週 節(6-8節) | | |
| 設計理念 | | 透過課程的實施與綜合成效評量，可以使學生在專項體能表現、專項技術能力、小組綜合技術應用、團隊分組對抗競賽及競技綜合訓練表現等，各方面均能有效地提昇運動競技能力。 | | | | | | |
| 核心素養  具體內涵 | | □體-J-A1具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，探索自我價值與生命意義，並積極實踐。  □體-J-A2具備理解競技運動的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決各項問題。  □體-J-A3具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。  □體-J-B1具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。  □體-J-B2具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。  □體-J-B3具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。  □體-J-C1具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。  □體-J-C2具備利他及合群的知能與態度，並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。  □體-J-C3具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。 | | | | | | |
| 學習重點 | 學習  表現 | P-Ⅳ-3了解並運用守備/跑分性球類運動速度、肌力、肌耐力、敏捷及柔韌組合性訓練  T-Ⅳ-3了解並演練守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的組合性技術  Ta-Ⅳ-3熟悉並演練守備/跑分性球類運動組合性戰術訓練  Ps-Ⅳ-3了解守備/跑分性球類運動團隊訓練狀況，並能自我調整心態做出符合運動道德倫理的行為及有利於團隊的道德行為  .  . | | | | | | |
| 學習  內容 | P-Ⅳ-A5守備/跑分性球類運動之速度、肌力及肌耐力組合  T-Ⅳ-B6守備/跑分性球類運動中守備、跑分、攻擊的移位、平衡組合性技術  Ta-Ⅳ-C5守備/跑分性球類運動組合性戰術  Ps-Ⅳ-D5守備/跑分性球類運動組合性心理調節及團隊狀態  .  . | | | | | | |
| 課程目標 | | 1. 培養專項運動之競技體能（體能訓練）：…………………… 2. 精進專項運動之技術水準（技術訓練）：…………………… 3. 發展專項運動之戰術運用（戰術訓練）：…………………… 4. 提升專項運動之心理素質（心理訓練）：…………………… | | | | | | |
| 表現任務  (總結性評量) | | 能完成個人及小組綜合技術操作，配合團隊演練，穩定表現出綜合戰術及戰略應用，提高運動表現，並能於實戰中取得良好成績。 | | | | | | |
| 學習進度  週次/節數 | | 單元子題 | 單元內容與學習活動 | | | | | [檢核點(形成性評量)] |
| 第  1  學期 | 第  1-4  週 |  | 1.綜合體能訓練  2.個人技術訓練  3.小組戰術應用  4.選手心理訓練 | | | | | 1.個人專項體能表現(?%)  2.個人專項技術能力(?%)  3.小組綜合技術應用(?%)  4.團隊分組對抗競賽(?%)  5.競技綜合訓練表現(?%)  參加?賽事(?%) |
| 第  4-8  週 |  | 1.綜合體能訓練  2.組合技術訓練  3.實戰戰術訓練  4.選手心理訓練 | | | | | 1.個人專項體能表現(?%)  2.個人專項技術能力(?%)  3.小組綜合技術應用(?%)  4.團隊分組對抗競賽(?%)  5.競技綜合訓練表現(?%)  參加?賽事(?%) |
| 第  9-12  週 |  | 1.綜合體能訓練  2.組合技術訓練  3.實戰戰術訓練  4.選手心理訓練 | | | | | 1.個人專項體能表現(?%)  2.個人專項技術能力(?%)  3.小組綜合技術應用(?%)  4.團隊分組對抗競賽(?%)  5.競技綜合訓練表現(?%)  參加?賽事(?%) |
| 第  13-16  週 |  | 1.綜合體能訓練  2.組合技術訓練  3.實戰戰術訓練  4.選手心理訓練 | | | | | 1.個人專項體能表現(?%)  2.個人專項技術能力(?%)  3.小組綜合技術應用(?%)  4.團隊分組對抗競賽(?%)  5.競技綜合訓練表現(?%)  參加?賽事(?%) |
| 第  17-20  週 |  | 1.綜合體能訓練  2.組合技術訓練  3.實戰戰術訓練  4.選手心理訓練 | | | | | 1.個人專項體能表現(?%)  2.個人專項技術能力(?%)  3.小組綜合技術應用(?%)  4.團隊分組對抗競賽(?%)  5.競技綜合訓練表現(?%)  參加?賽事(?%) |
| 第  2  學期 | 第  1-4  週 |  | 1.綜合體能訓練  2.個人技術訓練  3.小組戰術應用  4.選手心理訓練 | | | | | 1.個人專項體能表現(?%)  2.個人專項技術能力(?%)  3.小組綜合技術應用(?%)  4.團隊分組對抗競賽(?%)  5.競技綜合訓練表現(?%)  參加?賽事(?%) |
| 第  4-8  週 |  | 1.綜合體能訓練  2.組合技術訓練  3.實戰戰術訓練  4.選手心理訓練 | | | | | 1.個人專項體能表現(?%)  2.個人專項技術能力(?%)  3.小組綜合技術應用(?%)  4.團隊分組對抗競賽(?%)  5.競技綜合訓練表現(?%)  參加?賽事(?%) |
| 第  9-12  週 |  | 1.綜合體能訓練  2.組合技術訓練  3.實戰戰術訓練  4.選手心理訓練 | | | | | 1.個人專項體能表現(?%)  2.個人專項技術能力(?%)  3.小組綜合技術應用(?%)  4.團隊分組對抗競賽(?%)  5.競技綜合訓練表現(?%)  參加?賽事(?%) |
| 第  13-16  週 |  | 1.綜合體能訓練  2.組合技術訓練  3.實戰戰術訓練  4.選手心理訓練 | | | | | 1.個人專項體能表現(?%)  2.個人專項技術能力(?%)  3.小組綜合技術應用(?%)  4.團隊分組對抗競賽(?%)  5.競技綜合訓練表現(?%)  參加?賽事(?%) |
| 第  17-20  週 |  | 1.綜合體能訓練  2.組合技術訓練  3.實戰戰術訓練  4.選手心理訓練 | | | | | 1.個人專項體能表現(?%)  2.個人專項技術能力(?%)  3.小組綜合技術應用(?%)  4.團隊分組對抗競賽(?%)  5.競技綜合訓練表現(?%)  參加?賽事(?%) |
| 議題融入 | | □品德 □性別 □人權 □環境 □海洋 □生命 □法治 □科技  □資訊 □能源 □安全 □防災 □家庭教育 □生涯規劃 □多元文化  □閱讀素養 □戶外教育 □國際教育 □原住民族教育 □身心障礙者權益 | | | | | | |
| 評量規劃 | | 【上學期】  1.個人技術(40%)：  (1)  (2)  2.團隊對抗競賽(40%)  3.競技參賽運動表現(20%)  【下學期】  1.個人技術(40%)：  (1)  (2)  2.團隊對抗競賽(40%)  3.競技參賽運動表現(20%) | | | | | | |
| 教學設施  設備需求 | | 球棒、球、投捕練習場、打擊練習場、重量訓練室、棒球練習場 | | | | | | |
| 教材來源 | | 1. 體育專業領域課程綱要 2. 自編教材 | | | 師資來源 | | 校內 | |
| 備註 | |  | | | | | | |

三、體育班課程發展組織與運作

體育班114學年度課程計畫之體育班發展委員會決議-紀錄

檢附上會議紀錄及簽到表(出席人員、職稱務必呈現，如請假請註明，不可空白)。