

臺北市私立天主教靜修女子高級中學 107 學年度第一學期教學進度表

課程名稱：體育		班級：八年級	上課節數：2	
任課教師：賴淑琴 教師		上課教材：康軒/自編		
教學目標	1.培養學生對於各種運動的知能與技巧 2.讓學生養成運動的好習慣 3.讓學生感受運動的美好經驗與成就感			
評量方式	1.講述法 2.示範法 3.實作法			
成績計算	1. 定期 40%：運動技能的呈現與動作表現 2. 平時 60%：學習態度、服裝儀容、上課秩序、課程參與度、分組合作狀況與筆試			
授課大綱	教學內容（教師填寫）	議題融入	能力指標	備 註
第 1 週 8/27-8/31	有氧運動(7F)：課程介紹 /編舞 /動作修正 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育	A 生涯發展教育 B 生命教育 C 誠信教育 D 品德教育 E 資訊倫理素養 F 人權法治教育 G 環境教育 H 海洋教育 I 衛生保健 J 人口教育 K 家庭教育 K-1 婚姻與倫理 K-2 親職 K-3 子職 K-4 家庭資源管理 L 性別教育 L-1 家暴 L-2 同志教育(多元性別) L-3 性教育 L-4 性別平等 L-5 情感教育 L-6 性侵害 L-7 性騷擾防治 M 健康促進 M-1 健康體位 M-2 牙齒 M-3 護眼 N 春暉教育 N-1 檳榔 N-2 愛滋 N-3 毒品 N-4 酒 N-5 煙 O 安全教育 O-1 防災教育 O-2 防制幫派 O-3 交通安全	3-3-2	
第 2 週 9 / 3 - 9 / 7	有氧運動(7F)：音樂剪接/舞步加強/隊形變化/修正 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育		3-3-2 4-3-5	
第 3 週 9/10-9/14	有氧運動(7F)：口號 /動作練習 /隊形動作加強 /熟練度加強 /賽前準備 /總複習 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育		3-3-2 4-3-5	
第 4 週 9/17-9/21	體能訓練(7F)：介紹有氧運動 /運動處方籤 檢測立定跳遠 /仰臥起坐 /坐姿前灣 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育		4-3-3 4-3-5	
第 5 週 9/24-9/28	排球(1F)：對傳球動作示範 /上手頂球 /綜合練習 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育		3-3-1 3-3-2	
第 6 週 10/1-10/5	排球(1F)：低手發球示範 /各式傳接球動作 /步伐 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育		1-3-1 3-3-2	
第 7 週 10/8-10/12	排球(1F)：動作修正 /綜合練習 /對傳評量 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育		3-3-2	
第 8 週 10/15-10/19	排球(1F)：對傳評量、補考 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育		1-3-1 3-3-1 3-3-2	第一次段考(段考週)
第 9 週 10/22-10/26	羽球((3F)：正手發球複習 /揮拍步伐動作 /反手短球 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育		3-3-2	
第 10 週 10/29-11/2	羽球(3F)：正手高遠球 /檢測 800/1600 公尺跑走 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育		3-3-2	
第 11 週 11/5-11/9	羽球(3F)：綜合練習 /規則複習 /高遠球擊球動作 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育		4-3-2 4-3-5	
第 12 週 11/12-11/16	羽球(3F)：高遠球評量、補考 議題融入: B 生命教育 C 誠信教育		4-3-2 4-3-5	
第 13 週 11/19-11/23	桌球(B1)：球感練習/正拍發球動作複習/單打比賽 議題融入: C 誠信教育 L-4 性別平等		3-3-2 3-3-5	
第 14 週 11/26-11/30	桌球(B1)：正.反拍推擋球教學 /單打比賽練習 議題融入: C 誠信教育 L-4 性別平等		3-3-2 3-3-5	第二次段考(段考週)
第 15 週 12/3-12/7	桌球(B1)：反拍切球教學/綜合練習/反拍推擋評量 議題融入: C 誠信教育 L-4 性別平等		3-3-2 3-3-5	
第 16 週 12/10-12/14	桌球(B1)：反拍推擋評量、補考 議題融入: C 誠信教育 L-4 性別平等		3-3-2 3-3-3 3-3-5	
第 17 週 12/17-12/21	籃球(5F)：基本動作複習 /運球上籃教學 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育		3-3-2 4-3-5	
第 18 週 12/24-12/28	籃球(5F)：二人移位傳接球 /簡易規則說明/綜合練習 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育		3-3-2 6-3-1	
第 19 週 12/31-1/4	籃球(5F)：熟悉 3 對 3 鬥牛規則 /裁判手勢練習 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育		3-3-5 6-3-1	①元旦放假
第 20 週 1 / 7 - 1 / 11	籃球(5F)：3 對 3 分組比賽 議題融入: A 生涯發展教育 D 品德教育 B 生命教育		3-3-5 4-3-2 6-3-1	
第 21 週 1/14-1/18	補考與成績分數評量			第三次段考(段考週) ⑨休業式

臺北市私立天主教靜修女子高級中學 107 學年度第二學期教學進度表

課程名稱：體育		班級：八年級	上課節數：2 節/週	
任課教師：賴淑琴 教師		上課教材：康軒/自編 （編著／書名／版本）		
教學目標	1.培養學生對於各種運動的知能與技巧 2.讓學生養成運動的好習慣 3.讓學生感受運動的美好經驗與成就感			
評量方式	1.講述法 2.示範法 3.實作法 4.異質分組(合作學習法)			
成績計算	段考：40%、平時：60%			
授課大綱	教學內容（教師填寫）	議題融入	能力指標	備 註
第 1 週 2/11-2/15	排球：托球、對傳、上手頂球、低手發球、步伐練習 議題融入: M-1、D	A 生涯發展教育 B 生命教育 C 誠信教育 D 品德教育 E 資訊倫理素養 F 人權法治教育 G 環境教育 H 海洋教育 I 衛生保健 J 人口教育 K 家庭教育 K-1 婚姻與倫理 K-2 親職 K-3 子職 K-4 家庭資源管理 L 性別教育 L-1 家暴 L-2 同志教育(多元性別) L-3 性教育 L-4 性別平等 L-5 情感教育 L-6 性侵害 L-7 性騷擾防治 M 健康促進 M-1 健康體位 M-2 牙齒 M-3 護眼 N 春暉教育 N-1 檳榔 N-2 愛滋 N-3 毒品 N-4 酒 N-5 煙 O 安全教育 O-1 防災教育 O-2 防制幫派 O-3 交通安全	1-3-1 3-3-2	
第 2 週 2/18-2/22	排球：賽前講解、比賽體驗、背後傳球、綜合練習 議題融入: M-1、D		3-3-1 3-3-2	
第 3 週 2/25-3/1	排球：托球評量(一) 議題融入: M-1、D		3-3-1 3-3-2	2/28（三）和平紀念日
第 4 週 3/4-3/8	排球：托球評量(二) 議題融入: M-1、D		3-3-1 3-3-2	
第 5 週 3/11-3/15	羽球：步伐、高遠球教學、長.短球擊球法 議題融入: M-1、D		3-3-2 3-3-4	
第 6 週 3/18-3/22	羽球：單打比賽規則講解、各式擊球 議題融入: M-1、D		3-3-2 3-3-4	國八 第一次段考(段考週)
第 7 週 3/25-3/29	羽球：對打評量(一) 議題融入: M-1、D、C		3-3-5 4-3-2	國七、國九第一次段考(段考週)
第 8 週 4/1-4/5	羽球：對打評量(二) 議題融入: M-1、D、C		4-3-3 4-3-5	
第 9 週 4/8-4/12	桌球：單打比賽簡易規則、反拍發球、反拍切球練習 議題融入: M-1、D		3-3-1 3-3-2	
第 10 週 4/15-4/19	桌球：反拍推擋、單打比賽、角色扮演、綜合練習 議題融入: M-1、D		3-3-2 3-3-4	
第 11 週 4/22-4/26	桌球：積分賽(一) 議題融入: M-1、D、C		3-3-3 3-3-5	
第 12 週 4/29-5/3	桌球：積分賽(二) 議題融入: M-1、D、C		3-3-3 3-3-5	
第 13 週 5/6-5/10	籃球：各式運球複習、上籃步伐、三對三攻防、規則 議題融入: M-1、D		3-3-2 4-3-5	第二次段考(段考週)
第 14 週 5/13-5/17	籃球：上籃步伐、二人移位傳接、綜和練習 議題融入: M-1、D		3-3-2 6-3-1	
第 15 週 5/20-5/24	籃球：運球上籃評量(一) 議題融入: M-1、D		3-3-5 6-3-1	
第 16 週 5/27-5/31	籃球：運球上籃評量(二) 議題融入: M-1、D		4-3-2 4-3-5	
第 17 週 6/3-6/7	扯鈴：起鈴、調鈴、收鈴、關渡大橋、金蟬脫殼 議題融入: M-1、D		5-3-1 5-3-5	
第 18 週 6/10-6/14	扯鈴：金雞上架、蜘蛛結網、摺棉被 議題融入: M-1、D		4-3-5 5-3-5	
第 19 週 6/17-6/21	扯鈴：蜻蜓點水、綜合練習 議題融入: M-1、D		3-3-2 4-3-5	
第 20 週 6/24-6/28	成績評量		4-3-2 5-3-5	期末考(段考週)