



教學進度表

111 學年度	第 1 學期	健康與體育 領域	體育 科
教材版本	適用級別	進度擬定教師	進度擬定日期
南一版	七年級 年級	教師 徐向閱	111 年 9 月 7 日

週次	日期	重要行事	本週教材進度	段考 範圍	命題 教師
一	8/30-9/2	●8/30 註冊、開學	課程說明、安全注意事項 健康檢查		
二	9/5-9/8	●9/6-9/7 九年級複習考(一) ●9/9-9/11 中秋連假	陣地攻守基本概念 傳球意識與視野		
三	9/12-9/16	●9/17 學校日	陣地攻守基本概念 傳球移位、達陣遊戲		
四	9/19-9/23		田徑：大隊接力 跑姿與短距離跑		
五	9/26-9/30		田徑：大隊接力 傳棒動作練習		
六	10/3-10/7	●10/8-10/10 國慶日連假	田徑：大隊接力 接棒與組合練習		
七	10/11-10/14	●10/13-10/14 定期評量(一)	拔河： 基本動作與站位		
八	10/17-10/21	●10/17 英語文競賽	拔河： 動作練習與比賽規則說明		
九	10/24-10/28		拔河： 模擬比賽與比賽欣賞學習單		
十	10/31-11/4		游泳：捷泳 水域安全說明、打水練習		
十一	11/7-11/11	●11/12 112 學年度新生入學說明會	游泳：捷泳 打水練習、划手練習		
十二	11/14-11/18	●11/19 校慶	游泳：捷泳 手腳組合練習		
十三	11/22-11/25	●11/21 校慶補假	跳繩：大跳繩與個人繩練習 籃球：籃下投籃練習		
十四	11/28-12/2	●11/26 112 學年度新生入學說明會暨體驗會 ●11/30-12/1 定期評量(二)	跳繩：大跳繩與個人繩練習 籃球：籃下投籃練習		
十五	12/5-12/9		籃球：籃下投籃測驗		
十六	12/12-12/16	●12/12-12/16 全校作業抽查	桌球：正手發球		

週次	日期	重要行事	本週教材進度	段考範圍	命題教師
十七	12/19-12/23	●12/21-12/22 九年級複習考(二)	桌球：反手推擋與組合練習 羽球：高遠球介紹		
十八	12/26-12/30	●12/31-1/2 元旦連假	羽球：高遠球與正手發球		
十九	1/3-1/6		羽球：高遠球與正手發球組合練習		
二十	1/9-1/13		羽球：羽球發球測驗		
二一	1/16-1/19	●1/17-1/18 定期評量(三) ●1/19 休業式	期末補測		