

## 臺南市德光中學 108 學年度第一學期教學計畫

課程名稱	部別	年級	授課教師	課程教材	每週節數	
體育	高中	一	買益賢 劉昭吟	自編	二	
評量方式：作業、口試、實作、學習態度			成績計算：作業 15%、口試 15% 實作 55%、學習態度 15%			
學習目標：基礎運動知識與技能學習/遊憩與運動休閒學群探索規劃						
課程進度						
週次	日期	章節主題	起迄頁碼	單元學習目標	融入議題	備註
1	08/30-09/01	預備周		課程規劃與介紹	民主	08/30 開學典禮 下午正式上課
2	09/02-09/08	體適能		體適能與人體健康 關係介紹	生命教育	09/03-04 國三第一次 模擬考 09/04-05 高三第二次 模擬考
3	09/09-09/15	體適能		檢測各項體適能	性別平等教育	09/13-09/15 中秋連假
4	09/16-09/22	桌球		正手發/擊球	生涯發展教育、 價值觀	09/20 下午第六節全校 敬師活動；第七、八 社團動態展（高三除 外）
5	09/23-09/29	桌球		正手擊球	生涯發展教育、 價值觀	
6	09/30-10/06	測驗		桌球-正手發球	美感教育 媒體識讀 資訊素養	10/05 補上 10/11 (五) 課程、下午高 二、高三第一次月考
7	10/07-10/13	有氧舞蹈		飛輪有氧	生涯發展教育	10/07-08 全校第一次 月考 10/10-10/13 國慶日連 假
8	10/14-10/20	有氧舞蹈		飛輪有氧	生涯發展教育	
9	10/21-10/27	排球		低手傳接球/低手 發球練習	生涯發展教育、 價值觀	10/23-25 國三畢旅
10	10/28-11/03	排球		高手傳接球	生涯發展教育、 價值觀	10/31-11/01 高三第三 次模擬考
11	11/04-11/10	籃球		運/傳球	性別平等教育、 人權教育	11/08 全校一年級英語 動唱

12	11/11-11/17	籃球		投球/運球上籃	性別平等教育、人權教育	
13	11/18-11/24	測驗		籃球-運球上籃	美感教育 媒體識讀 資訊素養	11/22 下午高二、高三第二次月考
14	11/25-12/01	田徑		校慶競賽項目練習	國際運動規則	11/25-26 全校第二次月考 11/29 下午運動會會前賽
15	12/02-12/08	田徑		校慶競賽項目練習	國際運動規則	12/06 校慶運動會 12/07 校慶園遊會
16	12/09-12/15	游泳		游泳能力分組	生命教育	12/13 高二英語話劇
17	12/16-12/22	游泳		進/初階班技能學習	生命教育、 民主、海洋 教育、環保 教育	12/17-18 高三第四次模擬考 12/21 補上 109 年 01/17 (五) 課程，下午聖誕遊藝會
18	12/23-12/29	游泳		進/初階班技能學習	生命教育、 民主、海洋 教育、環保 教育	12/25 校慶補假 12/26-27 高三期末考、 國三第二次模擬考
19	12/30-01/05	游泳		進/初階班技能學習	生命教育、 民主、海洋 教育、環保 教育	109/01/01 元旦放假 01/04 補上 01/20 (一) 課程
20	01/06-01/12	游泳		補課/補檢定	生命教育、 民主、海洋 教育、環保 教育	01/06 7:30~8:20 期末考作文提前考
21	01/13-01/19	測驗		游泳能力檢測	美感教育 媒體識讀 資訊素養	01/13 下午高二期末考 01/14-15 全校期末考 (高三除外) 01/16 結業式 01/17-18 學測

基本素養：

語文素養

數學素養

科學素養

數位素養

教養/美感素養

國際素養

核心能力：1-1 具備自我瞭解的能力/ 2-1 具備有效運用學習機會與資源的能力/2-2 具備自主學習的能力/2-3 具有學習的滿足感/3-1 具備問題解決的能力/3-2 具備主動探究的能力/3-3 具備反思和批判思考的能力/4-2 具備以多種觀點思考或解決問題的能力/4-3 具有挑戰或質疑既有觀點或理論的能力/5-1 具備與人溝通、協調、解決衝突的能力/5-3 具備與人合作解決問題或完成任務的能力/5-4 具備多元文化理解與同理的能力

教學媒材：電腦/燈槍/網路資源

