

臺北市立中正國中 113 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				30	31	預備週-課堂評量及常規說明			8/30 開學
2	九月	2	3	4	5	6	健康檢查			九年級第 1 次複習考
3		9	10	11	12	13	第一單元-健康體位-身體意象			
4		16	17	18	19	20	第一單元-健康體位-身體意象 2			
5		23	24	25	26	27	第一單元-健康體位-體型面面觀			
6	十月	30	1	2	3	4	第一單元-健康體位-體位觀測站			
7		7	8	9	10	11	第一單元-健康體位-健康體位管理			第 1 次段考
8		14	15	16	17	18	第一單元-健康體位 單元總整理			
9		21	22	23	24	25	第二單元-現代飲食趨勢-健康飲食			
10	十一月	28	29	30	31	1	第二單元-現代飲食趨勢-食物特性(寒熱性)			
11		4	5	6	7	8	第二單元-現代飲食趨勢-食物特性(寒熱性)			
12		11	12	13	14	15	第二單元-現代飲食趨勢-特殊飲食(疾病)			
13		18	19	20	21	22	第二單元-現代飲食趨勢-綜合評估			
14		25	26	27	28	29	第二單元-現代飲食趨勢 單元總整理			第 2 次段考
15	十二月	2	3	4	5	6	第三單元-慢性病-癌症			
16		9	10	11	12	13	第三單元-慢性病-心血管疾病			
17		16	17	18	19	20	第三單元-慢性病-腎臟病			九年級第 2 次複習考
18		23	24	25	26	27	第三單元-慢性病 單元總整理			藝能健體考
19	一月	30	31	1	2	3	期末總複習			藝能健體考
20		6	7	8	9	10	平時成績計算			

