

表3-1

114學年度臺中市立豐陽國民中學九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：114年6月23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. 學習單書寫 2. 資料蒐集與小組討論 3. 口頭發表 4. 分享與回饋	1. 機智問答 2. 分組討論 3. 學習單 4. 教師觀察 5. 同儕互評	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
--	--	--	------	--	---	--	--	--

第一次定期評量

八 ~ 十四	113/10/13 113/11/30	[10/20~11/6] 校慶運動會預 賽 10/27(一)作 業抽查週 11/7(五)校慶 暨運動會 11/20(四)語 文競賽 12/2(二)- 12/5(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) : 跑壘訓練 2. 籃球(2) : 轉換快攻進攻型態 3. 滑冰(2) : 14 :	葫蘆墩巡禮一 玩藝數(1) 1. 區間測速大 解析(3節) 【交通安全教 育】 我的零用變少 了?(3節) 【交通安全教 育】	團體活動 (1) 1. 营養教育 (4節) 【環境教 育】 (1小時) 【性別平 等教育】 (2小時) 2. 租稅教育 (5節) 【法 治教育】 【全國法 規資料庫 法 治 教 材】 (2 小 時) 、【性別平 等教育】 (1 小時)	1. 棒球 : 跑 壘訓練 2. 籃球 : 轉 換快攻進 攻型態 3. 滑冰 \ 滑 輪14 :	自治活動(1) 1. 榮譽(2節) 【品德教育】 2. 健康(2節) 【性侵害防治 宣導】(1小時) 4. 環教(2節) 【環境教育】 【永續靜零環 境教育宣導】 (1小時) 【品德教育】 【環境教育】
--------------	-----------------------------	---	-------------	---	--	--	--	---

			<p>教學重點</p> <p>1. 棒球：加強揮棒後初速度、跨步距離、跑壘角(弧)度、身體重心。</p> <p>2. 籃球：瞭解快攻與急攻進攻型態，並小組配合實際演練。</p> <p>3. 滑冰\滑輪：提升運動傷害防護、降低傷害，並了解禁規定。提升基礎技能，了解各項技術語能力提升。</p> <p>1. 讓學生瞭解區間測速段式及位置，並增進學生交通安全知識。</p> <p>2. 了解貨幣對生活的新事件，對於通貨膨脹有更深層的了解，並能以數度解讀生活時事。</p> <p>1. 瞭解營養均衡及多樣性飲食攝取對人體的重要，並落實於飲食習慣中。</p> <p>2. 建立學生依法納稅之觀念及強化其常識，瞭解納稅義務人之義務。</p>	<p>1. 棒球：加強揮棒後初速度、跨步距離、跑壘角(弧)度、身體重心。</p> <p>2. 籃球：瞭解快攻與急攻進攻型態，並小組配合作演練。</p> <p>3. 滑冰\滑輪：提升運動傷害防護、降低傷害，並了解禁規定。提升基礎技能，了解各項技術語能力提升。</p>	<p>1. 能表現班級團結的氣氛，為班上爭取榮譽。</p> <p>2. 能討論並訂定班級的健康守則。</p> <p>3. 能按照學校規定有效率地進行資源回收。</p>		
		<p>評量方式</p>	<p>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</p>	<p>1. 學習單書寫 2. 資料蒐集與小組討論 3. 口頭發表 4. 分享與回饋</p>	<p>團體活動</p> <p>(1) 1. 营養教育(4節) 【環境教育】(1小時) 【性別平等教育】(2小時) 2. 租稅教育(5節) 【法治教育】 【全國法規資料庫法治教材】(2小時) 、【性別平等教育】(1小時)</p>	<p>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</p>	<p>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</p>

第二次定期評量

十五 ~ 二十一	113/12/1 114/1/20	葫蘆墩圳巡禮 12/25(四)生命教育-寒冬送暖 1/1(四)元旦 1/14(三)-1/20(二)第三次定期評量 1/20(二)休業式(正常上課) 1/21(三)寒假開始 每週四臺灣母語日	單元/主題 名稱	1. 棒球(2)： 內野守備練習 2. 籃球(2)： 陣地戰防守策略 3. 滑冰 (2)15：	葫蘆墩圳巡禮一 玩藝數(1) 1.你今天省水了嗎？(4節) 【環境教育】 2.別讓老人社會，成為孩子的負擔(4節) 【家庭教育】 【環境教育】 【家庭教育】	團體活動 (1) 【交通安全教育】(2小時)	1. 棒球：內野守備練習 2. 籃球：陣地戰防守策略 3. 滑冰\滑輪15：	自治活動(1) 1.服務(2節) 【性別平等教育】(1小時) 2.守法(2節) 【法治教育】 【全國法規資料庫法治教材】(1小時) 3勤勉(3節) 【性別平等教育】 【法治教育】
			教學重點	1. 棒球：要 求接球位 置、移動步 伐、接球應 變能力、傳 球動作。 2. 籃球：使 選手瞭解各 種陣地戰防 守布陣方式 及應用時 機，並分組 模擬練習。 3. 滑冰\滑 輪：重量訓 練、冰上基 本動作與體 能模擬養 成。	1.透過生活中常見的用水 習慣、收費單、水費等 素材，引導學生識讀水 表、水費通知單，並進行 水資源省思。 2.引導學生計算扶老比， 並讓學生了解扶老比逐 年升高的影響，讓孩子 多關心老人議題。	1.認識交通工具的功能性， 體認交通規則的重 要性，且能確實遵守 交通規則。	1.棒球：要 求接球位 置、移動步 伐、接球應 變能力、傳 球動作。 2.籃球：使 選手瞭解各 種陣地戰防 守布陣方式 及應用時 機，並分組 模擬練習。 3.滑冰\滑 輪：重量訓 練、冰上基 本動作與體 能模擬養 成。	1.憑藉自己的力量，能 為班上同學服務。(含性 別平等教育) 2.了解校規及遵守校規 的重要性。(含法治教 育) 3.學習如何管理時間， 增進學習效率。
			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.學習單書寫 2.資料蒐集與 小組討論 3.口頭發表 4.分享與回饋	1.機智問答 2.分組討論 3.學習單 4.教師觀察 5.同儕互評	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
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

114學年度臺中市立豐陽國民中學九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：114年6月23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	社團活動與 技藝課程	特殊需求領域課程	其他類課程
一 ~ 七	114/2/11 114/3/29	2/10(二)寒 假結束 2/11(三)開 學日 第一週友善 校園週 第二週品德 教育週 2/16(一)除 夕 2/17(二)- 2/19(四)春 節 2/27(五)和 平紀念日調 整放假 3/24(二)- 3/27(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) ：運動傷害 防護 2. 籃球(2)： 籃球競賽制 度 3. 滑冰 (2)16：	葫蘆墩圳巡禮 二 玩藝數(2) 1.生態危機 知多少(4節) 【環境教 育】 2.生活中的 「美」一個 角落(5節) 【戶外教 育】 【環境教 育】 【戶外教 育】	團體活動(1) 1.健康安全宣 導(3節) 【交通 安全教育】(1 小時)、【環境 教育】(1小 時)、【空氣品 質防護宣導】 (1小時) 2.愛滋病防治 教育(4節) 【家 庭教育】(2小 時)、【性教育- 愛滋防治】(1 小時)、【性侵 害防治宣導】 (1小時)	1.棒球：運 動傷害防護 1.籃球：籃 球競賽制度 3.滑冰\滑輪 16：	自治活動(1) 1.學問 2.美化 3.民主 【性別平等 教育】(1小 時) 4.尊重 【性侵害防 治宣導】(1 小時) 【環境教 育】 【性別平等 教育】 【法治教 育】 【閱讀素養 教育】
			教學重點	1. 棒球：加 強球員傷害 防護的重要性 及正確觀念， 預防受傷、放鬆、 恢復、強化各項 肌力。 2. 籃球：使選手 瞭解單淘汰、循環 賽等競賽制度並能繪製 賽程圖。 3. 滑冰\滑輪：專長體 能訓練(爆發 力、肌耐 力、柔軟度)	1.由區域族 群數量了解 瀕危生物或 外來種生物 對生態的影 響，對於生 態保育觀念 有更深層的 了解。 2.透過貝聿 銘建築大師 的作品，帶領 學生探究建 築中的幾何 美學及應用。	1.培養良好 的健康及安 全生活習慣 及環保行 為。 2.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 正確態度並 加強自我保 護之意識。	1.棒球：加 強球員傷害 防護的重要性 及正確觀念， 預防受傷、放鬆、 恢復、強化各項 肌力。 2.籃球：使選手 瞭解單淘汰、循環 賽等競賽制度並能繪製 賽程圖。 3.滑冰\滑輪：專長體 能訓練(爆發 力、肌耐 力、柔軟度)	1.能規劃個 人學習計 畫。 2.能保持教 室及校園環 境整潔，建 立優美校 園。 3.能遵循民 主程序，在互 相尊重的前 提下選拔出本 學年度陽光少 年。

			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. 學習單書寫 2. 資料蒐集與小組討論 3. 口頭發表 4. 分享與回饋	1. 機智問答 2. 分組討論 3. 學習單 4. 教師觀察 5. 同儕互評	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
--	--	--	------	--	---	--	--	--

第一次定期評量

八 ~ 十四	114/3/3 114/5/17	4/3(五)兒童節調整放假 4/4(六)兒童節 4/5(日)清明節 4/6(一)清明節調整放假 4/13(一)作業抽查週 4/30(四)一二年級英文作文比賽 5/12(二)- 5/16(五)第二次定期評量 5/16(六)- 5/17(日)國中教育會考 每週四臺灣母語日	單元/主題 名稱	1. 棒球(2)：打擊訓練 2. 籃球(2)：陣地戰進攻策略 3. 滑冰(2)： 葫蘆墩圳巡禮二 1. 留存美麗世界的小秘密(5節) 【資訊教育】、 【性別平等教育】(2小時)	團體活動(1) 1. 陽光才藝少年選拔活動-才藝(3節) 2. 陽光才藝少年選拔活動-選舉(3節)	1. 棒球：打擊訓練 2. 籃球：陣地戰進攻策略 3. 滑冰\滑輪17： 【資訊教育】、 【性別平等教育】(2小時)	自治活動(1) 1. 尊重 【動物保護與福利】(1小時) 2. 諾言 3. 反毒 【反毒影片教學】(1小時) 4. 感恩 【性別平等教育】 【資訊教育】 【品德教育】 【家庭教育】
			教學重點	1. 棒球：揮棒速度及角度、擊球點、球棒延伸、下盤應用、髖骨旋轉。 2. 籃球：使選手瞭解在面對各種防守布陣時所應隊的進攻戰術，並分組模擬練習。 3. 滑冰\滑輪：使選手在體能及場地實務技術表現能有效提升運動競技能力。	1. 透過攝影作品引導學生認識光圈、快門及ISO，並進行正確曝光的推算。 2. 培養學生具備自主思辨能力，並以批判性角度分辨假新聞。	1. 能了解民主投票的意義，從選舉活動中培養互相尊重之品德，落實選賢與能之法治精神。 2. 培養學生具備自主思辨能力，並以批判性角度分辨假新聞。	1. 棒球：揮棒速度及角度、擊球點、球棒延伸、下盤應用、髖骨旋轉。 2. 籃球：使選手瞭解在面對各種防守布陣時所應隊的進攻戰術，並分組模擬練習。 3. 滑冰\滑輪：使選手在體能及場地實務技術表現能有效提升運動競技能力。

			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. 學習單書寫 2. 資料蒐集與小組討論 3. 口頭發表 4. 分享與回饋	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	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
--	--	--	------	--	---	--	--	--

第二次定期評量

十五 ~ 二十一	114/5/18 114/6/30	5/16(六)- 5/17(日)國中教育會考 5/19(五)端午節 5/19(二)- 5/22(五)國中畢業生成績評量 6/10(三)- 6/12(五)畢業典禮 6/24(三)- 6/30(二)第三次定期評量 6/30(二)休業式(正常上課) 7/1(三)暑假開始 每週四臺灣母語日	單元/主題 名稱	1. 棒球(2)：外野守備練習 2. 籃球(2)：全場對抗 3. 滑冰(2)： 18:	葫蘆墩巡禮二 玩藝數(2) 1.人生無處不賽局 【品德教育】	團體活動(1) 5.網路安全與媒體識讀(4節) 【資訊教育】 【性別平等教育】 【性剝削防制教育】(1小時) 【家庭暴力防治】(1小時) 6.交通與水域宣導(1節) 【水域安全教育】 【交通安全教育】(1小時)	1. 棒球：外野守備練習 2. 籃球：全場對抗 3. 滑冰\滑輪 18:	自治活動(1) 1.助人 【家庭暴力防治】(1小時) 2.進取 【資訊教育】 【性別平等教育】 【水域安全教育】 【生涯規劃教育】
			教學重點	1. 棒球：判斷力、移動接球速度、轉傳能力、相互補位默契、接球位置。 2. 籃球：透過實際比賽模擬，使選手練習使用各種戰略以提升實戰經驗。 3. 滑冰\滑輪：個人滑冰觀念養成/技術、戰技場地實務及搭配體能相輔相成。	1. 讓學生知道賽局理論延伸及應用。 2. 能留意水域環境，確保自身安全，加強宣導教育部救溺五步觀念。	1. 培養學生具備自主思辨能力，並以批判性角度分辨假新聞。 2. 能留意水域環境，確保自身安全，加強宣導教育部救溺五步觀念。	1. 棒球：判斷力、移動接球速度、轉傳能力、相互補位默契、接球位置。 2. 籃球：透過實際比賽模擬，使選手練習使用各種戰略以提升實戰經驗。 3. 滑冰\滑輪：個人滑冰觀念養成/技術、戰技場地實務及搭配體能相輔相成。	1. 能在鄰里發揚守望相助，警民合作的良好風氣。 2. 培養積極進取的學習態度，為自身訂定努力的目標。
			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. 學習單書寫 2. 資料蒐集與小組討論 3. 口頭發表 4. 分享與回饋	1. 機智問答 2. 分組討論 3. 學習單 4. 教師觀察 5. 同儕互評	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

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。

