

臺北市立成淵高中 109 學年度第 2 學期高中部 體育科 教學計畫暨進度表

教師姓名：黎俊裕 教材來源：自編教材 任教班級：112(專項訓練—手球)

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
二月	一	21	22	23	24	25	26	27	1.體能訓練 2.專項速度訓練 3.守門員訓練 4.3-6人小組搭配攻擊 5.戰術跑位	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性平教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素 <input checked="" type="checkbox"/> 養教育	22 第二學期註冊協調會、註冊、開學、寒假作業、正式上課，下午開學複習考 26 高中多元選修協調會
	二	28	3/1	2	3	4	5	6	1.專項速度訓練 2.守門員訓練 3.3-6人小組搭配攻擊 4.戰術跑位 5.全場攻防 6.防守隊型變換訓練	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性平教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素 <input checked="" type="checkbox"/> 養教育	28 和平紀念日放假 3/1 補假(2/28)
三月	三	7	8	9	10	11	12	13	1.專項速度訓練 2.守門員訓練 3.3-6人小組搭配攻擊 4.戰術跑位 5.全場攻防 6.防守隊型變換訓練	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性平教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素 <input checked="" type="checkbox"/> 養教育	12 學校日 12 期初課程發展委員會議&生涯發展委員會&生涯發展教育議題課程小組會議
	四	14	15	16	17	18	19	20	1.專項速度訓練 2.守門員訓練 3.3-6人小組搭配攻擊 4.戰術跑位 5.防守隊型變換訓練 6.模擬比賽	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性平教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素 <input checked="" type="checkbox"/> 養教育	
	五	21	22	23	24	25	26	27	1.專項速度訓練 2.守門員訓練 3.3-6人小組搭配攻擊 4.戰術跑位 5.模擬比賽 6.意象訓練	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性平教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素 <input checked="" type="checkbox"/> 養教育	
	六	28	29	30	31	4/1	2	3	1.專項速度訓練 2.守門員訓練 3.遊戲 4.重量訓練	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性平教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素 <input checked="" type="checkbox"/> 養教育	31-4/1 第一次期中考 02 補假
	七	4	5	6	7	8	9	10	1.專項速度訓練 2.守門員訓練 3.重量訓練 4.遊戲	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性平教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素 <input checked="" type="checkbox"/> 養教育	04 兒童節民族掃墓節 05 補假
四月	八	11	12	13	14	15	16	17	1.專項速度訓練 2.守門員訓練 3.3-6人小組搭配攻擊 4.重量訓練 5.遊戲	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性平教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素 <input checked="" type="checkbox"/> 養教育	
	九	18	19	20	21	22	23	24	1.專項速度訓練 2.守門員訓練 3.3-6人小組搭配攻擊 4.重量訓練 5.遊戲	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性平教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素 <input checked="" type="checkbox"/> 養教育	
	十	25	26	27	28	29	30	5/1	1.專項速度訓練 2.守門員訓練 3.3-6人小組搭配攻擊 4.重量訓練	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性平教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素 <input checked="" type="checkbox"/> 養教育	
五月	十一	2	3	4	5	6	7	8	1.專項速度訓練 2.守門員訓練 3.3-6人小組搭配攻擊 4.重量訓練	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 性平教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素 <input checked="" type="checkbox"/> 養教育	06-07 高三畢業考

十二	9	10	11	12	13	14	15	1. 專項速度訓練 2. 守門員訓練 3. 3-6 人小組搭配攻擊 4. 重量訓練	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 技術教育 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 養育	<input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	<input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 能源教育	<input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋科技 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	12-13 國七八、高一二第 2 次期中		
	十三	16	17	18	19	20	21	22	1. 專項速度訓練 2. 守門員訓練 3. 3-6 人小組搭配攻擊 4. 重量訓練	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 技術教育 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 養育	<input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	<input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 能源教育		<input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋科技 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	
		十四	23	24	25	26	27	28	29	1. 專項速度訓練 2. 守門員訓練 3. 3-6 人小組搭配攻擊 4. 重量訓練	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 技術教育 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 養育	<input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素		<input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 能源教育	<input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋科技 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素
	六月		十五	30	31	6/1	2	3	4	5	1. 專項速度訓練 2. 守門員訓練 3. 戰術演練 4. 重量訓練	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 技術教育 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 養育		<input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	<input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 能源教育
十六		6		7	8	9	10	11	12	1. 專項速度訓練 2. 守門員訓練 3. 戰術演練 4. 重量訓練	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 技術教育 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 養育	<input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	<input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 能源教育	<input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋科技 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	
		十七	13	14	15	16	17	18	19	1. 專項速度訓練 2. 守門員訓練 3. 戰術演練 4. 重量訓練	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 技術教育 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 養育	<input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	<input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 能源教育	<input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋科技 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	14 端午節 18 期末課發會&期末生涯發展教育議題課程小組會議&圖書館暨資訊小組委員會
		十八	20	21	22	23	24	25	26	1. 專項速度訓練 2. 守門員訓練 3. 戰術演練 4. 重量訓練	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 技術教育 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 養育	<input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	<input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 能源教育	<input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋科技 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	
七月		十九	27	28	29	30	7/1	2	3	1. 專項速度訓練 2. 守門員訓練 3. 戰術演練 4. 重量訓練	<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 技術教育 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 養育	<input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	<input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 能源教育	<input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋科技 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	29-7/1 上午高一/二期末考 30-7/1 上午國七八期末考 7/2 休業式/校務會議(成績結算) 7/3 暑假開始
	署一		4	5	6	7	8	9	10		<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 技術教育 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 養育	<input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	<input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 能源教育	<input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋科技 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	06 公告補考名單 07 公告補考考程 08 高二補考 09 高一補考 08 高一新生(含體育班、特教暨家長說明會(暫定))
		署二	11	12	13	14	15	16	17		<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 技術教育 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 養育	<input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	<input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 能源教育	<input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋科技 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	12 公告重修名單 13-14 重修報名及繳費作業 14 高一/二重修開課
		署三	18	19	20	21	22	23	24		<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 技術教育 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 養育	<input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	<input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 能源教育	<input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋科技 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	
	署四	25	26	27	28	29	30	31		<input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 技術教育 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 養育	<input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素	<input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 能源教育	<input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 海洋科技 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素		
評量方式(100%)								平時學習態度 40%、運動技能 60%							
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，追求更快更遠更卓越。							