**臺北市立大直高級中學111學年度第2學期**

**高中部 體育 科教學活動計畫書**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **任教班級** | H101－H110 | **任課老師****姓 名** | 劉亦陞 |
| **一、教學目標** | 1. 技能方面：具備基本運動能力、學會基本運動技能、能夠參加班級競賽
2. 情意方面：能喜歡、欣賞運動、遵守上課秩序、培養良好、規律之運動習慣
3. 認知方面：學會相關運動常識、運動傷害防護與運動賽事經營與及管理等知能。
 |
| **二、教材內容** | 桌球、籃球、排球、體適能、游泳、羽球、足球、健身操 |
| **三、學期成績計算** | 1. 技能50﹪：➀籃球－全場運球上籃➁足球－障礙運球③游泳－50公尺與水上救生（羽球發球—高遠球）
2. 情意25﹪：上課出缺席、上課秩序、參與表現、學習態度、禮儀表現等
3. 認知25﹪：體育常識、體育時事期末紙筆測驗
 |
| **四、可上傳學習歷程檔案課程學習成果之作品** | 訓練計畫、運動處方、運動賽事經營與管理報告 |
| **五、學生上課注意事項** | 1. 安全原則：➀身體不適、應事先告知，切勿勉強➁確實熱身➂活動中注意自身及他人的安全④遵守教師指導與規定。
2. 參與原則：➀依照老師指導方式積極參與活動➁運動能力較佳的種子教師同學，協助指導同學學習➂分組活動時盡量安排組別，減低同儕排擠之問題。
3. 請假原則：➀臨時有事或身體不適無法到課，應告知任課老師或請副班長轉知➁上課中途需要喝水或上廁所，要先經老師同意後方可離開上課場地➂遲到、缺席依規定登記。
 |
| **六、擬請家長協助事項** | 1. 有體育課之日期，請叮嚀小孩穿著**運動服裝**及**運動鞋**到校。
2. 不適合激烈運動者，本校輔導室與護理師已事先通知任課老師，會安排強度較低之活動，也請事先告知小孩勿勉強參與激烈活動。
3. 陪伴孩子們在成長的過程中，參與、觀賞體育賽事，從事休閒性的體育活動。
 |
| **七、聯絡方式** | 校內分機：332、333 |
| **八、備註** | 1. 體育股長：協助整隊、做暖身操與借用及歸還上課器材。
2. 上課當日值日生：協助整理上課場地、歸還與上課器材清潔消毒。
 |

**【教學進度表】(請特別確認是否有性別平等相關單元)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 融入議題 | 1.性別平等 | 2.人權 | 3.環境 | 4.海洋 | 5.品德 | 6.生命 | 7.法治 |
| 8.科技 | 9.資訊 | 10.能源 | 11.安全 | 12.防災 | 13.家庭教育 | 14.生涯規劃 |
| 15. 多元文化 | 16.閱讀素養 | 17.戶外教育 | 18.國際教育 | 19.原住民教育 | 20.其他:\_\_\_\_\_\_\_\_(請說明) |
| 月份 | 週次 | 日 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 預定進度 | 資訊融入 | 議題融入 | 重要行事 |
|  | **一** | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 排球－國際大賽（熱身賽）排球規則、排球裁判 | ˇ | 1、11 | 13開學、正式上課14-18期初教學研究會14高二多元選修選課結果公告與上課15-18高二多元選修加退選15-3/22高一微課程(101-105)16高二自主學習開始 16高一、高三多元選修選課結果公告17高三課諮師入班17-21高一多元選修加退選18補行2/27上班上課 |
| **二** | 19 | 20 | 21 | 23 | 23 | 24 | 25 | 排球－國際大賽（熱身賽）排球規則、排球裁判 | ˇ | 1、11 | 20全校導師會議20公布高中補考成績20高三第一次分科測驗模擬考20高一二輔導課開始21高三輔導課開始23學測成績公告**24教學大綱及班級經營上傳截止** |
| **三** | 26 | 27 | 28 | 1 | 2 | 3 | 4 | 籃球－全場運球上籃體適能－柔軟度 |  | 1 | 27調整放假28和平紀念日**4學校日** |
| 三月 | **四** | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 籃球－全場運球上籃體適能－心肺耐力 |  | 1 | 6-4/6高三學生學習歷程檔案111-2課程成果上傳開始7領航者會議9高二充實補強課程10中學生讀書心得比賽投稿截止(12:00截止) |
| **五** | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 羽球－發高遠球、反手擊球體適能－瞬發力 |  |  | 13高三晚自習開始13-23高一二晚自習15中學生小論文比賽投稿截止(12:00)16高二充實補強課程 |
| **六** | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 羽球－發高遠球、網前球 |  |  | **23-24高一二第1次期中考**25補行4/3上班上課 |
| **七** | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 足球－運球（球感、傳接球） |  | 1 | 27-4/14公開授課週28高一公民訓練29-5/3高一自主學習先備課程(101-105) |
| 四月 | **八** | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 足球－（運球前進、S形運球） |  | 1 | 3調整放假4-5兒童節、民族掃墓節6高三學生學習歷程檔案111-2課程成果上傳截止(3/7~4/6 17:00)6-5/4高一游泳課程(暫定) |
| **九** | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 游泳－水上救生（漂浮與韻律呼吸） |  | 1、4 | 9高三教師學習歷程檔案111-2課程成果認證截止(3/6~4/9)10高三學生學習歷程檔案111課程成果、多元表現勾選截止(3/6~4/10 17:00)11-14高二畢業旅行 |
| **十** | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 游泳－水上救生（立泳） |  | 11 | 17-21期中教學研究會17-21高二籃球比賽 |
| **十****一** | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 游泳－水上救生（著衣救生、自製浮具） |  | 6 | 24高一二導師會議27高二充實補強課程27高三輔導課結束28KO拉卡決賽29春季舞會 |
| 五月 | **十****二** | 30 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 游泳－水上救生（長泳） |  |  | **1-2高三期末考**1-10高一二晚自習2領航者會議4高二充實補強課程 |
| **十****三** | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 桌球－發旋球、接發球 |  |  | 8高三德行審查會議9高三第二次分科測驗模擬考9公告高三補考名單**10-11第2次期中考**12高一二課諮師入班宣導12專任教師會議 |
| **十****四** | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 桌球－發旋球、接發球 |  |  | 15-26公開授課週15-7/14高一、二學生學習歷程檔案111-2課程成果上傳開始(5/15~7/14 17:00截止)15-19高一排球比賽16高三補考17-6/21高一微課程(101-105)19-6/2自主學習申請19擔任會考考場，11:00大掃除，12:00放學 |
| **十****五** | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 排球－國際大賽（循環賽） |  |  | 22高一二德行審查22-26科學週23高二數理資優班獨研成發23公告高三重修名單 |
| **十****六** | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 排球－國際大賽（明星賽） |  |  | 29-6/2期末教學研究會1-30高三重修課程 |
| 六月 | **十****七** | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 籃球－運球上籃（評量） |  |  | 5畢業典禮預演(暫定)6畢業典禮(暫定)7-11高三分科測驗衝刺班8高二自主學習成果發表9高二校訂必修成果發表 |
| **十****八** | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 籃球－運球上籃（評量） |  |  | 13領航者會議14高中課程評鑑小組會議15高二充實補強課程15高一二輔導課結束17補行6/23上班上課 |
| **十九** | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 桌球－班級排名賽 |  |  | 19-28高一二晚自習20高中課發會22端午節23調整放假 |
| **廿** | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 1 | 羽球－班級排名賽 |  |  | **27-29高一、二期末考**28高三晚自習結束30休業式；10:10校務會議1暑假開始 |