

臺北市立中正國中 110 年度第 2 學期 九年級 體育科 教學進度表

| 週次 | 月份 | 星期/日期 | | | | | 預 定 進 度 | | | 備 註 |
|----|----------|-------|----|----|----|----|-------------------|-----|----|---------------------------------|
| | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 章 節 | 起迄頁 | 活動 | |
| 1 | 二月 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 五對五說明 | | | 2/11 開學 |
| 2 | | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 籃球分組比賽 | | | 2/17-18 九年級第 3 次複習考 |
| 3 | | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 籃球分組比賽 | | | |
| 4 | 二月 三月 | 28 | 1 | 2 | 3 | 4 | 桌球正反手連續對打練習 | | | |
| 5 | | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 正反手抽球練習 桌球分組比賽 | | | |
| 6 | | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 桌球分組比賽 | | | |
| 7 | | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 羽球扣球練習 | | | |
| 8 | 三月 四月 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 羽球分組比賽 | | | 3/30-31 第 1 次段考 |
| 9 | | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 羽球分組比賽 | | | 4/4-5 兒童清明連假 |
| 10 | | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 籃球分組比賽 | | | |
| 11 | | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 籃球分組比賽 | | | 4/19-20 九年級第 4 次複習考 |
| 12 | | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 籃球分組比賽 | | | |
| 13 | 五月 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 練習攔網。練習發球。 | | | |
| 14 | | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 練習舉球、扣球。 分組比賽 | | | |
| 15 | | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 分組比賽 | | | 5/19-20 第 2 次段考 5/21-22 教育會考 |
| 16 | | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 中長距離練習 | | | |
| 17 | 五月 六月 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 跑走練習 | | | 6/3 端午節 |
| 18 | | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | | | |
| 19 | | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | | | | 6/17 藝能健體考 |
| 20 | | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | | | | 6/24 藝能健體考 |
| 21 | 六月 七月 | 27 | 28 | 29 | 30 | 1 | | | | 6/28-29 第 3 次段考 6/30 休業式 |