臺北市立萬芳高級中學(國中部)110學年度領域/科目課程計畫

|  |  |
| --- | --- |
| 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) |
| 實施年級 | □7年級 ■8年級 □9年級■上學期 ■下學期 (若上下學期均開設者，請均註記) |
| 教材版本 | ■選用教科書:康軒版 | 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 | 上學期：1. 認識青少年婚前性行為、約會強暴、墮胎等的責任與後果。
2. 了解法律對性的規範，避免性危害的發生。
3. 培養安全性行為的態度，並能在未來真正對性與愛負責任。
4. 認識性病的傳染途徑及對個人健康與社會的威脅。
5. 培養從事安全性行為的態度，並能在未來從事安全性行為，以避免性病的感染。。
6. 建立分辨毒害的能力。
7. 了解藥物濫用定義與毒品對個人生理、心理、社會等層面健康所造成之衝擊。
8. 認識生活上常見的誘毒情境中展現毒品拒絕拒巧，培養個人的拒毒能力。
9. 運用課程內容，展現個人宣示反毒理念之能力。

下學期：1.了解生命如何形成，及孕婦生、心理的變化，學習健康照護與尊重。2.認識人生各階段的不同歷程與挑戰，並學習解決方式。3.了解「老」是人生歷程，學習陪伴長者建立樂活的老年生活。4.了解癌症、糖尿病介紹與預防。5.了解高血壓、腦中風、冠心病、腎臟病介紹與預防。6.學習患者與照顧者的身心調適與生活調整。7.學習包紮技巧及傷口照護，正確使用適合的急救方法。8.學習心肺復甦術(CPR)、自動體外心臟電擊去顫器(AED)操作步驟。 |
| 學習進度週次 | 單元/主題名稱 | 學習重點 | 評量方法 | 議題融入實質內涵 | 跨領域/科目協同教學 |
| 學習表現 | 學習內容 |
| 第一學期 | 第1週 | 課程說明彩繪兩性關係 | 1a-IV-4:理解促進健康生活的策略與資源規範。1b-IV-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。2b-IV-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。3b-IV-3:熟悉大部份的「決策與批判」技能。 | Db-IV-2:青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。Db-IV-6:青少年性行為之法律規範與抉擇的思考。Db-IV-7:健康性價值觀的建立，性與色情的辨識與媒體色情訊息的拒絕。 | 1.口頭評量2.紙筆評量 | 【性別平等教育】性J6:探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。 |  |
| 第2-4週 | 彩繪兩性關係 | 1a-IV-4:理解促進健康生活的策略與資源規範。1b-IV-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。2b-IV-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。3b-IV-3:熟悉大部份的「決策與批判」技能。 | Db-IV-2:青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。Db-IV-6:青少年性行為之法律規範與抉擇的思考。Db-IV-7:健康性價值觀的建立，性與色情的辨識與媒體色情訊息的拒絕。 | 1.口頭評量2.紙筆評量 | 【性別平等教育】性J6:探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。 |  |
| 第5-7週 | 青春變奏曲 | 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。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。 | Db-Ⅳ-5:身體自主權維護的立場表達與行動，以及交友約會安全策略。Db-Ⅳ-7:健康性價值觀的建立，色情的辨識與媒體色情訊息的批判能力。 | 1.口頭評量2.紙筆評量 | 【性別平等教育】性J5:辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 |  |
| 第8-10週 | 健康的愛、安全的性 | 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。4b-IV-3:公開進行健康倡導，展現對他人促進健康或行為的影響力。 | Db-IV-8:愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。 | 1.口頭評量2.紙筆評量 | 【人權教育】人J6:正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。 |  |
| 第11-12週 | 致命的迷幻世界 | 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-2:熟悉各種人際溝通互動技能。4b-Ⅳ-2:使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。 | Aa-Ⅳ-1:生長發育的自我評估與因應策略。Bb-Ⅳ-5:拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。 | 1.口頭評量2.紙筆評量 | 【品德教育】品J2:重視群體規範與榮譽。【法治教育】法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第13週 | 致命的迷幻世界(第二次定期考查) | 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-2:熟悉各種人際溝通互動技能。4b-Ⅳ-2:使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。 | Aa-Ⅳ-1:生長發育的自我評估與因應策略。Bb-Ⅳ-5:拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。 | 1.口頭評量2.紙筆評量 | 【品德教育】品J2:重視群體規範與榮譽。【法治教育】法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第14-16週 | 致命的迷幻世界 | 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-2:熟悉各種人際溝通互動技能。4b-Ⅳ-2:使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。 | Aa-Ⅳ-1:生長發育的自我評估與因應策略。Bb-Ⅳ-5:拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。 | 1.口頭評量2.紙筆評量 | 【品德教育】品J2:重視群體規範與榮譽。【法治教育】法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第17-19週 | 成為毒害絕緣體 | 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。4b-Ⅳ-3:公開進行健康倡導，展現對他人促進健康的信念或行為的影響力。 | 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.口頭評量2.紙筆評量 | 【生涯規劃教育】涯J6:建立對於未來生涯的願景。 |  |
| 第20週 | 成為毒害絕緣體(第三次定期考查) | 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。4b-Ⅳ-3:公開進行健康倡導，展現對他人促進健康的信念或行為的影響力。 | 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.口頭評量2.紙筆評量 | 【生涯規劃教育】涯J6:建立對於未來生涯的願景。 |  |
| 第二學期 | 第1週 | 課程說明美妙的生命 | 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。2a-Ⅳ-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 | Aa-Ⅳ-2:人生各階段的身心發展任務與個別差異。Db-Ⅳ-1:生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。Fb-Ⅳ-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | 1.口頭評量2.紙筆評量 | 【人權教育】人J6:正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。人J9:認識教育權、工作權與個人生涯發展的關係。 |  |
| 第2-4週 | 美妙的生命 | 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。2a-Ⅳ-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 | Aa-Ⅳ-2:人生各階段的身心發展任務與個別差異。Db-Ⅳ-1:生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。Fb-Ⅳ-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | 1.口頭評量2.紙筆評量 | 【人權教育】人J6:正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。人J9:認識教育權、工作權與個人生涯發展的關係。 |  |
| 第5-7週 | 生命的軌跡 | 1a-Ⅳ-1:理解生理、心理與社會各層面健康的概念。1a-Ⅳ-4:理解促進健康生活的策略、資源與規範。2b-Ⅳ-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。2b-Ⅳ-3:充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。3b-Ⅳ-3:熟悉大部份的決策與批判技能。 | Aa-Ⅳ-2:人生各階段的身心發展任務與個別差異。 | 1.口頭評量2.紙筆評量 | 【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8週 | 伴生命共老 | 1a-Ⅳ-1:理解生理、心理與社會各層面健康的概念。1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。2b-Ⅳ-2:樂於實踐健康促進的生活型態。2b-Ⅳ-3:充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。4a-Ⅳ-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行為。 | Aa-Ⅳ-3:老化與死亡的意義與自我調適。Fb-Ⅳ-1:全人健康概念與健康生活型態。 | 1.口頭評量2.紙筆評量 | 【生命教育】生J3:反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。 |  |
| 第9-10週 | 健康人生，少「糖」少「癌」 | 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。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。 | Fb-Ⅳ-2:健康狀態影響因素分析與不同性別者平均餘命健康指標的改善策略。Fb-Ⅳ-4:新興傳染病與慢性病的防治策略。 | 1.口頭評量2.紙筆評量 | 【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11-12週 | 小心謹「腎」，「慢」不經「心」 | 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。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。 | Da-Ⅳ-2:身體各系統、器官的構造與功能。Fb-Ⅳ-4:新興傳染病與慢性病的防治策略。 | 1.口頭評量2.紙筆評量 | 【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13週 | 小心謹「腎」，「慢」不經「心」(第二次定期考查) | 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。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。 | Da-Ⅳ-2:身體各系統、器官的構造與功能。Fb-Ⅳ-4:新興傳染病與慢性病的防治策略。 | 1.口頭評量2.紙筆評量 | 【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14-16週 | 安全百分百 | 1b-Ⅳ-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。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。2a-Ⅳ-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。2b-Ⅳ-3:充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。3a-Ⅳ-1:精熟地操作健康技能。 | Ba-Ⅳ-3:緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 | 1.口頭評量2.紙筆評量3.技能評量 | 【安全教育】安J11:學習創傷救護技能。 |  |
| 第17-19週 | 急救一瞬間 | 1b-Ⅳ-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。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。2a-Ⅳ-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。2b-Ⅳ-3:充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。3a-Ⅳ-1:精熟地操作健康技能。 | Ba-Ⅳ-3:緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 | 1.口頭評量2.紙筆評量3.技能評量 | 【安全教育】安J10:學習心肺復甦術及AED的操作。 |  |
| 第20週 | 急救一瞬間(第三次定期考查) | 1b-Ⅳ-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。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。2a-Ⅳ-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。2b-Ⅳ-3:充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。3a-Ⅳ-1:精熟地操作健康技能。 | Ba-Ⅳ-3:緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 | 1.口頭評量2.紙筆評量3.技能評量 | 【安全教育】安J10:學習心肺復甦術及AED的操作。 |  |
| 教學設施設備需求 | PPT、單槍投影機 |
| 備 註 |  |