

屏東縣 110 學年度體育班課程計畫學校自評表暨審核表

學校：屏東縣立鶴聲國中

項次	審查指標	審查重點	學校自我審查			委員審查		
			符合	不符	說明	符合	不符	說明
壹、學校課程 總體架構	一、學校現況	體育班發展項目與班級、人數	✓					
	二、體育班課程目標	符合核心素養暨學校體育班特色	✓					
	三、領域學習課程、特殊類型班級課程及彈性學習課程節數一覽表	1. 依課綱規定及體育班課程實施規範規劃 2. 第四學習階段各學習領域中之各科目，均應於學習階段中安排授課節數。(語文、數學、自然科學、社會之節數與普通班相同，其餘領域得依規定酌減) 3. 特殊需求領域課程(體育專業)1-3 節	✓					
貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)	體育班(體育專業)	1. 依體育班課程實施規範辦理 2 參考範例格式(週/日期/單元(進度)/教學重點/評量/議題融入..)編寫一學年的計畫	✓					

參、彈性學習 課程計畫(校 訂課程)	一、統整性主題/ 專題/議題探 究課程計畫	請依照普通班參考範例編寫			與普通班相同			
	二、社團活動與技 藝課程計畫	請依照普通班參考範例編寫			無			
	三、特殊需求領域 課程計畫	請依照參考範例編寫	✓					
	四、其他類課程計 畫	請依照普通班參考範例編寫			與普通班相同			
肆、附件	一、「體育班發展 委員會組織要 點」	1. 依十二年國民基本教育體 育班課程實施規範暨高級 中等以下學校體育班設立 辦法來辦理。 2. 103 年 6 月 30 日經校務會 議通過。	✓					
	二、體育班發展委 員會組織架構 及成員(以圖 表或文字表 述)	1. 體育班發展委員會組織架 構。 2. 委員九人至十三人，由校 長擔任召集人，各相關行 政人員、專任運動教練、 體育班教師、家長代表擔 任委員；專任運動教練及 體育班教師人數，應占委 員總數三分之一以上；任 一性別委員人數，應占委 員總數三分之一以上。	✓					

屏東縣立鶴聲國中體育班課程計畫

課程計畫目錄

【本課程計畫經本校 110 年 6 月 22 日體育班發展委員會審查通過】

【本課程計畫經本校 110 年 6 月 22 日課程發展委員會審查通過】

【本課程計畫經屏東縣政府 ○ 年 ○ 月 ○ 日屏府教體字第 ○○○ 號函核准備查】

壹、體育班課程總體架構

- 一、學校現況（參見表一）
- 二、體育班課程目標（以文字表述）
- 三、體育班領域課程及彈性學習課程節數一覽表（參見表二）

貳、體育班體育專業領域課程計畫(部定課程)

體育班體育專業領域課程計畫(參見表三)

參、體育班彈性學習課程計畫(校訂課程)

- 一、統整性主題/專題/議題探究課程計畫(參考普通班計畫格式，若與普通班相同免列)
- 二、社團活動與技藝課程計畫(參考普通班計畫格式，若與普通班相同免列)
- 三、特殊需求領域課程計畫(參見表四及表五)
- 四、其他類課程計畫(參考普通班計畫格式，若與普通班相同免列)

肆、附件

- 一、「體育班發展委員會組織要點」（校務會議通過日期）
- 二、體育班發展委員會組織架構及成員(以圖表或文字表述)
- 三、體育班課程規劃小組組織架構及成員(以圖表或文字表述)
- 四、體育班發展委員會審查「體育班課程計畫」之會議紀錄(含簽到表)
- 五、課程發展委員會審查「體育班課程計畫」之會議紀錄(含簽到表)

壹、體育班課程整體架構

一、學校現況 (表一)

學校名稱	屏東縣立鶴聲國民中學		學校 類型 (請勾選)	☒ 一般 ☐ 非山非市 ☐ 偏遠 ☐ 特偏 ☐ 極偏		
地址	屏東市大武路 225 號		電話	08-7520591-13	傳真	08-7533370
網址	http://www.hs.jh.ptc.edu.tw/nss/p/index					
校長	羅彥文		E-mail	ywlo.tw@gmail.com		
教務(導)主任	方惠權		E-mail	yoyotvhbo@yahoo.com.tw		
編制內教師數	51					
專任運動教練數	1					
班級數及 學生人數概況	班級類別		班級數		學生數	
	普通班		19		515	
	<u>集中式</u> 身心障礙類 特教班		0		0	
	藝術才能班		0		0	
	體育班	發展項目	3		54	
		1. 棒球				
		2. 羽球 3. 跆拳道				
	總計		22		569	
非集中式 特殊類型班級	分散式資 源班	身心障礙類	1		25	
		資賦優異類	0		0	
	巡迴輔導 班	身心障礙類	0		0	
		資賦優異類	0		0	

二、體育班課程目標(文字表述)

(一)啟發生命潛能

啟迪學習的動機，培養好奇心、探索力、思考力、判斷力與行動力，願意以積極的態度、持續的動力進行探索與學習；從而體驗學習的喜悅，增益自我價值感。進而激發更多生命的潛能，達到健康且均衡的全人開展。

(二)陶養生活知能

培養基本知能，在生活中能融會各領域所學，統整運用、手腦並用地解決問題；並能適切溝通與表達，重視人際包容、團隊合作、社會互動，以適應社會生活。進而勇於創新，展現科技應用與生活美學的涵養。

(三)促進生涯發展

導引適性發展、盡展所長，且學會如何學習，陶冶終身學習的意願與能力，激發持續學習、創新進取的活力，奠定學術研究或專業技術的基礎；並建立「尊嚴勞動」的觀念，淬鍊出面對生涯挑戰與國際競合的勇氣與知能，以適應社會變遷與世界潮流，且願意嘗試引導變遷潮流。

(四)涵育公民責任

厚植民主素養、法治觀念、性別平等及權益、人權理念、道德勇氣、社區/部落意識、國家認同與國際理解，並學會自我負責。進而尊重多元文化與族群差異，追求社會正義；並深化地球公民愛護自然、珍愛生命、惜取資源的關懷心與行動力，積極致力於生態永續、文化發展等生生不息的共好理想。

(五)提升運動競技

提高運動競技知能，涵養運動倫理，發展多元運動能力，增進競技體能及技術，提升運動競技水平，成為具備現代公民素養之優秀運動人才。

三、領域學習課程、特殊類型班級課程及彈性學習課程節數一覽表（表二）

年級 領域/科目			七	八	九
領域學習課程	語文	國語文	5	5	5
		英語文	3	3	3
	數學		4	4	4
	社會		3	3	3
	自然科學		3	3	3
	藝術		音樂*1, 視覺*1	音樂*1, 表演*1	視覺*1, 表演*1
	綜合活動		童軍*1, 輔導*1	童軍*1, 家政*1	家政*1, 輔導*1
	科技		資訊*1	生科*1	生科*1
	健康與體育		體育*1, 健教*1	體育*1, 健教*1	體育*1, 健教*1
特殊類型班級課程	體育專業 (專項體能訓練、專項技術訓練)		5	5	5
部定課程學習節數			30	30	30
彈性學習課程	統整性主題/專題/議題探究課程		2	2	2
	特殊需求領域課程 (體育專業)		1	1	1
	班級自治活動		1	1	1
	全校性活動		1	1	1
校訂課程學習節數			5	5	5
學習總節數			35	35	35

貳、部定課程各年級各領域/科目課程計畫

體育班體育專業領域課程計畫

110 學年度 7-9 年級 體育專業 領域【**棒球**】教學重點、教學進度及評量方式總表

第一學期					
週次	日期	單元名稱(教學進度)	教學重點	評量方式	議題融入
1	8/30~9/3	棒球運動體能訓練	測量基本體能 測量跑壘速度 測量速耐力 測量肌力	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
2	9/6~9/10	棒球運動體能訓練	肌耐力訓練 速耐力訓練 核心肌群訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
3	9/13~9/17	棒球運動體能訓練	肌耐力訓練 速耐力訓練 核心肌群訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
4	9/20~9/24	棒球運動體能訓練	肌耐力訓練 速耐力訓練 核心肌群訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等

5	9/27~10/1	棒球運動體能訓練	肌耐力訓練 速耐力訓練 核心肌群訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
6	10/4~10/8	棒球運動體能訓練	肌力訓練 速度訓練 下肢強化訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
7	10/11~10/15	棒球運動技術訓練	基本傳接球動作訓練 基本打擊動作訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
8	10/18~10/22	棒球運動技術訓練	基本傳接球動作訓練 基本打擊動作訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
9	10/25~10/29	棒球運動技術訓練	內野守備基本訓練 外野守備基本訓練 打擊訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
10	11/1~11/5	棒球運動技術訓練	投捕手基本訓練 內野守備訓練 外野守備訓練 投球機打擊訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
11	11/8~11/12	棒球運動技術訓練	投捕手訓練 內野守備訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%)	品德教育 科技教育 生涯規劃

			外野守備訓練 跑壘訓練 投球機打擊訓練	3. 綜合技術應運(40%)	生命教育 人權教育 性別平等
12	11/15~11/19	棒球運動技術訓練	綜合守備基本訓練 投打模擬實戰訓練 投捕手訓練 內野守備量接訓練 外野守備量接訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
13	11/22~11/26	棒球運動戰術運用	投手牽制戰術講解 內野短打、雙盜壘守備講解 外野補位戰術講解	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
14	11/29~12/3	棒球運動戰術運用	打擊戰術講解 跑壘戰術講解	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
15	12/6~12/10	棒球運動戰術運用	投手牽制戰術演練 內野短打、雙盜壘守備演練 外野補位戰術演練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
16	12/13~12/17	棒球運動戰術運用	打擊戰術演練 跑壘戰術演練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
17	12/20~12/24	棒球運動心理素質	心理技能的基礎概念 競賽動機與目標設定	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%)	品德教育 科技教育 生涯規劃

				3. 綜合技術應運(40%)	生命教育 人權教育 性別平等
18	12/27~12/31	棒球運動心理素質	競賽壓力與放鬆訓練 專注力訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
19	1/3~1/7	棒球運動知能發展	生長、發展與健康管理 運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
20	1/10~1/14	棒球運動知能發展	生長、發展與健康管理 運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
21	1/17~1/19	棒球運動傷害預防	場地安全與環境評估 運動傷害的基本認知 運動傷害的預防 運動傷害的評估 運動傷害的緊急應變措施	1. 運動傷害知識問答(50%) 2. 小組伸展技術應用(50%)	安全教育

110 學年度 7-9 年級 體育專業 領域【棒球】教學重點、教學進度及評量方式總表

第二學期					
週次	日期	單元名稱	教學重點	評量方式	議題融入
1	2/14-2/18	棒球運動體能訓練	爆發力訓練 上肢肌力訓練 下肢肌力訓練 腹背肌訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
2	2/21-2/25	棒球運動體能訓練	爆發力訓練 上肢肌力訓練 下肢肌力訓練 腹背肌訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
3	2/28-3/4	棒球運動體能訓練	爆發力訓練 上肢肌力訓練 下肢肌力訓練 腹背肌訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
4	3/7-3/11	棒球運動體能訓練	爆發力訓練 上肢肌力訓練 下肢肌力訓練 腹背肌訓練 技術體能訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
5	3/14-3/18	棒球運動體能訓練	爆發力訓練 上肢肌力訓練 下肢肌力訓練 腹背肌訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育

			技術體能訓練		性別平等
6	3/21-3/25	棒球運動體能訓練	爆發力訓練 上肢肌力訓練 下肢肌力訓練 腹背肌訓練 技術體能訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
7	3/28-4/1	棒球運動技術訓練	投捕手訓練 內野守備訓練 外野守備訓練 跑壘訓練 投球機打擊訓練 綜合守備基本訓練 投打模擬實戰訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
8	4/4-4/8	棒球運動技術訓練	投捕手訓練 內野守備訓練 外野守備訓練 跑壘訓練 投球機打擊訓練 投打模擬實戰訓練 分組比賽	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
9	4/11-4/15	棒球運動技術訓練	投捕手訓練 內野守備訓練 外野守備訓練 跑壘訓練 投球機打擊訓練 投打模擬實戰訓練 友誼賽、盃賽	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
10	4/18-4/22	棒球運動技術訓練	投捕手訓練 內野守備訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%)	品德教育 科技教育 生涯規劃

			外野守備訓練 跑壘訓練 投球機打擊訓練 投打模擬實戰訓練 友誼賽、盃賽	3. 綜合技術應運(40%)	生命教育 人權教育 性別平等
11	4/25-4/29	棒球運動技術訓練	投捕手訓練 狀況守備訓練 跑壘訓練 投球機打擊訓練 投打模擬實戰訓練 友誼賽、盃賽	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
12	5/2-5/6	棒球運動戰術運用	投手牽制戰術訓練 內野短打、雙盜壘守備訓練 外野補位戰術訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
13	5/9-5/13	棒球運動戰術運用	打擊戰術訓練 跑壘戰術訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
14	5/16-5/20	棒球運動戰術運用	綜合攻守跑打戰術訓練 模擬比賽攻守戰術	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
15	5/23-5/27	棒球運動戰術運用	實戰比賽攻守戰術	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等

16	5/30-6/3	棒球運動心理素質	心理技能的基礎概念 競賽動機與目標設定	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
17	6/6-6/10	棒球運動心理素質	競賽壓力與放鬆訓練 專注力訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
18	6/13-6/17	棒球運動知能發展	生長、發展與健康管理 運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
19	6/20-6/24	棒球運動知能發展	生長、發展與健康管理 運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
20	6/27-6/30	棒球運動傷害預防	場地安全與環境評估 運動傷害的基本認知 運動傷害的預防 運動傷害的評估 運動傷害的緊急應變措施	1. 運動傷害知識問答(50%) 2. 小組伸展技術應用(50%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等

110 學年度 7-9 年級 體育專業 領域【羽球】教學重點、教學進度及評量方式總表

第一學期					
週次	日期	單元名稱(教學進度)	教學重點	評量方式	議題融入
1	8/30~9/3	羽球運動體能訓練	課前暖身 基本體能 (爆發力、耐力、速耐力、肌耐力、敏捷、協調性)	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
2	9/6~9/10	羽球運動體能訓練	協調性訓練 爆發力訓練(60 公尺短衝刺) 敏捷訓練(搭配腳步訓練)	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
3	9/13~9/17	羽球運動體能訓練	核心訓練 耐力訓練(3000 公尺) 爆發力訓練(300 公尺衝刺) 敏捷訓練(跳繩訓練)	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
4	9/20~9/24	羽球運動體能訓練	肌耐力訓練(一分鐘至三分鐘訓練) 速耐力訓練(一分鐘完成之訓練) 重量訓練(上肢、下肢、手腕)	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
5	9/27~10/1	羽球運動體能訓練	肌耐力訓練(一分鐘至三分鐘訓練) 速耐力訓練(一分鐘完成之訓	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育

			練) 重量訓練(上肢、下肢、手腕)		性別平等
6	10/4~10/8	羽球運動體能訓練	核心訓練 耐力訓練(3000 公尺) 爆發力訓練(300 公尺衝刺) 敏捷訓練(跳繩訓練)	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
7	10/11~10/15	羽球運動技術訓練	握拍方式 揮拍方式 擊球動作 步法練習 向上擊球	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
8	10/18~10/22	羽球運動技術訓練	發球練習 平球練習 長球練習	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
9	10/25~10/29	羽球運動技術訓練	殺球練習 短球練習 挑球練習 切球練習	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
10	11/1~11/5	羽球運動技術訓練	綜合訓練 切球上網 殺球上網 切球上網不固定 殺球上網不固定	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
11	11/8~11/12	羽球運動技術訓練	一點控三點訓練 二對一攻擊訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%)	品德教育 科技教育 生涯規劃

			二對一防守訓練 切兩邊挑兩邊訓練	3. 綜合技術應運(40%)	生命教育 人權教育 性別平等
12	11/15~11/19	羽球運動技術訓練	殺三拍訓練 左右跳殺訓練 左右防守訓練 兩個後面一個前面訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
13	11/22~11/26	羽球運動戰術運用	攻擊近身 無論單打雙打，就以攻擊人作為目標，對付兩名水準高低不一樣之對手時，一般都會採用此戰術。	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
14	11/29~12/3	羽球運動戰術運用	攻擊後場 這種戰術多用來對付後場扣殺能力較差之對手，使用平高球、平推、及挑底線把對手逼至後場。	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
15	12/6~12/10	羽球運動戰術運用	防守 站位調整，首先做好防守基本動作後，擺脫被動，伺機轉入反攻狀態，藉此發揮攻擊效能。	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
16	12/13~12/17	羽球運動戰術運用	雙打基本跑位 後場隊員積極扣殺後創造機會，使得前場隊友以撲、搓、勾、推控制，使整個進攻連貫且達到輪轉效能。	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
17	12/20~12/24	羽球運動心理素質	心理技能的基礎概念	1. 專項體能表現(30%)	品德教育 科技教育

			競賽動機與目標設定 意象訓練	2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
18	12/27~12/31	羽球運動心理素質	競賽壓力與放鬆訓練 專注力訓練 意象訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
19	1/3~1/7	羽球運動知能發展	生長、發展與健康管理 運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
20	1/10~1/14	羽球運動知能發展	生長、發展與健康管理 運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
21	1/17~1/19	羽球運動傷害預防	場地安全與環境評估 運動傷害的基本認知 運動傷害的預防 運動傷害的評估 運動傷害的緊急應變措施	1. 運動傷害知識問答(50%) 2. 小組伸展技術應用(50%)	安全教育

110 學年度 7-9 年級 體育專業 領域【羽球】教學重點、教學進度及評量方式總表

第二學期					
週次	日期	單元名稱	教學重點	評量方式	議題融入
1	2/14-2/18	羽球運動體能訓練	課前暖身 基本體能 (爆發力、耐力、速耐力、肌耐力、敏捷、協調性)	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
2	2/21-2/25	羽球運動體能訓練	協調性訓練 爆發力訓練(60 公尺短衝刺) 敏捷訓練(搭配腳步訓練)	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
3	2/28-3/4	羽球運動體能訓練	核心訓練 耐力訓練(3000 公尺) 爆發力訓練(300 公尺衝刺) 敏捷訓練(跳繩訓練)	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
4	3/7-3/11	羽球運動體能訓練	肌耐力訓練(一分鐘至三分鐘訓練) 速耐力訓練(一分鐘完成之訓練) 重量訓練(上肢、下肢、手腕)	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
5	3/14-3/18	羽球運動體能訓練	肌耐力訓練(一分鐘至三分鐘訓練) 速耐力訓練(一分鐘完成之訓	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育

			練) 重量訓練(上肢、下肢、手腕)		性別平等
6	3/21-3/25	羽球運動體能訓練	核心訓練 耐力訓練(3000 公尺) 爆發力訓練(300 公尺衝刺) 敏捷訓練(跳繩訓練)	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
7	3/28-4/1	羽球運動技術訓練	握拍方式 揮拍方式 擊球動作 步法練習 向上擊球	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
8	4/4-4/8	羽球運動技術訓練	發球練習 平球練習 長球練習 切球練習	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
9	4/11-4/15	羽球運動技術訓練	殺球練習 短球練習 挑球練習 切球練習	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
10	4/18-4/22	羽球運動技術訓練	綜合訓練 切球上網 殺球上網 切球上網不固定 殺球上網不固定	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
11	4/25-4/29	羽球運動技術訓練	一點控三點訓練 二對一攻擊訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%)	品德教育 科技教育 生涯規劃

			二對一防守訓練 切兩邊挑兩邊訓練	3. 綜合技術應運(40%)	生命教育 人權教育 性別平等
12	5/2-5/6	羽球運動技術訓練	殺三拍訓練 左右跳殺訓練 左右防守訓練 兩個後面一個前面訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
13	5/9-5/13	羽球運動戰術運用	攻擊近身 無論單打雙打，就以攻擊人作為目標，對付兩名水準高低不一樣之對手時，一般都會採用此戰術。	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
14	5/16-5/20	羽球運動戰術運用	攻擊後場 這種戰術多用來對付後場扣殺能力較差之對手，使用平高球、平推、及挑底線把對手逼至後場。	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
15	5/23-5/27	羽球運動戰術運用	防守 站位調整，首先做好防守基本動作後，擺脫被動，伺機轉入反攻狀態，藉此發揮攻擊效能。	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
16	5/30-6/3	羽球運動戰術運用	雙打基本跑位 後場隊員積極扣殺後創造機會，使得前場隊友以撲、搓、勾、推控制，使整個進攻連貫且達到輪轉效能。	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
17	6/6-6/10	羽球運動心理素質	心理技能的基礎概念	1. 專項體能表現(30%)	品德教育 科技教育

			競賽動機與目標設定	2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
18	6/13-6/17	羽球運動心理素質	競賽壓力與放鬆訓練 專注力訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
19	6/20-6/24	羽球運動知能發展	生長、發展與健康管理 運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
20	6/27-6/30	羽球運動知能發展	生長、發展與健康管理 運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	1. 運動傷害知識問答(50%) 2. 小組伸展技術應用(50%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等

110 學年度 7-9 年級 體育專業 領域【跆拳道】教學重點、教學進度及評量方式總表

第一學期					
週次	日期	單元名稱(教學進度)	教學重點	評量方式	議題融入
1	8/30~9/3	跆拳道運動體能訓練	跆拳道速度訓練 跆拳道踢擊動作速度訓練 跆拳道移位動作速度訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
2	9/6~9/10	跆拳道運動體能訓練	跆拳道肌力訓練 跆拳道上肢的肌力訓練 跆拳道下肢的肌力訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
3	9/13~9/17	跆拳道運動體能訓練	跆拳道踢擊肌耐力訓練 跆拳道踢擊心肺耐力訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
4	9/20~9/24	跆拳道運動體能訓練	跆拳道步法移位敏捷性訓練 跆拳道動作反應敏捷性訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
5	9/27~10/1	跆拳道運動體能訓練	跆拳道正面上端踢擊動作柔軟度訓練 跆拳道側面上端踢擊動作柔軟度訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等

6	10/4~10/8	跆拳道運動體能訓練	跆拳道身體衝撞能力訓練 跆拳道上下肢衝撞能力訓練 跆拳道專項核心平衡能力需求訓練 跆拳道專項技術穩定訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
7	10/11~10/15	跆拳道運動技術訓練	跆拳道基本動作應用與技術訓練 能應用主動、被動攻擊正拳動作技術 能應用主動、被動攻擊腿部動作技術	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
8	10/18~10/22	跆拳道運動技術訓練	跆拳道基本防禦動作與技術訓練 能應用上端防禦動作技術 能應用中端防禦動作技術	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
9	10/25~10/29	跆拳道運動技術訓練	跆拳道踢擊基本步法與技術訓練 能應用同面移位踢擊步法技術 能應用不同面移位踢擊步法技術 能應用轉身移位踢擊步法技術 跆拳道專項瞬間步法轉換技術訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
10	11/1~11/5	跆拳道運動技術訓練	跆拳道基本連續踢擊動作與技術訓練 能應用主動攻擊連續踢擊動作技術 能應用被動攻擊組合踢擊動作技術	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等

11	11/8~11/12	跆拳道運動技術訓練	跆拳道電子護具踢擊動作與技術訓練 能應用電子護具上端踢擊動作技術 能應用電子護具中端踢擊動作技術 能應用電子護具連續踢擊動作技術	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
12	11/15~11/19	跆拳道運動技術訓練	跆拳道品勢技術 跆拳道品勢分解動作技術訓練 跆拳道品勢組合動作技術訓練 跆拳道品勢太極 1~8 章、高麗品勢	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
13	11/22~11/26	跆拳道運動戰術運用	跆拳道動作型態之戰術訓練 跆拳道基本動作訓練 跆拳道組合動作訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
14	11/29~12/3	跆拳道運動戰術運用	跆拳道攻防型態之戰術訓練 跆拳道主動攻擊戰術 跆拳道被動攻擊戰術	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
15	12/6~12/10	跆拳道運動戰術運用	跆拳道競賽特性之戰術訓練 近身距離攻擊戰術 阻擋破壞攻擊戰術 干擾欺敵攻擊戰術 不同體型攻擊戰術 其他攻擊戰術	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
16	12/13~12/17	跆拳道運動戰術運用	跆拳道品勢之戰術訓練	1. 專項體能表現(30%)	品德教育 科技教育

			選手位置編排與人員編列 其他戰術運用	2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
17	12/20~12/24	跆拳道運動心理素質	心理技能的基礎概念 競賽動機與目標設定	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
18	12/27~12/31	跆拳道運動心理素質	競賽壓力與放鬆訓練 專注力訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
19	1/3~1/7	跆拳道運動知能發展	生長、發展與健康管理 運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
20	1/10~1/14	跆拳道運動知能發展	生長、發展與健康管理 運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
21	1/17~1/19	跆拳道運動傷害預防	場地安全與環境評估 運動傷害的基本認知 運動傷害的預防 運動傷害的評估 運動傷害的緊急應變措施	1. 運動傷害知識問答(50%) 2. 小組伸展技術應用(50%)	安全教育

110 學年度 7-9 年級 體育專業 領域【跆拳道】教學重點、教學進度及評量方式總表

第二學期					
週次	日期	單元名稱	教學重點	評量方式	議題融入
1	2/14-2/18	跆拳道運動體能訓練	跆拳道速度訓練 跆拳道踢擊動作速度訓練 跆拳道移位動作速度訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
2	2/21-2/25	跆拳道運動體能訓練	跆拳道肌力訓練 跆拳道上肢的肌力訓練 跆拳道下肢的肌力訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
3	2/28-3/4	跆拳道運動體能訓練	跆拳道踢擊肌耐力訓練 跆拳道踢擊心肺耐力訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
4	3/7-3/11	跆拳道運動體能訓練	跆拳道步法移位敏捷性訓練 跆拳道動作反應敏捷性訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
5	3/14-3/18	跆拳道運動體能訓練	跆拳道正面上端踢擊動作柔軟度訓練 跆拳道側面上端踢擊動作柔軟度訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等

6	3/21-3/25	跆拳道運動體能訓練	跆拳道身體衝撞能力訓練 跆拳道上下肢衝撞能力訓練 跆拳道專項核心平衡能力需求訓練 跆拳道專項技術穩定訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
7	3/28-4/1	跆拳道運動技術訓練	跆拳道基本動作應用與技術訓練 能應用主動、被動攻擊正拳動作技術 能應用主動、被動攻擊腿部動作技術	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
8	4/4-4/8	跆拳道運動技術訓練	跆拳道基本防禦動作與技術訓練 能應用上端防禦動作技術 能應用中端防禦動作技術	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
9	4/11-4/15	跆拳道運動技術訓練	跆拳道踢擊基本步法與技術訓練 能應用同面移位踢擊步法技術 能應用不同面移位踢擊步法技術 能應用轉身移位踢擊步法技術 跆拳道專項瞬間步法轉換技術訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
10	4/18-4/22	跆拳道運動技術訓練	跆拳道基本連續踢擊動作與技術訓練 能應用主動攻擊連續踢擊動作技術 能應用被動攻擊組合踢擊動作技術	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等

11	4/25-4/29	跆拳道運動技術訓練	跆拳道電子護具踢擊動作與技術訓練 能應用電子護具上端踢擊動作技術 能應用電子護具中端踢擊動作技術 能應用電子護具連續踢擊動作技術	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
12	5/2-5/6	跆拳道運動戰術運用	跆拳道品勢技術 跆拳道品勢分解動作技術訓練 跆拳道品勢組合動作技術訓練 跆拳道品勢太極 1~8 章、高麗品勢	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
13	5/9-5/13	跆拳道運動戰術運用	跆拳道動作型態之戰術訓練 跆拳道基本動作訓練 跆拳道組合動作訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
14	5/16-5/20	跆拳道運動戰術運用	跆拳道攻防型態之戰術訓練 跆拳道主動攻擊戰術 跆拳道被動攻擊戰術	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
15	5/23-5/27	跆拳道運動戰術運用	跆拳道競賽特性之戰術訓練 近身距離攻擊戰術 阻擋破壞攻擊戰術 干擾欺敵攻擊戰術 不同體型攻擊戰術 其他攻擊戰術 跆拳道品勢之戰術訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等

			選手位置編排與人員編列 其他戰術運用		
16	5/30-6/3	跆拳道運動心理素質	心理技能的基礎概念 競賽動機與目標設定	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
17	6/6-6/10	跆拳道運動心理素質	競賽壓力與放鬆訓練 專注力訓練	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
18	6/13-6/17	跆拳道運動知能發展	生長、發展與健康管理 運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
19	6/20-6/24	跆拳道運動知能發展	生長、發展與健康管理 運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	1. 專項體能表現(30%) 2. 專項技術能力(30%) 3. 綜合技術應運(40%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等
20	6/27-6/30	跆拳道運動傷害預防	場地安全與環境評估 運動傷害的基本認知 運動傷害的預防 運動傷害的評估 運動傷害的緊急應變措施	1. 運動傷害知識問答(50%) 2. 小組伸展技術應用(50%)	品德教育 科技教育 生涯規劃 生命教育 人權教育 性別平等

參、校訂課程彈性學習課程計畫

110 學年體育班彈性學習課程計畫

一、特殊需求領域課程

(一)課程架構：

第一學期			
課程名稱	項目	節數	備註
體育專業	棒球	21	
體育專業	羽球	21	
體育專業	跆拳道	21	

第二學期			
課程名稱	項目	節數	備註
體育專業	棒球	20	
體育專業	羽球	20	
體育專業	跆拳道	20	

(二)彈性學習課程計畫：

屏東縣立鶴聲國民中學 110 學年度彈性學習課程計畫

課程名稱	體育專業(棒球)	課程類別	☐ 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
實施年級	☒ 7 年級 ☒ 8 年級 ☒ 9 年級	節數	每週 1 節 共 41 節
課程背景	(一)啟發生命潛能 (二)陶養生活知能 (三)促進生涯發展 (四)涵育公民責任 (五)提升運動競技		
設計理念	過課程的實施與綜合成效評量，可以使學生在專項體能表現、專項技術能力、小組綜合技術應用、團隊分組對抗競賽及競技綜合訓練表現等，各方面均能有效地提昇運動競技能力。		
核心素養 具體內涵	■體-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，探索自我價值與生命意義，並積極實踐。 ■體-J-A2 具備理解競技運動的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決各項問題。 ■體-J-A3 具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 ■體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。 ■體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 ■體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 ■體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 ■體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 ■體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。		
學習重點	學習 表現	P-IV-1 了解與運用一般體能訓練之原理原則 P-IV-2 了解與運用專項體能訓練之原理原則 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則 與運動防護	

		T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲 踢、蹬、划等專項技術之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽 規則、指令與道德 Ps-IV-1 了解並運用心理技巧 Ps-IV-2 理解並演練溝通能力 Ps-IV-3 了解並執行 環境適應能力		
	學習 內容		P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌（耐）力等 一般 體能之原理原則 P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等 專項 體能之原理原則 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則 與運動防護 T-IV-B1 跑、跳、擲踢、蹬、划等各專項 技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、 連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 Ta-IV-C3 運動道德 Ps-IV-D1 目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧 Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法訓練與競賽環境 Ps-IV-D4 訓練與競賽環境	
課程目標	1. 具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，精進技術水準，探索自我價值與生命意義，發展戰術運用，提升心理素質並積極實踐 2. 具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。			
表現任務 (總結性評量)	能完成個人及小組綜合技術操作，展現高度投入之學習精神，並能於競賽場合中展現積極求勝之態度。			
學習進度 週次/節數	單元子題		單元內容與學習活動	[檢核點(形成性評量)]
第 1 學期	第 1-4 週	棒球運動體能訓練	肌耐力訓練 速耐力訓練 核心肌群訓練 肌力訓練 速度訓練 下肢強化訓練	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)
	第	棒球運動技術訓練	基本傳接球動作訓練	1. 個人專項體能表現(30%)

	5-8 週		基本打擊動作訓練 內野守備基本訓練 外野守備基本訓練 打擊訓練	2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)
	第 9-12 週	棒球運動戰術運用	投手牽制戰術訓練 內野短打、雙盜壘守備訓練 外野補位戰術訓練 打擊戰術訓練 跑壘戰術訓練	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)
	第 13-16 週	棒球運動心理素質	心理技能的基礎概念 競賽動機與目標設定	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
	第 17-21 週	棒球運動傷害預防	場地安全與環境評估 運動傷害的基本認知 運動傷害的預防 運動傷害的評估 運動傷害的緊急應變措施	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
第 2 學期	第 1-4 週	棒球運動體能訓練	爆發力訓練 上肢肌力訓練 下肢肌力訓練 腹背肌訓練 技術體能訓練	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)
	第 5-8 週	棒球運動技術訓練	投捕手訓練 內野守備訓練 外野守備訓練 跑壘訓練 投球機打擊訓練 綜合守備基本訓練 投打模擬實戰訓練	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)
	第 9-12 週	棒球運動戰術運用	綜合攻守跑打戰術訓練 模擬比賽攻守戰術 實戰比賽攻守戰術	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
	第 13-16	棒球運動心理素質	心理技能實戰考驗 競賽動機與目標設定	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%)

	週			4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
	第 17-20 週	棒球運動知能發展	生長、發展與健康管理 運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
議題融入	■品德 ■性別 ■人權 ■環境 □海洋 ■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 □身心障礙者權益			
評量規劃	【第一學期】 1. 個人技術(40%)： 基本傳接球動作訓練 基本打擊動作訓練 內野守備基本訓練 外野守備基本訓練 打擊訓練 2. 團隊對抗競賽(40%) 3. 競技參賽運動表現(20%)		【第二學期】 1. 個人技術(40%)： 投捕手訓練 內野守備訓練 外野守備訓練 跑壘訓練 投球機打擊訓練 綜合守備基本訓練 投打模擬實戰訓練 2. 團隊對抗競賽(40%) 3. 競技參賽運動表現(20%)	
教學設施 設備需求	球棒、球、投捕練習場、打擊練習場、重量訓練室、棒球練習			
教材來源	體育專業領域課程綱要 補充教材		師資來源	校內
備註				

屏東縣立鶴聲國民中學 110 學年度彈性學習課程計畫

課程名稱	體育專業(羽球)		課程類別	☐ 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
實施年級	☒ 7 年級 ☒ 8 年級 ☒ 9 年級		節數	每週 1 節 共 41 節
課程背景	(一)啟發生命潛能 (二)陶養生活知能 (三)促進生涯發展 (四)涵育公民責任 (五)提升運動競技			
設計理念	過課程的實施與綜合成效評量，可以使學生在專項體能表現、專項技術能力、小組綜合技術應用、團隊分組對抗競賽及競技綜合訓練表現等，各方面均能有效地提昇運動競技能力。			
核心素養 具體內涵	■體-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，探索自我價值與生命意義，並積極實踐。 ■體-J-A2 具備理解競技運動的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決各項問題。 ■體-J-A3 具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 ■體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。 ■體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 ■體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 ■體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 ■體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 ■體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。			
學習重點	學習表現	P-IV-1 了解與運用一般體能訓練之原理原則 P-IV-2 了解與運用專項體能訓練之原理原則 P-IV-3 了解與運用有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則 與運動防護 T-IV-2 理解並操作跑、跳、擲 踢、蹬、划等專項技術之進階技術 Ta-IV-1 理解並執行配速、規則與情報蒐集 Ta-IV-2 遵守並運用競賽 規則、指令與道德		

		Ps-IV-1 了解並運用心理技巧 Ps-IV-2 理解並演練溝通能力 Ps-IV-3 了解並執行 環境適應能力		
	學習 內容	P-IV-A1 心肺耐力、柔軟度、肌（耐）力等 一般 體能之原理原則 P-IV-A2 敏捷、協調、瞬發力與速度等 專項 體能之原理原則 P-IV-A3 有氧訓練、無氧訓練、間歇訓練、循環訓練等之內容、負荷、安全原則 與運動防護 T-IV-B1 跑、跳、擲踢、蹬、划等各專項 技術的單一動作、起始準備、起始動作、連結動作之準備、連結動作、聯合動作之銜續及完成動作之進階技術 Ta-IV-C1 配速與競賽規則 Ta-IV-C2 競賽與情報蒐集 Ta-IV-C3 運動道德 Ps-IV-D1 目標設定、壓力管理與自我對話等心理技巧 Ps-IV-D2 訓練、競賽與心理技巧 Ps-IV-D3 溝通管道與方法訓練與競賽環境 Ps-IV-D4 訓練與競賽環境		
課程目標	1. 具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，精進技術水準，探索自我價值與生命意義，發展戰術運用，提升心理素質並積極實踐 2. 具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。			
表現任務 (總結性評量)	能完成個人及小組綜合技術操作，展現高度投入之學習精神，並能於競賽場合中展現積極求勝之態度。			
學習進度 週次/節數	單元子題		單元內容與學習活動	[檢核點(形成性評量)]
第 1 學期	第 1-4 週	羽球運動體能訓練	課前暖身 基本體能 (爆發力、耐力、速耐力、肌耐力、敏捷、協調性)	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)
	第 5-8 週	羽球運動技術訓練	握拍方式 揮拍方式 擊球動作 步法練習	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)

			向上擊球 發球練習 平球練習 長球練習 切球練習 殺球練習 短球練習 挑球練習	
	第 9-12 週	羽球運動戰術運用	攻擊近身 無論單打雙打，就以攻擊人作為目標，對付兩名水準高低不一樣之對手時，一般都會採用此戰術。 攻擊後場 這種戰術多用來對付後場扣殺能力較差之對手，使用平高球、平推、及挑底線把對手逼至後場。	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)
	第 13-16 週	羽球運動心理素質	心理技能的基礎概念 競賽動機與目標設定 意象訓練 競賽壓力與放鬆訓練 專注力訓練	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
	第 17-21 週	羽球運動傷害預防	場地安全與環境評估 運動傷害的基本認知 運動傷害的預防 運動傷害的評估 運動傷害的緊急應變措施	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
第 2 學期	第 1-4 週	羽球運動體能訓練	協調性訓練 爆發力訓練(60 公尺短衝刺) 敏捷訓練(搭配腳步訓練) 核心訓練	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)

			耐力訓練(3000 公尺) 爆發力訓練(300 公尺衝刺) 敏捷訓練(跳繩訓練)	
	第 5-8 週	羽球運動技術訓練	綜合訓練 切球上網 殺球上網 切球上網不固定 殺球上網不固定 一點控三點訓練 二對一攻擊訓練 二對一防守訓練 切兩邊挑兩邊訓練 殺三拍訓練 左右跳殺訓練 左右防守訓練 兩個後面一個前面訓練	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)
	第 9-12 週	羽球運動戰術運用	防守 站位調整，首先做好防守基本動作後，擺脫被動，伺機轉入反攻狀態，藉此發揮攻擊效能。 雙打基本跑位 後場隊員積極扣殺後創造機會，使得前場隊友以撲、搓、勾、推控制，使整個進攻連貫且達到輪轉效能。	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
	第 13-16 週	羽球運動心理素質	心理技能的基礎概念 競賽動機與目標設定 意象訓練 競賽壓力與放鬆訓練 專注力訓練	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
	第	羽球運動知能發展	生長、發展與健康管理	1. 個人專項體能表現(20%)

	17-20 週		運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
議題融入	☒ 品德 ☒ 性別 ☒ 人權 ☒ 環境 ☐ 海洋 ☒ 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 ☐ 身心障礙者權益			
評量規劃	【第一學期】 1. 個人技術(40%)： 握拍方式 揮拍方式 擊球動作 步法練習 向上擊球 發球練習 平球練習 長球練習 2. 團隊對抗競賽(40%) 3. 競技參賽運動表現(20%) 【第二學期】 1. 個人技術(40%)： 切球練習 殺球練習 短球練習 挑球練習 2. 團隊對抗競賽(40%) 3. 競技參賽運動表現(20%)			
教學設施 設備需求	羽球筒、訓練器材、碼錶、羽球場地、羽球拍、羽球			
教材來源	體育專業領域課程綱要 補充教材		師資來源	校外
備註				

屏東縣立鶴聲國民中學 110 學年度彈性學習課程計畫

課程名稱	體育專業(跆拳道)		☐ 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
實施年級	☒ 7 年級 ☒ 8 年級 ☒ 9 年級		節數 每週 1 節 共 41 節
課程背景	(一)啟發生命潛能 (二)陶養生活知能 (三)促進生涯發展 (四)涵育公民責任 (五)提升運動競技		
設計理念	過課程的實施與綜合成效評量，可以使學生在專項體能表現、專項技術能力、小組綜合技術應用、團隊分組對抗競賽及競技綜合訓練表現等，各方面均能有效地提昇運動競技能力。		
核心素養 具體內涵	■體-J-A1 具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，探索自我價值與生命意義，並積極實踐。 ■體-J-A2 具備理解競技運動的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決各項問題。 ■體-J-A3 具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 ■體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解競技運動的基本概念，應用於日常生活中。 ■體-J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 ■體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 ■體-J-C1 具備生活中有關競技運動的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 ■體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在競技運動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。 ■體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際競技運動議題，並尊重與欣賞其間的差異。		
學習重點	學習 表現	P-IV-1 了解並執行一般體能各項訓練 P-IV-2 熟悉並執行專項體能訓練 T-IV-1 理解並執行各項攻擊與防衛、套路整合與應用，提升參賽運動成績 Ta-IV-1 理解各種型態的戰術，並應用於競賽中 Ta-IV-2 遵守並運用競賽規則、指令與道德 Ps-IV-1 熟悉與運用各種心理知識於專項訓練與競賽情境中，處理競技運動的問題	

	學習內容	P-IV-A1 進階心肺、肌力、肌耐力、柔軟度、爆發力等一般體能 P-IV-A2 進階速度、敏捷、身體衝撞、平衡能力等專項體能 T-IV-B1 攻擊與防衛之手法及套路整合與應用 T-IV-B2 攻擊與防衛之步法、腿法及套路整合與 Ta-IV-C1 主動、被動攻擊與防衛戰術 Ta-IV-C2 距離、防禦、欺敵等攻擊與防衛戰術 Ta-IV-C3 運動道德 Ps-IV-D1 競賽動機、目標設定、壓力管理、放鬆技巧、專注力等 Ps-IV-D2 各種心理技巧於專項訓練與競賽的執行與評估		
課程目標	1. 具備增進競技體能、技術與態度，展現自我運動潛能，精進技術水準，探索自我價值與生命意義，發展戰術運用，提升心理素質並積極實踐 2. 具備善用競技運動的各項資源，擬定運動計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。			
表現任務 (總結性評量)	能完成個人及小組綜合技術操作，展現高度投入之學習精神，並能於競賽場合中展現積極求勝之態度。			
學習進度 週次/節數	單元子題		單元內容與學習活動	[檢核點(形成性評量)]
第 1 學期	第 1-4 週	跆拳道運動體能訓練	跆拳道速度訓練 跆拳道踢擊動作速度訓練 跆拳道移位動作速度訓練 跆拳道肌力訓練 跆拳道上肢的肌力訓練 跆拳道下肢的肌力訓練 跆拳道踢擊肌耐力訓練 跆拳道踢擊心肺耐力訓練	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)
	第 5-8 週	跆拳道運動技術訓練	跆拳道基本動作應用與技術訓練 能應用主動、被動攻擊正拳動作技術 能應用主動、被動攻擊腿部動作技術 跆拳道基本防禦動作與技術訓練	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)

			能應用上端防禦動作技術 能應用中端防禦動作技術 跆拳道踢擊基本步法與技術訓練 能應用同面移位踢擊步法技術 能應用不同面移位踢擊步法技術 能應用轉身移位踢擊步法技術 跆拳道專項瞬間步法轉換技術訓練	
	第 9-12 週	跆拳道運動戰術運用	跆拳道競賽特性之戰術訓練 近身距離攻擊戰術 阻擋破壞攻擊戰術 干擾欺敵攻擊戰術 跆拳道攻防型態之戰術訓練 跆拳道主動攻擊戰術 跆拳道被動攻擊戰術	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)
	第 13-16 週	跆拳道運動心理素質	心理技能的基礎概念 競賽動機與目標設定	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
	第 17-21 週	跆拳道運動傷害預防	場地安全與環境評估 運動傷害的基本認知 運動傷害的預防 運動傷害的評估 運動傷害的緊急應變措施	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
第 2 學期	第 1-4 週	跆拳道運動體能訓練	跆拳道步法移位敏捷性訓練 跆拳道動作反應敏捷性訓練 跆拳道正面上端踢擊動作柔軟度訓練	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)

			跆拳道側面上端踢擊動作柔軟度訓練 跆拳道身體衝撞能力訓練 跆拳道上下肢衝撞能力訓練 跆拳道專項核心平衡能力需求訓練 跆拳道專項技術穩定訓練	
	第 5-8 週	跆拳道運動技術訓練	跆拳道基本連續踢擊動作與技術訓練 能應用主動攻擊連續踢擊動作技術 能應用被動攻擊組合踢擊動作技術 跆拳道電子護具踢擊動作與技術訓練 能應用電子護具上端踢擊動作技術 能應用電子護具中端踢擊動作技術 能應用電子護具連續踢擊動作技術 跆拳道品勢技術 跆拳道品勢分解動作技術訓練 跆拳道品勢組合動作技術訓練 跆拳道品勢太極 1~8 章、高麗品勢	1. 個人專項體能表現(30%) 2. 個人專項技術能力(30%) 3. 小組綜合技術應用(40%)
	第 9-12 週	跆拳道運動戰術運用	跆拳道競賽特性之戰術訓練 近身距離攻擊戰術 阻擋破壞攻擊戰術 干擾欺敵攻擊戰術 不同體型攻擊戰術 其他攻擊戰術 跆拳道品勢之戰術訓練 選手位置編排與人員編列 其他戰術運用	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
	第	跆拳道運動心理素質	意象訓練	1. 個人專項體能表現(20%)

	13-16 週		競賽壓力與放鬆訓練 專注力訓練	2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
	第 17-20 週	跆拳道運動知能發展	生長、發展與健康管理 運動能力(體能、技術)的評量 體能訓練的內容與處方 運動負荷的監控與恢復 競賽規則對運動表現的影響 運動與營養	1. 個人專項體能表現(20%) 2. 個人專項技術能力(20%) 3. 小組綜合技術應用(20%) 4. 團隊分組對抗競賽(20%) 5. 競技綜合訓練表現(20%)
議題融入	■品德 ■性別 ■人權 ■環境 □海洋 ■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 □身心障礙者權益			
評量規劃	【第一學期】 1. 個人技術(40%)： 跆拳道基本動作應用與技術訓練 能應用主動、被動攻擊正拳動作技術 能應用主動、被動攻擊腿部動作技術 跆拳道基本防禦動作與技術訓練 能應用上端防禦動作技術 能應用中端防禦動作技術 跆拳道踢擊基本步法與技術訓練 2. 團隊對抗競賽(40%) 3. 競技參賽運動表現(20%)		【第二學期】 1. 個人技術(40%)： 能應用同面移位踢擊步法技術 能應用不同面移位踢擊步法技術 能應用轉身移位踢擊步法技術 跆拳道專項瞬間步法轉換技術訓練 2. 團隊對抗競賽(40%) 3. 競技參賽運動表現(20%)	
教學設施 設備需求	踢靶、電子護具、訓練器材、碼錶			
教材來源	體育專業領域課程綱要 補充教材		師資來源	校外
備註				

肆、附件

一、「體育班發展委員會組織要點」(校務會議通過日期)

屏東縣立鶴聲國中體育班發展委員會組織要點

103 年 6 月 30 日校務會議通過
109 年 8 月 28 日校務會議修訂通過

第一條、依據教育部頒高級中等以下學校體育班設立辦法第八條之規定辦理。

第二條、本校體育班發展委員會(以下簡稱本會)，置委員十三人，由校長擔任主任委員，各相關行政人員、專任運動教練、體育班教師、家長代表擔任委員；專任運動教練及體育班教師人數，占委員總數三分之一以上；任一性別委員人數，占委員總數三分之一以上。

第三條、本會之任務如下：

- 一、課程及教學規劃，包括生涯發展、職能探索、運動防護及運動科學應用。
- 二、運動訓練督導。
- 三、體育班校內自評。
- 四、學生對外出賽限制，包括課業成績出賽基準之訂定及每學年度出賽、培訓計畫之審議。
- 五、課業輔導及補救教學計畫審議，包括課業輔導內容及補救教學模式。
- 六、學生調整術科專長項目，或因故不適合繼續就讀體育班需轉班或轉學之審議。
- 七、其他有關體育班發展事項。
- 八、下設體育班課程規劃小組，依據學校教育願景及運動特色，發展學校體育班本位課程，並負責撰述學校體育班課程計畫、審查特殊優秀運動選手個別化課程、體育相關課程自編教科用書、競技運動綜合訓練課程計畫與實施體育班訪視、課程評鑑等。

第四條、本會委員暨產生方式如下表一。

表一、體育班發展委員會委員職掌表

委員	職稱	人數
校長	主任委員	1
行政人員	教務主任、學務主任、總務主任、輔導主任、體育組長	5
專任運動教練	專任運動教練、專訓運動教練	2
體育班教師	7 年級體育班導師、8 年級體育班導師、9 年級體育班導師	3
家長代表	由本校體育班家長互推 2 名	2
總計		13

第五條、本會委員工作職掌表

表二、體育發展委員會工作職掌表

職稱	委員	業務內容
主任委員	校長	綜理體育班發展事宜
總幹事	學務主任	負責規劃、督導體育班發展事宜
執行秘書	體育組長	執行體育班發展相關業務相關事宜(體育專業課程、體育專業專項運動訓練規劃、對外參賽規劃、運動傷害防護規畫)
課程規劃及	教務主任	1. 課程及教學規劃

課業輔導組	教學組長 學務主任 體育組長	2. 學生對外出賽限制(課業成績出賽基準之訂定) 3. 辦理課程發展、教學實施、學習評量與應用、教學資源、教師專業發展等事宜 4. 課業輔導及補救教學規劃
	體育班導師 體育班教師代表 專任運動教練 體育班學生代表 體育班家長代表	
委員	輔導主任	負責生活輔導(心理、壓力)及安排升學進路宣導
委員	總務主任	體育班相關之教學設施設備改善、採購與維護
委員	專任運動教練	執行專項運動教學與訓練
委員	體育班教師	執行體育班教學與輔導
委員	家長代表	彙整家長意見並協助體育班訓練及比賽相關事宜。

表三、體育班課程規劃小組成員工作職掌一覽表

體育班課程規劃小組成員學校行政人員、體育班各領域/群科/學程/科目(含特殊需求領域課程)授課教師代表、體育班學生、家長代表、體育班導師及專任運動教練代表擔任委員，召集人由委員互選之。單一性別委員人數不得少於委員總數三分之一。

成員名稱	成員職稱	工作內容	人數
校長	主任委員	綜理體育班課程發展	1
行政人員	教務主任、教學組長、學務主任、體育組長	1. 教務主任：督導學校體育班課程計畫及課程評鑑 2. 教學組長：負責學校體育班課程計畫及課程評鑑事宜 3. 學務主任：督導特殊優秀運動選手個別化課程、體育相關課程自編教科用書、競技運動綜合訓練課程計畫與實施體育班訪視 4. 體育組長：負責特殊優秀運動選手個別化課程、體育相關課程自編教科用書、競技運動綜合訓練課程計畫與實施體育班訪視事宜	4
體育班教師代表	體育班教師	撰寫體育班各領域課程計畫	3
體育班學生	7年級體育班學生、8年級體育班學生、9年級體育班學生	提供體育班課程發展相關意見	3
家長代表	由本校家長會選派之	提供體育班課程發展相關意見	2
體育班導師	7年級體育班導師、8年級體育班導師、9年級體育班導師	提供體育班課程發展相關意見	3
專任運動教練	專任運動教練、專訓運動教練	撰寫特殊優秀運動選手個別化課程、自編體育相關課程教科用書、競技運動綜合訓練課程計畫	3
總計			19

第六條、本會每學期召開一次全體委員會議，如遇需要，則臨時另行召集之。

第七條、本會經費由學校相關經費項下支應。

第八條、本要點經校務會議討論通過後實施，修正時亦同。

二、體育班發展委員會組織架構及成員(以圖表或文字表述)

委員	職稱	人數
校長	主任委員	1
行政人員	教務主任、學務主任、總務主任、輔導主任、體育組長	5
專任運動教練	專任運動教練、專訓運動教練	2
體育班教師	7年級體育班導師、8年級體育班導師、9年級體育班導師	3
家長代表	由本校體育班家長互推2名	2
總計		13

三、體育班課程規劃小組組織架構及成員(以圖表或文字表述)

體育班課程規劃小組成員學校行政人員、體育班各領域/群科/學程/科目(含特殊需求領域課程)授課教師代表、體育班學生、家長代表、體育班導師及專任運動教練代表擔任委員，召集人由委員互選之。單一性別委員人數不得少於委員總數三分之一。

職稱	委員	業務內容
主任委員	校長	綜理體育班發展事宜
總幹事	學務主任	負責規劃、督導體育班發展事宜
執行秘書	體育組長	執行體育班發展相關業務相關事宜(體育專業課程、體育專業專項運動訓練規劃、對外參賽規劃、運動傷害防護規畫)
課程規劃及課業輔導組	教務主任 教學組長 學務主任 體育組長	1. 課程及教學規劃 2. 學生對外出賽限制(課業成績出賽基準之訂定) 3. 辦理課程發展、教學實施、學習評量與應用、教學資源、教師專業發展等事宜 4. 課業輔導及補救教學規劃
	體育班導師 體育班教師代表 專任運動教練 體育班學生代表 體育班家長代表	
委員	輔導主任	負責生活輔導(心理、壓力)及安排升學進路宣導
委員	總務主任	體育班相關之教學設施設備改善、採購與維護
委員	專任運動教練	執行專項運動教學與訓練
委員	體育班教師	執行體育班教學與輔導
委員	家長代表	彙整家長意見並協助體育班訓練及比賽相關事宜。

四、體育班發展委員會審查「體育班課程計畫」之會議紀錄(含簽到表)

屏東縣立鶴聲國民中學 109 學年度第二次體育班發展委員會會議記錄

日期：110 年 5 月 11 日（星期二）10：00

地點：本校第二會議室

主持人：羅彥文校長 紀錄：戴義泉組長

主席致詞：

一、業務報告：〈十二年國民基本教育體育班課程實施規範〉

二、提案討論

案由一：110 學年度各年級體育班課程計畫、個別化課程、自編教科用書、運動綜合訓練課程計畫及課程評鑑等規畫事宜，請討論。

說 明：

一、110 學年度體育班各年級部定課程與校訂課程節數擬規劃如下：

年級			七	八	九
領域/科目	語文	國語文	5	5	5
		英語文	3	3	3
領域學習課程	數學		4	4	4
	社會		3	3	3
	自然科學		3	3	3

	藝術	音樂*1, 視覺*1	音樂*1, 表演*1	視覺*1, 表演*1
	綜合活動	童軍*1, 輔導*1	童軍*1, 家政*1	家政*1, 輔導*1
	科技	資訊*1	生科*1	生科*1
	健康與體育	體育*1, 健教*1	體育*1, 健教*1	體育*1, 健教*1
特殊 類型 班級 課程	體育專業	5	5	5
部定課程學習節數		30	30	30
彈性 學習 課程	統整性 探究課程	2	2	2
	特殊需求領域 課程 (體育專業)	1	1	1
	班級自治活動	1	1	1
	全校性活動	1	1	1
校訂課程學習節數		5	5	5
學習總節數		35	35	35

二、110 學年度體育班各年級個別化課程、自編教科用書、運動綜合訓練課程計畫及課程評鑑等規畫請一併搭配課程計畫撰擬。

決 議：

一、110 學年度體育班各年級部定課程與校訂課程節數照案通過。

二、110 學年度體育班各年級課程計畫、個別化課程、自編教科用書、運動綜合訓練課程計畫及課程評鑑等規畫請於 6/4 前繳交，以利彙整，送本委員會會議審議通過後，再送課程發展委員會審議。

三、臨時動議：無

四、散會

屏東縣立鶴聲國民中學 109 學年度第三次體育班發展委員會會議記錄

日期：110 年 6 月 11 日（星期五）10：00

地點：本校第二會議室

主持人：羅彥文校長 紀錄：戴義泉組長

主席致詞：

一、 業務報告：110 學年度體育班各年級課程計畫、個別化課程、自編教科用書、運動綜合訓練課程計畫及課程評鑑等已彙整完畢，送本委員會會議審議。

二、 提案討論

案由一：110 學年度各年級體育班課程計畫、個別化課程、自編教科用書、運動綜合訓練課程計畫及課程評鑑，請審議。

說 明：110 學年度體育班各年級個別化課程、自編教科用書、運動綜合訓練課程計畫及課程評鑑等規畫，如所送電子檔。

決 議：審議通過，送本校課程發展委員會審議。

三、 臨時動議：無

四、 散會

五、課程發展委員會審查「體育班課程計畫」之會議紀錄(含簽到表)

屏東縣立鶴聲國中 110 學年度課程發展委員會 第二次會議紀錄

時間：110 年 06 月 22 日 08 時 30 分

地點：線上視訊會議

主席：校長羅彥文

紀錄：教學組長林漢賢

出席人員：如簽到單

壹、主席致詞

貳、業務報告

一、110 學年度段考時間表

鶴聲國中 110 學年度定期考試行程表

說明	第一次段考	第二次段考	第三次段考	備註
第一學期	110/10/14-15 (四-五)	110/11/30-12/01 (二-三)	111/01/19-20 (三-四)	1/20 課程結束日
間距	30 天	31 天	30 天	已扣除假日
說明	第一次段考	第二次段考	第三次段考	備註
第二學期	111/03/29-30 (二-三)	05/12-13 (四-五)	06/29-30 (三-四)	06/30 課程結束日
間距	31 天	28 天	29 天	請依天數調整段考範圍

二、九年級複習考日期未定，如段考日期與複習考日期衝突，則段考日將適時調整。

三、請轉知各老師，成績輸入 7/5 前完成，7/30 為返校暨補考日，補考名單於 7 月中旬公告校網、導師群、班群。

四、請 109 學年度領召繳交課程評鑑，請 110 學年領召轉知訊息。繳交日期於 7/2 前完成。

參、討論事項

案由一：審查 110 學年度學校普通班課程計畫，提請討論。

說明：針對本學期課程計畫內容，提請討論。

提醒：下學期第一週是開學日 111/02/11(五)，故整學期有 21 週。

討論：1. 針對各領域週次及法定議題有誤植或缺漏部分，請各位領召修正。

2. 修正後回傳期限：6/25(五)中午以前

領域科目			教育階段	國民中學		
			階段 年級	第四學習階段		
				七	八	九
部定課程	領域學習課程	語文	國語文	5	5	5
			本土語言/ 新住民文	0	0	0
			英語文	3	3	3
			數學	4	4	4
			社會	3	3	3
			自然科學	3	3	3

		藝術	3	3	3
		綜合活動	3	3	3
		科技	2	2	2
		健康與體育	3	3	3
		領域學習節數	29 節	29 節	29 節
校訂課程	彈性學習課程	統整性主題/專題/議題探究課程	3 ● 專題：圖書與資訊利用 ● 專題：活化博覽會 ● 專題：家鄉事，世界視	3 ● 專題：行動閱讀模組 ● 主題：生活泛科學 ● 專題： ◆ 第一學期：飛向不一樣的世界 ◆ 第二學期：牌卡競賽	3 ● 主題：探究微觀線索 ● 專題：從經濟作物看世界 ● 專題： ◆ 第一學期：英閱科普 ◆ 第二學期：喜悅英詩及電影賞析
		社團活動與技藝課程	1	1	1
		特殊需求領域課程	0/(1 資)	0/(1 資)	0/(1 資)
		其他類課程	全校活動 1 自治活動 1	全校活動 1 自治活動 1	全校活動 1 自治活動 1
		彈性學習節數	6 節		
	學習總節數	35 節			

決 議：修正後通過

案由二：審查本校 110 學年度特殊教育課程計畫，提請討論。

說 明：

- 一、依據「十二年國民基本教育課程綱要」明訂各校將特教課程計畫納入全校課程總體計畫送主管機關備查。另查，依屏東縣政府105年6月15日屏府教特字第10519554900號函之說明二「校內課程發展委員會應納入特殊教育教師代表，並將特殊教育課程納入學校課程計畫審議會議中。」
- 二、請學校課發會委員檢視如下事項
 - (1)特教學生基本資料及學習內容。
 - (2)特教教師所送課表結束是否達法定授課節數。
 - (3)授課課表與課程計畫一致。

領域/科目 名稱		年級/組別	節數	學生名單	人數	教師
領域學習	國文	七/國文 A	3	蔡 00、陳 00 林 00、洪 00	4	張茹雯
		七/國文 B	3	歐 00、劉 00 陳 00、李 00	4	張茹雯

課程		八/國文 C	3	彭 00、許 00、黃 00、 黃 00、陳 00	5	張茹雯
		八/國文 D	3	陳 00、蔡 00、 林 00、石 00	4	張茹雯
		九/國文 E	3	李 00、蔡 00 王 00、溫 00	4	張茹雯
	數學	七/數學 A	3	蔡 00、陳 00 林 00、洪 00	4	吳肇文
		七/數學 B	3	歐 00、劉 00 陳 00、李 00	4	吳肇文
		八/數學 C	2	彭 00、許 00、黃 00、 黃 00、陳 00	5	吳肇文
		九/數學 D	2	陳 00、蔡 00、 林 00、石 00、曾 00	5	吳肇文
		九/數學 E	3	李 00、蔡 00 王 00、溫 00	4	吳肇文
	英語	七/英語 A	3	蔡 00、陳 00、林 00	3	代理待聘
		七/英語 B	4	歐 00、劉 00、 陳 00、李 00	4	代理待聘
		八/英語 C	3	許 00、黃 00、 黃 00、陳 00	4	代理待聘
		九/英語 D	3	陳 00、蔡 00、 林 00、石 00、曾 00	4	代理待聘
		九/英語 E	3	李 00、蔡 00 王 00、溫 00	4	代理待聘
彈性學習課程	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 (職業教育、 社會技巧)	七、九/ 職業教育 A	1	李 00、王 00 歐 00、劉 00	4	吳肇文
		七、九/ 社會技巧 A	1	王 00、王 00、 歐 00、劉 00	4	張茹雯
	其他類 課程					

決 議：照案通過

案由三：審查本校 110 學年度體育班課程，提請討論。

說 明：針對本校體育班專長訓練之課程計畫內容，提請討論與決議。

年級			七	八	九
領域/科目					
領域學	語文	國語文	5	5	5

習課程	英語文	3	3	3
	數學	4	4	4
	社會	3	3	3
	自然科學	3	3	3
	藝術	音樂*1, 視覺*1	音樂*1, 表演*1	視覺*1, 表演*1
	綜合活動	童軍*1, 輔導*1	童軍*1, 家政*1	家政*1, 輔導*1
	科技	資訊*1	生科*1	生科*1
	健康與體育	體育*1, 健教*1	體育*1, 健教*1	體育*1, 健教*1
特殊類型班級課程	體育專業 (專項體能訓練、專項技術訓練)	5	5	5
部定課程學習節數		30	30	30
彈性學習課程	統整性主題/專題/議題探究課程	2	2	2
	特殊需求領域課程 (體育專業)	1	1	1
	班級自治活動	1	1	1
	全校性活動	1	1	1
校訂課程學習節數		5	5	5
學習總節數		35	35	35

決 議：照案通過

案由四：本校 110 學年度生涯發展教育融入領域課程實施計畫，提請討論。

說 明：110 學年度生涯發展教育融入領域課程實施計畫，如附件，請參閱資料後議決。

決 議：照案通過

案由五：輔導室於 110 學年度辦理續辦技藝課程，課程規畫如說明，提請討論。

說 明：

- 1.抽離式技藝課程(化工、家政、設計、食品、電機與電子、醫護等職群)安排星期三上午上課。請教務處依技藝教育課綱在星期三第 1.2 節安排開設職群對應的課程。
- 2.技藝教育專案編班(星期四 7 小時)，課程規畫如下，請委員審議。

學習領域及科目名稱		9 年級不同編班之每週學習節數				備註
		9 年級上學期		9 年級下學期		
		普通班	技藝專班	普通班	技藝專班	
語 文	國 文	5	5	5	5	
	英 語	3	3	3	3	

數	學	4	4	4	4	
社 會	歷 史	1	1	1	1	
	地 理	1	1	1	1	
	公 民	1	1	1	1	
自 然	科 學	3	3	3	3	
藝 術	視 覺 藝 術	1	0	1	0	-1
	音 樂	1	1	1	1	
	表 演 藝 術	1	1	1	1	
綜 合 活 動	輔 導	1	1	1	1	
	童 軍	1	0	1	0	-1
	家 政	1	0	1	0	-1
科 技	資 訊 科 技	1	1	1	1	
	生 活 科 技	1	0	1	0	-1
健 康 與 體 育	健 康	1	0	1	0	-1
	體 育	2	2	2	2	
彈 性 學 習 課 程		6	4	6	4	-2
節 數 小 計		35	28	35	28	-7
技 藝 教 育	電 機 電 子	0	7	0	0	
	餐 旅		0		7	
職 群 節 數 小 計		0	7	0	7	
合 計 總 節 數		35	35	35	35	

決 議：照案通過

肆、臨時動議：

一、第三次定期評量，各領域之評量方式，請討論。

決 議：各領域評量方式如下

科目	第三次定期評量方式	備註
國文	第一、二次定期評量加總除以 2	
英語	第一、二次定期評量加總除以 2	
數學	第一、二次定期評量加總除以 2	
自然(生物)	第一、二次定期評量加總除以 2	
社會	第一、二次定期評量加總除以 2	

伍、散會：9 時 50 分

承辦人：教師兼林漢賢
教學組長

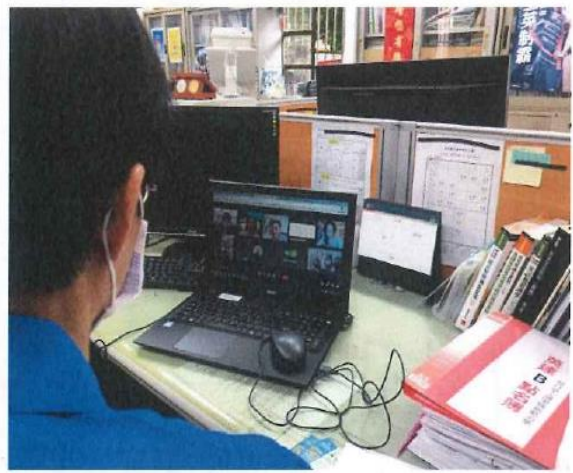
教務主任：教師兼方惠權
教務主任

校長：屏東縣立麟聲國民中學校長羅彥文

會議照片



教務主任召開會議



相關組長參與會議



相關領召參與會議



線上討論及修正



家長代表參與會議



線上視訊之參與委員

屏東縣立鶴聲國中 110 學年度課程發展委員會

第二次 會議簽到表

時間：110 年 06 月 22 日 08 時 30 分

地點：線上視訊會議

編號	委員會身分別	職稱	姓名	出席簽到
1	召集人	校長	羅彥文	線上會議簽到
2	行政人員代表	教務主任	方惠權	線上會議簽到
3	行政人員代表	教學組長	林漢賢	線上會議簽到
4	行政人員代表	學務主任	康杏聆	線上會議簽到
5	行政人員代表	輔導主任	林昭娣	線上會議簽到
6	行政人員代表	研發組長	劉朴桓	線上會議簽到
7	行政人員代表	註冊組長	簡銘宏	
8	行政人員代表	訓育組長	王依瑩	線上會議簽到
9	行政人員代表	衛生組長	林容璋	
10	行政人員代表	體育組長	戴義泉	線上會議簽到
11	行政人員代表	輔導組長	曾智鈴	
12	行政人員代表	生發組長	王綉如	線上會議簽到
13	年級代表	七年級導師	林怡如	
14	年級代表	八年級導師	張宜珍	
15	年級代表	九年級導師	陳勝仕	
16	領域教師代表	國文領域	高淑滿	線上會議簽到
17	領域教師代表	英語領域	蕭菁惠	線上會議簽到
18	領域教師代表	數學領域	楊文雄	線上會議簽到
19	領域教師代表	自然領域	劉朴桓	線上會議簽到
20	領域教師代表	社會領域	簡美霞	線上會議簽到
21	領域教師代表	健體領域	戴義泉	線上會議簽到
22	領域教師代表	藝文領域	王依瑩	線上會議簽到
23	領域教師代表	綜合領域	林昭娣	線上會議簽到
24	領域教師代表	科技領域	吳明祝	
26	特殊教育領域代表	特教老師	吳肇文	線上會議簽到/張茹雯代理
27	教師代表	教師會	林容璋	
28	家長會代表	家長會長	魏穩讚	線上會議簽到/陳秋婷代理
29	社區代表	人事主任	鄭淑方	線上會議簽到

