臺北市民族實中 113 學年度上學期 ■ 1 ■ 2 學季教學進度計畫表

課程名稱	體育		授課教師	鄧錦榮
授課班別	801、803	教材版本	南一	每週授課節數 2
課程屬性	☒ 學科系統： ☐ 議題系統： (1)生態課程 ☐ 莫內小農場 7-3/9-1 ☐ 愛樹特派員 7-1/8-1 ☐ 蟾蜍好鄰居 7-4/8-3 ☐ 城南走讀趣 8-2/9-4 ☐ 綠色生活家 7-2/8-4 ☐ 環境守門員 9-2/9-3 (2)家族課程 ☐ 綠色科技 ☐ 生態永續 ☐ 薪傳人文 ☐ 循環經濟 (3)自主選修課程 ☐ 其他課程：_____			
	知能範圍： ☐ 1 國文 ☐ 2 英語 ☐ 3 數學 ☐ 4 社會 ☐ 5 自然 ☐ 6 科技 ☐ 7 藝術 ☒ 8 健體 ☐ 9 綜合(可複選) ☐ 非領域分類 補充說明：_____			
核心素養	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。			
教學目標	1. 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。 2. 能避免運動傷害，勇於展現青春活力，養成規律運動的習慣。 3. 了解專項運動所需的運動技能及規則。 4. 藉由多元的運動參與，享受運動樂趣，並培養守法的行為規範。 5. 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。			
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	8/23	生態體育(攀樹)		8/23 第 1 學季開學日
二	8/26-8/30	生態體育(攀樹)		
三	9/2-9/6	游泳		
四	9/9-9/13	游泳		
五	9/16-9/20	游泳		9/17 中秋放假 1 日
六	9/23-9/27	游泳		
七	9/30-10/4	游泳		

八	10/7-10/11	生態體育(攀樹)	10/10 國慶放假 1 日
九	10/14-10/18	生態體育(攀樹)	
十	10/21-10/25	生態體育(攀樹)	10/24-25 成就評量
秋假	10/28-11/1	備課週	秋假
一	11/4-11/8	足球	11/4 第 2 學季開學日
二	11/11-11/15	足球	
三	11/18-11/22	足球	
四	11/25-11/29	足球	
五	12/2-12/6	足球	
六	12/9-12/13	體適能	
七	12/16-12/20	體適能	
八	12/23-12/27	生態體育(定向越野)	
九	12/30-1/3	生態體育(定向越野)	1/1 元旦放假 1 日
十	1/6-1/10	生態體育(定向越野)	
十一	1/13-1/17	生態體育(定向越野)	1/17 成就評量 1/20 休業式

教學資源需求

學校場地與器材裝備

評量規劃

■ 平時評量：60%

項目	佔比%	說明
情意	20	出缺席
行為	40	課程參與度

■ 期末評量：40%

項目	佔比%	說明
技能	20	動作協調
認知	20	學習單