

# 臺北市立瑠公國民中學 113 學年度第二學期學校日

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

<b>課程目標</b> <b>Course objectives</b>	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。
<b>課程內容</b> <b>Course content</b>	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。
<b>教學方法</b> <b>Teaching method</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 教師講述 Teacher's narration <input checked="" type="checkbox"/> 小組討論 group discussion <input checked="" type="checkbox"/> 小組競賽 group competition <input checked="" type="checkbox"/> 影片賞析 Video watching <input checked="" type="checkbox"/> 討論與分享 discussion and sharing <input checked="" type="checkbox"/> 實作活動 Implementation activities <input type="checkbox"/> 其他 others_____
<b>評量方式</b> <b>Assessment methods</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 小組表現 group performance <input checked="" type="checkbox"/> 課堂參與 class participation <input checked="" type="checkbox"/> 口頭報告 Oral report <input checked="" type="checkbox"/> 平時評量 Daily evaluation <input type="checkbox"/> 學習單完成度 Study sheet completion <input checked="" type="checkbox"/> 作品/作業成績 Homework results <input checked="" type="checkbox"/> 期末測驗 final exam <input type="checkbox"/> 其他 others_____

<p><b>教學要求</b> <b>Teaching requirements</b></p>	<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>
<p><b>家長協助事項</b> <b>Parental assistance matters</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 如有重大疾病，請家長詳細告知任課老師注意事項。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> </ol>