

臺北市信義區信義國民小學 105 學年度第 1 學期 健康與體育 課程計畫

能力指標(學習領域)

課程目標(彈性學習)

- 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力  
 3-2-2 在活動中表現身體的協調性  
 3-2-3 在遊戲或簡單比賽中表現各類運動的基本動作或技術  
 3-2-4 了解運動規則，參與比賽，表現運動技能  
 4-2-1 了解有助體適能要素促進的活動，並積極參與  
 4-2-4 評估社區運動環境並選擇參與  
 6-1-5 瞭解並認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。  
 6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法

課程名稱	體育	年級:四	設計者:胡皓崑	教學者:
每週授課節數	2	學期授課節數	合計【42】節	
學校願景融入情形	1. 多元學習：養成生活上所必須的運動習慣和生活技能，引導兒童建立正確健康習慣及運動知識。 2. 快樂和諧：重視個別差異，讓每位兒童都能發展自我，發揮潛能。 3. 服務人群：發展社會以及團體生活中正確的溝通能力和人際關係。			
教育議題融入情形標記(多選)	<input checked="" type="checkbox"/> 1.性別平等 <input type="checkbox"/> 2.環境 <input checked="" type="checkbox"/> 3.資訊 <input type="checkbox"/> 4.家政 <input checked="" type="checkbox"/> 5.人權 <input type="checkbox"/> 6.生涯 <input checked="" type="checkbox"/> 7.海洋 <input type="checkbox"/> 8.國防)			
新興議題融入情形標記(多選)	<input type="checkbox"/> A.法治、 <input type="checkbox"/> B.生命、 <input checked="" type="checkbox"/> C.品德、 <input type="checkbox"/> D.媒體、 <input type="checkbox"/> E.智慧財產、 <input type="checkbox"/> F.理財、 <input type="checkbox"/> G.動物福利、 <input type="checkbox"/> H.人口販賣、 <input checked="" type="checkbox"/> I.多元文化、 <input checked="" type="checkbox"/> J.族群、 <input type="checkbox"/> K.國防教育、 <input type="checkbox"/> L.(其他: 請自述)			

◎學期教學課程目標：(與學生學期評量要點相對應)

- ◎認知：能知道各式球類運動的規則。  
 能說出桌球發球的動作要領。  
 能了解籃球運球的動作要領。  
 能知道運動安全注意事項。
- ◎情意：能透過體育課，體驗「團隊合作」的態度。  
 能給予其他同學在體育表現上鼓勵。  
 能從活動中和異性建立互助互信的友誼。
- ◎技能：能學會躲避球傳、接、擲等運動技巧。  
 能學會籃球運球的動作要領。  
 能學會桌球發球的動作技巧。

◎預期達成學生學習能力：(本校設計之學生學習評量要點)

1. 能做出籃球運球的基本動作。
2. 能使用浮板打水 15 公尺
3. 能做到桌球發球傳球的動作。
4. 能了解各球類比賽規則並確實遵守。
5. 能了解大隊接力之規則。

◎教學評量方式說明：(請依據教育局評量相關規定)

1.量化：平時(40)% 其他(20)% 期中評量(20)% 期末評量(20)%

2.質性：平時評量：發表、問答、自評、實作、觀察。

3.其他：學習態度。

◎教學進度安排(教育議題：1.性別平等 2.環境 3.資訊 4.家政 5.人權 6.生涯 7.海洋 8.國防)

(新興議題：A.法治、B.生命、C.品德、D.媒體、E.智慧財產、F.理財、G.動物福利、

H.人口販賣、I.多元文化、J.族群、K.國防教育、L.(其他:請自述)

單元名稱	起訖日期	教育議題	新興議題	節數	使用教材 (含輔助學習教材)	學生評量方式
體育課基本課程隊形、暖身操	8/30-09/03	1、5	C、I、J	2	音響	學習態度 操作練習 測驗成績
游泳課程	09/04-09/29	1、2、7	C、I	8	浮板	
輕鬆上手	09/30-10/07	1	C、I	2	籃球	
來玩躲避球	10/10-10/21	1	C、I	4	多避球	
桌球好手	10/24-11/04	1	C、I	4	桌球、球拍	
跑步充電站	11/07-11/11	1	C、I	2	碼表、墊子	
跳躍樂無窮	11/14-11/18	1、6	C	2	呼拉圈	
認是體適能	11/21-12/23	1、6	C、I	10	碼表、三角錐	
滾跳好體能	12/26-01/06	1	C、I	4	跳箱、墊子	
舞動一身	01/09-01/19	1	C	4	音樂、音響	
定期評量	開始日期	結束日期	範圍		學生評量方式	
游泳	9/04	09/29	自由式		操作測驗	
桌球	10/24	11/04	發球		操作測驗	
期末定期評量	01/02	01/13	運動競賽規則、安全事項		紙筆測驗	
<b>【家長配合事項】</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 提醒學生於體育課當天著體育服裝、運動鞋。</li> <li>● 提醒學生於游泳課當天攜帶泳具、食用早餐。</li> <li>● 利用週休假日或課餘時間帶孩子從事體能休閒活動。</li> </ul>					