

臺北市立成淵高中 111 學年度第 1 學期高中部體育科 教學計畫暨進度表

教師姓名：魏玉珍

教材來源：育達&泰宇 & 自編

任教班級：202-205

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	28	29	30	31	9/1	2	3	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	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 01 高二自主學習第一輪課程開始 02 高中多元選修課程開始
	二	4	5	6	7	8	9	10	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 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 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 05-06 高三第 1 次學測模考 06-07 國九第 1 次模考 09 彈性放假 10 中秋節
	三	11	12	13	14	15	16	17	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 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 國七八課後輔導開始 13 校內學科能力競賽 14-16 國九畢旅
	四	18	19	20	21	22	23	24	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	19-20 英語文學藝競賽 24 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	25	26	27	28	29	30	10/1	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	26 圖書館段考晚自習開放
十月	六	2	3	4	5	6	7	8	排球-排球發球測驗	<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	段考管制週
	七	9	10	11	12	13	14	15	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 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 12-13 第一次期中考 13 圖書館段考晚自習暫停一天
	八	16	17	18	19	20	21	22	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 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	22 高三第 1 次英聽考試
	九	23	24	25	26	27	28	29	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 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) 26-27 校內多語文競賽(不含高中國語類)
十一月	十	30	31	11/1	2	3	4	5	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 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 04 高一舞動青春比賽
	十一	6	7	8	9	10	11	12	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 type="checkbox"/> 閱讀素養教育	07 議題探索第二輪開始 10 高二自主學習第二輪課程開始 12-126 周年校慶暨愛心園遊會
	十二	13	14	15	16	17	18	19	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 type="checkbox"/> 閱讀素養教育	14 校慶補假
	十三	20	21	22	23	24	25	26	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 type="checkbox"/> 閱讀素養教育	段考前管制週
	十四	27	28	29	30	12/1	2	3	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 type="checkbox"/> 閱讀素養教育	01-02 第二次期中考 01-02 國八隔宿露營(暫) 02 圖書館段考晚自習暫停一天
十二月	十五	4	5	6	7	8	9	10	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	06 國中聯絡簿抽查 08 聖誕點燈活動/高中週記抽查 09 高一環境教育旅行、高二大學參訪 10 高三第 2 次英聽考試

十六	11	12	13	14	15	16	17	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	■生命教育■性別教育□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■戶外教育□科技教育■國際教育□能源教育□原住民族教育■安全教育□防災教育□閱讀素養教育	12-16 國中作業抽查週 13-14 高一二閱讀筆記抽查 14-15 高三第3次學測模擬考	
	十七	18	19	20	21	22	23	24	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	■生命教育■性別教育□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■戶外教育□科技教育■國際教育□能源教育□原住民族教育■安全教育□防災教育□閱讀素養教育	19-22 高中作業抽查週 20-21 國七八閱讀筆記抽查 22-23 國九第2次模擬考
	十八	25	26	27	28	29	30	31	體適能-1.男生 1600 公尺 2.女生 800 公尺	■生命教育■性別教育□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■戶外教育□科技教育■國際教育□能源教育□原住民族教育■安全教育□防災教育□閱讀素養教育	26-27 高三期末考 26 圖書館段考晚自習開放 28-29 校內高中國語文類競賽
一月	十九	1/1	2	3	4	5	6	7	籃球-籃球場地安全宣導、罰球線罰球基本動作操作練習	■生命教育■性別教育□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■戶外教育□科技教育■國際教育□能源教育□原住民族教育■安全教育□防災教育□閱讀素養教育	01 元旦 02 補假 06 高中/國中輔導課結束 07 補班課(補 1/20)
	廿	8	9	10	11	12	13	14	1. 籃球-罰球線罰球基本動作操作練習 2. 體育常識課程	■生命教育■性別教育□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■戶外教育□科技教育■國際教育□能源教育□原住民族教育■安全教育□防災教育□閱讀素養教育	11 下午大掃除/考場佈置 12 下午看學測考場 12-13 遠距教學 13-15 學科能力測驗
	廿一	15	16	17	18	19	20	21	1. 籃球-罰球線罰球測驗 2. 體育常識課程	□生命教育□性別教育□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■戶外教育□科技教育□國際教育□能源教育□原住民族教育□安全教育□防災教育□閱讀素養教育	16-18 高一/二期末考 17-18 國中二期末考 17 圖書館段考晚自習結束 19 休業式、期末暨期初校務會議 19 成績輸入截止 20 寒假開始、彈性放假 21 除夕放假 22-24 春節
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。			