

# 台北市康寧國小 111 學年度第一學期課程大綱

- 一、 科目名稱：體育
- 二、 授課班級：四年級
- 三、 任課教師：廖韋任 老師
- 四、 學期教學目標：

- (1) 培養從事運動興趣、習慣或運動時充分準備與計畫的態度，同時學會安全正確的運動技巧。
- (2) 發展運動概念與運動技能，提升體適能。
- (3) 學習探索肢體的創作活動，並展現團結的精神。

## 五、 各週單元進度表

週次	日期	上課場地	上課單元	單元內容及具體目標
1	111.8.30-9.9	體操教室	跳高/遠	<input type="checkbox"/> 能遵守體育課規則
2				<input type="checkbox"/> 能做出暖身操動作及熱身順序
3	111.9.12-9.23	內湖國中 游泳池(2週)	游泳	<input type="checkbox"/> 跳的遊戲
4				<input type="checkbox"/> 能力分組
5	111.9.26-10.7	活動中心 網球場	羽球	<input type="checkbox"/> 捷式分段練習
6				<input type="checkbox"/> 自救教學
7	111.10.10-10.21	舞蹈教室	舞蹈	<input type="checkbox"/> 正拍發球
8				<input type="checkbox"/> 反拍發球
9	111.10.24-11.04	體操教室	體操	<input type="checkbox"/> 雙打正式比賽
10				<input type="checkbox"/> 健康操
11	111.11.7-11.18	躲避球場 科學樓 B1	足球	<input type="checkbox"/> 支撐、倒立、滾翻
12				<input type="checkbox"/> 體適能
13	111.11.21-12.02	活動中心 網球場	羽球	<input type="checkbox"/> 盤球
14				<input type="checkbox"/> 踢球、停球
15	111.12.05-12.16	舞蹈教室	武術	<input type="checkbox"/> 正、反拍連續擊球
16				<input type="checkbox"/> 進攻技巧
17	111.12.19-12.30	體操教室	扯鈴	<input type="checkbox"/> 防守技巧
18				12/30 運動會補課
19	112.1.02-1.13	躲避球場 科學樓 B1	足壘球	<input type="checkbox"/> 招式
20				<input type="checkbox"/> 跑壘
21	112.1.16-1.19	活動中心 網球場	排球	<input type="checkbox"/> 發球技巧
				<input type="checkbox"/> 接球技巧

## 六、 課程進行方式

本教學以啟發、創造、樂趣化之教學，讓兒童在活動中獲得成就感，並享受運動的樂趣。

## 七、 評量方法

次序	項目	加權(%)
1	運動精神態度/學習態度	50
2	運動技能(技能測驗)	20
3	努力程度	20
4	上課參與/平時觀察	10

## 八、 參考書籍

1. 康軒版-健康與體育國民小學四年級上學期