

# 臺北市立南湖高級中學 113 學年度第一學期教學計畫表 113.08.29

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 科目：體育科           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 年級：一   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 任課教師：陳珮伶、王嵐亭、黃伊崙 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 課程目標             | 根據本學期上課內容，能確實瞭解並實踐運動技能，落實於日常活動中；並養成良好運動習慣，達成終身學習與運動之目標。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 重要議題融入 | <div><div><input checked="" type="checkbox"/>生涯規劃</div><div><input checked="" type="checkbox"/>性別平等教育</div><div><input type="checkbox"/>人權教育</div><div><input checked="" type="checkbox"/>環境教育</div><div><input checked="" type="checkbox"/>多元文化</div><div><input checked="" type="checkbox"/>品德教育</div><div><input type="checkbox"/>消保教育</div><div><input checked="" type="checkbox"/>資訊素養與倫理</div></div> <div><div><input checked="" type="checkbox"/>生命教育</div><div><input checked="" type="checkbox"/>法治教育</div><div><input checked="" type="checkbox"/>海洋教育</div><div><input checked="" type="checkbox"/>永續經營</div><div><input checked="" type="checkbox"/>家庭教育</div><div><input checked="" type="checkbox"/>健康促進計畫</div><div><input checked="" type="checkbox"/>雙語教學</div></div> <div>〈可複選〉</div> |
| 教學理念             | 一、建立以學生為中心的教學。<br>二、以遊戲活動過程取代傳統教條式教法。<br>三、結合時代脈動，採多元併進方式，取得良好的互動。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 教學內容及教學要求        | 一、認知：體育課本（均悅版）。<br>二、技能：籃球、排球、桌球、羽球、游泳(捷式)、體適能。<br>三、女生頭髮較長者需束髮，身上不得配掛任何飾品（ex：項鍊、戒指、耳環…）。<br>四、學生上課時須配合作口頭練習。<br>五、上課要專心，主動發問及參與教學活動（游泳課程需全程參與）。<br>六、課堂上指定的練習宜認真且確實執行。<br>七、課堂前學生需自行告知任課教師身體狀況。                                                                                                                                                                                                           |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 作業內容及成績計算        | 一、配合課程，設計課程相關體育知識問題及規則說明，請學生以口頭回答。<br>二、課堂上老師所指定的技能練習項目。<br>三、成績比例：<br>(一)術科技能成績：75%<br>游泳：25 公尺自由式 70%及打水 30%<br>籃球：籃下 1 分鐘左右投（採計時給分，不進補進）<br>排球：低手傳球～（2 人隔網對傳）來回 1 球 5 分。<br>桌球：反手擊球(一球五分)<br>羽球：球發球(15 球 1 球 8 分)<br>舞蹈：有氧舞蹈(大會操)<br>(二)課堂表現：15%<br>A 出席率（包含游泳課下水次數） B 口頭報告、發問、回答<br>C 上課態度 D 服裝儀容<br>(三)運動知識：10%<br>以作業報告型式呈現<br>四、游泳為本校課程重點，故請務必將規定之游泳距離補游完畢，如無法依規定補游完成則教師將不予給分(若有其他不適或特殊情況請先行告知任課老師) |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 老師期許             | 能在體育課程中盡情的活動，本著教師基本技術的指導，運用於體育活動中，並能樂在其中。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 希望家長配合事項         | 一、請支持校規，認同學校，鼓勵孩子有責任感，以利學習態度及良好品格之養成。<br>二、請多注意孩子，對本科是否有興趣？平時練習是否足夠？<br>三、當孩子的評量成績有退步時，請陪同孩子檢討成績不理想的原因。<br>四、請注意孩子的飲食習慣是否均衡。                                                                                                                                                                                                                                                                               |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |