

華盛頓高級中學 115 學年度第一學期課程教學計劃表

任教班級：高中部 三 年級 科目：體育 科 填寫教師：張木雄

一. 教學目標	增加學生對體育運動的認識
二. 評量方式	實作及紙筆測驗
三. 對學生的期望	能帶得走的運動習慣及良好的健康生活

(以上請務必填寫)

月次	週次	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	上課進度及內容 (請註明課程內容及頁數，講義亦同)		作業進度 抽查時需批改完畢		備註
									進度內容		頁數	務必填寫	
九月	1		8/31 開學日	1	2	3	4	5	課程介紹				8 / 31 開學日
	2	6	7	8	9	10	11	12	體適能測驗 女生游泳				
	3	13	14	15	16	17	18	19	女生游泳				
	4	20	21	22	23	24	25 中秋節	26	男生游泳				9/25 中秋節放假
	5	27	28 教師節	29	30	10/1	10/2	10/3	男生游泳				9/28 教師節放假
十月	6	4	5	6	7	8	9 調假	10	體適能測驗				10/9 國慶日調整放假
	7	11	12	13	14	15	16	17	體適能測驗				10/14-15 第一次期中考
	8	18	19	20	21	22	23	24	籃球運球上籃				
	9	25	26 調假	27	28	29	30	31	籃球三對三對抗賽				10/26 光復節調整放假
十一月	10	1	2	3	4	5	6	7	羽毛球發球				
	11	8	9	10	11	12	13	14	羽毛球高遠球				
	12	15	16	17	18	19	20	21	羽毛球單打比賽				
	13	22	23	24	25	26	27	28	桌球發球				
	14	29	30	12/1	12/2	12/3	12/4	12/5	桌球正反手推球				12/1-2 第二次期中考
十二月	15	6	7	8	9	10	11	12	桌球雙打接發球				
	16	13	14 補假	15	16	17	18	19	桌球雙打比賽				12/14 校慶補假
	17	20	21	22	23	24	25 紀念日	26	排球扣球基本動作				12/21-22 高三期末考 12/25 行憲紀念日放假
	18	27	28	29	30	31	1/1 元旦	1/2	排球扣球練習				1/1 元旦放假
一月	19	3	4	5	6	7	8	9	排球比賽				
	20	10	11	12	13	14	15	16	運球上籃測驗				
	寒一	17	18	19	20	21	22	23	紙筆測驗				