**臺北市立大直高級中學113學年度第1學期**

**高中部 \_\_體育\_\_ 科教學活動計畫書**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **任教班級** | 210 | **任課老師****姓 名** | 鄭凱文 |
| **一、教學目標** | 1d-Ⅴ-1 分析各項運動技能原理。1d-Ⅴ-2 評估運動比賽的各項策略。2d-Ⅴ-2 展現運動鑑賞和評析能力，體驗生活美學。3c-Ⅴ-2 熟練專項運動技能、創作和展演的技巧。3d-Ⅴ-2 應用系統思考與後設分析能力，解決各種運動情境的問題。4c-Ⅴ-2 檢討與反省個人的體適能與運動技能水準4d-Ⅴ-1 完善發展適合個人之專項運動技能。 |
| **二、教材內容** | Ga-Ⅴ-1 跑、跳與推擲的基本技術。Hb-Ⅴ-1 陣地攻守性球類運動技術綜合應用及團隊綜合戰術。Ha-Ⅴ-1 網/牆性球類運動技術綜合應用及團隊綜合戰術。Ib-Ⅴ-1 自由創作與社交舞蹈動作編排與展演。 |
| **三、作業內容** | 1.運動賽事觀賞心得2.體育實踐 |
| **四、平時成績評量方法** | 實作評量、口頭問答 |
| **五、學期成績計算** | 運動技能50%、體育知識25%、運動精神與學習態度25% |
| **六、可上傳學習歷程檔案課程學習成果之作品** | 運動賽事觀賞心得 |
| **七、個人教學理念** | 落實健康體育生活，將體育活動安排進日常生活當中，在學校則逐步提升體育專業的認知，體育參與上並不會要求達到很高的技能水準，但可以透過在學校的學習提升個人能力。 |
| **八、擬請家長協助事項** | 1.準備合適的運動服裝、運動鞋襪、毛巾、水壺等2.鼓勵並陪伴孩子參與體育活動，落實健康生活 |
| **九、聯絡方式** | 0911707232 |

**【教學進度表】(請特別確認是否有性別平等相關單元)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 融入議題 | 1.性別平等 | 2.人權 | 3.環境 | 4.海洋 | 5.品德 | 6.生命 | 7.法治 |
| 8.科技 | 9.資訊 | 10.能源 | 11.安全 | 12.防災 | 13.家庭教育 | 14.生涯規劃 |
| 15.多元文化 | 16.閱讀素養 | 17.戶外教育 | 18.國際教育 | 19.原住民教育 | 20.其他:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(請說明) |
| 月份 | 週次 | 日 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 預定進度 | 資訊融入 | 議題融入 | 重要行事 |
| 範例(請將本列刪除) | 5-2常見的有機化合物 | o | 2,4 |  |
| 八月 | **一** | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |  |  |  | 27期初教學研究會30開學、正式上課16:00放學 |
| 九月 | **二** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 2.排球空間節奏配合4.高手托球基本動作演練 |  |  | 2高三輔導課開始2高三晚自習開始4-10/9高一微課程(106-109)4-5高三第1次模擬考5高一多元選修選課結果公告與上課5-9/26高二自主學習開始6高二校訂必修選課結果公告與上課6教學大綱及班級經營上傳截止6數理學科能力競賽報名截止 |
| **三** | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 9.投籃手部動作練習11.下肢發力與手部動作連結 |  |  | 9 高110、高二輔導課開始10國家防災日預演14學校日 |
| **四** | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 16.投籃節奏遊戲18.班際競賽選拔 |  |  | 16高一體驗教育16 112學年度學習歷程檔案課程學習成果、多元表現勾選(17:00截止)日演練20國家防災日校園防災演練20數理學科能力競賽校內初賽 |
| **五** | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 23.舞蹈基本節奏教學、節奏遊戲25.小組舞蹈活動 |  |  | 28教師節 |
| 十月 | **六** | 29 | 30 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 30.場地走位布局練習2.小組整合團體銜接練習 |  |  | 3高二充實補強課程3-4高一新生健檢 |
| **七** | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 7.罰球線投籃測驗9.定向移位投籃穩定性練習 |  |  | 7-16高一二晚自習10國慶日10第1131010梯次讀書心得比賽12:00截稿 |
| **八** | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 14.不定向移位投籃練習16.第一次期中考 |  |  | 15第1131015梯次小論文12:00截稿16-17第1次期中考19大考中心英聽測驗1 |
| **九** | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 21.敏捷反應遊戲23.田徑個人單項比賽 |  |  | 21校內科展開始報名21高一新生胸部X光檢查21-25期中教學研究會週23田徑個人單項比賽23-11/27高一自主學習先備課程(106-110)24-11/14高二自主學習25大隊接力預賽 |
| 十一月 | **十** | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 28.體適能測驗30.班際舞蹈比賽練習 |  |  | 28-11/1高一拔河賽28-11/8公開授課週29-30高三第2次模擬考 |
| **十****一** | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 4.足球個人遊戲、基礎控球與身體控制6.足球兩人配合、三人小組空間概念 |  |  | 8 61週年校慶預演9 61週年校慶暨園遊會、班際大隊接力決賽 |
| **十****二** | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 11.校慶補假13.體適能補測 |  |  | 11校慶補假 |
| **十****三** | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 18.籃球1對1攻守概念20.籃球1對2、2對1空間策略 |  |  | 21-28高二充實補強課程 |
| **十****四** | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 25.籃球基本進攻模組27.23、32防守戰術 |  |  | 25-12/3高一二晚自習 |
| 十二月 | **十****五** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 2.攻守變換練習4.第二次期中考 |  |  | 3-4第2次期中考5學生上傳學習歷程課程成果開始 |
| **十****六** | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 9.罰球線補測11.比賽閱讀與應變策略 |  |  | 9-13期末教學研究會11-1/8高一微課程(106-110)14大考中心英聽測驗2 |
| **十****七** | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 16.排球高手托球高低控制18.排球高手托球距離控制 |  |  | 16-17高三第3次模擬考16-27公開授課週 |
| **十****八** | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 23.桌球正反手節奏控制25.桌球正反拍換拍擊球 |  |  | 23-27國語文競賽24-1/31校內科展27高一 106-110自主學習計畫繳件截止27高三輔導課結束 |
| 113元月 | **十****九** | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 30.桌球正反拍移位擊球1.元旦放假 |  |  | 30-31高三期末考30-1/3作業抽查週1開國紀念日2高一多元選修發表會2-9高二充實補強課程3高110、高二輔導課結束3-10高一二下學期多元選修選課3-10高一下學期微課程選課(101-105) |
| **二****十** | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 6.足球兩翼空間戰術8.足球五人小組練習 |  |  | 6-16高一二晚自習 |
| **廿一** | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 13.足球人數變化遊戲15.課程統整、各項測驗補測 |  |  | 15-17高一二期末考16高三晚自習結束17 14:00高三看考場18-20大學學科能力測驗 |
| **寒一** | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 20.休業式 |  |  | 20休業式；10:10校務會議21寒假開始 |