臺北市立誠正國民中學111學年度第1學期 七 年級 體育 科教學進度表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 週  次 | 星 期 | | | | | | | 預 定 教 學 進 度 | | | | 備 註 |
| 日 | ㄧ | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 章節 | 內 容 | 起訖頁 | 作業 |
| ㄧ | 8/28 | 29 | 30 | 31 | 9/1 | 2 | 3 |  | 規則講解、上課相關規定講解 |  |  | ● 8/26領域召集人會議  ● 8/26各科領域會議  ● 8/30註冊、開學、正式上課  ● 9/1美術、寫字、作文、英語歌唱、英語說故事比賽報名開始 |
| 二 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 羽球(一) | 羽球運動簡史、基本動作-執球、握拍、發球、擊球等練習 |  |  | ● 9/6-9/7 九年級複習考Ⅰ  ● 9/6-9/7 八年級診斷評量測驗  ● 9/8美術、寫字、作文比賽報名結束  ● 9/9中秋節調整放假  ● 9/10中秋節 |
| 三 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 羽球(二) | 正手拍暨反手拍擊球練習、羽球運動禮儀 |  |  | ● 9/12課後學習活動開始  ● 9/12 9年級晚自習開始  ● 9/16家政比賽報名結束  ● 9/16家長日 |
| 四 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 羽球(三) | 羽球簡易規則、羽球單打比賽 |  |  | ● 9/23課程發展委員會  ● 9/23鉛筆畫比賽 |
| 五 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 10/1 | 羽球(四) | 羽球-發球檢測 |  |  | ● 9/30領域召集人會議  ● 9/30家政比賽 |
| 六 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 捷泳(一) | 水中適應性、捷泳-打水動作 |  |  | ● 10/3-10/7各科領域會議  ● 10/7英語歌唱比賽報名結束 |
| 七 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 捷泳(二) | 水中自救、捷泳-打水動作 |  |  | ● 10/10國慶日  ● 10/13~10/14第一次定期考查 |
| 八 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 捷泳(三) | 水中自救、捷泳-划臂動作 |  |  | ● 10/21漫畫比賽 |
| 九 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 捷泳(四) | 捷泳-手腳聯合動作 |  |  | ● 10/26-10/28九年級畢業旅行 |
| 十 | 30 | 31 | 11/1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 排球(一) | 排球運動簡史、基本動作-高手傳球、低手傳球練習 |  |  | ● 11/1英語說故事比賽報名結束  ● 11/4領域召集人會議  ● 11/4海報設計比賽 |
| 十  ㄧ | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 排球(二) | 排球簡易規則、基本動作-高手傳球、低手傳球練習 |  |  | ● 11/7-11/11各科領域會議  ● 11/11水彩畫比賽 |
| 十二 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 排球(三) | 分組高低手傳球比賽 |  |  | ● 11/14英語歌唱比賽  ● 11/18寫字比賽 |
| 十三 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 排球(四) | 高低手傳球檢測 |  |  | ● 11/21英語說故事比賽 |
| 十四 | 27 | 28 | 29 | 30 | 12/1 | 2 | 3 | 籃球(一) | 籃球運動起源、控球的基本原理 |  |  | ● 11/30-12/1第二次定期考查 |
| 十五 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 籃球(二) | 控球的方法、各種運球技能-單手原地運球、變換方向運球、左右手交換運球 |  |  | ● 12/9 作文比賽  ● 12/10 47週年校慶(暫定) |
| 十六 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 籃球(三) | 複習各種運球技能、男女混合分組運球比賽 |  |  | ● 12/14 作業檢查  ● 12/16 領域召集人會議 |
| 十七 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 籃球(四) | 運球能力檢測 |  |  | ● 12/19-12/23各科領域會議  ● 12/22-12/23九年級複習考Ⅱ |
| 十八 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 足球(一) | 足球運動歷史演進.、控球-挑球.大腿控球.腳內外側 |  |  | ● 12/30校慶補假(暫定)  ● 12/30課程發展委員會(暫定) |
| 十九 | 1/1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 足球(二) | 足球簡易規則介紹、 控球前額頂球 |  |  | ● 1/2 元旦補假  ● 1/6 健體筆試  ● 1/7 校慶補假(暫定)  ● 1/7 補行1/20上班上課 |
| 二十 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 桌球(一) | 持拍方式、正手發球 |  |  | ● 1/12 七、八年級課後學習活動 結束  ● 1/13 九年級課後學習活動結束  ● 1/13 九年級晚自習結束 |
| 二十一 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 桌球(二) | 正手拍擊球 |  |  | ● 1/17-1/18第三次定期考查  ● 1/19休業式  ● 1/20寒假開始 |