

臺北市立內湖高工 113 學年度第 2 學期 體育科 教學活動預定進度表

| 課程名稱 |     | 體育                               |          |           |         |          |          |          | 教學目標                                       |       | 培養學生團隊合作、相互溝通的素養能力，並建立好的運動習慣。 |                     |           |                    |                                                                                                                       |                                             |     |  |
|------|-----|----------------------------------|----------|-----------|---------|----------|----------|----------|--------------------------------------------|-------|-------------------------------|---------------------|-----------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-----|--|
| 每週時數 | 2 節 | 教材                               |          | 運動簡易規則與常識 |         |          |          |          |                                            | 出版社   | 均悅                            |                     | 班級        | 電機二愛               |                                                                                                                       | 教師                                          | 陳珮蓁 |  |
| 議題代號 |     | 1 人權暨道德法治教育<br>6 家庭教育<br>11 防災教育 |          |           |         |          |          |          | 2 生命教育<br>7 家暴防治與性侵、性騷防治教育<br>12 勞動權益、勞動法制 |       |                               | 3 全國法規資料庫<br>8 環境教育 |           | 4 多元文化<br>9 職業安全衛生 |                                                                                                                       | 5 性別平等<br>10 愛滋病、性教育                        |     |  |
| 月份   | 週次  | 日                                | 一        | 二         | 三       | 四        | 五        | 六        | 預 定 進 度                                    |       |                               | 作業<br>*小考           | ※資訊<br>融入 | 議題<br>融入           | 重 要 紀 事                                                                                                               |                                             |     |  |
| 2 月  | 預備  | 2                                | 3        | 4         | 5       | 6        | 7        | 8        |                                            |       |                               |                     |           |                    |                                                                                                                       |                                             |     |  |
|      | 一   | 9                                | 10       | 11<br>開學  | 12      | 13       | 14       | 15       | 體適能測驗                                      |       |                               |                     |           | 3                  | 10日 寒假結束<br>11日 正式上課、開學測驗<br>11-14 日 第一次教學研究會<br>11-14 日 高三彈性、多元(共修)改選<br>13-14 日 重修班第 1 階段選課<br>12-14 日 教科書驗退書 (設備組) |                                             |     |  |
|      | 二   | 16                               | 17<br>報考 | 18<br>報考  | 19      | 20       | 21       | 22       | 籃球三對三分組比賽                                  |       |                               |                     |           | 4                  | 17-18 日 第三次高三成就測驗<br>20-21 日 重修班第 2 階段選課<br>21 日 期初導師會議                                                               |                                             |     |  |
|      | 三   | 23                               | 24       | 25        | 26      | 27       | 28       | 1        | 籃球三對三分組比賽                                  |       |                               |                     |           | 4                  | 27 日 重修班繳費名單公告<br>28 日 和平紀念日放假1天                                                                                      |                                             |     |  |
| 3 月  | 四   | 2                                | 3        | 4         | 5       | 6        | 7        | 8        | 木球-攻門                                      |       |                               |                     |           |                    | 3 日 課輔班開始上課<br>7 日 學校日<br>7 日 校內語文競賽                                                                                  |                                             |     |  |
|      | 五   | 9                                | 10       | 11        | 12      | 13<br>報考 | 14<br>報考 | 15       | 全中運會內賽<br>木球-攻門                            |       |                               | *小考                 |           |                    | 10-17 日 重修班繳費時間<br>13-14 日 第四次高三成就測驗<br>14 日 高一選課說明會(班會)                                                              |                                             |     |  |
|      | 六   | 16                               | 17<br>報考 | 18<br>報考  | 19      | 20       | 21       | 22       | 段考 1<br>重量訓練動作介紹-上肢肌群                      |       |                               |                     |           |                    | 17-18 日 第一次定期評量<br>19-28 日 第二次教學研究會<br>19 日前 大學申請-集報;四技申請-集報                                                          |                                             |     |  |
|      | 七   | 23                               | 24       | 25        | 26      | 27       | 28       | 29       | 游泳                                         |       |                               |                     |           | 8                  | 24-28 日 第一次作業抽查                                                                                                       |                                             |     |  |
| 4 月  | 八   | 30                               | 31       | 1         | 2       | 3        | 4        | 5        | 游泳                                         |       |                               |                     |           | 8                  | ❖ 3-4 日 兒童、清明放假                                                                                                       |                                             |     |  |
|      | 九   | 6                                | 7        | 8<br>報考   | 9<br>報考 | 10       | 11       | 12<br>校慶 | 木球-接近球(方向)                                 |       |                               |                     |           |                    | 8-9 日 第五次高三成就測驗<br>7 日 重修班開始上課<br>11 日 高二選課說明會(班會)<br>12 日 校慶                                                         |                                             |     |  |
|      | 十   | 13                               | 14       | 15        | 16      | 17       | 18       | 19       | 木球-接近球(力量)                                 |       |                               |                     |           |                    | 14 日 校慶補假1 日<br>18 日 期中導師會議                                                                                           |                                             |     |  |
|      | 十一  | 20                               | 21       | 22        | 23      | 24       | 25       | 26       | 木球-接近球綜合練習                                 |       |                               | *小考                 |           |                    | 19-24 全中運<br>25 日 考場布置(下午)<br>26-27 日 四技二專統測                                                                          |                                             |     |  |
|      | 十二  | 27                               | 28<br>報考 | 29<br>報考  | 30      | 1        | 2        | 3        | 足壘球                                        |       |                               |                     |           | 4                  | 28-29 日 高三畢業考<br>2 日 高三甄選入學說明(班會抽離)                                                                                   |                                             |     |  |
|      | 十三  | 4                                | 5<br>報考  | 6<br>報考   | 7<br>報考 | 8        | 9        | 10       | 足壘球                                        |       |                               |                     |           | 4                  | 5-7 日 第二次定期評量(高一、高二)<br>9 日 高一、高二課諮教師入班諮詢(班會)<br>8-16 日 第三次教學研究會                                                      |                                             |     |  |
| 5 月  | 十四  | 11                               | 12       | 13        | 14      | 15       | 16       | 17       | 重量訓練動作介紹-下肢肌群                              |       |                               |                     |           |                    | 13-16 高二校外教學<br>16 日 國中會考考場布置(中午)<br>14 日 公布高三補考名單<br>15 日 統測成績寄發、甄選入學一階報名                                            |                                             |     |  |
|      | 十五  | 18                               | 19       | 20        | 21      | 22       | 23       | 24       | 重量訓練動作介紹-核心肌群                              |       |                               |                     |           |                    | 19 日 高三補考<br>20-21 日 暑假重修班第 1 階段選課                                                                                    |                                             |     |  |
|      | 十六  | 25                               | 26       | 27        | 28      | 29       | 30       | 31       | 排球-接發球                                     |       |                               |                     |           |                    | 26-27 日 暑假重修班第 2 階段選課<br>26-27 日 高二高三實習(志願選填)<br>28-29 日 高二本土語 高三彈性多元(先選先上)<br>26-29 日 第二次作業抽查<br>30、31 日 端午節放假       |                                             |     |  |
|      | 6 月 | 十七                               | 1        | 2         | 3       | 4        | 5        | 6        | 7                                          | 排球-扣球 |                               |                     |           |                    |                                                                                                                       | 3 日 畢業典禮<br>2 日 甄選入學一階公告<br>6 日 暑期重修班繳費名單公告 |     |  |

|      |     |    |    |         |          |          |          |    |       |  |  |     |      |   |                               |  |
|------|-----|----|----|---------|----------|----------|----------|----|-------|--|--|-----|------|---|-------------------------------|--|
|      | 十八  | 8  | 9  | 10      | 11       | 12       | 13       | 14 | 帶式橄欖球 |  |  |     |      | 4 | 13日 重修班及課輔班結束<br>12日 大學申請入學放榜 |  |
|      | 十九  | 15 | 16 | 17      | 18       | 19       | 20       | 21 | 帶式橄欖球 |  |  |     |      | 4 | 16-23日 暑期重修班開始繳費              |  |
|      | 二十  | 22 | 23 | 24      | 25<br>投考 | 26<br>投考 | 27<br>投考 | 28 | 補考    |  |  | *小考 |      |   | 25-27日 高一及高二期末定期評量            |  |
| 7    | 二十一 | 29 | 30 | 1<br>暑假 | 2        | 3        | 4        | 5  | 補考    |  |  | *小考 |      |   | 30日 休業式、期末校務會議                |  |
| 教學要求 |     |    |    |         |          |          |          |    | 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。