

科目	體育/生態體育	任教教師	耿文凱
任教班級	704	每週上課時數	1 節
教學理念	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 安全第一:具有安全運動的觀念，例如：安全的環境、了解自身身體能力與狀態，以及與同儕間友愛的互動。</li> <li>2. 循序漸進：先讓學生盡量多元化去「接觸」和「玩」，之後讓學生培養「興趣」，最後再開始接受「專業化」的訓練。</li> <li>3. 培養學生運動的興趣:在幽默風趣的體育教學中，透過自我身體的探索，引導學生從事各項不同的運動項目，從中體會運動的樂趣、感受運動的魅力、獲得運動經驗。此外透過「樂趣化」的教學方式來提升學生參與的機會，在課堂上、活動和各種競賽的過程中彼此學習，正確了解運動觀念，找到適合自己的運動習慣，並能持續進行。</li> <li>4. 「身教」大於「言教」:體育是一種身體力行，透過與學生一同實際操作，讓每位學生感受到教學的熱情及溫度，能體驗成功經驗肯定自己的價值。</li> </ol>		
教學目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 建立身體基礎體能:心肺功能、肌力與肌耐力。</li> <li>2. 藉由多元的運動參與，享受運動樂趣，並培養守法與團隊合作的行為規範。</li> <li>3. 瞭解並學會各項攀樹設備使用方式與安全規範。</li> <li>4. 能夠完成自行車直線 7 秒、S 型彎道測驗。</li> <li>5. 能夠完成長距離自行車騎乘的任務。</li> <li>6. 經由個人與團體活動，建立積極正向與互助合作的生活態度。</li> <li>7. 在生活中展現青春活力，養成規律運動的習慣。</li> <li>8. 了解專項運動所需的基本規則及運動技能。</li> <li>9. 能在團體練習中，積極參與各項身體活動，進而欣賞各項運動競賽，激勵自我與他人。</li> </ol>		
教學內容	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 跳繩</li> <li>2. 體適能</li> <li>3. 生態體育/自行車</li> <li>4. 桌球</li> <li>5. 田徑</li> <li>6. 生態體育/攀樹</li> </ol>		
教學方法	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 講述法。</li> <li>2. 示範法。</li> <li>3. 分組練習。</li> <li>4. 分組討論</li> <li>5. 分組比賽。</li> </ol>		
教學要求	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 為培養學生守時觀念，請同學準時上課。</li> <li>2. 課堂中對於各種學習，務必認真投入。</li> <li>3. 體育課首重安全，請同學確實做好充足暖身運動與收操。</li> <li>4. 課前、中、後，若有身體不適情況，即時向老師提出。</li> <li>5. 培養孩子團體合作的精神與態度。</li> <li>6. 關於課程學習，期勉孩子能夠勇於嘗試與挑戰，主動學習且積極投入練習。</li> </ol>		

<b>評量方式</b>	1.技術測驗、學習單（40%）。 2.平時課堂表現、活動參與程度、學習態度展現（60%）
<b>期望家長配合事項</b>	1.如有特殊個案不適合運動者，應檢附醫生開立證明並持續追蹤治療，並與學校、老師保持密切聯繫。 2.配合教育局 SH150 政策，每週除體育課時間外，運動時間應累積 150 分鐘，鼓勵家長可利用課後及假日作為親子活動時間，養成良好運動習慣，達到健康的生活。
<b>教師聯絡方式</b>	電話：(02)27322935 分機：220 e-mail：t445@mtjh.tp.edu.tw

**※因教學計畫會上網公告，教師聯絡方式若要寫 email 信箱，請寫公務信箱。**