

臺北市立大同高級中學 103 學年度第 1 學期教學研究會議紀錄

國中部【健康與體育領域】【第 2 次】

會議時間	103 年 9 月 18 日星期四 11 時 10 分至 12 時 10 分	會議地點	體育教師辦公室
會議主席	張浩桂師	會議記錄	張乃云
出席人員	如簽到表		
會議內容			
<p>一、訂定領域共同備課行事曆。</p> <p>二、決議 10/29 上午 10:10~11:00 由卓子嚴師進行生涯發展融入榕城健康操課程教學演示。</p> <p>三、訂定國中部體育科成績評量配分：</p> <p>(一)平時成績</p> <ol style="list-style-type: none">1. 認知 50%2. 情意 50% (包含參與度、努力程度) <p>(二)定期評量 (技能)</p> <ol style="list-style-type: none">1. 游泳 40%2. 水中自救能力 20%3. 球類 20%4. 田徑、體適能 20%			

四、決議本學期各議題融入課程負責人

- 1.防溺教育－游泳－賴奕傑組長
- 2.健康促進－視力保健－林淑如師
- 3.交通安全－自行車－鄒國良師
- 4.生涯發展－榕城健康操－卓子嚴師

臺北市立大同高級中學 103 學年度第 1 學期教學研究會議紀錄

國中部【健康與體育領域】【第 3 次】

會議時間	103 年 10 月 2 日星期四 10 時 10 分至 10 時 30 分	會議地點	體育教師辦公室
會議主席	張浩桂師	會議記錄	徐瑄
出席人員	如簽到表		
會議內容			
一、修訂議題融入檢核表。 二、12/4(四)教育部體育數 103 年度各級學校體育教師增能研習，有興趣者請自行上網報名參加。			

臺北市立大同高級中學 103 學年度第 1 學期教學研究會議紀錄

國中部【健康與體育領域】【第 4 次】

會議時間	103 年 10 月 9 日星期四 10 時 10 分至 11 時 10 分	會議地點	本校跳遠場
會議主席	張乃云組長	會議記錄	徐瑄
出席人員	如簽到表		
會議內容			
一、由邱為榮教練親自示範跳遠教學，起跳動作以彈簧跳板進行練習效果佳，普通班學生腿部肌力不足助跑距離大約 20 公尺即可不宜太長。			
二、跳遠教學講義供參。			

臺北市立大同高級中學 103 學年度第 1 學期教學研究會議紀錄

國中部【健康與體育領域】【第 5 次】

會議時間	103 年 10 月 16 日星期四 10 時 10 分至 11 時 30 分	會議地點	體育教師辦公室
會議主席	張乃云組長	會議記錄	黃恩妙
出席人員	如簽到表		
會議內容			
<p>一、主席致詞：請各位老師確認賽程表以及各項競賽工作分配內容，如有賽程及工作分配問題請提出指教。</p> <p>二、運動會裁判工作分配確認</p> <p>(一) 跳遠：跳遠賽程因報名人數眾多，請裁判老師掌握選手每人每次於 30 秒內完成試跳及成績丈量。</p> <p>(二) 拔河</p> <p>1. 國中拔河賽程，因 707 人數不足，決議將賽程改為 701 與 703 先進行一場示範賽，讓其他班級選手熟悉比賽規則、口令及流程。</p> <p>2. 高中拔河賽程，因 116 人數不足及遇比賽期，決議：於賽前宣布 116 無法參賽。</p> <p>3. 拔河器材以及服務工作由田徑隊擲部同學支援。</p> <p>4. 高中拔河比賽場地分為甲、乙場，交錯進行比賽。</p>			

(三) 100 公尺

1. 起跑架放置於 100 公尺起點，由徑賽學生管理起跑架，比賽時，請要使用起跑架之學生自行取用，選手一律採用蹲踞式起跑。
2. 終點計時員尚缺 2 人，決議由 1 位裁判按 6、7、8 名。
3. 遮煙板、紅白旗、起跑架，請朱明芳教練派徑賽同學支援。

三、討論事項

(一)澄清：大隊接力與 4x100M接力的接力區不同處

1. 大隊接力，每一接力區的起跑準備位置，為接力區入口線後。前三棒必須是分道比賽，第四棒選手通過 320 公尺搶道線後即可不再分道。第五棒以後之接棒選手，應在該接力區裁判指揮下，依前一棒，接棒後之先後順序，由內到外排列各自的接棒順序。接棒選手不可改變在接力區起點處原來排列的順序。
2. 大隊接力因第五棒後未分道，所以進行接棒時因安全考量必須站在同一線上進行接力預備。
3. 4x100 公尺接力，是分道進行比賽，所以選手可在自己的跑道上做記號及丈量步點。

(二)建議：在往後的大隊接力比賽前，可先統一一起做操，由體育老師在司令台上帶伸展操。

四、游泳比賽賽後檢討

- (一) 因事前未宣導防溺水演練時間，導致於個人賽選手於等待時間保暖不足，所以之後比賽應先與各體育老師及年級班導師知會賽會流程及注意事項，再請老師提醒要比賽的同學注意備妥自身保暖衣物並掌握熱身及休息時間。
- (二) 救溺演練時，第一段救溺長背板很成功。第二段救溺演練，建議之後須請教練一邊講解示範，各班級同學一邊操作。第三段特別讚譽 906 同學，以外套、長褲綁成長條狀救援物進行施救。
- (三) 在起點及終點，要準備大聲公。
- (四) 比賽時，選手在下水前進行道次介紹，道次介紹須包含班級、姓名。個人比賽完時，利用救溺宣導時間製作獎狀，宣導一個段落完就馬上頒獎，團體比賽頒獎則校慶時頒獎。

臺北市立大同高級中學 103 學年度第 1 學期教學研究會議紀錄

國中部【健康與體育領域】【第 6 次】

會議時間	103 年 10 月 30 日星期四 10 時 10 分至 11 時 00 分	會議地點	體育教師辦公室
會議主席	蕭博仁師	會議記錄	廖珮琪
出席人員	如簽到表		
會議內容			
<p>一、卓子嚴師榕城健康操教學研討</p> <p>(一)卓子嚴師已於 10/29(三)進行生涯發展融入榕城健康操課程教學，卓師分享教學心得，同仁給予回饋。</p> <p>(二)以培養學生終身運動的習慣，藉由健康操的訓練提升學生體力，同時保有學生活力十足的朝氣。</p> <p>(三)卓師執行層面上面臨困境</p> <ol style="list-style-type: none">1. 整體動作難度較高，過於可愛以致多數男學生放不開。2. 表演隊型安排不易。 <p>(四)同仁回饋</p> <ol style="list-style-type: none">1. 張乃云組長：動作稍有難度為必要的，以刺激學生學習不會太無聊。2. 游淑霞師：卓老師上課認真，每位老師大致上都會有同樣的情狀發生，無需太挫折。			

3. 吳榮達主任：學生於比賽及練習表現會有所不同。有可能因導師要提升班級凝聚力，善用非體育課時間加強練習而產生不一樣的結果。

二、宣達事項

- (一) 11月7日將進行交通安全議題融入自行車課程教學。
- (二) 10月31日星期五，第五節健康操於活動中心三樓舉行。
- (三) 經調查國中體育班學生尚有28%需加強游泳能力，故安排11/7、21(五)下午第5、6、7節進行游泳課程及測驗。請各隊教練配合，也邀請各體育老師到場給予指教。
- (四) 11月29日星期六舉行中山區撞球比賽，請任教高一、二老師詢問學生對撞球比賽熱忱度較高者，可至體育組找體育組長報名參加。

三、臨時動議

- (一) 高中部高年級因教室離體育場較遠，所以運動時間不足，請大家集思廣益，尋找學校適當空間建立運動學習角落（樂活教室）。
1. 建議於教室區設置樂活教室，放置桌球檯、籃框或投籃機、手足球檯等設施，供學生利用下課時間動起來，進而達到教育部推廣SH150之目標。
 2. 吳榮達主任：可將舊的地下室熱食部空間再加以利用。會於主管會報時提出。空間確定有了，再請體育組長及各老師討論選購合適的器材。

臺北市立大同高級中學 103 學年度第 1 學期教學研究會議紀錄

國中部【健康與體育領域】【第 7 次】

會議時間	103 年 11 月 6 日星期四 10 時 10 分至 10 時 40 分	會議地點	體育教師辦公室
會議主席	張浩桂師	會議記錄	徐瑄
出席人員	如簽到表		
會議內容			
一、12/18(四)健康與體育種子教師研習假石牌國中辦理，健康教育及體育科需各派 1 位代表，決議由林淑如師及張乃云組長報名參加。			
二、調整共同備課行事曆並上傳。			