

彰化縣立福興國中 113 學年度 第一學期 健體領域 七年級 教學進度表

月分	週次	日期	主題單元（節數）		學校行事活動
			健康（1）	體育（2）	
8	第 1 週	8/30	第一篇健康滿點 第一章健康舒適角	第四篇運動好健康 第一章體適能	
9	第 2 週	9/2~9/6	第一篇健康滿點 第一章健康舒適角	第四篇運動好健康 第一章體適能	
9	第 3 週	9/9~9/13	第一篇健康滿點 第二章身體的奧妙	第四篇運動好健康 第一章體適能	
9	第 4 週	9/16~9/20	第一篇健康滿點 第二章身體的奧妙	第四篇運動好健康 第二章運動安全	
9	第 5 週	9/23~9/27	第一篇健康滿點 第二章身體的奧妙	第四篇運動好健康 第二章運動安全	
9~10	第 6 週	9/30~10/4	第一篇健康滿點 第二章身體的奧妙	第四篇運動好健康 第二章運動安全	
10	第 7 週	10/7~10/11	第二篇健康照護 第一寵 eye 百分百	第五篇健康動起來 第一章籃球	
10	第 8 週	10/14~10/18	第二篇健康照護 第一章寵 eye 百分百（第一次段考）	第五篇健康動起來 第一章籃球（第一次段考）	第一次段考
10	第 9 週	10/21~10/25	第二篇健康照護 第二章健康從齒開始	第五篇健康動起來 第一章籃球	
10~11	第 10 週	10/28~11/1	第二篇健康照護 第二章健康從齒開始	第五篇健康動起來 第一章籃球	
11	第 11 週	11/4~11/8	第二篇健康照護 第三章護膚保衛戰	第五篇健康動起來 第二章排球	
11	第 12 週	11/11~11/15	第二篇健康照護 第三章護膚保衛戰	第五篇健康動起來 第二章排球	
11	第 13 週	11/18~11/22	第二篇健康照護 第四章聽力保健	第五篇健康動起來 第二章排球	
11	第 14 週	11/25~11/29	第二篇健康照護 第四章聽力保健	第五篇健康動氣來 第三章羽球	
12	第 15 週	12/2~12/6	第三篇快樂青春行 第一章蛻變的你（第二次段考）	第五篇健康動起來 第三章羽球（第二次段考）	第二次段考
12	第 16 週	12/9~12/13	第三篇快樂青春行 第一章蛻變的你	第五篇健康動起來 第四章棒球	
12	第 17 週	12/16~12/20	第三篇快樂青春行 第一章蛻變的你	第五篇健康動起來 第四章棒球	
12	第 18 週	12/23~12/27	第三篇快樂青春行 第二章打造獨一無二的我	第六篇健康跑跳碰 第一章田徑	
12~1	第 19 週	12/30~1/3	第三篇快樂青春行 第二章打造獨一無二的我	第六篇健康跑跳碰 第一章田徑	
1	第 20 週	1/6~1/10	第三篇快樂青春行 第三章打破性別刻板印象	第六篇健康跑跳碰 第一章田徑	
1	第 21 週	1/13~1/17	第三篇快樂青春行 第三章打破性別刻板印象（第三次段考）	第六篇健康跑跳碰 第二章街舞（第三次段考）	第三次段考

彰化縣立福興國中 113 學年度 第二學期 健體領域 七年級 教學進度表

月分	週次	日期	主題單元（節數）		學校行事活動
			健康（1）	體育（2）	
2	第 1 週	2/10~2/14	第一篇致命的吸引力 第一章拒菸我最行	第四篇運動大視界 第一章運動新視野	
2	第 2 週	2/17~2/21	第一篇致命的吸引力 第一章拒菸我最行	第四篇運動大視界 第一章運動新視野	
2	第 3 週	2/24~2/28	第一篇致命的吸引力 第一章拒菸我最行	第四篇運動大視界 第一章運動新視野	
3	第 4 週	3/3~3/7	第一篇致命的吸引力 第二章酒、檳榔的世界	第四篇運動大視界 第二章奧林匹克運動會	
3	第 5 週	3/10~3/14	第一篇致命的吸引力 第二章酒、檳榔的世界	第四篇運動大視界 第二章奧林匹克運動會	
3	第 6 週	3/17~3/21	第一篇致命的吸引力 第三章無毒人生	第五篇球類真好玩 第一章籃球	
3	第 7 週	3/24~3/28	第一篇致命的吸引力 第三章無毒人生（第一次段考）	第五篇球類真好玩 第一章籃球（第一次段考）	第一次段考
3~4	第 8 週	3/31~4/4	第一篇致命的吸引力 第三章無毒人生	第五篇球類真好玩 第一章籃球	
4	第 9 週	4/7~4/11	第一篇致命的吸引力 第三章無毒人生	第五篇球類真好玩 第一章籃球	
4	第 10 週	4/14~4/18	第二篇防疫總動員 第一章新興傳染病	第五篇球類真好玩 第二章排球	
4	第 11 週	4/21~4/25	第二篇防疫總動員 第一章新興傳染病	第五篇球類真好玩 第二章排球	
4~5	第 12 週	4/28~5/2	第二篇防疫總動員 第一章新興傳染病	第五篇球類真好玩 第二章排球	
5	第 13 週	5/5~5/9	第二篇防疫總動員 第二章認識台灣傳染病	第五篇球類真好玩 第三章桌球	
5	第 14 週	5/12~5/16	第二篇防疫總動員 第二章認識台灣傳染病（第二次段考）	第五篇球類真好玩 第三章桌球（第二次段考）	第二次段考
5	第 15 週	5/19~5/23	第三篇醫療新世代 第一章用藥安全	第五篇球類真好玩 第四章足球	
5	第 16 週	5/26~5/30	第三篇醫療新世代 第一章用藥安全	第五篇球類真好玩 第四章足球	
6	第 17 週	6/2~6/6	第三篇醫療新世代 第一章用藥安全	第六篇就是愛運動 第一章游泳	
6	第 18 週	6/9~6/13	第三篇醫療新世代 第二章我愛健保	第六篇就是愛運動 第一章游泳	
6	第 19 週	6/16~6/20	第三篇醫療新世代 第二章我愛健保	第六篇就是愛運動 第二章水上安全與自救	
6	第 20 週	6/23~6/27	第三篇醫療新世代 第二章我愛健保（第三次段考）	第六篇就是愛運動 第三章體操（第三次段考）	第三次段考
6	第 21 週	6/30	第三篇醫療新世代 第二章我愛健保（第三次段考）	第六篇就是愛運動 第三章體操（第三次段考）	第三次段考