

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	學習表現	學習內容	重大議題
09/01 09/19	羽球	從羽球網前短球的練習中，瞭解如何運用手腕的靈活性，來有效控制處理球的力度及角度	1. 瞭解羽球比賽戰術中，網前短球的運用時機 2. 注重動作細節及反應時間的培養	1. 說明羽球網前球動作要領 2. 講解練習方式 3. 說明測驗及計分方式	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	比賽結果 平時表現	1. 兩人一組，分別站在發球線與網子之間的區塊，測驗網前短球來回連續擊球次數，來回算一次，70 分加上次數為測驗分數；如測後欲想進行補測，分數取其較高作為最終分數 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	1c-IV-1 1c-IV-2 1d-IV-1 1d-IV-2 2c-IV-2 2c-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-1 4d-IV-1	Ha-IV-1	生涯發展 教育 家政教育
09/22 10/10	田徑	1. 介紹田徑場地規格、周邊場地設施，並強調各項運動安全守則 2. 藉由大隊接力比賽，培養團隊合作的精神與默契	教授大隊接力接棒技巧，說明接棒過程中，助跑的時機及速度的控制	1. 折返跑傳接棒動作練習 2. 介紹接力區範圍，並說明助跑時機點 3. 實際練習一次大隊接力	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	實作評量 態度評量	1. 其他課堂表現作為加減分依據 2. 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	1c-IV-1 1d-IV-1 1d-IV-2 2d-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-1 3d-IV-2 3d-IV-3 4c-IV-2 4d-IV-2 4d-IV-3	Ab-IV-1 Cb-IV-2 Ga-IV-1	性別平等 教育 生涯發展 教育 家政教育
10/13 10/31	桌球	精進桌球基本技能，並在練習比賽中精進技術	學生已具備正手推檔擊球的基本能力，進行兩人一組正手擊球動作練習	1. 示範正手動作要領 2. 細部講解正手擊球時身體配合的韻律感	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	分組評量 平時表現	1. 兩人一組，測驗正手來回連續擊球次數，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，分數取其較高作為最終分數	1c-IV-1 1d-IV-1 1d-IV-2 1d-IV-3 2c-IV-2	Ha-IV-1	性別平等 教育 人權教育

			習，並要求正手動作的正確性	3. 分組練習及個別糾正 4. 兩人一組測驗連續正手擊球次數	向老師報告 3. 切勿嬉鬧及從事危險動作		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	3d-IV-1		
11/03 11/21	游泳	採互惠式教學法，由能力較好的同學，協助老師幫助能力較不好的同學，加強游泳的能力	1. 藉由同學之間互相教學，增進每位同學的學習機會，讓每位同學能盡早完成基本 25 公尺游泳能力 2. 依教育部規定，檢測學生游泳能力，給予分級判定（不列入分數依據）	1. 檢測游泳能力－依照同學游泳的距離、方式，給予相對應的游泳能力判定 2. 老師先行說明仰式打水基本動作要領，並提醒常犯錯誤及修正技巧，練習過程中，同學可以互相提醒協助 3. 說明分數計算方式	1. 活動前先行進行全身性的伸展操 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）	平時表現 態度評量 測驗評量	1. 仰式打水 25 公尺測驗－依測驗的秒數成績對照成績表給予分數。 3. 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不扣分，沒假單不下水減一分 4. 如有無法配合課程教學之同學，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	1c-IV-1 1c-IV-2 1d-IV-1 1d-IV-2 2c-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-3 4c-IV-2	Cb-IV-2 Cc-IV-1 Gb-IV-1 Gb-IV-2	性別平等 教育 人權教育
11/24 12/12	籃球	從籃球比賽中瞭解團隊合作的重要性，培養遵守比賽規則、服從裁判的態度，進而養成遵循社會規範的人格	1. 讓每位同學學會如何去比賽、瞭解籃球規則 2. 學會欣賞及喜愛籃球運動的真諦	1. 講解全場籃球比賽規則及相關運動道德的觀念 2. 男女分開進行全場比賽，未比賽組作為場邊裁判，交互輪流進行比賽	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 記錄評量 平時表現	1. 每一場比賽贏的組別獲得 3 分，輸的組別獲得 1 分，平手各獲得 2 分，成績以 80 分開始計算，加至 100 分為止 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	1c-IV-1 1c-IV-3 1d-IV-1 1d-IV-2 1d-IV-3 2c-IV-2 2c-IV-3 2d-IV-2 3c-IV-1 3d-IV-1	Hb-IV-1	生涯發展 教育 性別平等 教育

								3d-IV-3 4c-IV-2 4d-IV-2		
12/15 01/02	體操	每學期進行體適能檢測以協助學生瞭解自己現今體能狀況的優劣	1. 於每堂課都要求學生跑操場四圈，平時就鍛鍊學生心肺耐力的部分 2. 於測驗前教導學生自我加強體適能方法，並於每堂課中隨機加強	1. 說明體適能對人體的益處及重要性 2. 講解測驗方式內容 3. 期許養成終身運動的習慣	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 體適能檢測	1. 分組進行測驗作為最終測驗成績 2. 其他課堂表現作為加減分依據	1c-IV-2 4c-IV-3	Ab-IV-1 Ab-IV-2	性別平等教育 環境教育 資訊教育
01/05 01/16	期末成績檢討	1. 學期總檢討一分享與回饋 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 3. 筆試成績確認	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. 筆試成績佔總成績 25% 3. 課堂表現及參加比賽佔 25%			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：筆試成績佔 25%，課堂平時表現佔 25%，術科成績平均佔 50%；另有報告或作業作加減分。