臺北市立弘道國民中學114學年度 第1學期 8年級 *體育科* 教學活動計畫　　教師：*羅慶成* 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	學習表現	學習內容	重大議題
09/01 | 09/19	羽球	從羽球網前短球的練習中，瞭解如何運用手腕的靈活性，來有效控制處理球的力度及角度	1.瞭解羽球比賽戰術中，網前短球的運用時機 2.注重動作細節及反應時間的培養	1.說明羽球網前球動作要領 2.講解練習方式 3.說明測驗及計分方式	1.活動前先行進行操場慢跑四圈及暖身操 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	比賽結果 平時表現	1.兩人一組，分別站在發球線與網子之間的區塊，測驗網前短球來回連續擊球次數，來回算一次，70 分加上次數為測驗分數；如測後欲想進行補測，分數取其較高作為最終分數 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	1c-IV-1 1c-IV-2 1d-IV-1 1d-IV-2 2c-IV-2 2c-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-1 4d-IV-1	Ha-IV-1	生涯發展教育 家政教育
09/22 | 10/10	田徑	1.介紹田徑場地規格、周邊場地設施，並強調各項運動安全守則 2.藉由大隊接力比賽，培養團隊合作的精神與默契	教授大隊接力接棒技巧，說明接棒過程中，助跑的時機及速度的控制	1.折返跑傳接棒動作練習 2.介紹接力區範圍，並說明助跑時機點 3.實際練習一次大隊接力	1.活動前先行進行操場慢跑四圈及暖身操 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	實作評量 態度評量	1.其他課堂表現作為加減分依據 2.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	1c-IV-1 1d-IV-1 1d-IV-2 2d-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-1 3d-IV-2 3d-IV-3 4c-IV-2 4d-IV-2 4d-IV-3	Ab-IV-1 Cb-IV-2 Ga-IV-1	性別平等教育 生涯發展教育 家政教育
10/13 | 10/31	桌球	精進桌球基本技能，並在練習比賽中精進技術	學生已具備正手推檔擊球的基本能力，進行兩人一組正手擊球動作練	1.示範正手動作要領 2.細部講解正手擊球時身體配合的韻律感	1.活動前先行進行操場慢跑四圈及暖身操 2.活動中有任何身體不適必須立即	分組評量 平時表現	1.兩人一組，測驗正手來回連續擊球次數，來回算一次，60 分加上次數為測驗分數；如測後欲想進行補測，分數取其較高作為最終分數	1c-IV-1 1d-IV-1 1d-IV-2 1d-IV-3 2c-IV-2	Ha-IV-1	性別平等教育 人權教育

			習，並要求正手動作的正確性	3. 分組練習及個別糾正 4. 兩人一組測驗連續正手擊球次數	向老師報告 3. 切勿嬉鬧及從事危險動作		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	3d-IV-1		
11/03 ｜ 11/21	游泳	採互惠式教學法，由能力較好的同學，協助老師幫助能力較不好的同學，加強游泳的能力	1. 藉由同學之間互相教學，增進每位同學的學習機會，讓每位同學能盡早完成基本 25 公尺游泳能力 2. 依教育部規定，檢測學生游泳能力，給予分級判定（不列入分數依據）	1. 檢測游泳能力-依照同學游的距離、方式，給予相對應的游泳能力判定 2. 老師先行說明仰式打水基本動作要領，並提醒常犯錯誤及修正技巧，練習過程中，同學可以互相提醒協助 3. 說明分數計算方式	1. 活動前先行進行全身性的伸展操 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）	平時表現 態度評量 測驗評量	1. 仰式打水 25 公尺測驗-依測驗的秒數成績對照成績表給予分數。 3. 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不扣分，沒假單不下水減一分 4. 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	1c-IV-1 1c-IV-2 1d-IV-1 1d-IV-2 2c-IV-3 3c-IV-1 3d-IV-3 4c-IV-2	Cb-IV-2 Cc-IV-1 Gb-IV-1 Gb-IV-2	性別平等教育 人權教育
11/24 ｜ 12/12	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	1. 讓每位同學學會如何去比賽、瞭解籃球規則 2. 學會欣賞及喜愛籃球運動的真諦	1. 講解全場籃球比賽規則及相關運動道德的觀念 2. 男女分開進行全場比賽，未比賽組作為場邊裁判，交互輪流進行比賽	1. 活動前先行進行操場慢跑四圈及暖身操 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 記錄評量 平時表現	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，成績以 80 分開始計算，加至 100 分為止 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	1c-IV-1 1c-IV-3 1d-IV-1 1d-IV-2 1d-IV-3 2c-IV-2 2c-IV-3 2d-IV-2 3c-IV-1 3d-IV-1	Hb-IV-1	生涯發展教育 性別平等教育

								3d-IV-3 4c-IV-2 4d-IV-2		
12/15 | 01/02	體操	每學期進行體適能檢測以協助學生瞭解自己現今體能狀況的優劣	1. 於每堂課都要求學生跑操場四圈，平時就鍛鍊學生心肺耐力的部分 2. 於測驗前教導學生自我加強體適能方法，並於每堂課中隨機加強	1. 說明體適能對人體的益處及重要性 2. 講解測驗方式內容 3. 期許養成終身運動的習慣	1. 活動前先行進行暖身操 2. 活動中有任何身體不適必須立即向老師報告	態度評量 體適能檢測	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	1c-IV-2 4c-IV-3	Ab-IV-1 Ab-IV-2	性別平等教育 環境教育 資訊教育
01/05 | 01/16	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%			生涯發展教育 家政教育

※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：筆試成績佔 25%，課堂平時表現佔 25%，術科成績平均佔 50%；另有報告或作業作加減分。