

臺北市木柵國民小學 103 學年度第二學期二年級體育科教學計劃

一. 編寫者：蕭如心、葉耀嬪

二. 課程特色：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。

三. 教學目標：

1. 引導兒童認識運動的功能及正確的運動觀念，培養其規律運動的習慣。
2. 學會基礎的跳繩動作和踢遠球的技能，體驗運動的感覺。
3. 認識有趣的童玩並學會簡易毬子遊戲。
4. 讓兒童從參與活動的過程中，培養注意活動安全的習慣。
5. 自編游泳課程讓學生樂於參與水中活動，為學生的適水性建立基礎。

四. 教學理念：

1. 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。
2. 學習中成長：對於體能及合群、互助的觀念皆能成長。
3. 健康的身心：使學生依其體能及興趣，培養終身運動的習慣。

五. 家長配合事項：

- a、穿著運動服。
- b、身體不適，請家長填寫請假單。
- c、請事先告知小朋友是否有先天性疾病。
- d、鼓勵小朋友盡量學習游泳技能。

六. 課程內容簡要：

週次	日期	活動名稱	教學內容	節數
一、二	01/21- 01/27	跳繩運動	培養跳躍的節奏、原地甩繩	2 節
三	02/22- 02/28	跳繩運動	單人跳繩(向前跳)	2 節
四	03/01- 03/07	跳繩運動	單人跳繩(向後跳)	2 節
五	03/08- 03/14	跳繩運動	單人跳繩(交叉跳)	2 節
六	03/15- 03/21	踢球遊戲	原地踢球練習(簡易足壘球)	2 節
七	03/22- 03/28	踢球遊戲	助跑踢遠動作(簡易足壘球)	2 節
八	03/29- 04/04	拋球遊戲	追球接力遊戲	2 節
九	04/05- 04/11	傳接球控制	助跑移動丟球	2 節
十	04/12- 04/18	你攻我守	傳接球控制	2 節

十一	04/19- 04/25	飛盤遊戲	擲遠、擲準練習	2 節
十二	04/26- 05/02	* 水上活動	1 韻律呼吸 2 蹬牆漂浮	2 節
十三	05/03- 05/09	* 水上活動	1 岸邊漂浮 2 岸邊漂浮打水	2 節
十四	05/10- 05/16	* 水上活動	1 浮板漂浮打水 6 公尺 2 浮板漂浮打水 6 公尺 (換氣)	2 節
十五	05/17- 05/23	* 水上活動	漂浮打水 10 公尺 (換氣)	2 節
十六	05/24- 05/30	* 水上活動	評量：漂浮打水 10 公尺 (換氣)	2 節
十七	05/31- 06/06	揮棒全壘打	誰是全壘打王 (簡易樂樂棒球)	2 節
十八	06/07- 06/13	揮棒全壘打	誰是全壘打王 (簡易樂樂棒球)	2 節
十九	06/14- 06/20	墊上運動	模仿各種動物之跳躍	2 節
二十	06/21- 06/27	墊上運動	滾翻	2 節
二十一	06/28- 07/04	跑步遊戲		2 節

七. 課程評量方式：

1. 認知(20%)：了解運動學習重要性。
2. 情意(20%)：運動精神及學習態度。
3. 技能(60%)：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