



臺北市
文山區

志清國民小學

Taipei Municipal Zhiqing Elementary School

112學年度第一學期

學校日報告

一年級體育

任教老師：101王淑珍、102-104劉俞宣



單元內容

●教材：以翰林版健體課本

	課程大綱
單元四	愛上體育課
單元五	我的身體真神奇
單元六	走走跑跑
單元七	大球小球真好玩



教學目標

- 瞭解團隊精神，能與同伴合作，認真參與遊戲活動。
- 體驗團隊合作的樂趣，遵守比賽或遊戲規則。



教學重點

- 認識跑步的場地與標線
- 學會拋、接、傳球的動作
- 學會簡易的徒手伸展操動作
- 學會跳繩的基本動作要領（一跳一迴旋）
- 結合跑步進行活動，完成60公尺跑步比賽



成績計算方式

評量	學習目標	成績佔比
實作	上課參與、學習態度	25%
	各項運動技巧演練操作	25%
實踐	定時評量(運動知識、學習表現)	30%
	穿著合適運動服裝、備齊器具、 團隊合作、遵守安全規範。	20%



班級經營

- 以學生本位，以適性發展、快樂學習為首要
- 培養學生積極的學習態度與自學能力
- 學生在體育中的自我實現



品德教育推動

- 接納不同運動能力的同學，給予他人鼓勵與讚美
- 培養運動家精神，勝不驕、敗不餒



資訊科技運用

- 使用翰林版健體電子書、Youtube學習體育相關規則
- 透過直播設備、影片剪輯，進行動作示範



家長協助配合事項

- 請穿著舒適可運動之服裝上課
- 為**安全起見**請勿讓孩子穿著牛仔褲、涼鞋、娃娃鞋、雨鞋上課。
- 體育課≠曬太陽，適度曬太陽有益身體健康，天氣炎熱請學生自備**水壺**、**毛巾**、**帽子**（太陽眼鏡，除身體特殊狀況外）。



親師有約時間及聯繫方式

任教 班級	任教 老師	日期	時間	地點	分機 號碼
102~104	劉俞宣 老師	週五	11：20 12：00	學務處	#533
101	王淑珍 老師	週二	14：10 14：50	學務處	#532

學校電話：02-2932-3875

劉俞宣老師
王淑珍老師

E-mail: jcps335@jcps.tp.edu.tw
E-mail: t87075@jcps.tp.edu.tw



最高原則-安全第一

- 若**身體不適**、**受傷**，或有**特殊需求**，應立即告知上課老師。
- 體育課大多屬於戶外活動，為學生安全著想，將嚴格要求孩子遵守上課老師之規定，避免發生危險。

