

臺北市立成淵高中 111 學年度第 2 學期高中部 體育科 科 教學計畫暨進度表

教師姓名：魏玉珍

教材來源：育達、自編教材

任教班級：202-205

學習目標		運動增強免疫力，擺脫坐式生活 各項技能動作訓練、規則理解 競技運動欣賞與解析							每週節數 2 節		
月份	週次	星期						教學單元/請詳述主題	重要議題融入 (請務必勾選)	重要行事	
		日	一	二	三	四	五				六
二月	1	12	13	14	15	16	17	18	排球-排球場地安全宣導. 排球發安全球基本動作操 作練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育	13 第二學期註冊、開學、幹部 訓練、寒假作業考試、下 午正式上課 18 補班補課(2/27)
	2	19	20	21	22	23	24	25	排球-排球肩上發球基本動 作操作練習	<input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育	20 高三第 1 次分科模擬考 21-22 國九第 3 次模擬考
	3	26	27	28	1	2	3	4	排球-排球發球測驗	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育	27、28 和平紀念日放假
三月	4	5	6	7	8	9	10	11	羽球-羽球場地安全宣導 羽球-羽球發球動作說明及 操作練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育	3/10 學校日暨家長座談會
	5	12	13	14	15	16	17	18	羽球-羽球發球動作說明及 操作練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育	
	6	19	20	21	22	23	24	25	羽球-羽球發球測驗	<input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育	25 補班補課(4/3)
	7	26	27	28	29	30	31	1	桌球-桌球課教室安全宣導 及發球操作練習	<input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育	27-28 第一次期中考
四月	8	2	3	4	5	6	7	8	桌球-發球操作練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育	03-05 兒童節、清明節放假
	9	9	10	11	12	13	14	15	桌球-發球測驗	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育	
	10	16	17	18	19	20	21	22	籃球-籃球場地安全宣導 籃球-罰球線罰球基本動 作操作練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育	20-21 國九第 4 次模擬考
	11	23	24	25	26	27	28	29	籃球-罰球線罰球基本動 作操作練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育	
	12	30	1	2	3	4	5	6	籃球-罰球線罰球測驗	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育	02-03 高三畢業考
五月	13	7	8	9	10	11	12	13	體適能—1.測驗坐姿體前 彎(瞬發力) 2.測驗一分鐘仰 臥起坐	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育	09 高三第 2 次分科模擬考 11-12 國七八、高一二第 2 次 期中考
	14	14	15	16	17	18	19	20	體適能—1.測驗坐姿體前 彎(瞬發力) 2.測驗一分鐘仰 臥起坐	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育	20-21 國中教育會考

	15	21	22	23	24	25	26	27	體適能-1.男生 1600 公尺 2. 女生 800 公尺	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 公民教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元國際教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀教育	
	16	28	29	30	31	1	2	3	籃球-罰球線罰球基本動作操作練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 公民教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元國際教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀教育	
六月	17	4	5	6	7	8	9	10	籃球-罰球線罰球基本動作操作練習 體育常識測驗	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 公民教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元國際教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀教育	
	18	11	12	13	14	15	16	17	籃球-罰球線罰球測驗	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 公民教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元國際教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀教育	17 補班補課(6/23)
	19	18	19	20	21	22	23	24	游泳-游泳池場地安全宣導 .捷式仰式動作說明及操作練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 公民教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元國際教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀教育	22-23 端午節放假
	20	25	26	27	28	29	30	1	游泳-50 公尺.捷式仰式測驗	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 公民教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元國際教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀教育	27-29 上午高一/二期末考 28-29 上午國七八期末考 29 下午大掃除 30 休業式/校務會議(成績結算) 7/1 暑假開始
七月	暑一	2	3	4	5	6	7	8		<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 公民教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元國際教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀教育	
	暑二	9	10	11	12	13	14	15		<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 公民教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元國際教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀教育	12-13 大學分科測驗
	暑三	16	17	18	19	20	21	22		<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 公民教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元國際教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀教育	
	暑四	23	24	25	26	27	28	29		<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 公民教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元國際教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀教育	
	暑五	30	31	1	2	3	4	5		<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 公民教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元國際教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀教育	
評量方式(100%)									平時學習態度 25%、運動技能 60%、體育常識 15%		
請家長配合事項									提醒孩子勇於表達，傾聽身體的聲音，有異狀立即反應，安全、快樂參與學習。		