

基隆市立中山高級中學 109 學年度第 1 學期教學計畫

班級	國中二年級	科目	體育
教師	郭偉志、吳鳳玉、何明雄、鄭裕達		
教學目標	一、 具備體育的知能，展現自我運動潛能，並積極實踐，不輕言放棄。 二、 理解體育情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育的問題。 三、 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動中培育相互合作及與人和諧互動的素養。		
本學期授課內容	實際授課週數 20 週 2 週 健康體適能及運動傷害防護概述。 4 週 游泳項目韻律呼吸及漂浮打水等基本技能及自救能力。 4 週 籃球項目傳接球、戰術運用及運動欣賞。 4 週 羽球項目單雙打接發球、戰術運用及運動欣賞。 4 週 田徑跳遠項目分解動作解析與練習		
教學方式	一、 體育常識討論、意見交流。 二、 課程動作示範與分組練習。 三、 體育影片教學、欣賞、評析。		
評量方式	一、 學習態度及運動精神表現（團隊合作）（10 %）。 二、 平時測驗（20 %）。 三、 練習與學習表現（30 %）。 四、 期末評量（40 %）。		
對學生期望	一、 執行提升體適能的身體活動。 了解各項運動 基礎原理和規則。 二、 執行個人運 動計畫，實際參與身體活動。 三、 反思自己的運動技能，評估運動風險，維護安全的運動情境。 四、 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。表現出勇於挑戰的學習態度。 五、 期望學生增進良好的人際關係，尊重關懷與團隊合作。		
家長配合事項	一、 督促學生安排良好的生活作息，養成運動習慣提升體適能 二、 藉由親子共同參與運動建立良好的關係，並養成終生運動的習慣。 三、 期待家長和孩子一起共同欣賞運動競賽，建立良好的親子關係。 四、 鼓勵孩子參與運動性社團，透過運動交流增進人際關係。		