

臺北市民族實中 112 學年度上學期 ■1■2 學季教學進度計畫表

課程名稱	體育/生態體育		授課教師	耿文凱
授課班別	901, 902	教材版本	南一	每週授課節數 2
課程屬性	<p>■ 學科系統：</p> <p>■ 議題系統：</p> <p>(1)生態課程 <input type="checkbox"/>莫內小農場 7-3/9-1 <input type="checkbox"/>愛樹特派員 7-1/8-1 <input type="checkbox"/>蟾蜍好鄰居 7-4/8-3 <input type="checkbox"/>城南走讀趣 8-2/9-4 <input type="checkbox"/>綠色生活家 7-2/8-4 <input checked="" type="checkbox"/>環境守門員 9-2/9-3</p> <p>(2)家族課程 <input type="checkbox"/>綠色科技 <input type="checkbox"/>生態永續 <input type="checkbox"/>薪傳人文 <input type="checkbox"/>循環經濟</p> <p>(3)自主選修課程</p> <p><input type="checkbox"/>其他課程：_____</p> <p>知能範圍：<input type="checkbox"/>1 國文<input type="checkbox"/>2 英語<input type="checkbox"/>3 數學<input type="checkbox"/>4 社會<input type="checkbox"/>5 自然<input type="checkbox"/>6 科技<input type="checkbox"/>7 藝術<input checked="" type="checkbox"/>8 健體<input type="checkbox"/>9 綜合(可複選)</p> <p><input type="checkbox"/>非領域分類</p> <p>補充說明：_____</p>			
核心素養	<p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>			
教學目標	<p>1. 建立身體提升體能:心肺功能、肌力與肌耐力。</p> <p>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。</p> <p>3. 瞭解並學會各項攀樹設備使用方式與安全規範。</p> <p>4. 了解專項運動所需的基本規則及運動技能。</p>			
授課進度表及課程內容大綱				
週次	日期	授課內容 (Subject/Topics)		備註
一	8/25	課程簡介與評量標準		8/25 第 1 學季開學日
二	8/28-9/1	基本肌力訓練、羽球發短球		
三	9/4-9/8	基本肌力訓練、羽球發短球		
四	9/11-9/15	基本肌力訓練、羽球發短球		
五	9/18-9/23	基本肌力訓練、羽球測驗		9/23(六) 補 10/9(一)上班課
六	9/25-9/29	水中安全及救溺知識及操作		9/29 中秋放假 1 日
七	10/2-10/6	游泳教學		
八	10/9-10/13	游泳教學		10/9(一)調整放假日 10/10(二)國慶放假 1 日
九	10/16-10/20	游泳教學		
十	10/23-10/27	游泳教學		10/25-26 成就評量

秋假	10/30-11/3	備課週	秋假		
一	11/6-11/10	攀樹-吊床介紹及收納	11/6 第 2 學季開學日		
二	11/13-11/17	攀樹-吊床介紹及收納			
三	11/20-11/24	攀樹-繩索系統說明			
四	11/27-12/1	攀樹-繩索系統說明			
五	12/4-12/8	體適能檢測			
六	12/11-12/15	體適能檢測			
七	12/18-12/22	籃球快攻跑分			
八	12/25-12/29	籃球快攻跑分			
九	1/1-1/5	籃球團隊配合戰術	1/1 元旦放假 1 日		
十	1/8-1/12	籃球團隊配合戰術			
十一	1/15-1/19	籃球團隊配合戰術	1/17 成就評量 1/19 休業式		
教學資源需求		1. 個人裝備 2. 著運動服裝 3. 相關體育器材			
評量規劃		■ 平時評量：60% (作業/隨堂測驗/學習單)			
		勾選	項目	佔比%	說明
			課堂表現	30%	1、投入課程學習態度 2、與教師互動、同儕間互助 3、是否干擾學習環境秩序
			練習參與	20%	1、完成教師指定練習項目 2、
			出席狀況	10%	1、課堂時間規範
		■ 期中評量：			
		■ 期末評量：40%			