

臺北市立成功高級中學 112 學年度第 2 學期學校日教學活動資料

班級：高一	科目：體育	教科書版本：華興
每週時數：2 小時	任課教師：各體育老師	

課程目標：一生一專長、建立正確體育觀念，提昇身體適應能力，培養良好運動道德與習慣，充實個人休閒生活，達成終生運動的目標。

教學目標：運動項目達成學生對運動技能之熟悉運用與認知。

教學計畫與內容：

週次	日 期	大 事	教材預定進度	作業預定作業	備 註
1	2/15-2/17	15 教學準備日、期初校務會議、科召會議、導師會議（含自殺自傷防治處遇知能研習）、跨班選修會議（中午）、各科教學研究會、公告第 2 學期跨班選修結果、第 2 學期開學日（學生無須到校，課務調整於 2 月 17 日補班日授課）、社團轉社結果名單。16 第 2 學期正式上課日、高一多元選修開始上課、發放高二教科書。16-20 第 2 學期高一彈性學習微課程選課。17 補班補課（行政補 2 月 8 日、師生補 2 月 15 日）、高二跨班選修開始上課。友善校園週。	介紹校園活動安全及上課須知	上課安全守則	
2	2/19-2/23	19 球陽高校線上交流（暫訂）。19-20 幹部講習。21 教師認證「課程學習成果」截止（17:00 前）。22 高三第一次分科測驗模擬考。23 高三跨班選修開始上課。友善校園週。	體適能活動	敏捷、平衡、協調反應	
3	2/26-3/1	26 高二反毒宣傳（週會）。27 學測成績公布、寄發學測成績通知單、高一、二導師自主學習共備會議。28 和平紀念日。29 寄發術科考試成績通知單、申請入學選擇校系的原則與策略（導師場）。1 學校日暨親師座談會（晚上）、申請入學選擇校系的原則與策略（中午學生場、晚上家長場）。	體適能活動	肌肉適能、心肺適能	
4	3/4-3/8	4 防災預演。4-8 大學申請入學選填志願個別諮詢。6 高一彈性學習微課程開始。高一班際排球賽。	高一班際排球賽	參與及培養觀賞運動比賽的能力	
5	3/11-3/15	11 防災演練。15 家庭教育委員會、學生輔導工作委員會。	籃球	接傳球運球與個人上籃	

週次	日 期	大 事	教材預定進度	作業預定作業	備 註
6	3/18-3/22	19(繁星推薦)公告第一類至第七類學群錄取名單、第八類學群第一階段選結果。	羽球 游泳	擊球動作與各種步法。 安全水域防溺宣導、水母漂仰飄自救救生能力教學	
7	3/25-3/29	22-24 身心障礙學生升學大專校院甄試。 25-26 第一次期中考 。28 申請入學、四技申請第一階段篩選結果公告。29 申請入學報名填表及送件說明會暨模擬面試說明。	排球	托球、發球	
8	4/1-4/3	4 兒童節及民族掃墓節。5 彈性放假(無須補課)。	田徑	2000m	
9	4/8-4/12	7 高三學生「課程學習成果」上傳截止(17:00 前)。8-12 熱食部滿意度調查、高二實施大學學系探索量表。9 高三教師認證截止(17:00 前)。10 申請入學初階模擬面試。10-11 高三學生勾選作業。13-16 高三學生收訖明細確認。	田徑	接力跑(握棒跑、接棒跑)	
10	4/15-4/19	15 高三學生收訖明細確認(班會)、韓國金泉高中參訪團口試甄選(暫定)、高一二大隊接力賽。15-18 申請入學進階模擬面試。17 高一彈性學習微課程結束。19 全中運擊劍賽開始。	排球	舉球(向前、向後)	
11	4/26	22-25 全中運停課(課務已提前於1/23-1/26 實施)。	籃球	防守(人盯人、二對二)進攻(二人傳球上籃)	
12	4/29-5/3	29-30 高三期末考 。1 高一成年禮。2(申請入學)第二階段審查資料上傳系統開放_勾選學習歷程檔案。3 高三教師學期成績登入截止日。4 校慶、體優生甄選。	體育常識講解	運動傷害與各項目規則	
13	5/7-5/10	6 校慶補假。7 高一導師自主學習共備會議。8 高三第二次分科測驗模擬考。9-10 學校上傳高三第六學期修課紀錄。	羽球	刷球及髮夾球	
14	5/13-5/17	13 高三補考。13-14 高三學生至甄選會系統及聯合會(科大)系統確認第6學期修課紀錄(PDF 檔)。 14-15 高一、二第二次期中考 。16-6/2 各大學第二階段指定項目甄試。17(下午)因應會考查看考場停課。18-19 國中教育會考。	桌球	正反收抽球、殺球	

週次	日 期	大 事	教材預定進度	作業預定作業	備 註
15	5/20-5/24	20 期末科召會議。20-6/14 校內學科能力競賽(物/化/生)。22 教科書書評會議、高一各班班級自主學習成果發表。	體育常識講解	運動傷害與各項目規則	
16	5/27-5/31	27 高一班際桌球賽、高二班際羽球賽。27-28 高一、二作業抽查。27-30 各科期末教學研究會。29 高一各班班級自主學習成果發表。	游泳	自由式、蛙式聯合動作	
17	6/3-6/7	3 申請入學網路登記志願說明會、升高三暑輔會議。3-4 高三重補修報名。4 畢業典禮。5(繁星推薦)公告第8 類學群錄取名單、高一自主學習成果發表。6-7(申請入學)正備取生向甄選委員會登記就讀志願序。	桌球	正反手擊球	
18	6/11-6/14	10 端午節。11 高三重補修會議。12 高二重補修會議、校訂必修(創意思考 ing)成果發表。13 高一重補修會議、甄選會公告申請入學統一分發結果。	籃球	班內比賽(三對三)	
19	6/17-6/21	19 校訂必修(國際理解)成果發表。	排球	班內比賽	
20	6/24-6/28	24 公告高三重補修課表。 26-27 高一、二期末考 。28 休業式、全校大掃除、期末校務會議。29 暑假開始。	期末技能測驗	籃球、排球、體適能、桌球、游泳、田徑、羽球	

作業內容：由教師任選一項運動項目以報告方式提出，列入體育常識成績。

評量方法及配分比例：平時分數 40%，術科技能 60%。

臺北市立成功高級中學 112 學年度第 2 學期學校日教學活動資料

班級：高二	科目：體育	教科書版本：華興
每週時數：2 小時	任課教師：各體育老師	

課程目標：一生一專長、建立正確體育觀念，提昇身體適應能力，培養良好運動道德與習慣，充實個人休閒生活，達成終生運動的目標。

教學目標：運動項目達成學生對運動技能之熟悉運用與認知。

教學計畫與內容：

週次	日 期	大 事	教材預定進度	作業預定作業	備 註
1	2/15-2/17	15 教學準備日、期初校務會議、科召會議、導師會議（含自殺自傷防治處遇知能研習）、跨班選修會議（中午）、各科教學研究會、公告第 2 學期跨班選修結果、第 2 學期開學日（學生無須到校，課務調整於 2 月 17 日補班日授課）、社團轉社結果名單。 16 第 2 學期正式上課日、高一多元選修開始上課、發放高二教科書。16-20 第 2 學期高一彈性學習微課程選課。 17 補班補課（行政補 2 月 8 日、師生補 2 月 15 日）、高二跨班選修開始上課。友善校園週。	介紹校園活動安全及上課須知	上課安全守則	
2	2/19-2/23	19 球陽高校線上交流（暫訂）。19-20 幹部講習。21 教師認證「課程學習成果」截止（17:00 前）。22 高三第一次分科測驗模擬考。23 高三跨班選修開始上課。友善校園週。	體適能活動	心肺能力訓練	
3	2/26-3/1	26 高二反毒宣傳（週會）。27 學測成績公布、寄發學測成績通知單、高一、二導師自主學習共備會議。28 和平紀念日。29 寄發術科考試成績通知單、申請入學選擇校系的原則與策略（導師場）。1 學校日暨親師座談會（晚上）、申請入學選擇校系的原則與策略（中午學生場、晚上家長場）。	籃球	反手鉤射擦板上籃	
4	3/4-3/8	4 防災預演。4-8 大學申請入學選填志願個別諮詢。6 高一彈性學習微課程開始。高一班際排球賽。	排球	單人及雙人攔網動作	
5	3/11-3/15	11 防災演練。15 家庭教育委員會、學生輔導工作委員會。	桌球	正、反手發球推球	
6	3/18-3/22	19（繁星推薦）公告第一類至第七類學群錄取名單、第八類學群第一階段選結果。	田徑	3000m	

週次	日 期	大 事	教材預定進度	作業預定作業	備 註
7	3/25-3/29	22-24 身心障礙學生升學大專校院甄試。 25-26 第一次期中考 。28 申請入學、四技申請第一階段篩選結果公告。29 申請入學報名填表及送件說明會暨模擬面試說明。	體育常識講解	運動傷害膝關節傷害	
8	4/1-4/3	4 兒童節及民族掃墓節。5 彈性放假(無須補課)。	排球	扣球、托球、A 式快攻	
9	4/8-4/12	7 高三學生「課程學習成果」上傳截止(17:00 前)。8-12 熱食部滿意度調查、高二實施大學學系探索量表。9 高三教師認證截止(17:00 前)。10 申請入學初階模擬面試。10-11 高三學生勾選作業。13-16 高三學生收訖明細確認。	田徑	傳接棒、大隊接力練習	
10	4/15-4/19	15 高三學生收訖明細確認(班會)、韓國金泉高中參訪團口試甄選(暫定)、高一二大隊接力賽。15-18 申請入學進階模擬面試。17 高一彈性學習微課程結束。19 全中運擊劍賽開始。	籃球	三對二攻防練習	
11	4/26	22-25 全中運停課(課務已提前於1/23-1/26 實施)。	羽球	扣球	
12	4/29-5/3	29-30 高三期末考 。1 高一成年禮。2(申請入學)第二階段審查資料上傳系統開放_勾選學習歷程檔案。3 高三教師學期成績登入截止日。4 校慶、體優生甄選。	游泳	蛙式及仰式出發	
13	5/7-5/10	6 校慶補假。7 高一導師自主學習共備會議。8 高三第二次分科測驗模擬考。9-10 學校上傳高三第六學期修課紀錄。	桌球	正反手削球	
14	5/13-5/17	13 高三補考。13-14 高三學生至甄選會系統及聯合會(科大)系統確認第 6 學期修課紀錄(PDF 檔)。 14-15 高一、二第二次期中考 。16-6/2 各大學第二階段指定項目甄試。17(下午)因應會考查看考場停課。18-19 國中教育會考。	籃球	班內三對三比賽	
15	5/20-5/24	20 期末科召會議。20-6/14 校內學科能力競賽(物/化/生)。22 教科書書評會議、高一各班班級自主學習成果發表。	高二班際羽球賽	參加比賽與培養觀賞運動比賽的能力	
16	5/27-5/31	27 高一班際桌球賽、高二班際羽球賽。27-28 高一、二作業抽查。27-30 各科期末教學研究會。29 高一各班班級自主學習成果發表。	體適能活動	敏捷、平衡、協調反應	

週次	日 期	大 事	教材預定進度	作業預定作業	備 註
17	6/3-6/7	3 申請入學網路登記志願說明會、升高三暑輔會議。3-4 高三重補修報名。4 畢業典禮。5(繁星推薦)公告第8 類學群錄取名單、高一自主學習成果發表。6-7(申請入學)正備取生向甄選委員會登記就讀志願序。	體適能活動測驗	心肺適能、肌肉適能	
18	6/11-6/14	10 端午節。11 高三重補修會議。12 高二重補修會議、校訂必修(創意思考 ing)成果發表。13 高一重補修會議、甄選會公告申請入學統一分發結果。	游泳	班內比賽	
19	6/17-6/21	19 校訂必修(國際理解)成果發表。	排球	班內比賽	
20	6/24-6/28	24 公告高三重補修課表。26-27 高一、二期末考。28 休業式、全校大掃除、期末校務會議。29 暑假開始。	期末技能測驗	籃球、排球、體適能、桌球、游泳、田徑、羽球	

作業內容：由教師任選一項運動項目以報告方式提出，列入體育常識成績。

評量方法及配分比例：平時分數 40%，術科技能 60%。

臺北市立成功高級中學 112 學年度第 2 學期學校日教學活動資料

班級：高三	科目：體育	教科書版本：華興
每週時數：2 小時	任課教師：各體育老師	

課程目標：一生一專長、建立正確體育觀念，提昇身體適應能力，培養良好運動道德與習慣，充實個人休閒生活，達成終生運動的目標。

教學目標：運動項目達成學生對運動技能之熟悉運用與認知。

教學計畫與內容：

週次	日 期	大 事	教材預定進度	作業預定作業	備 註
1	2/15-2/17	15 教學準備日、期初校務會議、科召會議、導師會議（含自殺自傷防治處遇知能研習）、跨班選修會議（中午）、各科教學研究會、公告第 2 學期跨班選修結果、第 2 學期開學日（學生無須到校，課務調整於 2 月 17 日補班日授課）、社團轉社結果名單。16 第 2 學期正式上課日、高一多元選修開始上課、發放高二教科書。16-20 第 2 學期高一彈性學習微課程選課。17 補班補課（行政補 2 月 8 日、師生補 2 月 15 日）、高二跨班選修開始上課。友善校園週。	介紹校園活動安全及上課須知	上課安全守則	
2	2/19-2/23	19 球陽高校線上交流（暫訂）。19-20 幹部講習。21 教師認證「課程學習成果」截止（17:00 前）。22 高三第一次分科測驗模擬考。23 高三跨班選修開始上課。友善校園週。	體適能活動	敏捷、平衡、協調反應	
3	2/26-3/1	26 高二反毒宣傳（週會）。27 學測成績公布、寄發學測成績通知單、高一、二導師自主學習共備會議。28 和平紀念日。29 寄發術科考試成績通知單、申請入學選擇校系的原則與策略（導師場）。1 學校日暨親師座談會（晚上）、申請入學選擇校系的原則與策略（中午學生場、晚上家長場）。	桌球	正、反手推球、殺球	
4	3/4-3/8	4 防災預演。4-8 大學申請入學選填志願個別諮詢。6 高一彈性學習微課程開始。高一班際排球賽。	籃球	三人傳球上籃、攻防練習	
5	3/11-3/15	11 防災演練。15 家庭教育委員會、學生輔導工作委員會。	排球	扣球、舉修正球、發漂浮球	
6	3/18-3/22	19（繁星推薦）公告第一類至第七類學群錄取名單、第八類學群第一階段選結果。	游泳	蝶泳臂部、腳部動作	

週次	日 期	大 事	教材預定進度	作業預定作業	備 註
7	3/25-3/29	22-24 身心障礙學生升學大專校院甄試。 25-26 第一次期中考 。28 申請入學、四技申請第一階段篩選結果公告。29 申請入學報名填表及送件說明會暨模擬面試說明。	體育常識講解	運動傷害與運動處方	
8	4/1-4/3	4 兒童節及民族掃墓節。5 彈性放假(無須補課)。	羽球	反手發短球、長球	
9	4/8-4/12	7 高三學生「課程學習成果」上傳截止(17:00 前)。8-12 熱食部滿意度調查、高二實施大學學系探索量表。9 高三教師認證截止(17:00 前)。10 申請入學初階模擬面試。10-11 高三學生勾選作業。13-16 高三學生收訖明細確認。	體適能活動 跳繩	肌肉適能、心肺適能 二迴旋	
10	4/15-4/19	15 高三學生收訖明細確認(班會)、韓國金泉高中參訪團口試甄選(暫定)、高一二大隊接力賽。15-18 申請入學進階模擬面試。17 高一彈性學習微課程結束。19 全中運擊劍賽開始。	籃球	四對四攻防練習	
11	4/26	22-25 全中運停課(課務已提前於1/23-1/26 實施)。	排球	魚躍救球、移動防守	
12	4/29-5/3	29-30 高三期末考 。1 高一成年禮。2(申請入學)第二階段審查資料上傳系統開放_勾選學習歷程檔案。3 高三教師學期成績登入截止日。4 校慶、體優生甄選。	游泳	換氣、蝶泳聯合動作	
13	5/7-5/10	6 校慶補假。7 高一導師自主學習共備會議。8 高三第二次分科測驗模擬考。9-10 學校上傳高三第六學期修課紀錄。	羽球	接發球動作	
14	5/13-5/17	13 高三補考。13-14 高三學生至甄選會系統及聯合會(科大)系統確認第 6 學期修課紀錄(PDF 檔)。 14-15 高一、二第二次期中考 。16-6/2 各大學第二階段指定項目甄試。17(下午)因應會考查看考場停課。18-19 國中教育會考。	籃球	五對五攻防練習	
15	5/20-5/24	20 期末科召會議。20-6/14 校內學科能力競賽(物/化/生)。22 教科書書評會議、高一各班班級自主學習成果發表。	期末技能測驗	籃球、排球、體適能、桌球、游泳、田徑、羽球	
16	5/27-5/31	27 高一班際桌球賽、高二班際羽球賽。27-28 高一、二作業抽查。27-30 各科期末教學研究會。29 高一各班班級自主學習成果發表。	期末技能測驗 (繳交體育成績)	籃球、排球、體適能、桌球、游泳、田徑、羽球	

週次	日 期	大 事	教材預定進度	作業預定作業	備 註
17	6/3-6/7	3 申請入學網路登記志願說明會、升高三暑輔會議。3-4 高三重補修報名。4 畢業典禮。5(繁星推薦)公告第8 類學群錄取名單、高一自主學習成果發表。6-7(申請入學)正備取生向甄選委員會登記就讀志願序。			
18	6/11-6/14	10 端午節。11 高三重補修會議。12 高二重補修會議、校訂必修(創意思考 ing)成果發表。13 高一重補修會議、甄選會公告申請入學統一分發結果。			
19	6/17-6/21	19 校訂必修(國際理解)成果發表。			
20	6/24-6/28	24 公告高三重補修課表。26-27 高一、二期末考。28 休業式、全校大掃除、期末校務會議。29 暑假開始。			

作業內容：由教師任選一項運動項目以報告方式提出，列入體育常識成績。

評量方法及配分比例：平時分數 40%，術科技能 60%。