

臺北市立成淵高中 109 學年度第 1 學期高國中部 體育科 教學計畫暨進度表

教師姓名：陳祈維

教材來源：泰宇&育達&華興&自編

任教班級：101.111

學習目標								每週節數： 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
九月	一	30	31	9/1	2	3	4	5	課程介紹與規範	<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	31 開學、正式上課、高三/國九課輔開始 03-04 高三第 1 次學測模考
	二	6	7	8	9	10	11	12	節奏訓練 羽球-正手拍平擊/ 高遠球動作操作 羽球-正手拍高遠球 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	07 高三/國九圖書館晚自習開始、高一二輔導課開始、高二轉組入新班 08-09 國九第 1 次模考
	三	13	14	15	16	17	18	19	節奏訓練 羽球-正手拍平擊/ 高遠球動作操作.. 羽球-正手&反手拍 高遠球測驗	<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	14 國七八課後輔導開始、 19 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	20	21	22	23	24	25	26	節奏訓練 羽球-正手&反手拍 發球測驗	<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	26 補行上班上課(補 10/2) 28-30 國九教育旅行
	五	27	28	29	30	10/1	2	3	體適能調整 敏捷訓練 籃球課程介紹-兩人 傳接.運球+投籃+傳 接	<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	28 圖書館段考晚自習開放 01 中秋節放假
十月	六	4	5	6	7	8	9	10	體適能調整 敏捷訓練 球課程介紹-兩人傳 接.運球+投籃+傳接	<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	09 調整放假 10 國慶日放假
	七	11	12	13	14	15	16	17	體適能評量 100M 測驗 大隊接力訓練	<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	13-14 第一次段考 14 圖書館段考晚自習暫停一天 15-16 國八隔宿露營
	八	18	19	20	21	22	23	24	體適能評量 100M 測驗 大隊接力訓練	<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	19 校內多語文競賽報名截止(不含高中國語類) 23 高三升學輔導會議 24 高三第 1 次英聽考試
	九	25	26	27	28	29	30	31	排球課程介紹-高低 手法演練基本動作 操作-扇形拋接傳球	<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	28-29 校內多語文競賽 (不含高中國語類)
十一月	十	11/1	2	3	4	5	6	7	排球課程介紹-高低 手傳球動作操作-扇 形拋接傳球/發球	<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	02-03 高三第 2 次學測模考 06 高一舞動青春比賽
	十一	8	9	10	11	12	13	14	排球課程介紹-高低 手連續傳球操作-扇 形拋接傳球/發球	<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	09-13 國中 108 學年度第 2 學期補救教學統一測驗(暫定) 14-124 周年校慶暨愛心園遊會
	十二	15	16	17	18	19	20	21	課程介紹.上課規範 與共識籃球課程介 紹-運球.兩人傳接 投籃基本動作操作	<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 校慶補假 17 圖書館段考晚自習開放
	十三	22	23	24	25	26	27	28	籃球課程介紹-運 球.傳接.軸心腳應 用.轉身投籃動作操 作	<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 國九升學輔導會議
	十四	29	30	12/1	2	3	4	5	籃球基本動作測驗	<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	02、03 第二次段考 03 圖書館段考晚自習暫停一天
十二月	十五	6	7	8	9	10	11	12	捷泳介紹-聯合動作 操作 水上救生-自救練習	<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	09 國中聯簿抽查 10 國際人權日/高中週記抽查 12 高三第 2 次英聽考試
	十六	13	14	15	16	17	18	19	捷泳介紹-聯合動作 操作 水上救生-自救練習	<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	14-18 國中作業抽查週 15-16 高三第 3 次學測模擬考/高一二閱讀筆記抽查

十七	20	21	22	23	24	25	26	捷泳介紹-聯合動作 操作/捷泳評量	<input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 性別教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input checked="" 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	21-25 高中作業抽查週 22-23 國七八閱讀筆記抽查 23-24 國九第2次學測模考
	十八	27	28	29	30	31	1/1 2	桌球課程介紹-正反 手發側下旋球.搓球 動作操作-直.橫拍	<input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 性別教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input checked="" 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 校內高中國語文類競賽 01 元旦
一月	十九	3	4	5	6	7	8 9	桌球課程介紹-正反 手發側下旋球.搓球 動作操作-直.橫拍	<input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 性別教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input checked="" 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 圖書館段考晚自習開放 06-07 高三期末考
	廿	10	11	12	13	14	15 16	桌球-正反手發側下 旋球.搓球-直.橫拍 -測驗 體育常識評量	<input checked="" type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 性別教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input checked="" 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	14 高中輔導課結束 15 國中輔導課結束 15-18-19 高一/二期末考
	廿一	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	18-19 國中部期末考 19 圖書館段考晚自習結束 20 休業式、期末暨期初校務會議 21 寒假開始、考場佈置 22-23 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%							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。								