

臺北市立木柵國民中學 109 學年度第 1 學期 九 年級 健教 課教學進度表

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	30	31	九 月 1	2	3	4	5	課程介紹 Ch1-1 體型面面觀	講述、問 答、討論	口頭	*8/31 註冊、開學，下午正 式上課
2	九 月	6	7	8	9	10	11	12	Ch1-1 體型面面觀	PPT	觀察 紀錄	*9/8-9 九年級複習考(一)
3		13	14	15	16	17	18	19	Ch1-2 體位觀測站	PPT	觀察 紀錄	*9/14 八九年級輔導、勵 學班、攜手課程開始 *9/18 學校日
4		20	21	22	23	24	25	26	Ch1-2 體位觀測站	講述、問 答、討論	口頭	*9/21 九年級夜自習開始 *9/26 補行上班上課(補* *10/2 週五課程、第八節 輔導課、夜自習暫停)
5		27	28	29	30	十 月 1	2	3	Ch1-3 健康體位管理	PPT	觀察 紀錄	*10/1 中秋節放假 *10/2 調整放假
6	十 月	4	5	6	7	8	9	10	Ch1-3 健康體位管理	講述、問 答、討論	口頭	*10/9 補假 *10/10 國慶日
7		11	12	13	14	15	16	17	Ch2-1 在人際關係中成長	PPT	觀察 紀錄	*10/14-15 第一次段考(第 八節輔導課暫停)
8		18	19	20	21	22	23	24	Ch2-1 在人際關係中成長	講述、問 答、討論	口頭	*10/21 八年級「藝起來尋 美」校外參訪(故宮+天文 館)
9		25	26	27	28	29	30	31	Ch2-2 經營我的家庭關係	PPT		*10/26 七年級輔導課開始
10	十一 月	十一 月 1	2	3	4	5	6	7	Ch2-2 經營我的家庭關係	講述、問 答、討論	口頭	
11		8	9	10	11	12	13	14	Ch2-3 網路交友停看聽	PPT	觀察 紀錄	*11/14 96 週年校慶
12		15	16	17	18	19	20	21	Ch2-3 網路交友停看聽	講述、問 答、討論	口頭	*11/16 96 週年校慶補假
13		22	23	24	25	26	27	28	Ch3-1 現代飲食趨勢	PPT		*11/26-27 第二次段考(第 八節輔導課暫停)
14	十二 月	29	30	十二 月 1	2	3	4	5	Ch3-1 現代飲食趨勢	講述、問 答、討論	口頭	*11/30-12/2 九年級畢業旅 行
15		6	7	8	9	10	11	12	Ch3-2 安全衛生的飲食	PPT	觀察 紀錄	*12/7 八年級校外教學
16		13	14	15	16	17	18	19	Ch3-2 安全衛生的飲食	PPT		*12/14 七年級校外教學
17		20	21	22	23	24	25	26	補充：正向能力及生活能力訓練(十大技能)	講述、問 答、討論	口頭	*12/23-24 九年級複習考 (二)

18	一月	27	28	29	30	31	109 年 1月 1日	2	複習 ch1 邁向健康體位的人生	講述、問 答、討論	口頭	*1/1 元旦放假
19		3	4	5	6	7	8	9	複習 ch2 人際關係新視界	PPT	觀察 紀錄	*1/4 藝能科評量 *1/8 全校攜手、輔 導課、夜自習結束
20		10	11	12	13	14	15	16	複習 ch3 飲食消費新趨勢	實作	實作	
21		17	18	19	20	21	22	23	檢討作業	PPT		*1/18-19 第三次段考 *1/20 休業式 *1/21 寒假開始