

台北市立中正國民中學 112 學年度第二學期  
9 年級 健體領域 體育科教學活動計畫書

課程目標	1. 培養具備健康生活與體育運動的知識、能力與態度，提升體育素養。 2. 建構運動與健康的美學欣賞能力及職涯準備所需之素養，豐富休閒活動的品質與全人健康。		
教學目標	1. 透過專項規則與比賽教學，培養學生運動道德的精神。 2. 透過分組合作學習，互助合作及欣賞同學運動技能表現。 3. 學會正確的運動觀念與方式，減少運動傷害的發生以及培養未來從事休閒活動的能力。		
教學計畫	1. 依照教學進度表進行授課。 2. 利用講述、示範、差異化教學與實作法讓學生聽、看與模仿操作，進而熟練各項運動技能，並帶入競賽規則進行比賽體驗。 3. 教導各項運動正確進行方式與觀念，以達成課綱學習目標。		
教學活動內容	1. 游泳 2. 籃球 3. 田徑(體適能) 4. 排球 5. 羽球 6. 桌球		
親師配合事項	1. 隨時掌握學生的身體狀況，適時反映讓老師知道，如有特殊狀況不能參與的課程項目，應檢附醫生開立診斷證明並持續追蹤治療，與學校保持密切聯繫。 2. 每學年均需檢測體適能以及游泳與自救能力，請家長提醒學生攜帶泳具參與課程。 3. 多鼓勵與陪伴學生養成規律運動習慣，以利身心發展。		
評量方法	1. 技能測驗 2. 課堂口頭問答 3. 課堂表現紀錄		
成績計算方式	(一)量化		(二)非量化
	平時成績 60% 1. 游泳課下水次數 2. 課堂表現(分組學習和競賽、參與度) 3. 平時測驗	段考成績 40% 1. 田徑200公尺測驗	1. 課堂問答與參與 2. 學習態度 3. 運動精神 4. 班際活動參與