

臺北市立南湖高級中學 113 學年度第 2 學期教學計畫表 114.01.02

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	☒生涯規劃 ☒性別平等教育 ☐人權教育 ☒環境教育 ☒多元文化 ☒品德教育 ☐消保教育 ☒資訊素養與倫理 ☒生命教育 ☒法治教育 ☒海洋教育 ☒永續經營 ☒家庭教育 ☒健康促進計畫 ☒雙語教學 〈可複選〉
教學理念	一、建立以學生為中心的教學。 二、以遊戲活動過程取代傳統教條式教法。 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）。 二、技能：籃球、排球、桌球、羽球、游泳(捷式)、體適能。 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…）。 四、學生上課時須配合作口頭練習。 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）。 六、課堂上指定的練習宜認真且確實執行。 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。 二、課堂上老師所指定的技能練習項目。 三、成績比例： (一)術科技能成績：75% 游泳：50 公尺自由式 70%及打水 30% 籃球：三分線三點運球上籃（採計時給分，不進補進） 排球：高手托球～（2 人隔網對傳）來回 1 球 5 分。 桌球：正手擊球 連續擊球(一球五分) 羽球：高遠球發球(15 球，1 球 8 分) (二)課堂表現：15% A 出席率（包含游泳課下水次數） B 口頭報告、發問、回答 C 上課態度 D 服裝儀容 (三)運動知識：10% 以作業報告型式呈現 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。 二、請多注意孩子，對本科是否有興趣？平時練習是否足夠？ 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。 四、請注意孩子的飲食習慣是否均衡。		