

臺北市立木柵國民中學 108 學年度第 1 學期 七 年級 健教 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	六	內容	上課方式		評量
1	八月	25	26	27	28	29	30	31	第一篇 健康滿點 第一章 健康舒適角	講述、問答、討論	口頭	*8/29 期初校務說明會 (9:30-11:00) *8/30 註冊、開學，下午正式上課
2	九月	九月 1	2	3	4	5	6	7	第一章 健康舒適角	講述、問答、討論	口頭	*9/3-4 九年級複習考(一)
3		8	9	10	11	12	13	14	第一章 健康舒適角	實作	實作	*9/13 中秋節
4		15	16	17	18	19	20	21	第二章 健康靠自己	講述、問答、討論	口頭	*9/16 七八九年級輔導、勵學班、攜手課程開始 *9/18-20 畢業旅行
5		22	23	24	25	26	27	28	第二章 健康靠自己	講述、問答、討論	口頭	*9/23 九年級夜自習開始 *9/27 學校日
6		29	30	十月 1	2	3	4	5	第三章 身體的奧妙	實作	實作	*10/5 補行上班上(10/11)週五課程、第八節輔導課暫停)
7		十月	6	7	8	9	10	11	12	第三章 身體的奧妙	講述、問答	口頭
8	13		14	15	16	17	18	19	第三章 身體的奧妙	講述、問答	口頭	*10/14-15 八年級校外教學暨童軍體驗露營活動
9	20		21	22	23	24	25	26	第三章 身體的奧妙	討論	口頭、實作	
10	27		28	29	30	31	十一月 1	2	第二篇 快樂青春行 第一章 蛻變的你	講述、問答、討論	口頭	
11	十一月	3	4	5	6	7	8	9	第一章 蛻變的你	討論	口頭、實作	*11/9 95 週年校慶
12		10	11	12	13	14	15	16	第一章 蛻變的你	講述、問答、討論	口頭	*11/11 95 週年校慶補假
13		17	18	19	20	21	22	23	第二章 打造獨一無二的我	講述、問答、討論	口頭	
14		24	25	26	27	28	29	30	第三章 打破性別刻板印象	討論	口頭、實作	*11/27-28 第二次段考(第八節輔導課暫停)
15	十二月	十二月 1	2	3	4	5	6	7	第三篇 食在有健康 第二章 食安中學堂	實作	實作	
16		8	9	10	11	12	13	14	第二章 食安中學堂	講述、問答、討論	口頭	
17		15	16	17	18	19	20	21	第二章 食安中學堂	討論	口頭、實作	
18		22	23	24	25	26	27	28	第二章 食安中學堂	討論	口頭、實作	*12/26-27 九年級複習考(二)
19		29	30	31	109 年 1 月 1	2	3	4	第一章 吃出健康	講述、問答、討論	口頭	*12/30 藝能科評量 *1/1 元旦放假

<b>20</b>		5	6	7	8	9	10	11	<b>第一章 吃出健康</b>	講述、問答、討論	口頭	*1/10 全校攜手、輔導課、夜自習結束
<b>21</b>	一月	12	13	14	15	16	17	18	<b>第一章 吃出健康</b>	討論	實作	*1/16-17 第三次段考
<b>22</b>		19	20	21	22	23	24	25	<b>休業式</b>			*1/20 休業式、期末校務說明會 *1/21 寒假開始 *1/23 調整放假 *1/24 除夕