

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 6 家庭教育 11 防災教育 | | 2 生命教育 7 家暴防治與性侵、性騷防治教育 12 勞動權益、勞動法制 | | 3 全國法規資料庫 8 環境教育 | | | | 4 多元文化 9 職業安全衛生 | | 5 性別平等 10 愛滋病、性教育 | | | | | | | | | | | |
| 月份 | 週次 | 日 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 日 | 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 | 9 | 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 | | | | | |
| 5月 | 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 | | | | | |
| | 十三 | 4 | 5 模考 | 6 模考 | 7 | 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、高二課諺教師入班諮詢(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 | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|------|-----------------------------|----|----|----|----|----|----|----|--|------|------|--------------------|---|
| | 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 |
| | | 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 |
| 6月 | 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 |
| | 二十一 | 29 | 30 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 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 | | | | | | | | 術科檢測— 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 | 評量方法 | 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。