



臺北市濱江實驗國民中學 109 學年度第 2 學期

【體育科】教師教學計畫表

8 年級 任課教師：許人祝 任課班級：801.802.803

一、目的：

1. 了解籃球相關規則及應用時機，能做出籃球傳、接球、投籃、跑位練習與餐與分組活動競賽
2. 模擬三對三籃球賽
3. 瞭解各項體適能檢測的動作要領並完成各項體適能檢測
4. 了解足球相關規則及應用時機與熟練足球相關基本動作
5. 能運用足球相關基本動作於小組練習活動中
6. 了解羽球相關規則及應用時機與熟練羽球相關基本動作
7. 能運用羽球相關基本動作於小組練習活動中
8. 能做出仰式打水加划手聯合動作練習與運用技能於自救與水中趣味競賽活動

二、教學活動計畫：(翰林版)

定期考查 項目及內容	第一次定期考查	第二次定期考查	第三次定期考查
一、教材內容	籃球-基本動作運用 攻守練習 籃球-三對三	體適能活動與檢測 游泳—仰式與基本救生	足球-傳、運、踢基本動作 羽球—基本動作運用練習

<p>二、學習目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解籃球相關規則及應用時機。</li> <li>2. 能做出籃球傳、接球+跑位練習</li> <li>3. 能做出籃球傳、接球分組活動競賽</li> <li>4. 能運用籃球相關基本動作於小組練習活動中</li> <li>5. 模擬三對三籃球賽</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 瞭解各項體適能檢測的動作要領</li> <li>2. 能完成各項體適能檢測</li> <li>3. 能做出仰式打水加划手聯合動作練習</li> <li>4. 運用技能於自救與水中趣味競賽活動</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解足球相關規則及應用時機。</li> <li>2. 孰練足球相關基本動作</li> <li>3. 能運用足球相關基本動作於小組練習活動中</li> <li>4. 了解羽球相關規則及應用時機。</li> <li>5. 孰練羽球相關基本動作</li> <li>6. 能運用羽球相關基本動作於小組練習活動中</li> </ol>
<p>三、教學方法</p>	<p>講解示範、分組練習、問答、實際操作、欣賞觀摩</p>		
<p>四、作業內容</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 培養自我專項運動技能</li> <li>2. 自我要求規律運動的習慣</li> </ol>		
<p>五、評量方式</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課程參與態度</li> <li>2. 上課情形</li> <li>3. 技能測驗</li> <li>4. 學期書面報告</li> </ol>		
<p>六、對學生的要求</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 體育課為實作課程，請同學務必實作參與，身體有特殊狀況時請事先告知任課教師。</li> <li>2. 確實做好暖身活動與落實場地器材使用須知，以免發生運動傷害。</li> <li>3. 術科測驗務必參與或補測，以免成績受到影響。</li> <li>4. 課程中之說明時應注意聆聽，以免發生意外。</li> <li>5. 發揮團隊精神與分工合作的態度</li> </ol>		

七、家長配合事項

- 1.體適能與健康是日積月累而成的，請各位家長平時多鼓勵同學運動，並請家長多提醒同學，進行體適能測驗時應盡全力但也需量力而為。
- 2.平時多鼓勵或陪同同學運動，以培養終身運動的習慣