

四年級下學期體育教學活動計畫

授課教師：許宸甄

教學目標	<p>一、以體能活動、球類運動、有氧運動等，培養協調、速度、肌力、耐力、爆發力、柔軟性等基本體力與各項運動之基本技能。</p> <p>二、透過各項運動練習，養成遵守規則、服從負責、互助合作等團隊精神與態度。</p> <p>三、指導學生充分理解並能實踐健康衛生及運動之知識與方法。</p> <p>四、培養學生愛好運動及善用休閒時間充實康樂生活。</p>
學習表現	<p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。</p>
授課內容	<p>一、翰林版四下健康與體育課本為主，單元內容概分為：</p> <p>1、球類運動（羽球、籃球、足球、桌球）</p> <p>2、體適能（坐姿體前彎、立定跳、仰臥捲腹、800M）</p> <p>3、中年級健康操、個(雙)人跳繩</p> <p>二、配合學校活動彈性調整教材</p> <p>1、體適能測驗：學期中(5月前)實施</p> <p>2、班級運動賽事：大隊接力</p> <p>三、雨天課程</p> <p>1、桌球練習</p> <p>2、體能活動或扯鈴</p> <p>3、墊上運動、運球或團康活動等</p>
評量方法	<p>認知 30%（上課聆聽、舉手發言、形成性評量）</p> <p>情意 20%（團隊合作、上課專注力、學習態度）</p> <p>技能 50%（體育項目測驗：走跑跳、球類運動）</p>
教學資源及其他	<p>一、利用學校現有體育設施為授課優先考量。</p> <p>二、上課時請學生務必穿著體育服裝，並攜帶跳繩、水壺。</p> <p>上課前由教師帶隊至指定場地並請體育股長借妥體育器材，課後清點後歸還所借器材，並請學童注意整肅儀容、補充水分後，再回教室。</p>
注意事項	<p>如有特殊身體狀況，請家長能事先告訴各班教師了解，使能掌握上課狀況，臨時之身體狀況無法參與體育課，也請家長利用聯絡簿告知。</p>