

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

教師姓名：黃鼎元

教材來源：育達&華興&自編

任教班級：101.109.110.201.206.207.208.212

學習目標									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	排球課程-(低手接傳&高手接傳)3人傳接 發球動作操作-接發傳球	■生命教育■性平教育□環境教育■法治教育□人權教育□家庭教育□多元文化□海洋教育□資訊教育■品德教育□生涯規劃□科技教育□原住民教育■國際教育□能源教育■安全教育□防災教育■戶外教育□閱讀素養教育	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	排球課程-(低手接傳&高手接傳)3人傳接 發球動作操作-接發傳球 排球課程-3對3比賽	■生命教育■性平教育□環境教育■法治教育□人權教育□家庭教育□多元文化□海洋教育□資訊教育■品德教育□生涯規劃□科技教育□原住民教育■國際教育□能源教育■安全教育□防災教育■戶外教育□閱讀素養教育	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	排球課程-(低手接傳&高手接傳)3人傳接 發球動作操作-接發傳球 排球課程-3對3比賽	■生命教育■性平教育□環境教育■法治教育□人權教育□家庭教育□多元文化□海洋教育□資訊教育■品德教育□生涯規劃□科技教育□原住民教育■國際教育□能源教育■安全教育□防災教育■戶外教育□閱讀素養教育	27、28 和平紀念日放假
三月	4	5	6	7	8	9	10	11	體適能調整 籃球基本動作練習 小組合作 三對三比賽規則及練習	■生命教育■性平教育□環境教育■法治教育□人權教育□家庭教育□多元文化□海洋教育□資訊教育■品德教育□生涯規劃□科技教育□原住民教育■國際教育□能源教育■安全教育□防災教育■戶外教育□閱讀素養教育	3/10 學校日暨家長座談會
	5	12	13	14	15	16	17	18	體適能調整 籃球基本動作練習 小組合作 三對三比賽規則及練習	■生命教育■性平教育□環境教育■法治教育□人權教育□家庭教育□多元文化□海洋教育□資訊教育■品德教育□生涯規劃□科技教育□原住民教育■國際教育□能源教育■安全教育□防災教育■戶外教育□閱讀素養教育	
	6	19	20	21	22	23	24	25	體適能調整 籃球基本動作練習 小組合作 三對三比賽規則及練習	■生命教育■性平教育□環境教育■法治教育□人權教育□家庭教育□多元文化□海洋教育□資訊教育■品德教育□生涯規劃□科技教育□原住民教育■國際教育□能源教育■安全教育□防災教育■戶外教育□閱讀素養教育	25 補班補課(4/3)
	7	26	27	28	29	30	31	1	視疫情調整 游泳基本體能練習 捷泳介紹-聯合動作操作 仰泳介紹-聯合動作操作	■生命教育■性平教育□環境教育■法治教育□人權教育□家庭教育□多元文化□海洋教育□資訊教育■品德教育□生涯規劃□科技教育□原住民教育■國際教育□能源教育■安全教育□防災教育■戶外教育□閱讀素養教育	27-28 第一次期中考
四月	8	2	3	4	5	6	7	8	視疫情調整 游泳基本體能練習 捷泳介紹-聯合動作操作 仰泳介紹-聯合動作操作	■生命教育■性平教育□環境教育■法治教育□人權教育□家庭教育□多元文化□海洋教育□資訊教育■品德教育□生涯規劃□科技教育□原住民教育■國際教育□能源教育■安全教育□防災教育■戶外教育□閱讀素養教育	03-05 兒童節、清明節放假
	9	9	10	11	12	13	14	15	視疫情調整 游泳基本體能練習 捷泳介紹-聯合動作操作 仰泳介紹-聯合動作操作	■生命教育■性平教育□環境教育■法治教育□人權教育□家庭教育□多元文化□海洋教育□資訊教育■品德教育□生涯規劃□科技教育□原住民教育■國際教育□能源教育■安全教育□防災教育■戶外教育□閱讀素養教育	
	10	16	17	18	19	20	21	22	排球課程-(扣&低手接傳&高手接傳)2人傳接 對牆高低手自我擊球 發球動作操作-接發傳球	■生命教育■性平教育□環境教育■法治教育□人權教育□家庭教育□多元文化□海洋教育□資訊教育■品德教育□生涯規劃□科技教育□原住民教育■國際教育□能源教育■安全教育□防災教育■戶外教育□閱讀素養教育	20-21 國九第4次模擬考
	11	23	24	25	26	27	28	29	排球課程-(扣&低手接傳&高手接傳)2人傳接 對牆高低手自我擊球 發球動作操作-接發傳球 排球課程-6對6比賽	■生命教育■性平教育□環境教育■法治教育□人權教育□家庭教育□多元文化□海洋教育□資訊教育■品德教育□生涯規劃□科技教育□原住民教育■國際教育□能源教育■安全教育□防災教育■戶外教育□閱讀素養教育	

五月	12	30	1	2	3	4	5	6	排球課程-(扣&低手接傳&高手接傳)2人傳接 對牆高低手自我擊球 發球動作操作-接發傳球	■生命教育 ■性平教育 □環境教育 ■法治教育 □人權教育 □家庭教育 □多元文化 □海洋教育 □資訊教育 ■品德教育 □生涯規劃 □科技教育 □原住民教育 ■國際教育 □能源教育 ■安全教育 □防災教育 ■戶外教育 □閱讀素養教育	02-03 高三畢業考	
	13	7	8	9	10	11	12	13	羽毛球-單打比賽練習、網前小球、對角練習 體適能:繩梯練習 步伐評量&對練評量	■生命教育 ■性平教育 □環境教育 ■法治教育 □人權教育 □家庭教育 □多元文化 □海洋教育 □資訊教育 ■品德教育 □生涯規劃 □科技教育 □原住民教育 ■國際教育 □能源教育 ■安全教育 □防災教育 ■戶外教育 □閱讀素養教育	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	羽毛球-單打比賽練習、網前小球、對角練習 步伐評量&對練評量 體適能:核心肌群練習	■生命教育 ■性平教育 □環境教育 ■法治教育 □人權教育 □家庭教育 □多元文化 □海洋教育 □資訊教育 ■品德教育 □生涯規劃 □科技教育 □原住民教育 ■國際教育 □能源教育 ■安全教育 □防災教育 ■戶外教育 □閱讀素養教育	20-21 國中教育會考	
	15	21	22	23	24	25	26	27	羽毛球-單打比賽練習、網前小球、對角練習 步伐評量&對練評量 體適能:核心肌群練習	■生命教育 ■性平教育 □環境教育 ■法治教育 □人權教育 □家庭教育 □多元文化 □海洋教育 □資訊教育 ■品德教育 □生涯規劃 □科技教育 □原住民教育 ■國際教育 □能源教育 ■安全教育 □防災教育 ■戶外教育 □閱讀素養教育		
	16	28	29	30	31	1	2	3	桌搓球-直、橫拍-對打練習 桌球步伐介紹及操作 卓求檯台賽	■生命教育 ■性平教育 □環境教育 ■法治教育 □人權教育 □家庭教育 □多元文化 □海洋教育 □資訊教育 ■品德教育 □生涯規劃 □科技教育 □原住民教育 ■國際教育 □能源教育 ■安全教育 □防災教育 ■戶外教育 □閱讀素養教育		
六月	17	4	5	6	7	8	9	10	桌搓球-直、橫拍-對打練習 桌球步伐介紹及操作 卓求檯台賽 桌球-單打比賽計分賽	■生命教育 ■性平教育 □環境教育 ■法治教育 □人權教育 □家庭教育 □多元文化 □海洋教育 □資訊教育 ■品德教育 □生涯規劃 □科技教育 □原住民教育 ■國際教育 □能源教育 ■安全教育 □防災教育 ■戶外教育 □閱讀素養教育		
	18	11	12	13	14	15	16	17	桌搓球-直、橫拍-對打練習 桌球步伐介紹及操作 卓求檯台賽 桌球-單打比賽計分賽	■生命教育 ■性平教育 □環境教育 ■法治教育 □人權教育 □家庭教育 □多元文化 □海洋教育 □資訊教育 ■品德教育 □生涯規劃 □科技教育 □原住民教育 ■國際教育 □能源教育 ■安全教育 □防災教育 ■戶外教育 □閱讀素養教育	17 補班補課(6/23)	
	19	18	19	20	21	22	23	24	籃球基本動作練習 小組合作 三對三比賽規則及練習	■生命教育 ■性平教育 □環境教育 ■法治教育 □人權教育 □家庭教育 □多元文化 □海洋教育 □資訊教育 ■品德教育 □生涯規劃 □科技教育 □原住民教育 ■國際教育 □能源教育 ■安全教育 □防災教育 ■戶外教育 □閱讀素養教育	22-23 端午節放假	
	20	25	26	27	28	29	30	1	籃球基本動作練習 小組合作 三對三比賽規則及練習 體育常識&報告繳交	■生命教育 ■性平教育 □環境教育 ■法治教育 □人權教育 □家庭教育 □多元文化 □海洋教育 □資訊教育 ■品德教育 □生涯規劃 □科技教育 □原住民教育 ■國際教育 □能源教育 ■安全教育 □防災教育 ■戶外教育 □閱讀素養教育	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		■生命教育 ■性平教育 □環境教育 ■法治教育 □人權教育 □家庭教育 □多元文化 □海洋教育 □資訊教育 ■品德教育 □生涯規劃 □科技教育 □原住民教育 ■國際教育 □能源教育 ■安全教育 □防災教育 ■戶外教育 □閱讀素養教育		
	暑二	9	10	11	12	13	14	15		■生命教育 ■性平教育 □環境教育 ■法治教育 □人權教育 □家庭教育 □多元文化 □海洋教育 □資訊教育 ■品德教育 □生涯規劃 □科技教育 □原住民教育 ■國際教育 □能源教育 ■安全教育 □防災教育 ■戶外教育 □閱讀素養教育	12-13 大學分科測驗	
	暑三	16	17	18	19	20	21	22		■生命教育 ■性平教育 □環境教育 ■法治教育 □人權教育 □家庭教育 □多元文化 □海洋教育 □資訊教育 ■品德教育 □生涯規劃 □科技教育 □原住民教育 ■國際教育 □能源教育 ■安全教育 □防災教育 ■戶外教育 □閱讀素養教育		
評量方式		(100%)		平時學習態度 25%、運動技能 60%、體育常識 15%					無故未參與評量及下水游泳者酌扣體育平時成績項 10分/次(項) 游泳總得分=(10X+(測驗成績×(10-N)%)) 游泳課節數=N 下水次數=X; 測驗成績=游泳測驗距離(0~50m)×2			
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。										