

臺北市立成淵高中 112 學年度第 1 學期高三 體育 科 教學計畫暨進度表

教師姓名：魏玉珍

教材來源：育達 & 自編

任教班級：301-306

學習目標		每週節數：節						教學單元/ 請詳述主題		重要議題融入 (請務必勾選)		重要行事	
月份	週次	星期											
		日	一	二	三	四	五						六
九月	一	27	28	29	30	31	9/1	2	桌球-排球場地安全 宣導. 雙打規則說明 及分組比賽練習.	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	29 高/國中備課日暨教學研究會 議、期初校務會議 30 開學、正式上課 31 高二自主學習第一輪課程開始		
	二	3	4	5	6	7	8	9	桌球-雙打分組比賽 練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	04 高三/國九課輔開始、高三/國 九圖書館晚自習開始, 高一議題探 索課程開始 05-06 高三第 1 次學測模考、 05-06 國九第 1 次模考		
	三	10	11	12	13	14	15	16	桌球-雙打分組比賽 練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	11 高一二/國七八課後輔導開始 16 上午學校日&高三家長多元入 學方案講座、高一新生家長說明/ 學習歷程檔案說明會、臺加雙聯學 制國際文憑課程說明會、國九升學 輔導講座		
	四	17	18	19	20	21	22	23		<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	21 上午 9:21 國家防災日演習 23 國慶補班補課		
	五	24	25	26	27	28	29	30	羽球-羽球場地安全 宣導. 雙打規則說明 及分組比賽練習.	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	25 圖書館段考晚自習開放 29 中秋節放假		
十月	六	10/1	2	3	4	5	6	7	羽球-雙打分組比賽	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育			
	七	8	9	10	11	12	13	14	羽球-雙打分組比賽	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	9.10 國慶日放假 12-13 第一次期中考 13 圖書館段考晚自習暫停一天		
	八	15	16	17	18	19	20	21	體適能- 1. 說明體適能測驗 2. 測驗立定跳遠(瞬 發力)	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	17 國中學習扶助開始上課 19-20 國八隔宿(暫) 21 高三第 1 次英聽考試		
	九	22	23	24	25	26	27	28	體適能- 1. 測驗坐姿體前彎 2. 測驗一分鐘仰臥 起坐	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	24-26 校內多語文競賽(不含高中 國語類) 25 全校流感疫苗施打		
十一月	十	29	30	31	11/1	2	3	4	體適能-心肺耐力 1. 男生 1600 公尺 2. 女生 800 公尺	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	30-31 高三第 2 次學測模考 03 高一舞動青春比賽		
	十一	5	6	7	8	9	10	11	排球-排球場地安全 宣導. 6 人制分組比 賽規則說明及分組 比賽練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	06 議題探索第二輪開始 09 高二自主學習第二輪課程開始 11-127 周年校慶暨愛心園遊會		
	十二	12	13	14	15	16	17	18	排球-6 人制分組比 賽	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	13 校慶補假		
	十三	19	20	21	22	23	24	25	排球-6 人制分組比 賽	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	21-22 第二次期中考 22 圖書館段考晚自習暫停一天 23-02 新加坡交流回訪		
	十四	26	27	28	29	30	12/1	2	籃球-籃球場地安全 宣導. 5 對 5 籃球分 組比賽規則說明 及分組比賽練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	27-01 新加坡五校回訪入校 29 飢餓體驗活動		
十二月	十五	3	4	5	6	7	8	9	籃球-5 對 5 籃球分 組比賽練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	05 國中聯絡簿抽查 07 高中週記抽查/聖誕點燈活動 08 高二大學參訪		

十六	10	11	12	13	14	15	16	籃球-5對5籃球分組比賽練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	11-15 國中作業抽查 12-13 高一、二閱讀筆記抽查 13-14 高三第3次學測模擬考 16 高三第2次英聽考試	
	十七	17	18	19	20	21	22	23	游泳-游泳池場地安全宣導、聯合動作操作、50公尺檢測練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	18 國八青春尬演話劇比賽 19-22 高中作業抽查週 19-20 國七八閱讀筆記抽查 21-22 國九第2次模擬考
	十八	24	25	26	27	28	29	30	游泳-聯合動作操作、50公尺檢測練習、體育常識	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	26-27 高三期末考 26-28 校內高中國語文類競賽
一月	十九	31	1/1	2	3	4	5	6	游泳-聯合動作操作、50公尺檢測、體育常識測驗	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	01 元旦 02 圖書館段考晚自習開放
	廿	7	8	9	10	11	12	13	游泳-聯合動作操作、50公尺檢測練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	12 高中/國中輔導課結束
	廿一	14	15	16	17	18	19	20	游泳-聯合動作操作、50公尺檢測	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養教育	16-18 高一/二期末考 17-18 國中部期末考 18 圖書館段考晚自習結束 18 下午大掃除/考場佈置 19 下午看學測考場 19 休業式、期末暨期初校務會議 20-22 學科能力測驗
評量方式									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。		