

臺北市立弘道國民中學 111 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
02/13 03/03	田徑	1. 培養慢跑之習慣。 2. 1600M、800M 體適能測驗	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	1. 講解 SH150。 2. 說明慢跑時呼吸調整及時間分配	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	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
03/06 03/24	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。	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。	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。	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	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
03/27 04/14	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。	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。	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。	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	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

04/17 05/05	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，與人理性溝通和諧互動。 	<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，未比賽組作為場邊裁判，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動作。 	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
05/08 05/26	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
05/29 06/16	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，並培養體能 	<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

		與自我表現能力。						
06/19 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。