

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	高中部	三年級	劉昭吟	華興	2 節	
評量方式： 運動術科測驗、游泳能力檢定、鑑賞、學習態度			成績計算： 認知(20%)/情意(20%)/技能(60%)			
學習目標： 1. 習得正確的運動觀念與技能並培養運動家精神。 2. 藉由體課課程探索自己喜好的運動，進而養成終生運動的習慣。						
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	預備週		學習課程告知	價值觀、反霸凌	08/30 開學典禮 下午正式上課
2	09/02-09/08	預備週		體能訓練		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	游泳		蝶式打水	海洋教育	09/13-09/15 中秋連假
4	09/16-09/22	游泳		蝶式划手	海洋教育	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	游泳		蝶式手腳聯合	海洋教育	
6	09/30-10/06	游泳		25 公尺蝶式	海洋教育	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	術科測驗		檢視學習成果	生命教育	10/07-08 全校第一次 月考 10/10-10/13 國慶日連 假
8	10/14-10/20	籃球		擋切戰術(擋人)	國際運動規則	
9	10/21-10/27	籃球		擋切戰術(切入)	國際運動規則	10/23-25 國三畢旅
10	10/28-11/03	排球		快攻／攔網	國際運動規則	10/31-11/01 高三第三 次模擬考
11	11/04-11/10	排球		隊形戰術應用	國際運動規則	11/08 全校一年級英語 動唱
12	11/11-11/17	田徑		運動會項目練習	價值觀	
13	11/18-11/24	田徑		運動會項目練習	國際運動規則	11/22 下午高二、高三 第二次月考

14	11/25-12/01	術科測驗		檢視學習成果		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	體適能		體能活動	生涯發展教育	12/06 校慶運動會 12/07 校慶園遊會
16	12/09-12/15	體適能		體能活動	生涯發展教育	12/13 高二英語話劇
17	12/16-12/22	桌球		正手平擊+反手推擋+扣球組合戰術	性別平等教育、國際運動規則	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	桌球		正手平擊+反手推擋+扣球組合戰術	性別平等教育、國際運動規則	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	羽球		雙打戰術	國際運動規則	109/01/01 元旦放假 01/04 補上 01/20 (一) 課程
20	01/06-01/12	羽球		雙打戰術	國際運動規則	01/06 7:30~8:20 期末考作文提前考
21	01/13-01/19	成績結算		期末成績結算		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：

1-3 具備發展自我願景和調整的能力

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

5-2 具備規劃與組織的能力

5-3 具備與人合作解決問題或完成任務的能力

教學媒材：網路資源、書籍