

臺北市立內湖高工 113 學年度第 2 學期一年級體育科

教學活動預定進度表

課程名稱		體育						教學目標	培養運動基本能力、基本體育運動的理論及促進身心均衡發展						
每週時數	2	教材							出版社	均悅	班級	一年級	教師	涂家綸	
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		
2 月	預備	2	3	4	5	6	7	8	預備週			1、2 4、5 8、11			
	一	9	10	11 開學	12	13	14	15	預備週 (課程內容及規則說明、分組)			1、2 4、5 8、11	10日 寒假結束 11日 正式上課、開學測驗 11-14日 第一次教學研究會 11-14 日 高三彈性、多元(共修)改選 13-14 日 重修班第 1 階段選課 12-14 日 教科書驗退書(設備組)		
	二	16	17 模考	18 模考	19	20	21	22	排球—扣球(動作說明、配合)			1、2 4、5 8、11	17-18日 第三次高三成就測驗 20-21日 重修班第 2 階段選課 21日 期初導師會議		
	三	23	24	25	26	27	28	1	排球—扣球(攻擊步、組織)			1、2 4、5 8、11	27日 重修班繳費名單公告 28日 和平紀念日放假1天 體適能檢測		
3 月	四	2	3	4	5	6	7	8	體適能—漸進耐力跑說明			1、2 4、5 8、11	3日 課輔班開始上課 7日 學校日 7日 校內語文競賽 體適能檢測		
	五	9	10	11	12	13 模考	14 模考	15	體適能—漸進耐力跑測驗			1、2 4、5 8、11	10-17 日 重修班繳費時間 13-14日 第四次高三成就測驗 14 日 高一選課說明會(班會) 體適能檢測		
	六	16	17 模考	18 模考	19	20	21	22	桌球-正手擊球、發平擊球			1、2 4、5 8、11	17-18日 第一次定期評量 19-28日 第二次教學研究會 19日前 大學申請-集報;四技申請-集報		
	七	23	24	25	26	27	28	29	桌球-正手擊球			1、2 4、5 8、11	24-28日 第一次作業抽查		
4 月	八	30	31	1	2	3	4	5	足壘球			1、2 4、5 8、11	❖ 3-4 日 兒童、清明放假		
	九	6	7	8 模考	9 模考	10	11	12 校慶	壘球			1、2 4、5 8、11	8-9日 第五次高三成就測驗 7日 重修班開始上課 11日 高二選課說明會(班會) 12日 校慶 體適能檢測		
	十	13	14	15	16	17	18	19	排球—攔網			1、2 4、5 8、11	14日 校慶補假1日 18日 期中導師會議		
	十一	20	21	22	23	24	25	26	桌球—雙打配合			1、2 4、5 8、11	19-24 全中運 25日 考場布置(下午) 26-27日 四技二專統測		
	十二	27	28 模考	29 模考	30	1	2	3	籃球—快攻			1、2 4、5 8、11	28-29日 高三畢業考 2 日 高三甄選入學說明(班會抽離) 術科檢測/補考		
5 月	十三	4	5 模考	6 模考	7 模考	8	9	10	桌球-雙打比賽應用			1、2 4、5 8、11	5-7日 第二次定期評量(高一、高二) 9 日 高一、高二課諮教師入班諮詢(班會) 8-16日 第三次教學研究會 術科檢測/補考		
	十四	11	12	13	14	15	16	17	游泳—自由式打水動力			1、2 4、5 8、11	13-16 高二校外教學 16日 國中會考考場布置(中午) 14 日 公布高三補考名單 15 日 統測成績寄發、甄選入學一階報名 術科檢測/補考		

6 月	十五	18	19	20	21	22	23	24	游泳—自由式手腳配合			1、2 4、5 8、11	19日 高三補考 20-21 日 暑假重修班第 1 階段選課
	十六	25	26	27	28	29	30	31	田徑—大隊接力			1、2 4、5 8、11	26-27 日 暑假重修班第 2 階段選課 26-27 日 高二高三實習(志願選填) 28-29 日 高二本土語 高三彈性多元(先選先上) 26-29 日 第二次作業抽查 30、31日 端午節放假 體適能檢測
	十七	1	2	3	4	5	6	7	田徑—短距離跑			1、2 4、5 8、11	3日 畢業典禮 2日 甄選入學一階公告 6日 暑期重修班繳費名單公告 體適能檢測
	十八	8	9	10	11	12	13	14	足球—傳球、點球			1、2 4、5 8、11	13日 重修班及課輔班結束 12日 大學申請入學放榜 術科檢測/補考
	十九	15	16	17	18	19	20	21	足球—足內側			1、2 4、5 8、11	16-23日 暑期重修班開始繳費 術科檢測/補考
	二十	22	23	24	25	26	27	28	田徑			1、2 4、5 8、11	25-27日 高一及高二期末定期評量 術科檢測/補考
7	二十一	29	30	暑假	1	2	3	4	休業式—			1、2 4、5 8、11	30日 休業式、期末校務會議 術科檢測/補考
教學要求	服儀 上課投入程度 言行舉止 出席率								評量方法 桌球/正手推擋 排球/雙人低手擊球、 單人高、低手組合 紙筆測驗	親師配合			

*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。