

臺北市立木柵國民中學 106 學年度第 1 學期 健康教育 科教學進度表

週次	月份	星 期						預 定 教 學 進 度			備註
		日	一	二	三	四	五	內 容	上課方式	評量	
1	九月	27	28	29	30	31	九月 1	2 第一篇 家和萬事興 第一章 我的家庭	講述、 討論	紙筆	*8/30 註冊、開學 下午正式上課
2		3	4	5	6	7	8	9 第二章 維護家庭和諧	講述、 討論	紙筆	*9/5-6 複習考(一)
3		10	11	12	13	14	15	16 第二章 維護家庭和諧	講述、 問答、 討論	紙筆、 實作	*9/11 八年級輔導課開始 *9/13-15 九年級校外教學
4		17	18	19	20	21	22	23 第三章 預防家庭暴力	講述、 問答、 討論	紙筆	*9/18 九年級夜自習、輔導 課開始 *9/22 學校日
5		24	25	26	27	28	29	30 第二篇 飲食情報站 第一章 飲食新浪潮	講述、 問答、 討論	實作	*9/30 補課(補 10/9 週一課 程)
6	十月	十月 1	2	3	4	5	6	7 第一章 飲食新浪潮	講述、 問答、 討論	實作、 口頭	*10/4 中秋節
7		8	9	10	11	12	13	14 第二章 食品加工面面觀	講述、 問答、	口頭	*10/9-10 調整放假暨國慶 日 *10/12-13 段考(一)
8		15	16	17	18	19	20	21 第二章 食品加工面面觀	講述、 問答、	口頭	
9		22	23	24	25	26	27	28 第三章 吃得安心與健康	討論	紙筆	
10	十一月	29	30	31	十一 月 1	2	3	4 第三章 吃得安心與健康	講述、 討論	紙筆、 口頭	*10/30-31 八年級童軍露營 活動
11		5	6	7	8	9	10	11 第三章 吃得安心與健康	講述、 問答、	口頭	
12		12	13	14	15	16	17	18 測 驗	紙筆	紙筆	*11/18 93 週年校慶
13		19	20	21	22	23	24	25 第三篇 健康無負擔 第一章 身體意象	講述、問答	口頭	*11/20 校慶補假
14		26	27	28	29	30	十二 月 1	2 第二章 健康體重	實作	實作	*11/28-29 段考(二)
15	十二月	3	4	5	6	7	8	9 第三章 維持健康體重	講述、問答	口頭	
16		10	11	12	13	14	15	16 第二章 健康體重	講述、 問答	口頭	
17		17	18	19	20	21	22	23 第一章 身體意象	講述、討論	紙筆、 口頭	*12/21-22 複習考(二)
18		24	25	26	27	28	29	30 測 驗	紙筆	紙筆	*12/25 藝能科評量

19	一月	31	107 年 1月 1	2	3	4	5	6	第三章 維持健康體重	講述、問答	□頭	*1/1 元旦放假
20		7	8	9	10	11	12	13	第三章 維持健康體重	講述、問答	□頭	*1/12 全校攜手班、輔導課、夜自習結束
21		14	15	16	17	18	19	20	結 業 式			*1/17-18 第三次段考 *1/19 休業式
22		21	22	23	24	25	26	27	下學期課程			