

臺北市立百齡高級中學(高中部) 112 學年度第 2 學期

二 年 級 體 育 學 科 課 程 計 畫

任 課 教 師	趙保昇	學分/每週節數	2
任教班級	201/202/205/206/207/208	教科書版本	自 編
課程學習目標	1. 明瞭各種運動常識。 2. 瞭解各運動之正確運動技術。 3. 引發同學對運動之熱情。		
評量方式	上課態度、實作表現。		
成績計算	1. 技能認知測驗：60% 技能認知測驗，依同學表現給分。 2. 上課表現：40% 認知表現、學習態度及精神、互動情形、生活教育等。		
對學生的期望/ 家長配合事項	1. 課堂熱情參與。 2. 課後多多運動。		

本學期各單元內涵：

週次	實施期間	單元 活動主題	單元 學習目標	重大 議題	節數	評量 方法	備 註
11	1/23~1/26	體適能	運動與休閒介紹	☐ 資訊教育 ☒ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☒ 環境教育 ☐ 品德教育 ☒ 生命教育 ☐ 生涯發展 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現	
1	2/12~2/17	開學、課程 介紹、體能 調整	課程介紹、全中運 動介紹、體能調整	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☒ 生命教育 ☐ 生涯發展 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現	16 開學 17 補 02/15 的課
2	2/19~2/23	籃球運動	1. 籃球傳接球進階動 作要領介紹與練習	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現	21.22【高 三】分科測 驗第1次模 擬考

週次	實施期間	單元活動主題	單元學習目標	重大議題	節數	評量方法	備註
3	2/26~3/1	籃球運動	1. 籃球傳接球進階動作練習	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現	
4	3/4~3/8	游泳運動	1. 自由式動作進階介紹與練習	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現 距離	
5	3/11~15	游泳運動	1. 自由式動作進階練習	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現 距離	
6	3/18~22	體適能	1. 體適能項目檢測	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現 成功次數	
7	3/25~29	體適能	1. 體適能項目檢測	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現 碼表計時	26-27 高中第1次定期評量

週次	實施期間	單元活動主題	單元學習目標	重大議題	節數	評量方法	備註
8	4/1~4/5	排球運動	1. 排球前排攔網要領 講解與練習	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☒ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現 成功次數	04-05 清明 節連假
9	4/8~4/12	排球運動	1. 排球前排攔網練習	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☒ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現 成功次數	
10	4/15~4/19	游泳運動	1. 自由式動作進階練習	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現 距離	
全中運	4/22~26	游泳運動	全中運競賽介紹與欣賞	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	心得寫作	22-25全中停課 26須上課
12	4/29~5/3	籃球運動	1. 籃球基本動作綜合演練	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現	02【高三】 第2次定期評量(期末考)

週次	實施期間	單元活動主題	單元學習目標	重大議題	節數	評量方法	備註
13	5/6~5/10	籃球運動	1. 籃球基本動作綜合演練	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現	08【高三】 分科測驗第 2次模擬考
14	5/13~5/17	羽球運動	羽球移動步伐介紹與練習	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☒ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現	13-14高一二 +國七八第 2 次定期評量
15	5/20~5/24	羽球運動	羽球移動步伐練習	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☒ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現	
16	5/27~5/31	排球運動	1. 排球基本動作綜合演練	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現 成功次數	
17	6/3~6/7	排球運動	1. 排球基本動作綜合演練	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現 成功次數	04 畢業典禮 (暫定)

週次	實施期間	單元活動主題	單元學習目標	重大議題	節數	評量方法	備註
18	6/10~6/14	羽球運動	羽球基本動作綜合練習	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☒ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現	10端午節放假
19	6/17~6/21	羽球運動	羽球基本動作綜合練習	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☒ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現	
20	6/24~6/28	體適能	體能活動	☐ 資訊教育 ☐ 海洋教育 ☐ 法治教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 生涯發展教育 ☐ 家庭教育 ☐ 性平教育 ☐ 多元文化 ☐ 其它_____	2	實作表現	26-27 高一 二 + 國七八 第 3 次定期 評量