

# 高雄市田寮國中(健體)第一冊(1 上)教學進度建議表

月分	週次	日期	月主題	課別 (教學節數)		學校行事活動
九月	一	8/30-9/1		第1單元健康青春向前行 第1章健康人生開步走	第3單元熱門運動大會串 第1章穩紮穩打一慢速壘球	反霸凌宣導
	二	9/4-9/8		第1單元健康青春向前行 第1章健康人生開步走	第3單元熱門運動大會串 第1章穩紮穩打一慢速壘球	水域安全宣導
	三	9/11-9/15		第1單元健康青春向前行 第1章健康人生開步走	第3單元熱門運動大會串 第1章穩紮穩打一慢速壘球	★
	四	9/18-9/22		第1單元健康青春向前行 第2章健康照護	第3單元熱門運動大會串 第2章操之在我一籃球	登革熱防治宣導
	五	9/25-9/29		第1單元健康青春向前行 第2章健康照護	第3單元熱門運動大會串 第2章操之在我一籃球	家庭教育宣導
十月	六	10/2-10/6		第1單元健康青春向前行 第2章健康照護	第3單元熱門運動大會串 第2章操之在我一籃球	★
	七	10/9-10/13		第1單元健康青春向前行 第3章我的青春檔案	第3單元熱門運動大會串 第3章小兵立大功一排球	飲食教育 第一次定期考查週
	八	10/16-10/20		第1單元健康青春向前行 第3章我的青春檔案	第3單元熱門運動大會串 第3章小兵立大功一排球	愛滋病宣導
	九	10/23-10/27		第1單元健康青春向前行 第3章我的青春檔案	第3單元熱門運動大會串 第3章小兵立大功一排球	★
	十	10/30-11/3		第1單元健康青春向前行 第3章我的青春檔案	第3單元熱門運動大會串 第4章展翅高飛一羽球	家庭暴力防治
十一月	十一	11/6-11/10		第1單元健康青春向前行 第4章活出自我亮起來	第3單元熱門運動大會串 第4章展翅高飛一羽球	反毒認知教學
	十二	11/13-11/17		第1單元健康青春向前行 第4章活出自我亮起來	第3單元熱門運動大會串 第4章展翅高飛一羽球	★
	十三	11/20-11/24		第1單元健康青春向前行 第4章活出自我亮起來	第4單元活力青春大放送 第1章青春體能大解碼一體適能	飲食教育
	十四	11/27-12/1		第1單元健康青春向前行 第4章活出自我亮起來	第4單元活力青春大放送 第2章水上樂園一游泳	家庭教育宣導 第二次定期考查週
十二月	十五	12/4-12/8		第2單元青春營養指南 第1章吃出營養與健康	第4單元活力青春大放送 第2章水上樂園一游泳	★
	十六	12/11-12/15		第2單元青春營養祕笈 第1章吃出營養與健康	第4單元活力青春大放送 第2章水上樂園一游泳	校慶運動會
	十七	12/18-12/22		第2單元青春營養祕笈 第1章吃出營養與健康	第4單元活力青春大放送 第3章健步如飛一跑	家庭暴力防治
	十八	12/25-12/29		第2單元青春營養祕笈 第1章吃出營養與健康	第4單元活力青春大放送 第3章健步如飛一跑	★
一月	十九	1/2-1/5		第2單元青春營養祕笈 第2章青春飲食指南	第4單元活力青春大放送 第3章健步如飛一跑	低碳環境教育
	二十	1/8-1/12		第2單元青春營養祕笈 第2章青春飲食指南	第4單元活力青春大放送 第4章踏板上的勇者一自行車	飲食教育
	二十一	1/15-1/19		複習全冊	複習全冊	環境教育宣導 第三次定期考查週