

臺北市立大安高級工業職業學校

109 學年度

第 2 學期

體育科

教學活動計畫

教學目標	一、了解體適能的意義及身體適能提升方法，並應用於日常生活中。 二、學習各項運動技能並了解規則，鼓勵學生喜愛各項休閒運動。 三、欣賞各項運動之力與美，並投入喜愛之運動。							
每週時數	2	教材	依照教育部高職體育課程標準配合本校現有場地器材		班級	一、二、三年級	教師	趙懇
教學進度及內容							教學要求	
週次	日期	預定教學進度	時數	預定作業 (平時考)	重大議題融入 (融入者請置換為■)	一、上課一律穿著制式運動服裝及運動鞋。 二、如有必要離開指定之上課場地，或有任何狀況時，務必先報告任課老師知道及處理。 三、如有身體不適情形，請立刻休息並告知老師。 <div style="text-align: center;">評量方法</div> 一、情意及常識：40% 平常上課態度表現；按規定穿著服裝，學習態度是否認真，與同學之間互動態度；常識於課程進行過程中，老師隨時考評，對於各項技能要領及規則之認知情形。 二、技能：60% 每一單元結束後會有一次學習評量，學期結束時總測驗約 2—3 項。 <div style="text-align: center;">成績計算</div> 運動道德與體育常識 40% 運動技能 60% <div style="text-align: center;">親師配合</div> 一、督促學生練習授課項目。 二、鼓勵學生喜愛運動並培養課後運動習慣。		
1	2/21-2/27	課程配分說明、課程活動規劃說明、基本籃球球感練習	2	罰球*20、上籃*20	■家庭教育 ■生命教育 ■法治教育 ■人權教育 ■海洋教育 ■環境教育 ■生涯發展 ■資訊教育 ■能源教育 <input type="checkbox"/> 家政教育 ■消費者保護教育 <input type="checkbox"/> 交通安全教育 <input type="checkbox"/> 世界母語日 ■性別平等教育			
2	2/28-3/6	籃球跑位、手感練習	2	8 字傳球上籃*10				
3	3/7-3/13	羽球發球練習、羽球高遠球練習	2	高遠球*100、發球*30				
4	3/14-3/20	羽球發球練習、羽球高遠球練習、綜合操作	2	單打*3、雙打*3				
5	3/21-3/27	籃球上籃說明、上籃分組操作	2	5 點上籃*2				
6	3/28-4/3	基本上籃練習、分組操作	2					
7	4/4-4/10	游泳說明、水中自救教學、Y 型浮具製作	2	25M*15				
8	4/11-4/17	基本游泳能力測驗	2					
9	4/18-4/24	田徑說明、起跑差異教學、200 公尺測驗、體適能	2	200*1				
10	4/25-5/1	200 公尺測驗、前測後側差異說明、體適能	2	200*1				
11	5/2-5/8	網球說明、球感練習、正反手對牆教學	2	正手對牆*100、反手對牆*100 可連續				
12	5/9-5/15	正反手實作、分組實作	2	正手對牆*100、反手對牆*100 可連續				
13	5/16-5/22	補-籃球上籃測驗	2					
14	5/23-5/29	補-籃球上籃測驗	2					
15	5/30-6/5	桌球說明、正反手連續擊球、小組操作	2	正反手*30*2 組				
16	6/6-6/12	正反手連續擊球、小組操作、綜合實作	2	正反手*30*2 組、雙打*3				
17	6/13-6/19	排球說明、肩上發球教學、實作練習、術科補考	2	肩上發球*20、高低手*50				
18	6/20-6/26	肩上發球教學、綜合實作練習、術科補考	2	肩上發球*20、高低				

				手*50	
19	6/27-7/2	術科補考、期末考	2		其他
20					本學期舉辦水上運動會
21					本學期舉辦班際球類競賽
					游泳檢測
					體適能檢測

查核：請於學校日前至 <https://photo.taivs.tp.edu.tw/schDay/teacher/> 網站，登錄任教班級上傳，免送紙本。