臺北市中正國民中學110學年度健康與體育領域/健康教育課程計畫

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 領域/科目 | | | □國語文□英語文□數學□社會(□歷史□地理□公民與社會)□自然科學(□理化□生物□地球科學)  □藝術(□音樂□視覺藝術□表演藝術)□綜合活動(□家政□童軍□輔導)□科技(□資訊科技□生活科技)  ■健康與體育(■健康教育□體育) | | | | | | | |
| 實施年級 | | | ■7年級 □8年級 □9年級  ■上學期 ■下學期 | | | | | | | |
| 教材版本 | | | ■選用教科書:康軒版  □自編教材 (經課發會通過) | | 節數 | | 學期內每週1節 | | | |
| 領域核心素養 | | | 健體-J-A1:具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。  健體-J-A2:具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。  健體-J-A3:具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。  健體-J-B1:具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。  健體-J-B2:具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。  健體-J-B3:具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與表現方式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。  健體-J-C1:具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。  健體-J-C2:具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。  健體-J-C3:具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。 | | | | | | | |
| 課程目標 | | | 1. 探討健康的內涵，採取正確的自我照護，以提升整體健康水準。 2. 了解青春期身心需求及學會調適身心變化。 3. 建立自我概念，培養自我悅納的態度，積極實現自我。 4. 了解事故傷害的定義及成因，並思考其對健康造成的威脅與嚴重性。 5. 判斷環境中的潛在危機，及其對健康造成的衝擊與風險。 6. 因應不同生活情境，善用健康技能降低事故的發生。 7. 監控環境安全狀況，並能針對危險處持續的調正與修正。 8. 能理解各種傳染病的病原體、傳染途徑、症狀及預防方法。 9. 認識健保的意義及一般民眾應有的權利與義務。 10. 了解從事醫療消費時應注意的事項。 11. 培養維護身體健康的醫療觀念及態度。 12. 了解使用成癮物質菸、酒、檳榔對人體心理、生理及社會各健康層面造成的衝擊與風險。 13. 面對菸、酒、檳榔的訊息與觀點，能進行批判性思考並做出有利健康的決定。 14. 關注菸、酒、檳榔國內法律規範現況與未來趨勢。 15. 利用情境演練生活技能，能主動公開表達個人拒絕菸、酒、檳榔立場。 16. 認識並改善自己的人際關係，學習理智的面對衝突。 17. 學習利用人際關係技巧，促進家庭的良好互動，以及學習如何面對家庭暴力。 18. 建立正向且良好的網路內外人際互動。 19. 培養正確的人際交往觀念。 | | | | | | | |
| **學習進度**  **週次** | | | **單元主題**  **課程名稱** | **學習重點** | | | | **評量方式** | **議題融入實質內涵** | **跨領域/科目協同教學** |
| **學習表現（動詞）** | | **學習內容**  **（名詞）** | |
| 第一學期 | 第一週 | | 第1單元健康青春向前行  第1章健康人生開步走 | 1a-Ⅳ-1:理解生理、心理與社會各層面健康的概念。  2b-Ⅳ-2:樂於實踐健康促進的生活型態。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | | Aa-Ⅳ-1:生長發育的自我評估與因應策略。  Da-Ⅳ-2:身體各系統、器官的構造與功能。  Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【人權教育】  人J5:了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 |  |
| 第二週 | | 第1單元健康青春向前行  第1章健康人生開步走 | 1a-Ⅳ-1:理解生理、心理與社會各層面健康的概念。  2b-Ⅳ-2:樂於實踐健康促進的生活型態。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | | Aa-Ⅳ-1:生長發育的自我評估與因應策略。  Da-Ⅳ-2:身體各系統、器官的構造與功能。  Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【人權教育】  人J5:了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 |  |
| 第三週 | | 第1單元健康青春向前行  第1章健康人生開步走 | 1a-Ⅳ-1:理解生理、心理與社會各層面健康的概念。  2b-Ⅳ-2:樂於實踐健康促進的生活型態。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | | Aa-Ⅳ-1:生長發育的自我評估與因應策略。  Da-Ⅳ-2:身體各系統、器官的構造與功能。  Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【人權教育】  人J5:了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 |  |
| 第四週 | | 第1單元健康青春向前行  第2章個人衛生與保健 | 1b-Ⅳ-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3a-Ⅳ-1:精熟地操作健康技能。 | | Da-Ⅳ-1:衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。  Da-Ⅳ-2:身體各系統、器官的構造與功能。  Da-Ⅳ-3:視力、口腔保健策略與相關疾病。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【性別平等教育】  性J4:認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 |  |
| 第五週 | | 第1單元健康青春向前行  第2章個人衛生與保健 | 1b-Ⅳ-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3a-Ⅳ-1:精熟地操作健康技能。 | | Da-Ⅳ-1:衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。  Da-Ⅳ-2:身體各系統、器官的構造與功能。  Da-Ⅳ-3:視力、口腔保健策略與相關疾病。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【性別平等教育】  性J4:認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 |  |
| 第六週 | | 第1單元健康青春向前行  第2章個人衛生與保健 | 1b-Ⅳ-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3a-Ⅳ-1:精熟地操作健康技能。 | | Da-Ⅳ-1:衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。  Da-Ⅳ-2:身體各系統、器官的構造與功能。  Da-Ⅳ-3:視力、口腔保健策略與相關疾病。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【性別平等教育】  性J4:認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 |  |
| 第七週 | | 第1單元健康青春向前行  第2章個人衛生與保健 | 1b-Ⅳ-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3a-Ⅳ-1:精熟地操作健康技能。 | | Da-Ⅳ-1:衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。  Da-Ⅳ-2:身體各系統、器官的構造與功能。  Da-Ⅳ-3:視力、口腔保健策略與相關疾病。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【性別平等教育】  性J4:認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 |  |
| 第八週 | | 第1單元健康青春向前行  第2章個人衛生與保健 | 1b-Ⅳ-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3a-Ⅳ-1:精熟地操作健康技能。 | | Da-Ⅳ-1:衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。  Da-Ⅳ-2:身體各系統、器官的構造與功能。  Da-Ⅳ-3:視力、口腔保健策略與相關疾病。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【性別平等教育】  性J4:認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 |  |
| 第九週 | | 第1單元健康青春向前行  第3章我的青春檔案 | 1b-Ⅳ-3:因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。  2b-Ⅳ-2:樂於實踐健康促進的生活型態。  3a-Ⅳ-2:因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。  4a-Ⅳ-1:運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。 | | Db-Ⅳ-1:生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。  Da-Ⅳ-4:健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。  Db-Ⅳ-2:青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【性別平等教育】  性J11:去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 |  |
| 第十週 | | 第1單元健康青春向前行  第3章我的青春檔案 | 1b-Ⅳ-3:因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。  2b-Ⅳ-2:樂於實踐健康促進的生活型態。  3a-Ⅳ-2:因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。  4a-Ⅳ-1:運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。 | | Db-Ⅳ-1:生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。  Da-Ⅳ-4:健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。  Db-Ⅳ-2:青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【性別平等教育】  性J11:去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 |  |
| 第十一週 | | 第1單元健康青春向前行  第3章我的青春檔案 | 1b-Ⅳ-3:因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。  2b-Ⅳ-2:樂於實踐健康促進的生活型態。  3a-Ⅳ-2:因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。  4a-Ⅳ-1:運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。 | | Db-Ⅳ-1:生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。  Da-Ⅳ-4:健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。  Db-Ⅳ-2:青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【性別平等教育】  性J11:去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 |  |
| 第十二週 | | 第1單元健康青春向前行  第4章活出青春的光彩 | 1a-Ⅳ-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  2b-Ⅳ-2:樂於實踐健康促進的生活型態。  3b-Ⅳ-1:熟悉各種自我調適技能。 | | Fa-Ⅳ-1:自我認同與自我實現。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【生涯規劃教育】  涯J3:覺察自己的能力與興趣。  涯J4:了解自己的人格特質與價值觀。  涯J6:建立對於未來生涯的願景。 |  |
| 第十三週 | | 第1單元健康青春向前行  第4章活出青春的光彩 | 1a-Ⅳ-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  2b-Ⅳ-2:樂於實踐健康促進的生活型態。  3b-Ⅳ-1:熟悉各種自我調適技能。 | | Fa-Ⅳ-1:自我認同與自我實現。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【生涯規劃教育】  涯J3:覺察自己的能力與興趣。  涯J4:了解自己的人格特質與價值觀。  涯J6:建立對於未來生涯的願景。 |  |
| 第十四週 | | 第2單元環境安全總動員  第1章環境安全搜查線 | 1a-Ⅳ-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部份的決策與批判技能。  4a-Ⅳ-1:運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。 | | Ba-Ⅳ-1:居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。  Ba-Ⅳ-2:居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【安全教育】  安J1:理解安全教育的意義。  安J2:判斷常見的事故傷害。  安J3:了解日常生活容易發生事故的原因。  安J4:探討日常生活發生事故的影響因素。  【防災教育】  防J9:了解校園及住家內各項避難器具的正確使用方式。 |  |
| 第十五週 | | 第2單元環境安全總動員  第1章環境安全搜查線 | 1a-Ⅳ-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部份的決策與批判技能。  4a-Ⅳ-1:運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。 | | Ba-Ⅳ-1:居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。  Ba-Ⅳ-2:居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【安全教育】  安J1:理解安全教育的意義。  安J2:判斷常見的事故傷害。  安J3:了解日常生活容易發生事故的原因。  安J4:探討日常生活發生事故的影響因素。  【防災教育】  防J9:了解校園及住家內各項避難器具的正確使用方式。 |  |
| 第十六週 | | 第2單元環境安全總動員  第1章環境安全搜查線 | 1a-Ⅳ-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部份的決策與批判技能。  4a-Ⅳ-1:運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。 | | Ba-Ⅳ-1:居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。  Ba-Ⅳ-2:居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【安全教育】  安J1:理解安全教育的意義。  安J2:判斷常見的事故傷害。  安J3:了解日常生活容易發生事故的原因。  安J4:探討日常生活發生事故的影響因素。  【防災教育】  防J9:了解校園及住家內各項避難器具的正確使用方式。 |  |
| 第十七週 | | 第2單元環境安全總動員  第2章營造安全好環境 | 1b-Ⅳ-1:分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。  2b-Ⅳ-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  3a-Ⅳ-2:因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。  4a-Ⅳ-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。 | | Ba-Ⅳ-4:社區環境安全的行動策略。  Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Ba-Ⅳ-1:居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【安全教育】  安J2:判斷常見的事故傷害。  安J3:了解日常生活容易發生事故的原因。  安J4:探討日常生活發生事故的影響因素。  【防災教育】  防J8:繪製社區防災地圖並參與社區防災演練。 |  |
| 第十八週 | | 第2單元環境安全總動員  第2章營造安全好環境 | 1b-Ⅳ-1:分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。  2b-Ⅳ-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  3a-Ⅳ-2:因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。  4a-Ⅳ-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。 | | Ba-Ⅳ-4:社區環境安全的行動策略。  Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Ba-Ⅳ-1:居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【安全教育】  安J2:判斷常見的事故傷害。  安J3:了解日常生活容易發生事故的原因。  安J4:探討日常生活發生事故的影響因素。  【防災教育】  防J8:繪製社區防災地圖並參與社區防災演練。 |  |
| 第十九週 | | 第2單元環境安全總動員  第2章營造安全好環境  【期末評量週】 | 1b-Ⅳ-1:分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。  2b-Ⅳ-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  3a-Ⅳ-2:因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。  4a-Ⅳ-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。 | | Ba-Ⅳ-4:社區環境安全的行動策略。  Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Ba-Ⅳ-1:居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【安全教育】  安J2:判斷常見的事故傷害。  安J3:了解日常生活容易發生事故的原因。  安J4:探討日常生活發生事故的影響因素。  【防災教育】  防J8:繪製社區防災地圖並參與社區防災演練。 |  |
| 第二十~二十一週 | | 複習上冊  複習上冊  【休業式】 | 1a-Ⅳ-1:理解生理、心理與社會各層面健康的概念。  1b-Ⅳ-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。  2b-Ⅳ-2:樂於實踐健康促進的生活型態。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | | Aa-Ⅳ-1:生長發育的自我評估與因應策略。  Ba-Ⅳ-1:居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。  Ba-Ⅳ-2:居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。  Ba-Ⅳ-4:社區環境安全的行動策略。  Da-Ⅳ-1:衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。  Da-Ⅳ-2:身體各系統、器官的構造與功能。  Da-Ⅳ-3:視力、口腔保健策略與相關疾病。  Da-Ⅳ-4:健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。  Db-Ⅳ-1:生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。  Db-Ⅳ-2:青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。  Fa-Ⅳ-1:自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。 | | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【人權教育】  人J5:了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。  【性別平等教育】  性J4:認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。  性J11:去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。  【生涯規劃教育】  涯J3:覺察自己的能力與興趣。  涯J4:了解自己的人格特質與價值觀。  涯J6:建立對於未來生涯的願景。  【安全教育】  安J1:理解安全教育的意義。  安J2:判斷常見的事故傷害。  安J3:了解日常生活容易發生事故的原因。  安J4:探討日常生活發生事故的影響因素。  【防災教育】  防J8:繪製社區防災地圖並參與社區防災演練。  防J9:了解校園及住家內各項避難器具的正確使用方式。 |  |
| 第二學期 | 第一週 | | 第1單元醫療消費面面觀  第1章傳染病的世界 | 1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2a-Ⅳ-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。  3a-Ⅳ-2:因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | | Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Fb-Ⅳ-4:新興傳染病與慢性病的防治策略。 | | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【環境教育】  環J1:了解生物多樣性及環境承載力的重要性。  環J4:了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 |  |
| 第二週 | | 第1單元醫療消費面面觀  第1章傳染病的世界 | 1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2a-Ⅳ-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。  3a-Ⅳ-2:因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | | Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Fb-Ⅳ-4:新興傳染病與慢性病的防治策略。 | | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【環境教育】  環J1:了解生物多樣性及環境承載力的重要性。  環J4:了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 |  |
| 第三週 | | 第1單元醫療消費面面觀  第1章傳染病的世界 | 1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2a-Ⅳ-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。  3a-Ⅳ-2:因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | | Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Fb-Ⅳ-4:新興傳染病與慢性病的防治策略。 | | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【環境教育】  環J1:了解生物多樣性及環境承載力的重要性。  環J4:了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 |  |
| 第四週 | | 第1單元醫療消費面面觀  第2章醫藥保衛戰 | 1a-Ⅳ-4:理解促進健康生活的策略、資源與規範。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部分的決策與批判技能。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。 | | Bb-Ⅳ-1:正確購買與使用藥品的行動策略。  Bb-Ⅳ-2:家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。  Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Fb-Ⅳ-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【生命教育】  生J5:覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 |  |
| 第五週 | | 第1單元醫療消費面面觀  第2章醫藥保衛戰 | 1a-Ⅳ-4:理解促進健康生活的策略、資源與規範。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部分的決策與批判技能。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。 | | Bb-Ⅳ-1:正確購買與使用藥品的行動策略。  Bb-Ⅳ-2:家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。  Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Fb-Ⅳ-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【生命教育】  生J5:覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 |  |
| 第六週 | | 第1單元醫療消費面面觀  第2章醫藥保衛戰 | 1a-Ⅳ-4:理解促進健康生活的策略、資源與規範。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部分的決策與批判技能。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。 | | Bb-Ⅳ-1:正確購買與使用藥品的行動策略。  Bb-Ⅳ-2:家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。  Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Fb-Ⅳ-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【生命教育】  生J5:覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 |  |
| 第七週 | | 第1單元醫療消費面面觀  第2章醫藥保衛戰 | 1a-Ⅳ-4:理解促進健康生活的策略、資源與規範。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部分的決策與批判技能。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。 | | Bb-Ⅳ-1:正確購買與使用藥品的行動策略。  Bb-Ⅳ-2:家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。  Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Fb-Ⅳ-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【生命教育】  生J5:覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 |  |
| 第八週 | | 第1單元醫療消費面面觀  第2章醫藥保衛戰 | 1a-Ⅳ-4:理解促進健康生活的策略、資源與規範。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部分的決策與批判技能。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。 | | Bb-Ⅳ-1:正確購買與使用藥品的行動策略。  Bb-Ⅳ-2:家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。  Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Fb-Ⅳ-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【生命教育】  生J5:覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 |  |
| 第九週 | | 第2單元為青春開一扇窗  第1章菸害現形記 | 1a-Ⅳ-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  2a-Ⅳ-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部分的決策與批判技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能， 解決健康問題。  4b-Ⅳ-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | | Bb-Ⅳ-3:菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。  Bb-Ⅳ-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | | 1.技能評量  2.情意評量 | 【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第十週 | | 第2單元為青春開一扇窗  第1章菸害現形記 | 1a-Ⅳ-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  2a-Ⅳ-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部分的決策與批判技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能， 解決健康問題。  4b-Ⅳ-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | | Bb-Ⅳ-3:菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。  Bb-Ⅳ-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | | 1.技能評量  2.情意評量 | 【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第十一週 | | 第2單元為青春開一扇窗  第1章菸害現形記 | 1a-Ⅳ-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  2a-Ⅳ-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部分的決策與批判技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能， 解決健康問題。  4b-Ⅳ-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | | Bb-Ⅳ-3:菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。  Bb-Ⅳ-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | | 1.技能評量  2.情意評量 | 【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第十二週 | | 第2單元為青春開一扇窗  第2章克癮制勝 | 1a-Ⅳ-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  2a-Ⅳ-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。  4b-Ⅳ-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | | Bb-Ⅳ-3:菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。  Bb-Ⅳ-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第十三週 | | 第2單元為青春開一扇窗  第2章克癮制勝 | 1a-Ⅳ-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  2a-Ⅳ-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。  4b-Ⅳ-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | | Bb-Ⅳ-3:菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。  Bb-Ⅳ-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第十四週 | | 第2單元為青春開一扇窗  第2章克癮制勝 | 1a-Ⅳ-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  2a-Ⅳ-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。  4b-Ⅳ-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | | Bb-Ⅳ-3:菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。  Bb-Ⅳ-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第十五週 | | 第2單元為青春開一扇窗  第2章克癮制勝 | 1a-Ⅳ-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  2a-Ⅳ-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。  4b-Ⅳ-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | | Bb-Ⅳ-3:菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。  Bb-Ⅳ-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第十六週 | | 第3單元人際健康家  第1章健康家庭加加油 | 1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2b-Ⅳ-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | | Fa-Ⅳ-2:家庭衝突的協調與解決技巧。  Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | | 1.情意評量 | 【家庭教育】  家J3:了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。  家J5:了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。  【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第十七週 | | 第3單元人際健康家  第1章健康家庭加加油 | 1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2b-Ⅳ-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | | Fa-Ⅳ-2:家庭衝突的協調與解決技巧。  Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | | 1.情意評量 | 【家庭教育】  家J3:了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。  家J5:了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。  【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第十八週 | | 第3單元人際健康家  第2章人際關係停看聽 | 1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行動。 | | Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | | 1.情意評量  2.技能評量 |  |  |
| 第十九週 | | 第3單元人際健康家  第2章人際關係停看聽  **【期末評量週】** | 1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能， 解決健康問題。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行動。 | | Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | | 1.情意評量  2.技能評量 |  |  |
| 第二十週~二十一週 | | 第3單元人際健康家  第2章人際關係停看聽 | 【第1章健康家庭加加油】  1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2b-Ⅳ-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。  【第2章人際關係停看聽】  1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2a-Ⅳ-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行動。 | | 【第1章健康家庭加加油】  Fa-Ⅳ-2:家庭衝突的協調與解決技巧。  Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  【第2章人際關係停看聽】  Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | | 第1章健康家庭加加油】  1.情意評量  【第2章人際關係停看聽】  2.情意評量  3.技能評量 | 【第1章健康家庭加加油】  【家庭教育】  家J3:了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。  家J5:了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。  【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。  【第2章人際關係停看聽】 |  |
| 教學設施  設備需求 | | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.學習單。  3.各樣活動所需之相關道具：圖卡、字卡、小白板等。 | | | | | | | | |
| 備註 | | | | | | | | | | |