

臺北市立內湖高工 114 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                     | 冷凍二忠       | 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                                                                         |
| 8 月  | 預備                               | 24 | 25                                         | 26       | 27                  | 28                            | 29                 | 30 | 備課                     |            |           |          |                                                                                 |
|      | 一                                | 31 | 1<br>開學                                    | 2        | 3                   | 4                             | 5<br>國慶            | 6  | 核心肌力訓練                 |            |           | 5        | 27~28 日 備課日暨校務會議<br>8/28~9/5 日 第1次教學研究會<br>9月1日 開學、註冊、正式上課、發放教科書<br>9月1日 暑假作業測驗 |
| 9 月  | 二                                | 7  | 8                                          | 9        | 10                  | 11                            | 12<br>國慶           | 13 | 籃球-三對三籃球賽(規則講解與裁判執法學習) | ○作業        |           | 4        | 1~5 日 期初科務會議(實)<br>5 日 期初導師會議                                                   |
|      | 三                                | 14 | 15                                         | 16       | 17                  | 18                            | 19<br>國慶           | 20 | 籃球-三對三班級籃球賽(預賽)        |            |           |          | 17~18 日 重修班第1階段選課<br>20 日 學校日暨家長成長研習(輔)                                         |
|      | 四                                | 21 | 22                                         | 23       | 24                  | 25                            | 26<br>國慶           | 27 | 民俗體育-大跳繩               |            |           |          | 23~24 日 重修班第2階段選課<br>22 日課輔班開始上課                                                |
|      | 五                                | 28 | 29                                         | 30       | 1                   | 2                             | 3<br>中秋節           | 4  | 民俗體育-大跳繩               | ◎小考        |           |          | 29 日補假(教師節)1 天                                                                  |
| 10 月 | 六                                | 5  | 6                                          | 7        | 8                   | 9                             | 10<br>國慶           | 11 | 排球-低高扣                 |            |           |          | 10 日 國慶日放假1 天                                                                   |
|      | 七                                | 12 | 13                                         | 14       | 15                  | 16                            | 17                 | 18 | 排球-低高扣                 |            |           |          | 14~15 日 第一次期中考<br>16~22 日 第二次教學研究會                                              |
|      | 八                                | 19 | 20                                         | 21       | 22                  | 23                            | 24<br>國慶           | 25 | 游泳-自救及水域安全觀念           | ○作業        |           | 8        | 【健】22-23 日 新生健康檢查                                                               |
|      | 九                                | 26 | 27                                         | 28       | 29                  | 30                            | 31<br>國慶           | 1  | 游泳-自救及水域安全觀念           | ◎小考        |           | 8        | 【學】27-31 日 高一班際排球賽(第8節~)                                                        |
| 11 月 | 十                                | 2  | 3                                          | 4        | 5                   | 6                             | 7<br>國慶            | 8  | 籃球-三對三班級籃球賽(複賽))       |            |           |          | 3 日 夜間重修班正式開始上課                                                                 |
|      | 十一                               | 9  | 10                                         | 11       | 12                  | 13                            | 14                 | 15 | 籃球-三對三班級籃球賽(決賽)        |            |           |          | 14 日 期中導師會議                                                                     |
|      | 十二                               | 16 | 17                                         | 18       | 19                  | 20                            | 21<br>國慶           | 22 | 羽球-高遠球                 |            |           |          |                                                                                 |
|      | 十三                               | 23 | 24                                         | 25       | 26                  | 27                            | 28<br>國慶           | 29 | 羽球-網前挑小球               |            |           |          | 25~27 日 第二次期中考<br>28 日 卡拉OK初賽                                                   |
|      | 十四                               | 30 | 1                                          | 2        | 3                   | 4                             | 5<br>國慶            | 6  | 體適能檢測                  | ◎小考        |           | 5        | 1~5 日 第二次作業抽查                                                                   |
| 12 月 | 十五                               | 7  | 8                                          | 9        | 10                  | 11                            | 12<br>國慶           | 13 | 體適能檢測                  | ◎小考        |           | 5        |                                                                                 |
|      | 十六                               | 14 | 15                                         | 16       | 17                  | 18                            | 19<br>國慶           | 20 | 排球-七人制排球比賽             |            |           |          |                                                                                 |
|      | 十七                               | 21 | 22                                         | 23       | 24                  | 25<br>國慶                      | 26<br>國慶           | 27 | 排球-七人制排球比賽             |            |           |          | 25 日 行憲紀念日放假1 天                                                                 |
|      | 十八                               | 28 | 29                                         | 30       | 31                  | 1<br>國慶                       | 2<br>國慶            | 3  | 飛鏢-301 決標              |            |           |          | 1 日 元旦放假1 天                                                                     |
| 1 月  | 十九                               | 4  | 5                                          | 6        | 7                   | 8                             | 9<br>國慶            | 10 | 飛鏢-301、501 決標          | ◎小考        |           |          | 9 日 期末導師會議                                                                      |
|      | 二十                               | 11 | 12                                         | 13       | 14                  | 15<br>國慶                      | 16<br>國慶           | 17 | 核心肌力訓練                 |            |           | 5        | 15~19 日 期末考                                                                     |
|      | 廿一                               | 18 | 19<br>國慶                                   | 20<br>國慶 | 21<br>國慶            | 22<br>國慶                      | 23<br>國慶           | 24 | 補考                     | ◎小考        |           |          | 20 日 休業式、期末校務會議<br>★21-23 日 補上2/11-13課<br>【學】23 日 全校班際大隊接力賽[班週會]                |
|      | 寒                                | 25 | 26                                         | 27       | 28                  | 29                            | 30                 | 31 | 補考、寒假開始                | ◎小考        |           |          | 26 日 寒假開始<br>2/22 日 寒假結束                                                        |
| 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。