

臺北市立木柵國民中學 105 學年度第 2 學期七年級體育科教學進度表

| 週次        | 月份 | 星期       |         |    |         |         |    | 預定教學進度  |                 |          | 備註                             |  |
|-----------|----|----------|---------|----|---------|---------|----|---------|-----------------|----------|--------------------------------|--|
|           |    | 日        | 一       | 二  | 三       | 四       | 五  | 六       | 內容              | 上課方式     |                                | 評量   |
| <b>1</b>  | 二月 | 二月<br>12 | 13      | 14 | 15      | 16      | 17 | 18      | 幸福根基-<br>體適能及檢測 | 實務操作     | 觀察                             | *2/13 註冊、開學<br>*2/18 補行上課(補 2/27 週一課程)                 |
| <b>2</b>  |    | 19       | 20      | 21 | 22      | 23      | 24 | 25      | 幸福根基-<br>體適能及檢測 | 實務操作     | 觀察                             | *2/21-22 九年級第三次複習考                                     |
| <b>3</b>  |    | 26       | 27      | 28 | 三月<br>1 | 2       | 3  | 4       | 幸福根基-<br>體適能及檢測 | 實務操作     | 觀察                             | *2/27 和平紀念日調整放假<br>*2/28 和平紀念日放假<br>*3/3 學校日           |
| <b>4</b>  | 三月 | 5        | 6       | 7  | 8       | 9       | 10 | 11      | 成功在我-羽球         | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄                       | *3/6 全校第八節輔導課/攜手班/九年級夜自習開始                             |
| <b>5</b>  |    | 12       | 13      | 14 | 15      | 16      | 17 | 18      | 龍爭虎鬥-籃球         | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄                       |  |
| <b>6</b>  |    | 19       | 20      | 21 | 22      | 23      | 24 | 25      | 龍爭虎鬥-籃球         | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄                       |  |
| <b>7</b>  |    | 26       | 27      | 28 | 29      | 30      | 31 | 四月<br>1 | 水中蛟龍 / 游泳       | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄                       | *3/30-31 第一次段考   |
| <b>8</b>  | 四月 | 2        | 3       | 4  | 5       | 6       | 7  | 8       | 水中蛟龍 / 游泳       | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄                       | *4/3 兒童節調整放假<br>*4/4 兒童節及清明節放假                         |
| <b>9</b>  |    | 9        | 10      | 11 | 12      | 13      | 14 | 15      | 水中蛟龍 / 游泳       | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄                       |  |
| <b>10</b> |    | 16       | 17      | 18 | 19      | 20      | 21 | 22      | 魅力四射-<br>足壘球    | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄                       | *4/17 九年級藝能科考試   |
| <b>11</b> |    | 23       | 24      | 25 | 26      | 27      | 28 | 29      | 魅力四射-足壘球        | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄                       | *4/27-28 九年級第四次複習考                                     |
| <b>12</b> | 五月 | 30       | 五月<br>1 | 2  | 3       | 4       | 5  | 6       | 魅力四射-足壘球        | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄<br>比賽                 | *5/2-3 九年級第二次段考  |
| <b>13</b> |    | 7        | 8       | 9  | 10      | 11      | 12 | 13      | 魅力四射-足壘球        | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄<br>比賽                 | *5/9-10 七八年級第二次段考                                      |
| <b>14</b> |    | 14       | 15      | 16 | 17      | 18      | 19 | 20      | 排球-高手托球         | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄                       | *5/18 九年級第 8 節、夜自習結束<br>*5/20-21 教育會考(九年級)             |
| <b>15</b> |    | 21       | 22      | 23 | 24      | 25      | 26 | 27      | 排球-高手托球         | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄                       |  |
| <b>16</b> | 六月 | 28       | 29      | 30 | 31      | 六月<br>1 | 2  | 3       | 排球-高手托球         | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄                       | *5/29 端午節調整放假<br>*5/30 端午節放假<br>*6/3 補行上課(補 5/29 週一課程) |
| <b>17</b> |    | 4        | 5       | 6  | 7       | 8       | 9  | 10      | 龍爭虎鬥-籃球         | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄                       |  |
| <b>18</b> | 11 | 12       | 13      | 14 | 15      | 16      | 17 | 龍爭虎鬥-籃球 | 分組<br>討論        | 觀察<br>紀錄 | *6/12 七、八年級藝能科考試<br>*6/13 畢業典禮 |  |

|           |  |    |    |    |    |    |    |         |       |          |          |  |
|-----------|--|----|----|----|----|----|----|---------|-------|----------|----------|--|
| <b>19</b> |  | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24      | 田徑-慢跑 | 分組<br>討論 | 觀察<br>紀錄 | *6/23 七八年級第8節輔導<br>課、攜手班結束                       |
| <b>20</b> |  | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 七月<br>1 | 測驗-補考 | 實務操作     | 觀察<br>紀錄 | *6/28-29 七八年級第三次<br>段考<br>*6/30 休業式<br>*7/1 暑假開始 |