

表3-1

112學年度臺中市立豐陽國民中學八年級第一學期學校體育班總體課程計畫進度總表(新課綱版本)

製表日期：112年7月10日

週次	日期	學校行事	課程計畫內容	部定課程	校訂課程			
				特殊類型班級課程	彈性學習課程			
				體育專業	統整性主題/專題/議題探究課程	特殊需求領域課程	其他類課程	
					自治活動	團體活動		
一 ~ 七	112/8/30   112/10/20	8/30(三)開學日(正式上課) 第一週祖孫週、友善校園週 [9/7~9/8]三年級第1次模擬考 9/21(四)國家防災日 9/23(六)國慶補班日 9/22(五)親師座談會演習 9/29(五)中秋節 [10/04~10/06]三年級畢業旅行 10/12(四)二年級英語朗讀比賽 10/9(一)國慶日調整放假 10/10(二)國慶日 10/17(二)-10/20(五)第一次定期評量 每週四臺灣母語日	單元/主題名稱	1. 棒球(2)：重量訓練。 2. 籃球(2)：籃球競賽規則及專項術語教學。 3. 滑冰(2)7	葫蘆墩圳巡禮-科學實作與探究(1) 1. 猜猜我是誰 2. 調酒大解密-夢幻飲品與彩虹杯 【環境教育】 【資訊教育】	1. 棒球：重量訓練。 2. 籃球：籃球競賽規則及專項術語教學。 3. 滑冰\滑輪7	自治活動(1) 1. 整潔 2. 敬師 3. 公德心 4. 安全	團體活動(1) 1. 菸害防制宣導【家庭教育】(2小時) 2. 藥物濫用講座【家庭暴力防治】(2小時) 【性侵害防治宣導】(1小時)
			教學重點	1. 棒球：增強專項體能、肌力、爆發力。 2. 籃球：透過課程瞭解各種籃球規則及專項術語的運用 3. 滑冰\滑輪：在滑輪/滑冰的過程申學習基本動作及技巧觀念	1. 了解廚房飲品和清潔用品的替性與危險，並使用儀器進行分辨。 2. 理解顏色分層與變色原理，並製作出特調飲品。	1. 棒球：增強專項體能、肌力、爆發力。 2. 籃球：透過課程瞭解各種籃球規則及專項術語的運用 3. 滑冰\滑輪：在滑輪/滑冰的過程申學習基本動作及技巧觀念	1. 能佈置一個優美的讀書環境。 2. 能保持整潔的良好習慣。 3. 能「尊師重道」，遵守校園倫理，發揮學生「孝悌」、「敬師」的良好表現。 4. 能修改自己缺點，表現良好品德。 5. 知道避免交通及運動傷害的方式。	1. 學會如何遠離菸品對人體的危害。 2. 瞭解藥物濫用者的濫用原因，並學會尋求解決問題的方法。
			評量方式	1. 觀察法 2. 紙筆測 3. 實作測 4. 模擬法 5. 輪滑測驗 6. 冰場實務測驗	1. 回答問題 2. 成果發表 3. 實作評量	1. 觀察法 2. 紙筆測 3. 實作測 4. 模擬法 5. 輪滑測驗 6. 冰場實務測驗	1. 機智問答 2. 分組討論 3. 學習單 4. 教師觀察 5. 同儕互評 6. 每週秩序及整潔競賽	1. 機智問答 2. 分組討論 3. 學習單 4. 教師觀察 5. 同儕互評
第一次定期評量								

八 ~ 十四	112/10/21   112/12/1	[10/23~11/2] 校慶運動會預賽 11/3(五) 校慶暨運動會 11/6(一) 作業抽查週 11/9(四) 國語文競賽 11/28(二)- 12/1(五) 第二次定期評量 每週四臺灣 母語日	單元/主題名稱	1. 棒球(2)：內、外野守備練習 2. 籃球(2)：小組配合進攻型態訓練。 3. 滑冰(2)8	葫蘆墩圳巡禮一 科學實作與探究(1) 1.餘音繞樑三日不絕毛根、水滴翩翩起舞 2.土法煉鋼魔法 【環境教育】 【資訊教育】	1. 棒球：內、外野守備練習 2. 籃球：小組配合進攻型態訓練。 3. 滑冰\滑輪8	自治活動(1) 1.榮譽 2.健康 3.環教 【環境教育】(1小時) 【反毒影片教學】(1小時)	團體活動(1) 營養教育 【環境教育】(1小時) 【性別平等教育】(2小時) 保腦宣導 【交通安全教育】(4小時)
		教學重點	1. 棒球：加強野手接球判斷能力。 2. 籃球：強化並能妥善運用小組配合的方式進攻。 3. 滑冰\滑輪：增強學生們的術科體能及彎道/直線技巧以提升學生們的秒數。	1. 辨別音階高低與聲音工作原理，並製作與演奏自製樂器。 2. 透過影片的觀察與分析，並選擇適當的方式收集結晶物。	1. 棒球：加強野手接球判斷能力。 2. 籃球：強化並能妥善運用小組配合的方式進攻。 3. 滑冰\滑輪：增強學生們的術科體能及彎道/直線技巧以提升學生們的秒數。	1. 能表現班級團結的氣氛，為班上爭取最高榮譽。 2. 能訂定班級的健康守則。 3. 能拒絕菸毒的誘惑。 4. 在班上能更有效率地進行資源回收。	1. 瞭解營養均衡及多樣性食物攝取的必要。 2. 認識交通工具的功能性、並體認遵守交通規則的重要性。	
		評量方式	1. 觀察法 2. 紙筆測 3. 實作測 4. 模擬法 5. 輪滑測驗 6. 冰場實務測驗	1. 回答問題 2. 成果發表 3. 實作評量	1. 觀察法 2. 紙筆測 3. 實作測 4. 模擬法 5. 輪滑測驗 6. 冰場實務測驗	1. 機智問答 2. 分組討論 3. 學習單 4. 教師觀察 5. 同儕互評 6. 每週秩序及整潔競賽	1. 機智問答 2. 分組討論 3. 學習單 4. 教師觀察 5. 同儕互評	

第二次定期評量

十五 ~ 二十一	112/12/2   113/1/19	[12/20~12/21] 三年級第2次模擬考 12/28(四)生命教育-寒冬送暖 1/1(一)元旦 1/18(四)- 1/19(五) 第三次定期評量 1/19(五) 休業式(正常上課) 1/20(六) 寒假開始 每週四臺灣 母語日	單元/主題名稱	1. 棒球(2)：全場守備練習。 2. 籃球(2)：全場攻守轉換模擬訓練。 3. 滑冰(2)9	葫蘆墩圳巡禮一 科學實作與探究(1) 1.魔術算甚麼抽絲剝繭我也會 2.就是那道光尋找亮點 【戶外教育】	1. 棒球：全場守備練習。 2. 籃球：全場攻守轉換模擬訓練。 3. 滑冰\滑輪9	自治活動(1) 1.服務 2.守法 3.勤勉 【全國法規資料庫法治教材】(1小時)	團體活動(1) 租稅教育 【全國法規資料庫法治教材】(2小時) 【性別平等教育】(2小時)
		教學重點	1. 棒球：模擬比賽情況加強守備應變觀念。 2. 籃球：模擬比賽實際情況加強攻守轉換之觀念及應用。 3. 滑冰\滑輪：訓練的過程學習比賽戰術、過人技巧、路線、卡位。	1. 透過魔術影片的觀察，找出所運用的概念並模擬出影片效果。 2. 利用生活素材製作觀察用儀器，並尋找不同環境觀察物體成像以及思考光害造成的影響。	1. 棒球：模擬比賽情況加強守備應變觀念。 2. 籃球：模擬比賽實際情況加強攻守轉換之觀念及應用。 3. 滑冰\滑輪：訓練的過程學習比賽戰術、過人技巧、路線、卡位。	1. 憑藉自己的力量，能為同學、班級、學校服務。 2. 知道遵守校規的重要性。 3. 能在日常生活中實踐「守法」的精神。 4. 能訂定寒假生活計畫。	建立學生依法納稅觀念及強化其租稅常識。	

			評量方式	1. 觀察法 2. 紙筆測 3. 實作測 4. 模擬法 5. 輪滑測驗 6. 冰場實務測驗	1. 小組討論與資料蒐集 2. 口頭發表與分享 3. 實作作品呈現 4. 小組競賽與小組互評 5. 學習單數據紀錄與結論撰寫	1. 觀察法 2. 紙筆測 3. 實作測 4. 模擬法 5. 輪滑測驗 6. 冰場實務測驗	1. 機智問答 2. 分組討論 3. 學習單 4. 教師觀察 5. 同儕互評 6. 每週秩序及整潔競賽	1. 機智問答 2. 分組討論 3. 學習單 4. 教師觀察 5. 同儕互評
第三次定期評量								

註1：節數安排請符合新課綱課程規定。

註2：各項課程之節數進度，各校可視實際開課節數調整及合併欄位。

註3：彈性學習課程欄位填寫單元/主題名稱即可。

註4：新課綱課程設計應適切融入性別平等、人權、環境、海洋、品德、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、原住民族教育等議題。

### 表3-2

## 112學年度臺中市立豐陽國民中學八年級第二學期學校體育班總體課程計畫進度總表(新課綱版本)

製表日期：112年7月10日

週次	日期	學校行事	課程計畫內容	部定課程	校訂課程			
				特殊類型班級課程	彈性學習課程			
				體育專業	統整性主題/專題/議題探究課程	特殊需求領域課程	其他類課程	
						自治活動	團體活動	
一 ~ 七	113/2/15   113/3/29	2/14(三)寒假結束 2/15(四)開學日 <b>第一週友善校園週</b> [2/15-2/16] 三年級第3次模擬考 2/17(六)春節補班 2/28(三)和	單元/主題名稱	1. <b>棒球</b> (2)：棒球規則、裁判規則、專項術語教學。 2. <b>籃球</b> (2)：基礎重量訓練 3. <b>滑冰</b> (2)10	葫蘆墩圳巡禮一科學實作與探究(1) 1. 環環相扣的糖與巨型珍珠 【 <b>食藥安全教育</b> 】	1. 棒球：棒球規則、裁判規則、專項術語教學。 2. 籃球：基礎重量訓練 3. 滑冰\滑輪10	自治活動(1) 1. 學問 2. 美化 3. 民主 4. 尊重	團體活動(1) 1. 陽光少年選舉【 <b>性別平等教育</b> 】(2小時) 2. 網路安全與媒體識讀【 <b>性別平等教育</b> 】 【 <b>性剝削防治教育</b> 】(1小時) 【 <b>家庭暴力防治</b> 】(1小時)

		平紀念日 <b>3/26(二)-3/29(五)</b> <b>第一次定期評量</b> 每週四台灣 母語日	<b>教學重點</b> 1. 棒球：透過課程瞭解各項規則及了解裁判如何判決、跑位專業專知識、各項術語的運用。 2. 籃球：使選手瞭解重量訓練的標準姿勢與注意事項，並增加專項體能、肌力。 3. 滑冰\滑輪：持續增強體能及肌力訓練，增加選手們肌肉量及肌耐力部分。	1. 理解物質的幾何構造，並組裝，解決問題與分享。 2. 體會自然界中化學反應的過程，並製作兼具美觀與食用性的成品。	1. 棒球：透過課程瞭解各項規則及了解裁判如何判決、跑位專業專知識、各項術語的運用。 2. 籃球：使選手瞭解重量訓練的標準姿勢與注意事項，並增加專項體能、肌力。 3. 滑冰\滑輪：持續增強體能及肌力訓練，增加選手們肌肉量及肌耐力部分。	1. 能好學勤問、養成良好閱讀習慣、規劃個人學習生涯計畫。 2. 能保持教室及校園環境整潔、美化綠化學校環境，建立優美校園。 3. 能發揮民主的精神，選拔出本學年度陽光少年。 4. 能尊重他人，接納不同的意見，尊重性別自立的觀念。	1. 能了解民主投票的意義，從選舉活動中培養民主法治精神，發揮民主法治之教育功能。 2. 培養學生具備自主思辨能力與媒體資訊判讀能力。
			<b>評量方式</b> 1. 觀察法 2. 紙筆測 3. 實作測 4. 模擬法 5. 輪滑測驗 6. 冰場實務測驗	1. 小組討論與資料蒐集 2. 口頭發表與分享 3. 實作作品呈現 4. 小組競賽與小組互評 5. 學習單數據紀錄與結論撰寫	1. 觀察法 2. 紙筆測 3. 實作測 4. 模擬法 5. 輪滑測驗 6. 冰場實務測驗	1. 機智問答 2. 分組討論 3. 學習單 4. 教師觀察 5. 同儕互評 6. 每週秩序及整潔競賽	1. 投票選舉出陽光少年 2. 機智問答 3. 分組討論 4. 學習單 5. 教師觀察 6. 同儕互評

第一次定期評量

八 ~ 十四	113/3/30   113/5/17	4/4(四)兒童節、清明節 4/5(五)清明節調整放假 [4/11-4/12]三年級第4次模擬考 4/18(一)作業抽查週	<b>單元/主題名稱</b>	1. 棒球(2)：打擊戰術訓練 2. 籃球(2)：基礎半場陣地戰攻防觀念 3. 滑冰(2)11	葫蘆墩圳巡禮-科學實作與探究(1) 1. 文創商品DIY-杯子大變身-2B鉛筆-手工皂 2. 我是品管師 3. 惡魔果實不是夢-伸縮自如的塑膠 <b>【食藥安全教育】</b>	1. 棒球：打擊戰術訓練 2. 籃球：基礎半場陣地戰攻防觀念 3. 滑冰\滑輪11	<b>自治活動(1)</b> 1. 諾言 2. 反毒 3. 感恩 <b>【反毒影片教學】(1小時)</b>	<b>團體活動(1)</b> 愛滋病防治教育 <b>【性教育-愛滋防治】(1小時)</b> <b>【性侵害防治宣導】(1小時)</b> <b>【家庭教育】(2小時)</b>
--------------	---------------------------	--	----------------	---	---	---	---	--

		5/2(四)一、 二年級英文 作文比賽 5/14(二)- 5/17(五) 第二次定期 評量 5/18(六)- 5/19(日) 國中教育會 考  每週四台灣 母語日	教學重點	1. 棒球：加強 團隊配合及 各項狀況應 變能力。 2. 籃球：提升 半場陣地戰 攻防觀念，並 能妥善運用。 3. 滑冰\滑 輪：將肌力 及肌耐力轉 型為專項動 作訓練，讓肌 肉習慣滑輪 滑冰時的肌 肉發力及走 向。	1. 搜尋符合文 創定義的資料和圖 片，製作並行銷 自己的商品。 2. 搜尋市售商 品，了解食品中 所添加的化學物 質對人體的影 響。 3. 了解物質受熱 後的變化，彩繪 並製成成品。	1. 棒球：加 強團隊配合 及各項狀況 應變能力。 2. 籃球：提 升半場陣地 戰攻防觀 念，並能妥 善運用。 3. 滑冰\滑 輪：將肌力 及肌耐力轉 型為專項動 作訓練，讓 肌肉習慣滑 輪滑冰時的 肌肉發力及 走向。	1. 能切實實踐 與他人的承 諾，恪遵「守 時」、「守信」 的信念。 2. 防範「煙 毒」維護大家 健康，注重身 心健康，從事 正當休閒活 動。 3. 勤儉自勉、 做一個體恤父 母的好子女， 啟發感恩懷 德，以表達對 偉大的父母、 師長之敬愛與 感恩。	1. 認識性傳染 疾病的特性、 發生、傳播途 徑及預防方 法。建立防 治性傳染疾 病的正確態 度。
			評量方式	1. 觀察法 2. 紙筆測 3. 實作測 4. 模擬法 5. 輪滑測驗 6. 冰場實務 測驗	1. 小組討論與 資料蒐集 2. 口頭發表與 分享 3. 實作作品呈 現 4. 小組競賽與 小組互評 5. 學習單數據 紀錄與結論 撰寫	1. 觀察法 2. 紙筆測 3. 實作測 4. 模擬法 5. 輪滑測驗 6. 冰場實務 測驗	1. 機智問答 2. 分組討論 3. 學習單 4. 教師觀察 5. 同儕互評 6. 每週秩序及整 潔競賽	1. 機智問答 2. 分組討論 3. 學習單 4. 教師觀察 5. 同儕互評

第二次定期評量

十五 ~ 二 十一	113/5/18   113/6/30	5/18(六)- 5/19(日) 國中教育會 考 5/21(二)- 5/24(五) 國中畢業生 成績評量 6/10(一)端 午節 6/12(三)- 6/14(五) 畢業典禮 6/27(四)- 6/28(五) 第三次定期 評量 6/28(五)休 業式(正常上 課)	單元/主題名 稱	1. 棒球(2) ：綜合打擊練 習 2. 籃球(2)：全 場對抗訓練 3. 滑冰(2)12	葫蘆墩圳巡禮一 科學實作與探究 (1) 1. 變色搖搖瓶 2. 金蟬脫殼盤中 動畫。	1. 棒球：綜 合打擊練習 2. 籃球：全 場對抗訓練 3. 滑冰\滑 輪12	自治活動(1) 1. 助人 2. 進取 3. 自省	團體活動(1) 水域安全宣導 【環境教育】 【空氣品質防護 宣導】(2小時) 【水域教育】
		教學重點	1. 棒球： 模擬比賽情 況強化攻擊 觀念 2. 籃球：分組 進行實戰模 擬，提升選手 臨場反應。 3. 滑冰\滑 輪：加深比賽 時的臨場戰 術反應，提高 過人或卡位 技巧及路線 意識	1. 製作變色搖 瓶，探討顏色變 化的關鍵因素並 進行驗證。 2. 了解物質對水 的溶解度並製作 (手繪)水中動 畫。 3. 製作變色搖 瓶，探討顏色變 化的關鍵因素並 進行驗證。	1. 棒球： 模擬比賽情 況強化攻擊 觀念 2. 籃球：分 組進行實戰 模擬，提升 選手臨場反 應。 3. 滑冰\滑 輪：加深比 賽時的臨場 戰術反應， 提高過人或 卡位技巧及 路線意識	1. 助人為善、 不居功、不受 酬，發揚守望 相助，警民合 作良好風氣。 2. 培養正面積 極的思維，有 目標才會成 功。 3. 時時自我反 省，作為進步 的參考。	注意戲水安 全教育，加強 宣導教育部 救溺五步觀 念。	

		6/29(六)暑假開始 每週四台灣 母語日	評量方式	1. 觀察法 2. 紙筆測 3. 實作測 4. 模擬法 5. 輪滑測驗 6. 冰場實務測驗	1. 小組討論與資料蒐集 2. 口頭發表與分享 3. 實作作品呈現 4. 小組競賽與小組互評 6. 學習單數據紀錄與結論撰寫	1. 觀察法 2. 紙筆測 3. 實作測 4. 模擬法 5. 輪滑測驗 6. 冰場實務測驗	1. 機智問答 2. 分組討論 3. 學習單 4. 教師觀察 5. 同儕互評 6. 每週秩序及整潔競賽	1. 投票選舉出陽光少年 2. 機智問答 3. 分組討論 4. 學習單 5. 教師觀察 6. 同儕互評
第三次定期評量								

註1：節數安排請符合新課綱課程規定。

註2：各項課程之節數進度，各校可視實際開課節數調整及合併欄位。

註3：彈性學習課程欄位填寫單元/主題名稱即可。

註4：新課綱課程設計應適切融入性別平等、人權、環境、海洋、品德、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、原住民族教育等議題。