

健體領域課程介紹

Health & Physical Education



臺北市108學年度有效教學教案設計競賽

獲得優等&佳作

授課教師群

體育科

七年級	張玉美	李渝柔
八年級	管敏華	鄭伊新
九年級	曾德民	陳為邦
	李珮瑤	洪鈴雅
	陳佩筠	

健康教育科

七年級	鄭晴慈	
八年級	陳麗淑	鄭晴慈
	黃翊軒	
九年級	林憶萍	



體育科學習內容

	七年級	八年級	九年級
籃球	運球、傳接球、投籃	3人8字上籃、2對1基本快攻	四角傳球、上中、側中
排球	低手擊球	低手發球、接發球	舉球、扣球、攔網
桌球	正手發平擊球、反手推球	正手發下旋球、正、反手切球	單、雙打練習
羽球	單打規則、米字步伐、正手發球、正手擊高遠球	反手後場切球、反手網前挑球	敏捷、走繩平衡練習
田徑	異程接力	肌力、心肺循環訓練	敏捷、走繩平衡練習
游泳	捷泳25M、水上安全自救	蛙泳25M、水上安全自救	仰式25M、水上安全自救
民俗	跳繩	跳繩	跳繩
休閒	單槓、墊上運動	單槓、墊上運動	單槓、墊上運動

健教科學習內容



永續學習的幸福學校