

臺北市民族實中113學年度上學期■3■4學季教學進度計畫表

課程名稱	體育			授課教師	林璟琅
授課班別	704	教材 版本	南一	每週授課節數	1
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-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 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。 健體-J-C3 具備敏察和接納 多元文化的涵 養，關心本土與國 際體育與健康議 題，並尊重與欣賞 其間的差異。				
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, 並且建立身體基礎體能:心肺功能、肌力與肌耐力;如此一來在生活中便能展現青春的活力, 更能養成規律運動的習慣。 2.藉由多元的運動參與, 了解專項運動所需的基本規則及運動技能, 在活動中享受運動樂趣,並培養守法與團隊合作的行為規範;最後, 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。 3.學會游泳技能, 如:學會基本捷泳與蛙泳及加強水中自救能力。				
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	2/11-2/14	課程簡介與評量標準(體育)			2/11第3學季開學日
二	2/17-2/21	桌球			9年級複習考2/19-20
三	2/24-2/28	桌球			2/28放假1日
四	3/3-3/7	桌球			
五	3/10-3/14	桌球			
六	3/17-3/21	足球			

七	3/24-3/28	足球	9年級成就評量 3/27-28
八	3/31-4/4	足球	4/3(四)-4/4(五) 兒童清明放假
九	4/7-4/11	足球	
十	4/14-4/18	足球	9年級複習考4/17-18 7、8年級成就評量 4/15-16
春 假	4/21-4/25	備課週	春假
一	4/28-5/2	田徑/拔河	4/28第4學季開學日
二	5/5-5/9	田徑/拔河	
三	5/12-5/16	田徑/拔河	5/17-18會考
四	5/19-5/24	田徑/拔河	5/19-5/24(六) FUN WEEK週
五	5/26-5/30	體適能	5/30(五)端午放假
六	6/2-6/6	體適能	6/2(一)校慶補假5/24
七	6/9-6/13	游泳	6/11畢業典禮
八	6/16-6/20	游泳	
九	6/23-6/27	游泳	
十	6/30-7/4	游泳	7、8年級成就評量7/2 休業式7/4
教學資源需求		桌球、足球、拔河繩、泳具一套及學習單等	
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	
		v	平時課堂表現 30 守時、確實操作熱身操、愛護器材等
		v	活動參與程度 30 自主練習、課堂參與討論、課堂回饋反應等
		v	學習態度展現 30 自主積極參與課堂各項練習與活動
		v	其他 10 學習單(線上與實體)
		■期中評量: 20 %	
		■期末評量: 20 %	