

110 學年度第 2 學期八年級 體育科 教學活動計畫

教師： 本校體育教師

班級：801—811

壹、領域核心素養

健體-J-A1:具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。

健體-J-A2:具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。

健體-J-A3:具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。

健體-J-B1:具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。

健體-J-B2:具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。

健體-J-B3:具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與表現方式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。

健體-J-C1:具備生活中有關運動與健康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。

健體-J-C2:具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。

健體-J-C3:具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。

貳、教學內容

一、誰與爭鋒-籃球

1. 複習上籃投籃基本動作
2. 罰球或三分球
3. 行進間三人傳接球

三、妙手推擋-桌球

1. 桌球基本動作複習
2. 單打介紹
3. 單打比賽

五、繩彩世界-民俗跳繩

1. 大跳繩團隊合作
2. S 型過繩
3. 比賽

二、排敵禦功-排球

1. 低手二人傳接球
2. 排球發球
3. 二人 2M 高手傳球

四、足下乾坤-足球

1. 內、外側傳接球
2. 二人行徑間傳接球
3. 大腿控球

六、體適能檢測-

1. 坐姿體前彎
2. 立定跳遠
3. 仰臥起坐
4. 男生 1600 公尺、女生 800 公尺



參、教學評量：應學生身心發展與個別差異，以獎勵與輔導為原則，並以教學目標、教材內容採多元評量方式

一、技能

1. 籃球：罰球線投籃。

2. 排球：發球。

3.足球：大腿控球。

4.桌球：單打賽程排名。

「健康技能」、「生活技能」、「技能表現」、「策略運用」

二、情意

1.健康覺察 2.健康正向態度 3.體育學習態度 4.運動欣賞

三、認知

1. 健康知識 2.技能概念 3.運動知識 4.技能原理

四、行為

1. 自我健康管理 2.健康倡議宣導 3.運動計畫 4. 運動實踐

室外場地遇雨於教室內，觀賞體育教學錄影帶或
體育常識及規則講解



肆、家長配合事項

一、多準備幾件運動服、可以在上完體育課更換，以符合衛生健康之原則，並注意在體育課期間必須穿著本校運動服與適當鞋具。

二、身體如有不適運動者，可直將向任課體育教師說明，視自己身體狀況來上課，若有長期病假情形，請家長出示醫師證明。

三、請多鼓勵孩子多作基本體能：最好全家一起來運動！