

臺北市立成淵高中 110 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：魏玉珍

教材來源：自編教材、育達出版社

任教班級：201-205

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	29	30	31	9/1	2	3	4	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"/> 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 高國中備課日暨期初校務會議 01 開學、正式上課 02 高一二自主學習課程開始 03 高中多元選修課程開始
	二	5	6	7	8	9	10	11	游泳-捷式仰式動作說明及操作練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" 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 checked="" 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 高中/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,高二轉組入新班 07-08 國九第 1 次模考 10-11 高三第 1 次學測模考 11 補上班(補 20)
	三	12	13	14	15	16	17	18	游泳-捷式仰式動作說明及操作練習	<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 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	13 國七八課後輔導開始
	四	19	20	21	22	23	24	25	籃球-籃球場地安全宣導.罰球線罰球基本動作操作練習	<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 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	20 彈性放假 21 中秋節放假 25 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
	五	26	27	28	29	30	10/1	2	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"/> 性別教育 <input checked="" 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 checked="" 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 圖書館段考晚自習開放
十月	六	3	4	5	6	7	8	9	籃球-罰球線罰球測驗	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input checked="" 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 checked="" 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	段考管制週
	七	10	11	12	13	14	15	16	羽球-羽球場地安全宣導.羽球長遠球擊球動作說明及操作練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" 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	10 國慶日放假 11 補假 13-14 第一次期中考 14 圖書館段考晚自習暫停一天
	八	17	18	19	20	21	22	23	羽球-羽球長遠球擊球動作說明及操作練習	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" 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 23 高三第 1 次英聽考試(暫訂)
	九	24	25	26	27	28	29	30	羽球-羽球長遠球擊球測驗	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input checked="" 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 飢餓體驗活動(暫訂) 27-28 校內多語文競賽(不含高中國語類)
十一月	十	31	11/1	2	3	4	5	6	體適能-1.說明體適能測驗項目 2.測驗立定跳遠(瞬發力)、體育常識課程	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input checked="" 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	01-02 高三第 2 次學測模考 05 高一舞動青春比賽
	十一	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、體育常識課程	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性別教育 <input checked="" 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	08-12 國中補救教學統一測驗(暫定) 11 自主學習群第 2 群組開始 12 圖書館校慶前晚自習暫停一天 13-125 周年校慶暨愛心園遊會
	十二	14	15	16	17	18	19	20	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"/> 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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 閱讀素養教育	15 校慶補假 16 圖書館段考晚自習開放
	十三	21	22	23	24	25	26	27	桌球-桌球課教室安全宣導.雙打比賽操作練習、規則說明	<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 checked="" 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	段考前管制週
	十四	28	29	30	12/1	2	3	4	桌球-雙打比賽操作練習	<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 checked="" 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	5	6	7	8	9	10	11	桌球-雙打比賽操作練習	<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 checked="" type="checkbox"/> 閱讀素養教育	07-14 高二籃球賽 07 國中聯絡簿抽查 09 聖誕點燈活動/高中週記抽查 11 高三第2次英聽考試(暫定)
	十六	12	13	14	15	16	17	18	籃球-籃球場地安全宣導.罰球線罰球基本動作操作練習	<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 checked="" type="checkbox"/> 閱讀素養教育	13-17 國中作業抽查週 14-15 高三第3次學測模擬考/高一二閱讀筆記抽查
	十七	19	20	21	22	23	24	25	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"/> 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 checked="" type="checkbox"/> 閱讀素養教育	20-24 高中作業抽查週 21-22 國七八閱讀筆記抽查 23-24 國九第2次學測模考
	十八	26	27	28	29	30	31	1/1	籃球-罰球線罰球測驗	<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	29-30 高三期末考 29-30 校內高中國語文類競賽 31 補假 01 元旦
一月	十九	2	3	4	5	6	7	8	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"/> 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	03 圖書館段考晚自習開放 04 高三成績結算
	廿	9	10	11	12	13	14	15	排球-排球肩上發球基本動作操作練習	<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 高中/國中輔導課結束
	廿一	16	17	18	19	20	21	22	1. 排球-排球發球測驗 2. 體育常識課程	<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	17-18-19 上午高一/二期末考 18-19 上午國中部期末考 18 圖書館段考晚自習結束 19 下午大掃除/考場佈置 20 休業式、期末暨期初校務會議 20 下午看學測考場 21 寒假開始、成績結算 21-23 學科能力測驗(暫定) 22 補上班(補2/4)
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。		