

臺北市立弘道國民中學 110 學年度 第 2 學期 八年級 體育科 教學活動計畫 教師：劉志偉 老師

時間	單元	課程目標	教學目標	教學內容	教學要求	評量方法	成績計算方式	重大議題
02/11 03/04	游泳	<ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹仰泳划手的動作要領。 2. 學習仰泳划手的動作要領。 3. 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 仰泳打腿的動作要領複習。 2. 瞭解仰泳划手的動作要領。 3. 學會仰泳划手的動作要領。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 講解仰泳划手動作要領。 2. 持浮板打水複習。 3. 仰泳划手動作複習。 4. 同學分組互相教學。 5. 說明測驗內容。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 起提前更換泳衣、請點班級人數。 2. 活動中有任何身體不適必須立即向老師報告。 3. 切勿跳水及從事危險動作(在池邊奔跑)。 	實作評量 比賽結果 下水次數	<ol style="list-style-type: none"> 1. 測驗仰泳 25 公尺。 2. 下水次數作為加減分依據每次下水加一分，有假單沒下水不加分沒假單不下水減一分。 3. 如有無法配合課程內容之同學，改以「體育報告」或其他適宜之評量方式作為此項目之成績。 	性別平等教育 人權教育
03/07 03/25	田徑	<ol style="list-style-type: none"> 1. 培養慢跑之習慣。 2. 1600M、800M 體適能測驗 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 2. 養成運動之習慣 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 講解 SH150。 2. 說明慢跑時呼吸調整及時間分配 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 活動前清點班級人數，清點結束進行暖身操後操場慢跑四圈。 2. 活動中有任何身體不適必須立即向老師報告。 	態度評量 實作評量 平時表現	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以課堂所學的慢跑能力結合體適能測驗。 2. 其他課堂表現作為加減分依據。 3. 如有無法配合課程教學之同學，改以「體育報告」或其他適宜之評量方式作為此項測驗之成績。 	性別平等教育 人權教育
03/28 04/15	體操	<ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹體操運動。 2. 說明與示範體操基本之跳稱、助跑與跳箱動作要領。 3. 瞭解與操作身體各種動作的可能性， 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 瞭解體操運動基本的動作要領。 2. 學會跳箱動作要領。 3. 能具備審美與表現及培養賞析能力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 說明體操跳箱動作要領。 2. 體操跳箱練習。 3. 分組練習與相互指導。 4. 講解測驗方式內容。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 活動前清點班級人數，清點結束進行暖身操後操場慢跑四圈。 2. 活動中有任何身體不適必須立即向老師報告。 	態度評量 實作評量 平時表現	<ol style="list-style-type: none"> 1. 分組進行測驗作為最終測驗成績。 2. 其他課堂表現作為加減分依據。 3. 如有無法配合測驗之同學，改以「體育報告」或其他適宜之評量方式作為此項測驗之成績。 	性別平等教育 環境教育 資訊教育

		並培養體能與自我表現能力。						
04/18 05/06	羽球	從羽球比賽中瞭解如何調配長球及短球的應用時機，以及和隊友相互配合的默契。	<ol style="list-style-type: none"> 1.瞭解羽球比賽規則。 2.學會如何去比賽及展現運動欣賞的技巧。 3.運用運動比賽中的各種策略。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.說明比賽規則。 2.講解比賽方式。 3.男女個別分組比賽，未比賽者作為場邊裁判，交互輪流進行比賽。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.活動前清點班級人數，清點結束進行活動中心慢跑五圈及暖身操。 2.活動中有任何身體不適必須立即向老師報告。 3.切勿嬉鬧及從事危險動作。 	態度評量 實作評量 平時表現	<ol style="list-style-type: none"> 1.男女分別進行比賽，每一場比賽贏的分數為3分，輸的獲得1分，平手各獲得2分，總結戰績作為成績計算方式。 2.其他課堂表現作為加減分依據。 3.如有無法配合課程內容之同學，改以「體育報告」或其他適宜之評量方式作為此項目之成績。 	性別平等教育 人權教育
05/09 05/27	桌球	精進桌球基本技能，並從比賽中獲得具備運動的道德思辨和實踐能力。	<ol style="list-style-type: none"> 1.瞭解桌球比賽規則。 2.學會如何去比賽及展現運動欣賞的技巧。 3.表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.球感練習。 2.桌球基本動作複習。 3.說明比賽規則。 4.講解比賽方式。 5.男女個別分組比賽，未比賽者作為場邊裁判，交互輪流進行比賽。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.活動前清點班級人數，清點結束進行暖身操後操場慢跑兩圈。 2.活動中有任何身體不適必須立即向老師報告。 3.切勿嬉鬧及從事危險動作。 	分組評量 平時表現	<ol style="list-style-type: none"> 1.男女分別進行比賽，每一場比賽贏的分數為3分，輸的獲得1分，平手各獲得2分，總結戰績作為成績計算方式。 2.其他課堂表現作為加減分依據。 3.如有無法配合課程教學之同學，改以「體育報告」或其他適宜之評量方式作為此項測驗之成績。 	性別平等教育 人權教育
05/30 06/17	籃球	從籃球比賽中瞭解團隊合作的重要性，培養遵守比賽規則、服從裁判的態度，進而養成遵循社會規範的人格。	<ol style="list-style-type: none"> 1.瞭解籃球比賽基本規則。 2.學會如何去比賽及展現運動欣賞的技巧。 3.表現利他合群的態度，與 	<ol style="list-style-type: none"> 1.講解全場5對5比賽規則及相關觀念。 2.男女個別分組比賽，未比賽者作為場邊裁判，交互輪流進行比賽。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.活動前清點班級人數，清點結束進行操場慢跑兩圈及暖身操。 2.活動中有任何身體不適必須立即向老師報告。 3.切勿嬉鬧及從事危險 	態度評量 實作評量 平時表現	<ol style="list-style-type: none"> 1.每一場比賽贏的組別獲得3分，輸的組別獲得1分，平手各獲得2分，80分起跳，最高滿分100分。 2.其他課堂表現作為加減分依據。 3.如有無法配合課程內容之同學，改以「體育報告」或其他適宜之評量方式作為此項目之成績。 	品德教育 戶外教育

			人理性溝通 和諧互動。		動作。			
06/20 06/30	期末 成績 檢討	1. 學期總檢討 — 分享與回 饋。 2. 各項術科補 考測驗。 3. 成績確認及 問題討論。	師生共同討論 在這一學期中， 是否有任何問 題及想法，以及 確認最後的成 績。	1. 師生互動討論分 享。 2. 各項術科成績確 認。 3. 筆試成績確認。	1. 活動中有任何身體不 適必須立即向老師報 告。 2. 切勿嬉鬧及從事危險 動作。	態度評量 平時表現	1. 術科成績總平均佔總成績 50% 2. 筆試成績佔總成績 25% 3. 課堂表現及參加比賽佔 25%	

※家長配合事項：1.羽球拍、桌球拍及桌球請同學自行準備，如個人準備有困難，學校可提供外借(押學生證)。

2.同學有不適合激烈運動之疾病史，請事先告知體育老師，再行研擬配套措施及成績計算方式。

※學期總成績計算方式：認知成績平均佔 25%，情意成績平均佔 25%，技能成績平均佔 50%；另有平常課堂表現作加減分。