

桃園市立楊梅高中 114 學年度第二學期教學進度表

課程名稱：運動傷害防護

出版社：自製

製訂教師：陳書緯

冊 次：自製

適用班級：三年級選修

任課教師：陳書緯

週次	日期	預定進度
1	2/8(日)~2/14(六)	△2/11(三) ~ 2/13(五) 的課調整在 1/21(三) ~ 1/23(五) 上課 課程介紹
2	2/15(日)~2/21(六)	△2/16(一)農曆除夕 △2/17(二) ~ 2/20(五)農曆春節
3	2/22(日)~2/28(六)	△2/23(一)開學、註冊、正式上課 △2/27(五)和平紀念日逢例假日補放假一天 △2/24(二)第一次分科模擬考 基礎人體解剖學(下肢)
4	3/1(日)~3/7(六)	△3/3(二) ~ 3/4(三)第四次統測模擬考 基礎人體解剖學(下肢)
5	3/8(日)~3/14(六)	基礎人體解剖學(中軸)
6	3/15(日)~3/21(六)	基礎人體解剖學(中軸)
7	3/22(日)~3/28(六)	△3/27(五)高二醫農生物運動班群第一次期中考(上午 10:50 至 11:50) 基礎人體解剖學(上肢)
8	3/29(日)~4/4(六)	△3/30(一) ~ 3/31(二)全校第一次期中考 △4/3(五)兒童節逢例假日補放假一天 △4/1(三) ~ 4/2(四)第五次統測模擬考 基礎人體解剖學(上肢)
9	4/5(日)~4/11(六)	△4/6(一)民族掃墓節逢例假日補放假一天 △4/9(四)第二次分科模擬考 模擬考
10	4/12(日)~4/18(六)	△4/14(二)高二作業檢查 運動貼布介紹
11	4/19(日)~4/25(六)	△4/25(六)四技二專統一入學測驗(第一天) 運動貼布基礎使用
12	4/26(日)~5/2(六)	△4/26(日)四技二專統一入學測驗(第二天) △4/28(二) ~ 4/30(四)高二校外教學 △4/28(二) ~ 4/29(三)高三期末考 △5/1(五)勞動節放假一天 運動貼布基礎使用
13	5/3(日)~5/9(六)	△5/6(三)第三次分科模擬考 △5/9(六)校慶園遊會 腳踝貼紮教學、彈繃使用教學
14	5/10(日)~5/16(六)	△5/11(一)校慶園遊會補假一日 △5/13(三) ~ 5/14(四)高三學期補考 △5/12(二)下午 ~ 5/14(四)高一高二第二次期中考 △5/16(六)國中教育會考第一天 腳踝貼紮教學、彈繃使用教學
15	5/17(日)~5/23(六)	△5/17(日)國中教育會考第二天 腳踝貼紮驗收
16	5/24(日)~5/30(六)	△5/26(二)高一作業檢查 △5/26(二)桃三區 114 學年度自主學習成果聯合發表會 腳踝貼紮驗收
17	5/31(日)~6/6(六)	△6/1(一)畢業典禮 無
18	6/7(日)~6/13(六)	△6/12(五)高二校訂必修成果發表會(第 6、7 節) 無
19	6/14(日)~6/20(六)	△6/18(四)高一多元選修成果發表會(第二節) △6/19(五)端午節放假一天 無
20	6/21(日)~6/27(六)	△6/26(五)高一高二期末考 無
21	6/28(日)~7/4(六)	△6/29(一)高一高二期末考 △6/30(二)上午高一高二期末考 無