國立水里高級商工職業學校體育科教學大綱

科目名稱:羽球	類別:體育	開課年級:二年級
學分數:2	必/選修:必修	
一、教學目標		
認知	技能	情意
瞭解擊高遠球的種類。 瞭解正拍擊高遠球的擊球點與重要性。 知道正拍握拍方法。 瞭解正拍高手擊高遠球方法。	培養時間、空間感覺的能力。 學會正拍擊高遠球的動作。 儲備其他運動項目之能力。	培養合作精神與負責態度。 培養互動與自我評量態度。 增進觀摩學習與欣賞能力。
二、教學內容		
暖身運動	主要運動	緩和運動
<ol style="list-style-type: none"> 1. 說明羽球運動的起源發展 2. 基本動作之要領(握拍、揮拍)。 3. 接發球應用技巧。 4. 擊球應用。 5. 說明羽球比賽規則。 		
三、實施方式		
☒ 講述 ☒ 示範 ☒ 個別練習 ☒ 分組練習 ☒ 實務操作 ☐ 參觀訪問 ☒ 觀摩與欣賞 ☐ 影片欣賞 ☒ 討論及講評 ☐ 其他【請說明:___】		
四、器材設備		
場地: <u>室內羽球場</u> 器材、設備:羽球拍、羽球、羽球網		
五、評量方式:採多元評量方式		
評量範圍	(一)運動技能 60% (二)運動精神與學生態度 30% (三)體育常識 10%	評量方式
<ol style="list-style-type: none"> 1. 筆試:各單元學習活動之體育常識為主。 2. 口試:教學過程中、後,隨機實施。 3. 場試:動作技能實施演練。 4. 觀察:教學中、後之學習態度,運動精神及學習興趣。 5. 其他:各種體育活動紀錄、表演及競賽。 		
六、參考書目		
歐馨、自編教材		

國立水里高級商工職業學校體育科教學大綱

科目名稱:啦啦舞	類別:體育	開課年級:二年級
學分數:2	必/選修:必修	
一、教學目標		
認知	技能	情意
瞭解啦啦舞動作要領。 瞭解身體、地板基本運動、空間動作學習。 了解口號的運用在啦啦隊中的重要性。	能做出啦啦舞蹈手部、腳部動作。 能將口號運用在舞蹈動作。 能將舞蹈與音樂做結合，呈現一支簡短的啦啦舞表演	發展個人多元的能力。 培養互助合作之精神。
二、教學內容		
<ol style="list-style-type: none"> 1. 基本動作、地板動作、空間流作。 2. 拉筋、踢腿、手、眼、步法訓練 3. 音樂、影片欣賞。 4. 隊形編排 		
三、實施方式		
☒ 講述 ☒ 示範 ☒ 個別練習 ☒ 分組練習 ☒ 實務操作 ☐ 參觀訪問 ☒ 觀摩與欣賞 ☒ 影片欣賞 ☒ 討論及講評 ☐ 其他【請說明:___】		
四、器材設備		
場地: <u>室內外空地、視聽教室</u> 器材、設備: <u>CD 播放器、道具(彩球)、音樂 CD</u>		
五、評量方式:採多元評量方式		
評量範圍	評量方式	<ol style="list-style-type: none"> 1. 筆試:各單元學習活動之體育常識為主。 2. 口試:教學過程中、後，隨機實施。 3. 場試:動作技能實施演練。 4. 觀察:教學中、後之學習態度，運動精神及學習興趣。 5. 其他:各種體育活動紀錄、表演及競賽。
六、參考書目		
自編教材		

國立水里高級商工職業學校體育科教學大綱

科目名稱:籃球	類別:體育	開課年級:二年級
學分數:2	必/選修:必修	
一、教學目標		
認知	技能	情意
瞭解個人運動潛能即動作發展的差異性，並充分發展。 蒐集生長、發展資料來提升個人體能與健康。	在各種活動練習中應用各種策略以增進運動表現。	瞭解運動參與在個人層面的意義。 計劃及執行增進個人體適能的活動。 培養欣賞、分析運動美感的能力。
二、教學內容		
1. 籃球運動的起源及發展。 2. 了解籃球之特性。 3. 傳球動作-胸前、肩上、反彈傳球。 4. 接發動作-胸前、肩上、反彈、單手接球。	5. 運球動作練習。 6. 防守動作練習。 7. 投籃、三步上籃練習。 8. 籃球比賽規則 9. 小組分組競賽。	
三、實施方式		
☒ 講述 ☒ 示範 ☒ 個別練習 ☒ 分組練習 ☒ 實務操作 ☐ 參觀訪問 ☒ 觀摩與欣賞 ☐ 影片欣賞 ☒ 討論及講評 ☐ 其他【請說明:___】		
四、器材設備		
場地:籃球場 器材、設備:籃球、標示筒		
五、評量方式:採多元評量方式		
評量範圍	(一)運動技能 60% (二)運動精神與學生態度 30% (三)體育常識 10%	評量方式
		1. 筆試:各單元學習活動之體育常識為主。 2. 口試:教學過程中、後，隨機實施。 3. 場試:動作技能實施演練。 4. 觀察:教學中、後之學習態度，運動精神及學習興趣。 5. 其他:各種體育活動紀錄、表演及競賽。
六、參考書目		
歐馨、自編教材		

國立水里高級商工職業學校體育科教學大綱

科目名稱: 桌球	類別: 體育	開課年級: 二年級
學分數: 2	必/選修: 必修	
一、教學目標		
認知	技能	情意
瞭解桌球運動的由來及推擋與正手攻球技巧及適用時機。 了解桌球的起源與簡單規則。 蒐集生長、發展資料來提升個人體能與健康。	在各種活動練習中應用各種策略以增進運動表現。	在練習、比賽中能與同學合作共同完成目標。 培養欣賞、分析運動美感的能力。
二、教學內容		
1. 桌球運動的起源及發展。 2. 基本動作要領-接發球、推擋球。 3. 切球、抽球練習。 4. 講解桌球比賽規則-單打、雙打。 5. 分組競賽。		
三、實施方式		
☒ 講述 ☒ 示範 ☒ 個別練習 ☒ 分組練習 ☒ 實務操作 ☐ 參觀訪問 ☒ 觀摩與欣賞 ☐ 影片欣賞 ☒ 討論及講評 ☐ 其他【請說明:___】		
四、器材設備		
場地: 桌球場 器材、設備: 乒乓球、桌球拍		
五、評量方式: 採多元評量方式		
評量範圍	(一) 運動技能 60% (二) 運動精神與學生態度 30% (三) 體育常識 10%	評量方式
1. 筆試: 各單元學習活動之體育常識為主。 2. 口試: 教學過程中、後, 隨機實施。 3. 場試: 動作技能實施演練。 4. 觀察: 教學中、後之學習態度, 運動精神及學習興趣。 5. 其他: 各種體育活動紀錄、表演及競賽。		
六、參考書目		
歐馨、自編教材		