

臺北市立民族國民中學 107 學年度第 2 學期 體育 科 教學計畫

科目	體育	任教教師	901-903
任教班級	鄧錦榮	每週上課時數	2 節
教學理念	營造健康快樂、多元創新、互助合群的教學情境		
教學目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 增進學生體能。</li> <li>2. 啟發學生運動興趣。</li> <li>3. 訓練學生運動技術。</li> <li>4. 培養學生運動風度。</li> <li>5. 增進學生體育知識。</li> <li>6. 認知方面：學生能瞭解體育課各授課運動項目之基本動作要領。</li> <li>7. 技能方面：學生能熟練體育課各授課運動項目之基本動作、組合技術、競賽方法與規則，並提升體適能。</li> <li>8. 情意方面：培養學生能參與教學活動的精神。</li> </ol>		
教學內容	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 依本學期體育組所排定之項目進度授課，如籃球、排球、足球、羽球、桌球、游泳和體適能檢測等。</li> <li>2. 適時融入運動傷害、衛生、道德、時事與規則等常識</li> </ol>		
教學方法	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 講述</li> <li>2. 動作示範</li> <li>3. 分組操作</li> <li>4. 影片欣賞</li> <li>5. 分組競賽</li> <li>6. 討論和學習單</li> </ol>		
教學要求	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 熱情投入課程</li> <li>2. 積極認真專注學習</li> <li>3. 重視參與態度，上課不藉故休息至到下課</li> <li>4. 因事暫需離開教學場域須告知上課老師</li> <li>5. 穿著學校運動服上課</li> <li>6. 攜帶毛巾和水瓶上課</li> </ol>		
評量方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 技能(40%)—運動技能：以實際操作方式測驗</li> <li>2. 情意(30%)—學習態度：參與度、師生之互動等方式評量</li> <li>3. 認知(30%)—體育知識：多元評量方式，如紙筆測驗、學習單或心得報告。</li> <li>4. 發表與討論之表現</li> <li>5. 技能成績不滿意者，可與老師約好時間重測，重測次數以每項一次為限。</li> </ol>		
期望家長配合事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當天不適激烈運動或下水上課者，請家長提出書面證明。</li> <li>2. 上游泳課時請協助檢查學生泳具(泳衣/褲、泳帽、泳鏡、浴巾)是否備好攜帶。</li> <li>3. 本校 16:00 放學後泳池開放學生自主練習，請鼓勵學生善加使用。</li> <li>4. 體育課請務必提醒孩子穿著學校運動服裝上課，若孩子流汗量大，建議為孩子準備 2 件運動服可以換穿，避免孩子衣服從早上就濕透到放學，以維護個人衛生。</li> </ol>		
教師聯絡方式	電話：(02)27322935 分機：601		