

桃園市立大溪高級中學 108 學年度第 2 學期 藝能 科 教學活動計畫書

課程名稱		運動學概論		教學目標									
				1. 探討運動社會議題，以及社會變遷現象 2. 充實運動科學之能，建構完整運動競技概念 3. 提升運動心理素質，建立自信，發揮潛力									
每週時數	1	教材	課堂講義 電腦設備	出版社	自編教材	班級	201	教師	邱佳柔				
教學進度及內容													
週次	日期	預定進度	內容摘要	相關議題 融入教學	預定作業及批閱次數 (平時考)	重要紀事		教學要求					
1	109/2/25 109/2/27	課程介紹	講解課堂規準	生活教育 資訊教育		2/25 正式上課 2/28 放假							
2	109/3/2 109/3/7	運動心理學	運動的成敗歸因及 自我效能	生活教育 安全教育	課堂講義 運動時事報告								
3	109/3/9 109/3/15	運動心理學	運動中焦慮與壓力	生活教育 安全教育	課堂講義 運動時事報告								
4	109/3/16 109/3/22	運動心理學	運動的心理技能訓 練	生活教育 安全教育	課堂講義 運動時事報告								
5	109/3/23 109/3/29	運動傷害防護	認識運動傷害防護	生活教育 安全教育	課堂講義 運動時事報告								
6	109/3/30 109/4/5	運動傷害防護	高熱下的運動傷 害	生命教育 安全教育	課堂講義 運動時事報告	4/2-4/3 清明節連假							
7	109/4/6 109/4/12	第一次段考	段考週			4/7-4/9 第一次段考							
8	109/4/13 109/4/19	運動貼紮	白貼、肌貼貼法	生命教育 安全教育	課堂講義 運動時事報告	4/17 溪高體育日		評量方法					
9	109/4/20 109/4/26	運動力學	運動生物力學概念	安全教育 生命教育	課堂講義 運動時事報告	4/20-4/22 畢業旅行							
10	109/4/27 109/5/3	運動力學	牛頓三大運動 定律	安全教育 生命教育	課堂講義 運動時事報告								
11	109/5/4 109/5/10	運動教育的價值	運動對個體發 展的功效	生活教育 多元文化	課堂講義 運動時事報告								
12	109/5/11 109/5/17	運動社會議題/倫理 道德	運動文化	生活教育 人權教育	課堂講義 運動時事報告	5/12-5/13 高三畢業考							
13	109/5/18 109/5/24	製作專題報告	討論報告內容	資訊教育 生活教育	課堂講義 運動時事報告								
14	109/5/25 109/5/31	第二次段考	第二次段考			5/25-5/27 第二次段考							
15	109/6/1 109/6/7	製作專題報告	分工製作 ppt	資訊教育 生活教育	運動時事報告 專題小組報告			成績計算					
16	109/6/8 109/6/14	專題報告(世運會)	小組報告	資訊教育 生活教育	運動時事報告 專題小組報告								
17	109/6/15 109/6/21	專題報告(全運會、全 民運)	小組報告	資訊教育 生活教育	運動時事報告 專題小組報告	6/15 畢業典禮 6/20 補6/26 課程							
18	109/6/22 109/6/28	專題報告(高中聯賽)	小組報告	資訊教育 生活教育	運動時事報告 專題小組報告	6/25-6/26 端午連假							
19	109/6/29 109/7/5	專題報告(MLB)	小組報告	資訊教育 生活教育	運動時事報告 專題小組報告								
20	109/7/6 109/7/12	運動按摩	肌肉放鬆	安全教育 性別平等教育	運動時事報告 課堂講義	7/8-7/10 期末考		親師配合					
21	109/7/13 109/7/14	學期結束	放假			7/14 學期結束							

※1.本表每科每班各印二份，一份於開學後第 2 週送教務處彙整公佈網頁，一份教師留存自用。請依照所授教材，將章節或大單元、小單元及題目填列，勿只填寫頁數。

2.請依課程標準或課程綱要填寫，並依進度教學。

3.各教學科目視課程內容及目標，盡量擇選課程相關議題(2-3 則)，適時安排融入課程教學，相關議題如下：人權教育、性別平等教育、生命教育、法治教育、環保教育、資訊教育、永續發展、多元文化、消費者保護教育、生活教育(品德教育、教養)、安全教育(危機處理)。

