

臺北市立木柵國民中學 112 學年度第 1 學期 8 年級 體育 課教學進度表

週次	月份	星 期							預定教學進度			
		日	一	二	三	四	五	六	內 容	上課方式	評量	備註
1	九月	27	28	29	30	31	九 月 1	2	體適能檢測	實務操作	觀察記錄	*8/30 註冊、開學，下午正式上課
2		3	4	5	6	7	8	9	體適能檢測	實務操作	觀察測驗	*9/5-6 九年級複習考 1
3		10	11	12	13	14	15	16	躍跳如兔-跳遠	實務操作	觀察記錄	*9/11 八九年級輔導課、勵學班、攜手課程、九年級夜自習開始 *9/15 學校日
4		17	18	19	20	21	22	23	躍跳如兔-跳高	實務操作	觀察記錄	*9/23 補班補課 (補 10/9 星期一課程)
5		24	25	26	27	28	29	30	排列組合-排球	實務操作	觀察測驗	*9/29 中秋節放假
6	十月	十 月 1	2	3	4	5	6	7	游泳-蛙式	實務操作	觀察記錄	
7		8	9	10	12	12	13	14	游泳-蛙式	實務操作	觀察測驗	*10/9-10 國慶日放假 *10/12-13 第一次段考
8		15	16	17	18	19	20	21	排列組合-排球	實務操作	觀察測驗	*10/16 七年級輔導課開始
9		22	23	24	25	26	27	28	排列組合-排球	實務操作	觀察測驗	
10	十一月	29	30	31	十一 月 1	2	3	4	合作無間-籃球	實務操作	觀察紀錄	*10/29-10/31 九年級畢業旅行 *11/1 九年級補假
11		5	6	7	8	9	10	11	合作無間-籃球	實務操作	觀察測驗	*11/11 99 校慶
12		12	13	14	15	16	17	18	合作無間-籃球	實務操作	觀察測驗	*11/13 校慶補假
13		19	20	21	22	23	24	25	彈跳之間-桌球	實務操作	觀察紀錄	
14		26	27	28	29	30	十二 月 1	2	彈跳之間-桌球	實務操作	觀察測驗	*11/28-11/29 第二次段考
15	十二月	3	4	5	6	7	8	9	羽眾不同-羽球	實務操作	觀察測驗	
16		10	11	12	13	14	15	16	羽眾不同-羽球	實務操作	觀察紀錄	*12/11、12/12 童軍隔宿露營
17		17	18	19	20	21	22	23	羽眾不同-羽球	實務操作	觀察測驗	*12/21-22 九年級複習考 2
18		24	25	26	27	28	29	30	頂上功夫-足球	實務操作	觀察測驗	
19	一月	31	112 年 一月 1 日	2	3	4	5	6	頂上功夫-足球	實務操作	觀察測驗	*1/1 開國紀念日
20		7	8	9	10	11	12	13	攻佔堡壘-棒壘球	實務操作	觀察紀錄	*1/12 全校攜手班、第八節輔導課、夜自習結束

21		14	15	16	17	18	19	20	攻佔堡壘-棒壘球	實務操作	觀察測驗	*1/17-18 第三次段考 *1/19 學期結束
補 課		21	22	23	24	25	26	27	術科補測	實務操作	測驗	*1/23-26 補課