

臺北市立內湖高工 112 學年度第 1 學期 體育科 教學活動預定進度表

課程名稱		體 育				教學目標		培養學生之運動興趣與素養，進而提昇運動技能，養成運動好習慣					
每週時數	2	教材	運動簡易規則與常識				出版社	均悅文化	班級	子一忠、子一孝、子一仁、子一愛、 資一忠、資一孝、資一仁、控一忠、 控一孝、應一忠		教師	張 聖 淵
議題代號		1 人權暨道德法治教育；2 生命教育；3 全國法規資料庫；4 多元文化；5 性別平等；6 家庭教育；7 家暴防治與性 侵、性騷防治教育；8 環境教育；9 職業安全衛生；10 愛滋病、性教育；11 防災教育；12 勞動權益、勞動法制											
月份	週次	日	一	二	三	四	五	六	預 定 進 度	○作業 ◎小考	※資訊 融入	議題融入	重 要 紀 事
8 月	預備	20	21	22	23	24	25	26					
	一	27	28	29	30	31	1	2	體適能檢測	◎		3.10	28-29 備課日 30 開學 30-31(上午) 暑假作業測驗 8/30-9/8 第一次教學研究會
9 月	二	3	4	5	6	7	8	9	足羽球-下午足球傳接球、 早上羽球-基本動作練習			1.2	8/30-9/8 第一次教學研究會
	三	10	11	12	13	14	15	16	足羽球-下午足球傳接球、 早上羽球-雙打比賽			2.5	★ 16 學校日
	四	17	18	19	20	21	22	23	籃球-運球及防守的技巧		※	2.5	18 課輔班開始 23 補行上班上課
	五	24	25	26	27	28	29	30	籃球-規則講解		※	1.2	29 中秋節放假
	六	1	2	3	4	5	6	7	排球-高低手	◎		1.2	
10 月	七	8	9	10	11	12	13	14	排球- 高低手發球			4.8	10 國慶日放假 12-13 第一次定期評量
	八	15	16	17	18	19	20	21	足羽球-下午足球傳接球、 早上羽球-雙打比賽			1.2	16 重修班開始 16-20 第二次教學研究會 17-18 第一次高三成就測驗
	九	22	23	24	25	26	27	28	足羽球-下午足球傳接球、 早上羽球-雙打比賽			1.3	23-27 第一次作業抽查
	十	29	30	31	1	2	3	4	籃球-轉身練習			4.5	
	十一	5	6	7	8	9	10	11	籃球-跑籃練習			4.8	
11 月	十二	12	13	14	15	16	17	18	桌球-發球與推球		※	1.2	
	十三	19	20	21	22	23	24	25	桌球-兩人對打與比賽		※	2.12	
	十四	26	27	28	29	30	1	2	田徑-跨欄練習			3.10	11/27-11/29 第二次定期評量 11/30-12/8 第三次教學研究會
	十五	3	4	5	6	7	8	9	游泳-自救及水域安全觀念			1.2	4-8 第二次作業抽查
12 月	十六	10	11	12	13	14	15	16	游泳-自救及水域安全觀念			2.5	11-12 日 第二次高三成就測驗
	十七	17	18	19	20	21	22	23	田徑-起跑技術練習			2.5	
	十八	24	25	26	27	28	29	30	籃球-戰術講解及小組配合練習			1.2	
	十九	31	1	2	3	4	5	6	籃球-分組比賽(3on3)			1.2	1 元旦放假
	二十	7	8	9	10	11	12	13	器具操作及肌力訓練			2.5	
1 月	廿一	14	15	16	17	18	19	20	器具操作及肌力訓練			2.5	16-18 期末定期評量 19 日 休業式
	廿二	21	22	23	24	25	26	27	體適能檢測籃球-分組比賽(3on3)			4.8	23-26 日 因應全中運補行上課
教學要求		1. 請同學準時到課 2. 著規定體育服裝 3. 請遵守上課規定						評 量 方 法	學期成績 知能考試佔20%(紙筆測驗) 平時表現佔30%(含小考、出席率) 技能評量佔50%(籃球定點投籃)		親 師 配 合	1. 關心孩子身心健康與交友狀況。 2. 鼓勵孩子養成運動習慣	

*電子檔上傳至學校日網頁（網址：<https://www.nihs.tp.edu.tw/nss/s/main/p/school>）。請填列章節或大單元、小單元及題目，勿只填寫頁數。