

臺北市木柵國民小學 102 年度第一學期六年級體育科教學計劃

一. 編寫者：劉孝倫老師

二. 課程特色：

(一) 課程簡潔有趣，容易引發孩子的學習動機，教材取向彈性化，使教師能有發揮的空間並能具體評鑑學習的結果。

(二) 健康教學以能培養學生具備良好的健康行為為首要目標，教學方法及過程靈活安排，彈性運用；體育教育以能培養學生具備良好的身體適應能力為首要目標，注重適性發展，以啟發. 創造. 樂趣為主，讓學生在獲得成就中享受運動的樂趣。

三. 教學目標：

(一) 引導兒童實踐健康的生活方式，且學習有助於心肺耐力的有氧活動及正確運動觀念。

(二) 教導兒童學會彈跳、肢體靈活協調的技能，並能有節奏且流暢的跳躍。

(三) 教導兒童熟悉意外事故的應變方式，以減輕傷害，達到自救救人的效果。

(四) 學習捷泳的換氣打水划水基本姿勢並能通過至少捷泳 25 公尺不落地的檢定

四. 教學理念：

(一) 快樂中學習：讓每一位學習者都能藉分組競賽. 遊戲的方式保持學生學習興趣。

(二) 學習中成長：對於體能及合群. 互助的觀念皆能成長。

(三) 健康的身心：使學生依其體能及興趣，培養終身運動的習慣，並重視其健康. 安全。

五. 家長配合事項：

每星期至少二次利用課餘時間和家人享受運動樂趣，以培養家人良好體適能，繼而提昇生活品質. 促進家庭和諧和健康。

六. 上課之要求：

(一) 穿著運動服。

(二) 身體不適，請家長填寫請假單。

(三) 請事先告知學生身體是否有先天性疾病。

(四) 鼓勵小朋友盡量學習游泳技能。

七. 課程內容簡要：

週	日期	活動名稱	週次	日期	活動名稱
01	08/31 ~ 09/06	教學準備週	12	11/16 ~ 11/22	大會舞排練
02	09/07 ~ 09/13	大會舞排練	13	11/23 ~ 11/29	體適能四項測驗
03	09/14 ~ 09/20	大會舞排練	14	11/30 ~ 12/06	體適能四項測驗
04	09/21 ~ 09/27	體育競技月項目	15	12/07 ~ 12/13	游泳
05	09/28 ~ 10/04	體育競技月項目	16	12/14 ~ 12/20	游泳
06	10/05 ~ 10/11	樂樂棒球	17	12/21 ~ 12/27	游泳
07	10/12 ~ 10/18	樂樂棒球	18	12/28 ~ 01/03	游泳
08	10/19 ~ 10/25	排球	19	01/04 ~ 01/10	游泳
09	10/26 ~ 11/01	排球	20	01/11 ~ 01/17	籃球
10	11/02 ~ 11/08	大會舞排練	21	01/18 ~ 01/20	籃球
11	11/09 ~ 11/15	大會舞排練	22	01/21 ~ 01/27	籃球

八. 課程評量方式：

1. 認知(30%)：了解運動學習重要性。
2. 情意(30%)：運動精神及學習態度。
3. 技能(40%)：動作的進步程度及熟練度。

☆重視學生學習之形成性評量，而非完全採總結性評量

祝福大家身健康、心歡喜、靈快樂！