

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
08/31 09/18	籃球	加強個人基本投射能力，藉由互相的競爭比賽，激發個人練習的意願	由定點投籃的比賽，降低可變的因素，練習最純粹的投籃技術	1. 複習籃球基本動作—投籃 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. 男女分開個別進行一對一比賽，雙方同意於任一定點，進行定點投籃比賽，每人投十顆球，進球數多者勝，如十顆完畢後仍平手，則繼續投至先進球的一方獲勝。最後計算最終勝負場數為分數 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 3d-IV-3 4c-IV-2 4d-IV-2	Hb-IV-1	人權教育 性別平等教育 生涯發展教育
09/21 10/09	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
10/12 10/30	羽球	從羽球比賽中瞭解如何調配長球及短球的	1. 瞭解羽球比賽戰術運用的調配，以	1. 說明雙打比賽規則 2. 講解比賽方式	1. 活動前先行進行操場慢跑四圈及暖身操	態度評量 記錄評量 平時表現	1. 男女分開進行雙打比賽，每組間比賽一次，先獲得11分者勝出，計算最終勝	1c-IV-1 1c-IV-2 1d-IV-1	Ha-IV-1	生涯發展教育 家政教育

		應用時機，以及和隊友相互配合的默契	及節省體力及增加反應時間的能力 2. 瞭解和隊友之間所區分的責任區域，以及重疊時所因應的方式	3. 介紹兩人相互配合所運用的戰術演練 4. 分組比賽及適時給予指導	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		負場數為分數 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	1d-IV-2 2c-IV-2 2c-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-1 4d-IV-1		
11/02 11/20	田徑	學會自行養成慢跑或其他長時間的有氧運動習慣	瞭解慢跑對於消耗熱量及健康的重要性	1. 說明跑步時如何呼吸做有節奏性的調配 2. 講解 SH150 實施重點精神	1. 活動前先行進行全身性徹底的暖身操 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. 利用至少四節課的時間慢跑，最多可延長至六節，一圈 1 分，圈數的總和為此項目成績計算方式 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	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
11/23 12/11	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	1c-IV-1 1d-IV-1 1d-IV-2 1d-IV-3 2c-IV-2 3d-IV-1	Ha-IV-1	性別平等教育 人權教育
12/14 01/01	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	藉由同學之間互相教學，增進每位同學的學習機會，讓	1. 老師先行說明仰式划手基本動作要領，以及配合仰打動	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	平時表現 態度評量 測驗評量	1. 仰式打水 25 公尺測驗-依測驗的秒數對照成績表給予分數。 2. 每個人基本分 60 分，每下	1c-IV-1 1c-IV-2 1d-IV-1 1d-IV-2	Cb-IV-2 Cc-IV-1 Gb-IV-1 Gb-IV-2	性別平等教育 人權教育

		較不好的同學 加強游泳能力	每位同學能盡 早完成基本 25 公尺游泳能力	作的協調性， 教學過程中給 予小老師適時 的協助 2. 說明分數計算 方式	師報告 3. 切勿跳水及從事危 險動作（在池邊奔 跑）		水一次加 3 分，參加測驗 或繳交報告為額外加分方 式	2c-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-3 4c-IV-2		
01/04 01/15	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%，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。