

# 臺北市立瑠公國民中學 112 學年度第 1 學期學校日

## 九年級 體育 科教學計劃

授課教師：嚴仕棋

授課班級：901

聯繫方式：2726-1481 分機 302

<b>課程目標</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</li><li>2. 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。</li><li>3. 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</li></ol>
<b>課程內容</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 認識「身體活動」增進生活技能與運動技能。</li><li>2. 實際操作體驗各項運動項目(籃球、排球、桌球、羽球、游泳、田徑等)，學習團隊合作與溝通技巧。</li><li>3. 引導學生積極投入班際體育競賽活動。</li><li>4. 結合各式議題(如性別平等教育、安全教育、科技資訊等)，以全人教育目標發展學習。</li></ol>
<b>教學方法</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 教師講述 <input checked="" type="checkbox"/> 小組討論 <input checked="" type="checkbox"/> 小組競賽 <input checked="" type="checkbox"/> 班級討論與分享 <input checked="" type="checkbox"/> 實作活動 <input checked="" type="checkbox"/> 影片賞析 <input type="checkbox"/> 其他_____
<b>評量方式</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 小組表現 <input checked="" type="checkbox"/> 課堂參與 <input checked="" type="checkbox"/> 作品/作業成績 <input type="checkbox"/> 學習單完成度 <input checked="" type="checkbox"/> 報告 <input checked="" type="checkbox"/> 期末測驗 <input checked="" type="checkbox"/> 平時評量 <input type="checkbox"/> 其他_____
<b>教學要求</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 穿著學校運動服，並穿戴、使用合宜的運動用品、輔助與器材。</li><li>2. 確實執行暖身運動，避免運動傷害。</li><li>3. 上課遵守課堂秩序與安全，不做危險動作，不嬉戲打鬧、開玩笑。</li><li>4. 攜帶泳具、泳裝、泳帽、蛙鏡、毛巾、拖鞋。</li><li>5. 游泳課如有特殊原因能下水上課、請填完游泳課請假證明單到校交給任課老師。</li><li>6. 體適能及游泳檢測務必配合實施，以利數據呈報教育部。</li></ol>

**家長  
協助  
事項**

1. 如有重大疾病，請家長詳細告知任課老師注意事項。
2. 鼓勵孩子適當的身體活動，有利於學習發展，亦有助於人際互動、團隊合作各種生活教育之情境。
3. 多留意孩子的學習/發展狀況，可與任課老師討論學生個別學習策略與方向。
4. 請協助督促孩子體適能及游泳是否已通過檢測，並鼓勵其勇於突破自己能力，持續邁向更好學習表現與學習成就。