

臺北市立中正國中 111 學年度第 1 學期 九 年級 健康教育 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  | 八月<br>九月   |       | 30 | 31 | 1  | 2  | 開學週,課程介紹 |     |    | 8/30 註冊.開學.正式上課              |
| 2  |            | 5     | 6  | 7  | 8  | 9  | 九年級複習考   |     |    | 9/6-7 九年級第1次複習考<br>9/9 中秋補假  |
| 3  |            | 12    | 13 | 14 | 15 | 16 | 健康檢查     |     |    |                              |
| 4  |            | 19    | 20 | 21 | 22 | 23 | 體型價值觀    |     |    |                              |
| 5  |            | 26    | 27 | 28 | 29 | 30 | 厭食症與暴食症  |     |    |                              |
| 6  | 十月         | 3     | 4  | 5  | 6  | 7  | 體重現代觀    |     |    |                              |
| 7  |            | 10    | 11 | 12 | 13 | 14 | 體脂肪的介紹   |     |    | 10/10 國慶補假<br>10/13-14 第1次段考 |
| 8  |            | 17    | 18 | 19 | 20 | 21 | 減重與健康    |     |    |                              |
| 9  |            | 24    | 25 | 26 | 27 | 28 | 第一次平時考   |     |    |                              |
| 10 | 十月<br>十一月  | 31    | 1  | 2  | 3  | 4  | CPR 課程實作 |     |    |                              |
| 11 |            | 7     | 8  | 9  | 10 | 11 | 與情緒過招    |     |    |                              |
| 12 |            | 14    | 15 | 16 | 17 | 18 | 異常行為的介紹  |     |    |                              |
| 13 |            | 21    | 22 | 23 | 24 | 25 | 與壓力同行    |     |    |                              |
| 14 | 十一月<br>十二月 | 28    | 29 | 30 | 1  | 2  | 健康紓壓我最行  |     |    | 11/30-12/1 第2次段考             |
| 15 |            | 5     | 6  | 7  | 8  | 9  | 慢性病介紹    |     |    |                              |
| 16 |            | 12    | 13 | 14 | 15 | 16 | 老化與死亡    |     |    |                              |
| 17 |            | 19    | 20 | 21 | 22 | 23 | 生命教育     |     |    | 12/22-23 九年級第2次複習考           |
| 18 |            | 26    | 27 | 28 | 29 | 30 | 九年級複習考週  |     |    |                              |
| 19 | 一月         | 2     | 3  | 4  | 5  | 6  | 第二次平時考   |     |    | 1/2 元旦補假<br>1/6 藝能科期末考       |
| 20 |            | 9     | 10 | 11 | 12 | 13 | 期末考週     |     |    | 1/13 藝能科期末考                  |
| 21 |            | 16    | 17 | 18 | 19 | 20 | 兩性教育     |     |    | 1/17/18 第3次段考<br>1/19 休業式    |