

孔教學院大成小學
2017 - 2018 年度 上學期
進度表

科目:體育科

年級: 4

任教老師: 黃洪坤老師

月	週	星期						目標	單元 / 課題	教學活動	延展活動	教學資源	電子教學/ 遊戲	課業	進展性評估	備註	
		日	一	二	三	四	五										六
九月	1					1	2									孔聖誕(17/9) 孔聖誕翌日假期(18/9)	
	2	3	4	5	6	7	8	9	讓同學知道自己的 身高體重	常規及度高磅重	第一節 1. 講解課堂規則 2. 量度身高體重	1. 磅 2. 尺					
	3	10	11	12	13	14	15	16	同學能將動作應用 於周五的早操課	早操訓練	第一節 1. 分組直線排 2. 拆解早操動作教導	1. 雪糕筒					
	4	17	18	19	20	21	22	23	同學能將動作應用 於周五的早操課	早操訓練	第一節 1. 分組直線排 2. 跟音樂跳	1. 雪糕筒					
	5	24	25	26	27	28	29	30	評估早操的學習成 果	早操	第一節 1. 測試	1. 雪糕筒 2. 色碟			早操		
十月	6	1	2	3	4	5	6	7	認識蹲踞式起跑及 短跑的步法練習	田徑: 短跑	第一節 1. 講解及練習蹲踞式 起跑姿勢 2. 抬腿跑 3. 跨步跑	自主學習: 回家上網搜尋起跑 有什需要注意, 並 於下堂匯報。	1. 雪糕筒 2. 色碟				國慶日翌日假期(2/10) 中秋節翌日假期(5/10) 第一次教師發展日 (6/10) 重陽節假期(28/10)
											第二節 1. 後踢腿跑 2. 向前跳 3. 來回跑	1. 雪糕筒 2. 色碟					

十二月	14	26	27	28	29	30		運球	操控用具技能—籃球	第一節 1. 高運球 2. 低運球 3. 拾寶物	1. 雪糕筒 2. 色碟 3. 籃球 4. 豆袋						九北陸運會(6/12) 校慶(13/12)	
	14						1	2		第二節 1. S形運球 2. 左右手運球	1. 雪糕筒 2. 色碟 3. 籃球	電子教學: 著學生回家練習運球, 並把動作用平板電腦拍下, 於下堂分享。					親子樂健行(20/12) 耶誕及新年假期 (21/12-1/1)共 12 天	
	15	3	4	5	6	7	8	9	籃球比賽	操控用具技能—籃球	第一節 1. 運球攻城 2. 隊長球	1. 雪糕筒 2. 色碟 3. 籃球 4. 呼拉圈						
											第二節 1. 小型比賽	1. 雪糕筒 2. 色碟 3. 籃球						
	16	10	11	12	13	14	15	16	考試	考試	第一節 體適能	1. 雪糕筒 2. 計時錶						
											第二節 體適能	1. 雪糕筒 2. 計時錶						
	17	17	18	19	20	21	22	23	考試	考試	體適能及總結	1. 雪糕筒						
	18	24	25	26	27	28	29	30										
	19	31																
	一月	19		X	2	3	4	5	6									
20		7	8	9	10	11	12	13										專題研習周(15/1-2/2)
21		14	15	16	17	18	19	20										
22		21	22	23	24	25	26	27										
23		28	29	30	31													

考試: 助跑擲豆袋

考試: 胸前傳球