

臺中市葳格高級中學 105 學年度第 1 學期 體育 科教學計畫表

科目名稱：	體育		
開設年級/班別：	高中職一年級/11 班	學分數：	1
學生人數：	45/班	任教老師：	陳信任、張惟喬、盧曼晴、魏鈺庭、陳彥義
教學方式：	講述法、實作法、分組練習、媒體教學、樂趣化教學		
教學目標：	<p>(一)協助學生認識體育功能，建立正確的體育觀念。</p> <p>(二)引導學生充實體育知識，奠定良好的運動基礎。</p> <p>(三)協助學生增進運動技能，提升身體的適應能力。</p> <p>(四)培養學生良好運動習慣，樹立良好的運動道德。</p> <p>(五)引導學生養成運動興趣，提升休閒生活的品質。</p> <p>(六)協助學生可以認識自我，並建立起自尊與自信。</p>		
教材大綱與進度：	<p>第 1 週：課堂宣達 第 2-3 週：YMCA 健康操教學 第 4-5 週：排球低手傳球 第 6 週：籃球運動規則解說</p> <p>第 7-8 週：運動傷害防護教學 第 9-10 週：籃球球感 第 11-12 週：體適能測驗</p> <p>第 13-14 週：田徑(蹲踞式起跑教學) 第 15-16 週：足球帶球訓練 第 17-18 週：飛盤反手投擲</p> <p>第 19-20 週：體育概論 第 21 週：期末測驗</p>		
評量方式：	<p>(一)運動技能：其成績占總分之百分之六十五。(技能)</p> <p>(二)運動精神與學習道德：其成績占總分之百分之二十。(情意)</p> <p>(三)體育知識及理論：其成績占總分之百分之十五。(認知)</p>		
資源配合：	謳馨運動簡易規則、體育相關相關網站		

