

臺北市立瑠公國民中學 114 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 114 academic year

7 年級 PE 科 教學計劃 teaching plan

授課教師 teacher : 蔡佳蓉

授課班級 class : 03 04 05 06

聯繫方式 contact information :

課程目標 Course objectives	1. 了解運動對身體發展的重要，進而願意養成終身運動的參與。 2. 能建立安全運動行為，學習到正確運動要領。 3. 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
課程內容 Course content	1. 了解各項運動要領技能原理，並能反思和發展學習策略，以改善動作技能。 2. 學會排球技巧，並在練習及比賽中與同學合作完成目標。 3. 能了解籃球各種相關知識。 4. 學會肌力與肌耐力運動計畫的設計。 5. 透過學習感受桌球運動的樂趣，提升並增強技能與體適能。 6. 能做到羽球正反手動作，並充分實踐運用。 7. 知道登山活動的特性及安全注意事項。 8. 能了解棒壘球運動的傳接球技巧，並能藉由反思和觀察，改善動作能。 9. 認識足球球技巧，守門員相關技術，在活動中建立比賽戰術的概念。
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 酷課雲資訊融入

評量方式 Assessment methods	<p>■ 小組表現 group performance ■ 課堂參與 class participation</p> <p>□ 口頭報告 Oral report ■ 平時評量 Daily evaluation</p> <p>■ 學習單完成度 Study sheet completion</p> <p>□ 作品/作業成績 Homework results</p> <p>■ 期末測驗 final exam □ 其他 others _____</p>
教學要求 Teaching requirements	<p>1. 課堂參與平時評量 40%</p> <p>2. 小組表現 20%</p> <p>3. 作品/作業成績 10%</p> <p>4. 學習單完成度 10%</p> <p>5. 報告 10%</p> <p>6. 期末測驗 10%</p>
家長協助事項 Parental assistance matters	<p>1. 鼓勵課餘時間適時運動強健身心健康增強體適能。</p> <p>2. 配合游泳課練習。</p> <p>3. 如有疾病請家長書面告知。</p>