

高雄市田寮國中(健體)第五冊(3 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 單元邁向健康體位的人生 第 1 章體型面面觀 | 第 4 單元球類運動大拼盤 第 1 章攻城掠地—籃球 | 反霸凌宣導 |
| | 二 | 9/4—9/8 | | 第 1 單元邁向健康體位的人生 第 1 章體型面面觀 | 第 4 單元球類運動大拼盤 第 1 章攻城掠地—籃球 | 水域安全宣導 |
| | 三 | 9/11—9/15 | | 第 1 單元邁向健康體位的人生 第 1 章體型面面觀 | 第 4 單元球類運動大拼盤 第 1 章攻城掠地—籃球 | ★ |
| | 四 | 9/18—9/22 | | 第 1 單元邁向健康體位的人生 第 2 章體位觀測站 | 第 4 單元球類運動大拼盤 第 2 章直截了當—排球 | 登革熱防治宣導 |
| | 五 | 9/25—9/29 | | 第 1 單元邁向健康體位的人生 第 2 章體位觀測站 | 第 4 單元球類運動大拼盤 第 2 章直截了當—排球 | 家庭教育宣導 |
| 十月 | 六 | 10/2—10/6 | | 第 1 單元邁向健康體位的人生 第 2 章體位觀測站 | 第 4 單元球類運動大拼盤 第 2 章直截了當—排球 | ★ |
| | 七 | 10/9—10/13 | | 第 1 單元邁向健康體位的人生 第 2 章體位觀測站 | 第 4 單元球類運動大拼盤 第 3 章掌握青春—手球 | 飲食教育 第一次定期考查週 |
| | 八 | 10/16—10/20 | | 第 1 單元邁向健康體位的人生 第 3 章健康體位管理 | 第 4 單元球類運動大拼盤 第 3 章掌握青春—手球 | 愛滋病宣導 |
| | 九 | 10/23—10/27 | | 第 1 單元邁向健康體位的人生 第 3 章健康體位管理 | 第 4 單元球類運動大拼盤 第 4 章大顯身手—足球 | ★ |
| | 十 | 10/30—11/3 | | 第 1 單元邁向健康體位的人生 第 3 章健康體位管理 | 第 4 單元球類運動大拼盤 第 4 章大顯身手—足球 | 家庭暴力防治 |
| 十一月 | 十一 | 11/6—11/10 | | 第 2 單元人際關係新視界 第 1 章在人際關係中成長 | 第 4 單元球類運動大拼盤 第 5 章固若金湯—棒球 | 反毒認知教學 |
| | 十二 | 11/13—11/17 | | 第 2 單元人際關係新視界 第 1 章在人際關係中成長 | 第 4 單元球類運動大拼盤 第 5 章固若金湯—棒球 | ★ |
| | 十三 | 11/20—11/24 | | 第 2 單元人際關係新視界 第 2 章經營我的家庭關係 | 第 5 單元我是大力士 第 1 章大力水手—肌力與肌耐力 | 飲食教育 |
| | 十四 | 11/27—12/1 | | 第 2 單元人際關係新視界 第 2 章經營我的家庭關係 | 第 5 單元我是大力士 第 2 章勇冠三軍—鐵人三項 | 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 單元人際關係新視界 第 3 章網路交友停看聽 | 第 5 單元我是大力士 第 3 章力拔山河—八人制拔河 | ★ |
| | 十六 | 12/11—12/15 | | 第 2 單元人際關係新視界 第 3 章網路交友停看聽 | 第 6 單元躍動生命的節奏 第 1 章步步高升—競技啦啦隊 | 校慶運動會 |
| | 十七 | 12/18—12/22 | | 第 3 單元飲食消費新趨勢 第 1 章現代飲食趨勢 | 第 6 單元躍動生命的節奏 第 1 章步步高升—競技啦啦隊 | 家庭暴力防治 |
| | 十八 | 12/25—12/29 | | 第 3 單元飲食消費新趨勢 第 1 章現代飲食趨勢 | 第 6 單元躍動生命的節奏 第 2 章氣身功夫—武術 | ★ |
| 一月 | 十九 | 1/2—1/5 | | 第 3 單元飲食消費新趨勢 第 2 章安全衛生的飲食 | 第 6 單元躍動生命的節奏 第 3 章繩乎其技—跳繩 | 低碳環境教育 |
| | 二十 | 1/8—1/12 | | 第 3 單元飲食消費新趨勢 第 2 章安全衛生的飲食 | 第 6 單元躍動生命的節奏 第 3 章繩乎其技—跳繩 | 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 |