

臺北市濱江實驗國民中學 112 學年度第 2 學期  
教學進度表



112 學年度	第 2 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
翰林版	七年級	教師 徐向閱	113 年 2 月 21 日

週次	日期	重要行事	本週教材進度	段考範圍	命題教師
一	2/16~2/17	●2/16 正式開學日 ●2/17 補行上班上課日(補 2/15 周四)	課程說明及體適能介紹	體適能 IB 評量 D 報告	
二	2/19~2/23	●2/21~2/22 九年級第三次模擬考-南一(1-5 冊)	健康檢查及體適能(柔軟度)		
三	2/26~3/1	●2/28 和平紀念日連假 ●3/1 學校日	體適能-檢測(爆發力、肌肉適能)		
四	3/4~3/8		體適能-檢測(心肺適能) 板車-身體控制與肌力		
五	3/11~3/15		板車-操作與遊戲		
六	3/18~3/22		板車-球類競賽		
七	3/25~3/29	●3/28~3/29 第一次段考	羽球-球感與發球		
八	4/1~4/3	●4/4~4/5 清明節連假	羽球-正拍發高遠球		
九	4/8~4/12		羽球-遊戲比賽與測驗		
十	4/15~4/19	●4/16~4/17 九年級模擬考-康軒(第 1-6 冊)	足球-球感與控制		
十一	4/26	●4/22~4/25 全市中等學校停課	足球-足背挑球		
十二	4/29~5/3		足球-測驗與遊戲		
十三	5/6~5/10		游泳-水上救生		
十四	5/13~5/17	●5/14~5/15 七八年級第二次段考 ●5/18~5/19 九年級教育會考	游泳-捷泳動作複習		
十五	5/20~5/24		游泳-游泳檢測	足球 IB 評量 C 測驗	
十六	5/27~5/31		飛盤-反手擲盤與接盤		

週次	日期	重要行事	本週教材進度	段考範圍	命題教師
十七	6/3-6/7	●6/7 下午七八年級濱江探索博覽會	飛盤-翻盤高爾夫		
十八	6/11-6/14	●6/10 端午節放假 ●6/13 九年級畢業典禮	棒壘球-傳球與跑壘觀念		
十九	6/17-6/21		棒壘球-打擊與小組競賽		
二十	6/24-6/28	●6/26-6/27 第三次段考 ●6/28 結業式	棒壘球-小組競賽		