

臺北市文山區萬興國小 111 學年度第二學期教學活動計畫

領域：體育 年級：三 任課教師：郭原寧

教學理念	1. 啟發生命潛能：以積極的態度持續學習。 2. 陶養生活知能：培養適切溝通、問題解決力，重視團隊合作，建立良好師生、生生關係。 3. 促進生涯發展：陶冶終身學習的意願與能力。 4. 涵育公民責任：尊重多元和差異，關懷同儕，珍愛健康生活。			
課程目標	1. 能表現健康的運動行為。 2. 能具有運動身體的能力。 3. 能表現運動家精神的態度。 4. 能建立運動習慣，建立終身運動生活的基礎。			
評量方式	1. 認知（體育常識）25% 2. 情意（運動精神與參與態度）25% 3. 技能（運動技能）50%			
家長配合事項	1. 鼓勵孩子多運動，陪伴孩子一起運動，全家人共同享受運動的樂趣。 2. 提醒孩子上體育課務必穿著合適衣物及運動鞋，並養成個人良好衛生習慣。 3. 若孩子有身體不適情形，請及早告知任課老師或註明於聯絡簿，不要勉強上課而造成傷害。			
教學進度與內容				
教學進度	教學項目	教學內容	評量項目	備註
第 01 週	常規複習	1. 課堂規定 2. 路隊、洗手 3. 暖身活動	常規表現	*上課帶水壺、防疫生活
第 02-04 週	墊上運動	1. 核心訓練 2. 柔軟度訓練 3. 前滾翻	基本動作表現	
第 05-06 週	民俗運動：跳繩	1. 複習雙腳跳繩 2. 多人跳繩	基本動作表現、團隊合作精神	
第 07-10 週	球類活動：排球	1. 複習雙人拋打接 2. 複習單人低手托球 3. 排球比賽規則	單人低手托球次數（限時）	*配合班際體育競賽
第 11-13 週	球類活動：籃球	1. 左右手運球 2. 傳接球 3. 定點投籃	基本動作表現、定點投籃次數	
第 14-18 週	游泳	1. 基本救生(自救)能力 2. 基本游泳能力	救生及游泳能力	*水域活動安全宣導
第 19-20 週	球類活動：桌球	1. 球感練習 2. 人、地、牆三角擊球 3. 正、反手擊球	正確持拍、正反手垂直向上擊球、牆壁對打。	