

時間	單元	課程目標	教學目標	教學內容	教學要求	評量方法	成績計算方式	能力指標	重大議題
02/18 03/12	桌球	精進桌球基本技能，並從比賽中獲得樂趣	學生已具備正反手平擊球及切球的基本能力，講解雙打基本規則換位方法，並培養默契互不干擾的輪替方式	1. 講解雙打規則及位置輪替方式 2. 示範組示範練習，並說明擔任裁判的職責 3. 男女分別比賽切磋練習	1. 活動前先行進行操場慢跑四圈及暖身操 2. 活動中有任何身體不適必須立即向老師報告 3. 切勿嬉鬧及從事危險動作	比賽結果 平時表現	1. 男女各分成兩人一組，每組必須與班上其他同性別的組別比一場，總結戰績作為成績計算方式 2. 其他課堂表現作為加減分依據 3. 如有無法配合測驗之同學，改以「體育報告」或其他適宜之評量方式作為此項測驗之成績	3-3-5 4-3-5	性別平等教育 人權教育
03/15 04/01	體操 田徑	利用闖關遊戲，將之前所學到的體操計綜合運用於其中	1. 複習之前所學過的體操技能 2. 訓練身體的協調與反應	1. 講解闖關各項關卡的技术要點及規則 2. 說明安全原則 3. 成績計算方式	1. 活動前先行進行暖身操 2. 活動中有任何身體不適必須立即向老師報告	態度評量 實作評量	1. 測驗闖關遊戲完成秒數(包含犯規加秒)，依照秒數給予對應的成績。 2. 其他課堂表現作為加減分依據	3-3-1 3-3-3 5-3-3	性別平等教育 環境教育 生涯發展教育
04/06 04/23	羽球	講解發短球基本動作要領，動作限制規則及單雙打發球場地範圍的不同	複習發球的規則及種類，示範講解發短球的動作要素，並分析如何發出一顆優質的短發球	1. 介紹單雙打發球有效區域範圍 2. 示範講解發短球的動作限制規則及動作要領 3. 說明測驗內容	1. 活動前先行進行操場慢跑四圈及暖身操 2. 活動中有任何身體不適必須立即向老師報告 3. 切勿嬉鬧及從事危險動作	態度評量 實作評量	1. 測驗發短球-左右發球區各有目標區域，左右各發五球，一球四分，60 分起跳，加上得分分數是為該測驗成績 2. 其他課堂表現作為加減分依據 3. 如有無法配合課程內容之同學，改以「體育報告」或其他適宜之評量方式作為此項目之成績	3-3-2 3-3-5 4-3-5	生涯發展教育 家政教育
04/26 05/14	游泳	游泳能力及意志力的展現	期望學生將所學會的捷式、仰式、蛙式作	1. 講解及說明 100 公尺混合式測驗的內容	1. 活動前先行進行操場慢跑四圈及暖身操	實作評量 比賽結果 下水次數	1. 100 公尺混合式測驗，內容包含捷式、仰式、蛙式，每一式至少要游 25 公尺，60 分起跳，每完成 25 公尺加 10 分	3-3-1 4-3-2	性別平等教育 人權教育

			精熟，並能在轉換中游刃有餘	2. 說明分數計算的方式	2. 活動中有任何身體不適必須立即向老師報告 3. 切勿跳水及從事危險動作（在池邊奔跑）		2. 下水次數作為加減分依據—每次下水加一分，有假單沒下水不加分，沒假單不下水減一分 3. 如有無法配合測驗之同學，改以「體育報告」或其他適宜之評量方式作為此項測驗之成績		
05/17 06/04	籃球	加強個人基本投射能力，並增加投射距離	由五個定點三分線投籃的練習，模擬職業球員在明星賽中的三分球大賽，提升學生投籃的自信心	1. 複習籃球基本動作—投籃，並說明如運用全身的力量來投三分球，達到省力及提高命中率的目標 2. 講解比賽規則 3. 成績計算方式	1. 活動前先行進行操場慢跑四圈及暖身操 2. 活動中有任何身體不適必須立即向老師報告 3. 切勿嬉鬧及從事危險動作	態度評量 實作評量 平時表現	1. 仿照明星賽中三分球大賽的五個定點，每個定點投兩顆球，進一顆球四分，60分起跳，加上得分分數是為該測驗成績 2. 其他課堂表現作為加減分依據 3. 如有無法配合課程內容之同學，改以「體育報告」或其他適宜之評量方式作為此項目之成績	3-3-2 3-3-5 4-3-5	生涯發展教育 性別平等教育
06/07 06/30	桌球	精進桌球基本技能，並在練習比賽中精進技術	學生已具備正反手推檔擊球的基本能力，說明切球球拍角度及施力的方向，區分與平擊球之間的不同，進行兩人一組切球動作練習，並要求切球動作的正確性	1. 複習正反手動作要領 2. 細部講解切球時球拍角度與施力方向，球拍與球摩擦後球旋轉的方向，以及切球的目的及原理 3. 分組練習及個別糾正 4. 兩人一組測驗連續切球次數	1. 活動前先行進行操場慢跑四圈及暖身操 2. 活動中有任何身體不適必須立即向老師報告 3. 切勿嬉鬧及從事危險動作	分組評量 平時表現	1. 兩人一組，測驗切球連續擊球次數，來回算一次，60分加上次數為測驗分數；如測後欲想進行補測，分數取其高作為最終分數 2. 其他課堂表現作為加減分依據 3. 如有無法配合測驗之同學，改以「體育報告」或其他適宜之評量方式作為此項測驗之成績	3-3-5 4-3-5	性別平等教育 人權教育

	期末 成績 檢討	1. 學期總檢討 — 分享與回 饋 2. 各項術科補 考測驗 3. 成績確認及 問題討論	師生共同討論 在這一學期 中，是否有任 何問題及想 法，以及確認 最後的成績	1. 師生互動討論 分享 2. 各項術科成績 確認	1. 活動中有任何身體 不適必須立即向老 師報告 2. 切勿嬉鬧及從事危 險動作	態度評量 平時表現	1. 術科成績總平均佔總成績 50% 2. 課堂表現及參加比賽佔 50%	3-3-2 3-3-5 4-3-5	生涯發展教育 家政教育
--	----------------	--	---	------------------------------------	--	--------------	--	-------------------------	----------------

※家長配合事項：1. 羽球拍、桌球拍及桌球請同學自行準備，如個人準備有困難，學校可提供外借(押學生證)。

2. 同學有不適合激烈運動之疾病史，請事先告知體育老師，再行研擬配套措施及成績計算方式。

※學期總成績計算方式：認知成績平均佔 25%，情意成績平均佔 25%，技能成績平均佔 50%；另有平常課堂表現作加減分。