

臺中市葳格高級中學 105 學年度第 1 學期 健康與體育 科教學計畫表

科目名稱：	健康與體育		
開設年級/班別：	國二 4 班	學分數：	
學生人數：	25~30 人/班	任教老師：	張惟喬、盧曼晴、費嘉麒、陳彥義
教學方式：	講述法、實作法、分組練習、媒體教學		
教學目標：	(一)協助學生認識體育功能，建立正確的體育觀念。 (二)引導學生充實體育知識，奠定良好的運動基礎。 (三)協助學生增進運動技能，提升身體的適應能力。 (四)培養學生良好運動習慣，樹立良好的運動道德。 (五)引導學生養成運動興趣，提升休閒生活的品質。 (六)協助學生可以認識自我，並建立起自尊與自信。		
教材大綱與進度：	第 1 週:課堂規定宣達 第 2-4 週: 彩繪兩性關係/籃球(定點投籃) 第 5-7 週: 我的身體我作主/籃球(跳投) 第 8-10 週: 健康的愛、安全的性 /壘球(防守) 第 11-13 週: 致命的迷幻世界/足球(踢滾動球) 第 14-16 週: 食品消費高手/排球(高手傳球) 第 17-19 週: 做個有型的地球人/體適能 第 20 週:做個有型的地球人/綜合活動 第 21 週: 綜合活動、補考		
評量方式：	(一)運動技能：其成績占總分之百分之六十。(技能) (二)運動精神與學習道德：其成績占總分之百分之二十。(情意) (三)體育知識及理論：其成績占總分之百分之二十。(認知)		
資源配合：	康軒文教 健康與體育		