

臺北市立瑠公國民中學 113 學年度第一學期學校日

Taipei Municipal Liu Gong Junior High School's first semester Parent's day in the 113 academic year

九 年級 體育 科 教學計劃 teaching plan

授課教師 teacher：嚴仕棋

授課班級 class：901

聯繫方式 contact information：2726-1481#302

課程目標 Course objectives	一、 培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。 二、 養成規律運動與健康生活的習慣。 三、 培養健康與體育問題解決及規劃執行的能力。 四、 培養獨立生活的自我照護能力。 五、 培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。 六、 養成規律運動與健康生活的習慣。 七、 培養健康與體育問題解決及規劃執行的能力。 八、 培養獨立生活的自我照護能力。
課程內容 Course content	1. 認識「身體活動」增進生活技能與運動技能。 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。 3. 引導學生積極投入班際體育競賽活動。 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。
教學方法 Teaching method	☒教師講述 Teacher's narration ☒小組討論 group discussion ☒小組競賽 group competition ☒影片賞析 Video watching ☒討論與分享 discussion and sharing ☒實作活動 Implementation activities ☐其他 others_____
評量方式 Assessment methods	☒小組表現 group performance ☒課堂參與 class participation ☒口頭報告 Oral report ☒平時評量 Daily evaluation ☐學習單完成度 Study sheet completion ☒作品/作業成績 Homework results ☒期末測驗 final exam ☐其他 others_____

教學要求 Teaching requirements	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。 2. 確實執行暖身運動，避免運動傷害。 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。 4. 攜帶泳具、泳裝、泳帽、蛙鏡、毛巾、拖鞋。 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。 6. 體適能及游泳檢測務必配合實施，以利數據呈報教育部。
家長協助事項 Parental assistance matters	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。