

臺北市木柵國民小學 103 年度第二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) 認識休閒活動的功能，並能辨識、選擇合適的家庭休閒活動。
- (二) 能選擇適當的運動器材或自製簡單的運動器材，並了解休閒運動的基本動作要領。
- (三) 學習捷泳的換氣打水划水基本姿勢並能通過捷泳 25 公尺檢定。
- (四) 認識足壘球運動及其動作要領，並了解其可能發生的運動傷害及預防方法。

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：

週次	日期	活動名稱	週次	日期	活動名稱
01	01/21-01/27	教學準備週	11	04/26-05/02	墊上運動
02	02/22-02/28	體適能培訓	12	05/03-05/09	墊上運動
03	03/01-03/07	樂樂足球	13	05/10-05/16	籃球
04	03/08-03/14	樂樂足球	14	05/17-05/23	籃球
05	03/15-03/21	游泳	15	05/24-05/30	籃球
06	03/22-03/28	游泳	16	05/31-06/06	樂樂棒球
07	03/29-04/04	游泳	17	06/07-06/13	樂樂棒球
08	04/05-04/11	游泳	18	06/14-06/20	樂樂棒球
09	04/12-04/18	游泳	19	06/21-06/27	飛盤
10	04/19-04/25	墊上運動	20	06/22-06/28	飛盤

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！