

※研習類別：☐有效教學 ☐差異化教學 ☐協同教學 ☐創新教學 ☐補救教學
☐多元評量 ☐試題分析與應用 ☐_____ (內容須與課程或教學相關)

壹、時間：109 年 3 月 26 日(星期四) 8:30 ~ 11:30

貳、地點：三樓會議室

參、主席：高于翔

記錄：林璟琅

肆、出席：

簽到表

簽名處	簽名處
高于翔	林雅惠
羅志安	林雅惠
張仰瑞	林璟琅

教學組長：教師兼教學組長 謝吟綺

教務主任：教務處教師兼教務主任 王維聰

校長：臺北市民族實驗國民中學 蘇慧君

伍、會議內容：

一、體育課評量分數分配表

教育部中小學男學生八百及一千六百公尺跑走百分等級常模(單位:分'秒")																			
百分等級	5th	10th	15th	20th	25th	30th	35th	40th	45th	50th	55th	60th	65th	70th	75th	80th	85th	90th	95th
成績	<<待加強>>				<<中等>>					<<銅牌>>					<<銀牌>>			<<金牌>>	
年級	40	45	50	55	60	65	70	75	77	80	82	84	86	88	90	93	96	98	100
7	13'16"	12'25"	12'02"	11'35"	11'16"	10'56"	10'44"	10'22"	10'03"	9'50"	9'33"	9'15"	8'57"	8'41"	8'20"	8'08"	7'54"	7'30"	7'04"
8	13'26"	12'22"	11'55"	11'23"	10'59"	10'28"	10'04"	9'45"	9'27"	9'14"	8'57"	8'43"	8'29"	8'14"	7'57"	7'44"	7'28"	7'11"	6'47"
9	12'57"	11'58"	11'10"	10'42"	10'19"	10'00"	9'42"	9'19"	9'05"	8'53"	8'38"	8'22"	8'10"	8'00"	7'46"	7'33"	7'18"	7'03"	6'42"

教育部中小學女學生八百公尺跑走百分等級常模(單位:分'秒")																			
百分等級	5th	10th	15th	20th	25th	30th	35th	40th	45th	50th	55th	60th	65th	70th	75th	80th	85th	90th	95th
成績	<<待加強>>				<<中等>>					<<銅牌>>					<<銀牌>>			<<金牌>>	
年級	40	45	50	55	60	65	70	75	77	80	82	84	86	88	90	93	96	98	100
7	6'08"	5'54"	5'31"	5'22"	5'16"	5'07"	5'00"	4'54"	4'49"	4'43"	4'37"	4'32"	4'26"	4'20"	4'16"	4'10"	4'03"	3'54"	3'44"
8	6'25"	5'56"	5'39"	5'30"	5'23"	5'14"	5'09"	5'02"	4'55"	4'49"	4'44"	4'39"	4'33"	4'28"	4'23"	4'17"	4'10"	4'02"	3'53"
9	6'16"	5'53"	5'35"	5'28"	5'20"	5'11"	5'05"	4'59"	4'53"	4'47"	4'41"	4'35"	4'30"	4'24"	4'19"	4'12"	4'06"	3'57"	3'47"

定期評量考試 40%		平時表現評量 60%	
排球發球	15%	出缺勤	20%
心肺適能 800/1600	15%	上課態度	20%
比賽練習參與度	10%	團體與個人練習狀況	20%
七：排球			
八：足球			
九：籃球			

二、城南走讀趣結合水資源：

- 1.以台大定向越野協助自然科取水，進行水質檢測。
- 2.從體驗校園定向來認識定向越野運動
- 3.結合藝能科完成建築美學主題課程

三、停課上課內容討論：

- 1.健教以彈性方式調整課程內容，將偏向活動性質的主題課程往後挪，先上後面的室內課程。
- 2.以 TABATA 及球類運動規則講解與比賽賞析為主題。

陸、研習照片：

