

# 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	林建勳
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。  <b style="text-align: center;">評量方法</b> 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。  <b style="text-align: center;">成績計算</b> 運動道德與體育常識 40% 運動技能 60%  <b style="text-align: center;">親師配合</b> 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。  <b style="text-align: center;">其他</b> 本學期舉辦水上運動會 本學期舉辦班際球類競賽 游泳檢測 體適能檢測	
1	2/21-2/27	排球兩人攻防	2		■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 □家政教育 ■消費者保護教育 □交通安全教育 □世界母語日 ■性別平等教育		
2	2/28-3/6	排球規則、比賽	2				
3	3/7-3/13	籃球運球練習	2				
4	3/14-3/20	投籃練習	2				
5	3/21-3/27	羽球高遠球複習	2				
6	3/28-4/3	羽球發、接發球	2				
7	4/4-4/10	籃球全場介紹	2				
8	4/11-4/17	籃球全場進攻練習	2				
9	4/18-4/24	游泳捷泳練習	2				
10	4/25-5/1	游泳蛙泳練習	2				
11	5/2-5/8	田徑敏捷練習	2				
12	5/9-5/15	田徑接力練習	2				
13	5/16-5/22	網球正拍練習	2				
14	5/23-5/29	網球反拍動作	2				
15	5/30-6/5	籃球全場防守	2				
16	6/6-6/12	籃球區域防守	2				
17	6/13-6/19	桌球正手攻球	2				
18	6/20-6/26	桌球雙打介紹	2				
19	6/27-7/2	排球比賽練習	2				
20							
21							

---

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。