**臺北市立大直高級中學110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 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、運動傷害防護知能等 | | |
| **二、教材內容** | 桌球、籃球、排球、體適能、游泳、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 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 | | |
| **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.品德教育 | | | | | 2.環境教育 | | | | 3.法治教育 | | 4.永續發展 | 5.海洋教育 | | | | 6.[人權教育](http://www.edu.tw/files/site_content/B0055/5%E4%BA%BA%E6%AC%8A%E6%95%99%E8%82%B2%E8%AD%B0%E9%A1%8C1000111.pdf) | 7.生命教育 |
| 8.同志教育 | | | | | 9.家庭教育 | | | | 10.[多元文化教育](http://www.edu.tw/files/site_content/B0055/6%E7%94%9F%E6%B6%AF%E7%99%BC%E5%B1%95%E6%95%99%E8%82%B2%E8%AD%B0%E9%A1%8C991229.pdf) | | 11.性別平等教育 | 12.生涯發展教育 | | | | 13.消費者保護教育 | |
| 14. 新移民多元文化教育 | | | | | | | | | 15. 家庭暴力及性侵性騷教育 | | | 16. 其他(請說明) 道德教育….等 | | | | | |
| 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 | | |
| 二  月 | **一** | | 6 | 7 | 8 | 9 | | 10 | 11 | 12 | | 課程說明 | | |  |  | 11開學、正式上課、16:00放學 | | |
| **二** | | 13 | 14 | 15 | 16 | | 17 | 18 | 19 | | 排球－國際大賽（熱身賽）  排球規則、排球裁判 | | | ˇ | 11 | 14高中導師會議  14高二、110輔導課開始  14-18期初教學研究會  15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  16高一自主學習開始  17高一自主學習開始  17高一、高三多元選修選課結果公告  17-21高一多元選修加退選  18公布高中補考成績 | | |
| **三** | | 20 | 21 | 22 | 23 | | 24 | 25 | 26 | | 排球－國際大賽（熱身賽）  排球規則、排球裁判 | | | ˇ | 11 | 22-23高三第一次分科測驗模擬考  **25教學大綱及班級經營上傳截止** | | |
| **四** | | 27 | 28 | 1 | 2 | | 3 | 4 | 5 | | 籃球－上籃 | | |  |  | 28和平紀念日  1高三晚自習開始  1學測成績公告  2寄發學測成績單  4高三課諮師宣導  **5學校日** | | |
| 三  月 | **五** | | 6 | 7 | 8 | 9 | | 10 | 11 | 12 | | 籃球－上籃 | | |  |  | 7高三學生學習歷程檔案110-2課程成果上傳開始(3/7~4/6 17:00截止)  10中學生讀書心得比賽投稿截止(12:00截止) | | |
| **六** | | 13 | 14 | 15 | 16 | | 17 | 18 | 19 | | 排球－國際大賽（循環賽） | | |  |  | 15領航者會議  14-4/8高三游泳課(暫訂)  16高一探索教育  15中學生小論文比賽投稿截止(12:00) | | |
| **七** | | 20 | 21 | 22 | 23 | | 24 | 25 | 26 | | 排球－國際大賽（明星賽） | | |  |  | 21-29高一二晚自習  23高一充實補強課程  24高二充實補強課程  **22-23高三第1次期中考** | | |
| **八** | | 27 | 28 | 29 | 30 | | 31 | 1 | 2 | | 籃球－運球上籃（評量） | | |  |  | 28高一二導師會議  29-30高一二第1次期中考 | | |
| 四  月 | **九** | | 3 | 4 | 5 | 6 | | 7 | 8 | 9 | | 籃球－運球上籃（評量） | | |  |  | 4-5兒童節、民族掃墓節  6高三學生學習歷程檔案110-2課程成果上傳截止(3/7~4/6 17:00)  8高三教師學習歷程檔案110-2課程成果認證截止(3/7~4/8) | | |
| **十** | | 10 | 11 | 12 | 13 | | 14 | 15 | 16 | | 游泳－水上救生（漂浮與韻律呼吸）  體適能－肌力與肌耐力、柔軟度 | | |  |  | **11-15公開授課週**  11高三學生學習歷程檔案110課程成果、多元表現勾選截止(3/7~4/11 17:00)  12領航者會議  12-15高二畢業旅行  15高一英語歌唱比賽 | | |
| **十**  **一** | | 17 | 18 | 19 | 20 | | 21 | 22 | 23 | | 游泳－水上救生（立泳）  體適能－瞬發力、心肺適能 | | |  |  | 18-22期中教學研究會  18-22高二籃球比賽  22KO拉卡決賽  23春季舞會 | | |
| **十**  **二** | | 24 | 25 | 26 | 27 | | 28 | 29 | 30 | | 游泳－水上救生（著衣救生、自製浮具）  羽球－反手擊球 | | |  |  | 28-5/5高二充實補強課程  28-29高三第二次分科測驗模擬考 | | |
| 五  月 | **十**  **三** | | 1 | 2 | 3 | 4 | | 5 | 6 | 7 | | 游泳－水上救生（長泳）  羽球－網前球 | | |  |  | 2-3高三期末考  2-12高一二晚自習  4-5/10高一充實補強課程  6專任教師會議 | | |
| **十**  **四** | | 8 | 9 | 10 | 11 | | 12 | 13 | 14 | | 足球－運球（球感、傳接球） | | |  |  | 9高三德行審查會議  11公告高三補考名單  **12-13第2次期中考**  14-19高一升高二微課程選課 | | |
| **十**  **五** | | 15 | 16 | 17 | 18 | | 19 | 20 | 21 | | 足球－（運球前進、S形運球） | | |  |  | **16-20公開授課週**  16高一、二學生學習歷程檔案110-2課程成果上傳開始(5/16~7/15 17:00截止)  16-20高一排球比賽  17領航者會議  19高三補考  20自主學習申請開始  20全校大掃除11:00  20擔任會考考場，全校12:00放學 | | |
| **十**  **六** | | 22 | 23 | 24 | 25 | | 26 | 27 | 28 | | 排球－高手擊球（綜合練習） | | |  |  | 23-27期末教學研究會週  23-27科學週  23高一二德行審查會議  24高二數理資優班獨研成發  25公告高三重修名單  27高一二課諮師入班宣導 | | |
| **十**  **七** | | 29 | 30 | 31 | 1 | | 2 | 3 | 4 | | 籃球－5對5（進攻） | | |  |  | 2-7/10高三分科測驗衝刺班  3自主學習申請截止  3端午節 | | |
| 六  月 | **十**  **八** | | 5 | 6 | 7 | 8 | | 9 | 10 | 11 | | 足球－評量 | | |  |  | 6-7/1高三重修課程  7領航者會議  7畢業典禮預演  8畢業典禮  8高一自主學習成果發表  9高二自主學習成果發表  10智慧鐵人 | | |
| **十**  **九** | | 12 | 13 | 14 | 15 | | 16 | 17 | 18 | | 籃球－5對5（防守） | | |  |  | 14高中課程評鑑小組會議  15-22高一充實補強課程  16-23高二充實補強課程 | | |
| **二**  **十** | | 19 | 20 | 21 | 22 | | 23 | 24 | 25 | | 田徑－長距離跑 | | |  |  | 20-28高一二晚自習  21高中課發會  23高二、110輔導課結束  24自主學習申請結果公告 | | |
| **廿一** | | 26 | 27 | 28 | 29 | | 30 | 1 | 2 | | 羽球－班級排名賽 | | |  |  | **27-29高一、二期末考**  20休業式；10:10校務會議  1暑假開始 | | |