

## 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：	高中職二年級/11 班	學分數：	1
學生人數：	45~50/班	任教老師：	陳信任、陳劭宸、盧曼晴、魏鈺庭、詹明仁、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：	<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      第 4-5 週：排球運動規則解說      第 6-7 週：排球</p> <p>第 8 週：運動傷害防護教學      第 9-10 週：體適能      第 11-12 週：足球球感訓練</p> <p>第 13 週：7 人制足球對抗賽      第 14 週：慢速壘球規則講解      第 15-16 週：慢速壘球教學</p> <p>第 17-18 週：田徑      第 19-20 週：體育概論、補考      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： 誣馨運動規則、體育相關相關網站