

新北市欽賢國民中學 114 學年度七年級第 1 學期 部定課程計畫 設計者：李文勳

1、課程類別：

1. 國語文 2. 英語文 3. 健康與體育 4. 數學 5. 社會 6. 藝術 7. 自然科學 8. 科技 9. 綜合活動
 10. 閩南語文 11. 客家語文 12. 原住民族語文：____族 13. 新住民語文：____語 14. 臺灣手語

2、課程內容修正回復：

| 當學年當學期課程審閱意見 | 對應課程內容修正回復 |
|--------------|------------|
| | |

✍上述表格自 113 學年度第 2 學期起正式列入課程計畫備查必要欄位。

☐本局審閱意見請至新北市國中小課程計畫備查資源網下載。

⊙當學期課程審查後，請將上述欄位自行新增並填入審查意見及課程內容修正回復。

3、學習節數：每週(1)節，實施(21)週，共(21)節。

4、課程內涵：

| 總綱核心素養 | 學習領域核心素養 |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> A1 身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2 系統思考與解決問題 <input type="checkbox"/> A3 規劃執行與創新應變 <input checked="" type="checkbox"/> B1 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3 藝術涵養與美感素養 <input checked="" type="checkbox"/> C1 道德實踐與公民意識 <input type="checkbox"/> C2 人際關係與團隊合作 | 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-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-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。 |

| | |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> C3 多元文化與國際理解 | |
|---------------------------------------|--|

5、課程架構：

第一冊健康

| | |
|--------------|---|
| 第一單元 健康青春向前行 | 第一章 健康人生開步走 第二章 個人衛生與保健 第三章 我的青春檔案 第四章 活出青春的光彩 |
| 第二單元 環境安全總動員 | 第一章 環境安全搜查線 第二章 營造安全好環境 |

六、素養導向教學規劃：

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|----------------------|-----------------------------|---|--|----|-------------------|---------------------|--------------------|---------------------------------|--|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| 第一週 9/01- 9/05 | 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 | 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 | 第1章健康人生開步走 1. 認識全人健康：探討健康的內涵與重要性，強調增進健康從關心自己的生長、發育開始。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 | 1. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 | 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 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|----------------------|--|--|---|----|-------------------|--|--------------------|--|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 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。 | 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。 | 2. 人體大解密一～三：引導學生覺察對自己身體的感受，體會成長的喜悅，並認識身體內外構造及人體重要器官的位置、基本功能與保健方式。 | | | 2. 筆記重點摘要課程內容。 3. 思考與表達學習策略。 | | 並欣賞其差異。 | 協同節數： _____ |
| 第二週 9/08- 9/12 | 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。 | 第1章健康人生開步走 1. 人體大解密四、五：引導學生認識不同器官系統所包含之器官與功能，並能分析各種行為所運用之器官系統與檢核自己的保健行為。 2. 「食」在健康：讓學生學習透過永備尺估計食物分量，並結合每日飲食指南、我的餐盤，規畫營養的一餐。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 | 1. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 2. 筆記重點摘要課程內容。 3. 思考與表達學習策略。 | 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。 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |
| 第三週 | 1a-IV-1 理解生理、心理與 | Aa-IV-1 生長發育的自我評 | 第1章健康人生開步走 | 1 | 1. 電腦 | 1. 圖像記憶策略， | 1. 口頭評量 2. 紙筆評量 | 【人權教育】 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同 |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|-----------|--|--|--|----|----------|--|------|-------------------------------|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| 9/15-9/19 | 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。 | 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. 保持良好的心理健康：引導學生覺察不同個體間之差異，並能維持穩定與自信的情緒，肯定自己與欣賞他人。 2. 建立和諧的社會生活：能體悟自己隸屬於社會群體，需學習建立和諧社會生活的方法原則，建立良好的群己生活。 3. 我的健康資本：探究影響健康的各項重要因素，並理解健康的狀態是連續且變動，盤點自己擁有與缺乏之健康資本。 4. 健康作戰計畫書：運用自我監督技能，擬定健康行動計畫以獲取目前較缺乏之健康資本，並能反省修正以提升或維持個人的健康品質。 | | 2. 教學簡報。 | 圖解整合重要概念。 2. 筆記重點摘要課程內容。 3. 思考與表達學習策略。 | | 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 | 教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|-----------------------|---|---|--|----|-------------------|--|--------------------|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| 第四週 9/22- 9/26 | 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。 | 第2章個人衛生與保健 1. 了解健康檢查資料卡：從新生健康檢查通知單認識個人的生長發育情況。 2. 視力保健一：認識眼睛的構造及常見的錯誤用眼習慣。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 | 1. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 2. 筆記重點摘要課程內容。 3. 思考與表達學習策略。 | 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。 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |
| 第五週 9/29- 10/03 | 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 | 第2章個人衛生與保健 1. 視力保健二：認識常見的眼睛疾病。 2. 揪出惡視力行為：透過自我檢核的方式，協助自己由生活情境中，找出有效的護眼行動策略。 3. 口腔保健一：認識牙齒的構造與常見的口腔問題——齒列不正、牙周病。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 | 1. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 2. 筆記重點摘要課程內容。 3. 思考與表達學習策略。 | 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。 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|------------------------|---|---|--|----|-------------------|--|--------------------|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | | 策略與相關疾病。 | | | | | | | |
| 第六週 10/06- 10/10 | 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。 | 第2章個人衛生與保健 1. 口腔保健二：認識常見的口腔問題——齲齒。 2. 潔牙動動手，健康好口氣：學習潔牙的健康技能(如使用牙線、漱口水及正確的刷牙方式)，並能實踐良好的衛生保健習慣於生活中。 3. 聽力保健：認識耳朵構造及其保健之道。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 | 1. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 2. 筆記重點摘要課程內容。 3. 思考與表達學習策略。 | 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。 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |
| 第七週 10/13- 10/17 | 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。 | 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。 | 第2章個人衛生與保健 【第一次評量週】 1. 皮膚保健：認識皮膚的構造與青春期常見皮膚問題的防護措施(如防治青春痘、防晒與減少體味)。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 | 1. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 2. 筆記重點摘要課程內容。 | 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 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|------------------------|---|---|---|----|-------------------|--|--------------------|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 | Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。 | | | | 3. 思考與表達學習策略。 | | 身體自主權。 | |
| 第八週 10/20- 10/24 | 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。 | 第2章個人衛生與保健 1. 青春健檢 DIY：運用自我檢核及問題解決的技能，在視力、口腔、聽力及皮膚等健康議題中，建立並落實良好的保健策略。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 | 1. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 2. 筆記重點摘要課程內容。 3. 思考與表達學習策略。 | 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。 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： 協同節數： |
| 第九週 10/27- 10/31 | 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。 | Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。 | 第3章我的青春檔案 1. 認識青春期：了解青春期的第二性徵。 2. 小女孩長大了：學習女性生殖系統相關知識及說明經期保健。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 | 1. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 | 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 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|------------------------|---|---|--|----|-------------------|---------------------------------------|--------------------|--|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 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。 | 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。 | | | | 2. 筆記重點摘要課程內容。 3. 思考與表達學習策略。 | | 溝通，具備與他人平等互動的能力。 | 協同節數： _____ |
| 第十週 11/03- 11/07 | 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。 | 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。 | 第3章我的青春檔案 1. 雙峰話題：討論乳房保健方法。 2. 小男孩長大了：學習男性生殖系統相關知識及說明生殖器官清潔注意事項。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 | 1. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 2. 筆記重點摘要課程內容。 | 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。 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|-------------------------|---|---|--|----|-----------------------|--|--------------------|--|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 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-2 青春 期身心變化的 調適與性衝動 健康因應的策 略。 | | | | 3. 思考與 表達學習 策略。 | | | |
| 第十一週 11/10- 11/14 | 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 | 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 | 第3章我的青春檔案 1. 吾家有兒初長成——夢 遺、認識性衝動：說明夢 遺和自慰問題。 2. 蛻變青春加油站：引導 學生思考面臨青春期的調 適方法。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡 報。 | 1. 圖像記 憶策略， 圖解整合 重要概 念。 2. 筆記重 點摘要課 程內容。 3. 思考與 表達學習 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。 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域 或跨科目協同 教學(需另申 請授課鐘點 費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|-------------------------|---|---|--|----|-------------------|--|--------------------|--|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 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。 | 健康因應的策略。 | | | | | | | |
| 第十二週 11/17- 11/21 | 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 | 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。 | 第3章我的青春檔案 1. 成為更好的青少年：運用「問題解決」技能，解決青春期可能會遇到的困擾。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 | 1. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 2. 筆記重點摘要課程內容。 3. 思考與表達學習策略。 | 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。 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|-------------------------|---|--------------------|---|----|-------------------|--|--------------------|--|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 訊、產品與服務，擬定健康行動策略。 | | | | | | | | |
| 第十三週 11/24- 11/28 | 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。 | 第4章活出青春的光彩 1. 現在我是誰——自我概念：運用自我拼圖讓學生歸納自己的人格特質，建立自我概念，並了解自我概念的定義。 2. 認識自己：引導學生蒐集他人對自己的評價，分析自己和他人看法的差異。 3. 自我探索之旅：鼓勵學生主動參與動態、靜態活動，勇敢嘗試原本排斥或不熟悉的任務，多方探究自己的特質和發展潛能。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 | 1. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 2. 筆記重點摘要課程內容。 3. 思考與表達學習策略。 | 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。 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |
| 第十四週 12/01- 12/05 | 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 | Fa-IV-1 自我認同與自我實現。 | 第4章活出青春的光彩 【第二次評量週】 1. 我喜歡現在的我：藉由自我悅納測驗，確認自我 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 | 1. 圖像記憶策略，圖解整合 | 1. 口頭評量 2. 紙筆評量 | 【生涯規劃教育】 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申 |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|-------------------------|--|---|---|----|--|---|--------------------|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 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。 | | 特質，願意正視與接納生活中的一切，培養自我悅納的態度，樂於嘗試增進自我悅納的方法。 2. 如何成為獨一無二的自己：由人物故事鼓勵學生發揮自我特質與獨特性，付諸行動實踐自我。 | | | 重要概念。 2. 筆記重點摘要課程內容。 3. 思考與表達學習策略。 | | 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 | 請授課鐘點費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |
| 第十五週 12/08- 12/12 | 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。 | 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。 | 第1章環境安全搜查線 1. 預防事故傷害：理解事故傷害之定義及其對於健康造成的衝擊與風險，引導學生透過「環境」與「人」兩大因素分析事故的發生原因。 2. 居家安全放大鏡一：反思所居住的環境安全狀況，並學習居家「預防跌倒」、「預防一氧化碳」、「用電安全」的安全概念與行動策略。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 3. 各項活動所需之相關道具：居家安全設備（防滑設備、滅火器、煙霧偵測器等）、計時 | 1. 筆記重點摘要課程內容。 2. 圖像輔助，引導討論學習課題。 3. 小組合作分工，完成討論與報告。 | 1. 口頭評量 2. 實作評量 | 【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。 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|-------------------------|--|---|---|----|---|---|--------------------|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 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。 | | | | 工具、小白板。 | | | 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 12/15- 12/19 | 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。 | 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。 | 第1章環境安全搜查線 1. 居家安全放大鏡二：進行「Go 健康：危機糾察隊」活動，引導學生統計家中常發生的事故傷害類型與場所、分析發生原因、討論該如何預防類似事故，並邀請小組進行分享。教師可以連結第一節所教導的安全概念進行連結。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 3. 各項活動所需之相關道具：居家安全設備（防滑設備、滅火器、煙霧偵測器 | 1. 筆記重點摘要課程內容。 2. 圖像輔助，引導討論學習課題。 3. 小組合作分工，完成討論與報告。 | 1. 口頭評量 2. 實作評量 | 【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。 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|-------------------------|--|---|---|----|---|---|--------------------|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 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。 | | 2. 火場求生一：根據不同火場類型，學習火場求生的共通原則，滅火及告知他人、求救、思考逃生的可能性、無法逃生時等待救援，並能居安思危於日常生活中落實居家防火策略。 | | 等)、計時工具、小白板。 | | | 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 12/22- 12/26 | 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。 | 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。 | 第 1 章環境安全搜查線 1. 火場求生二：根據不同火場情境(火災類型、火勢狀況、滅火用具等)進行小組討論，將所學習到的行動策略運用於情境中，進行火場求生，並省思該如何避免遭遇案例中的火災。 2. 安全迷思，追追追：透過「批判性思考」技能的演練，正確判斷生活中常 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 3. 各項活動所需之相關道具：居家安全設備(防滑設備、滅火器、煙霧偵測器 | 1. 筆記重點摘要課程內容。 2. 圖像輔助，引導討論學習課題。 3. 小組合作分工，完成討論與報告。 | 1. 口頭評量 2. 實作評量 | 【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。 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|------------------------|--|---|--|----|-----------------------|---|--------------------|--|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 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。 | | 見之火場求生迷思，並擴大延伸至安全迷思的思辨，不盲從及散布生活中所接收到的安全新知，使安全獲得保障。 | | 等)、計時工具、小白板。 | | | 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。 | |
| 第十八週 12/29- 1/02 | 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 | 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。 | 第 2 章營造安全好環境 1. 引起動機、交通安全停 看聽：理解「運輸事故」 為臺灣及世界多數國家造 成傷亡之首要事故傷害類 型，進而體悟提升交通安 全之重要性，並能掌握交 通安全教育四原則。能從 生活經驗出發，省思每日 上下學可能發生或預防事 故的影響因素。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡 報。 | 1. 筆記重 點摘要課 程內容。 2. 圖像輔 助，引導 討論學習 課題。 3. 小組合 作分工， 完成討論 與報告。 | 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 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域 或跨科目協同 教學(需另申 請授課鐘點 費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|-----------------------|--|---|---|----|-----------------------|---|--------------------|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 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。 | | | | | | | 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 1/05- 1/09 | 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。 | 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。 | 第 2 章營造安全好環境 1. 校園安全大體檢：正確 識讀校園傷病統計資料， 並判斷常發生傷害之場域 與類型。藉演練「問題解 決」技能，擬定計畫並運 用一週的時間執行，嘗試 改善現況以提升校園安 全。 2. 防災校園一起來：建立 學生維護校園安全之意 識，並讓學生學會於地震 發生時保命的避難技能。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡 報。 | 1. 筆記重 點摘要課 程內容。 2. 圖像輔 助，引導 討論學習 課題。 3. 小組合 作分工， 完成討論 與報告。 | 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。 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域 或跨科目協同 教學(需另申 請授課鐘點 費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|----------------------|--|---|--|----|-----------------------|---|--------------------|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。 | | | | | | | 【防災教育】 防 J8 繪製社區防災地圖並參與社區防災演練。 | |
| 第廿週 1/12- 1/16 | 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 | 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。 | 第 2 章營造安全好環境 【第三次評量週】 1. 全民防災動起來：透過 「避難收容處所」告示將 防災校園延伸至防災社 區。介紹防災學校與防災 社區之關聯，防災社區之 定義與設立目的。透過打 造防災社區 SOP 步驟與文 本案例對照檢核學習成 效。 2. 社區災害檢核：運用課 文中的災害檢核表，檢視 所居住的社區環境。教師 可以延伸補充打造防災社 區的步驟，並引導學生思 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡 報。 | 1. 筆記重 點摘要課 程內容。 2. 圖像輔 助，引導 討論學習 課題。 3. 小組合 作分工， 完成討論 與報告。 | 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】 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域 或跨科目協同 教學(需另申 請授課鐘點 費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|-----------------------|--|--|--|----|-------------------|--|--------------------|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 康及減少健康風險的行動。 | | 考自己在當中所扮演的角色。 3. 社區安全你我他：能夠理解安全社區的概念，反思居住之社區環境，並能擬定計畫、結合社區資源，練習解決課文中危害社區安全之情境，進而提升居住社區之安全。 | | | | | 防 J8 繪製社區防災地圖並參與社區防災演練。 | |
| 第廿一週 1/19- 1/23 | 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1b-IV-1 分析健康技能和生 活技能對健康維護的重要性。 | 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。 | 複習第 1、2 單元【休業式】 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。 | 1 | 1. 電腦 2. 教學簡報。 | 1. 圖像記憶策略，圖解整合重要概念。 2. 筆記重點摘要課程內容。 3. 思考與表達學習策略。 4. 圖像輔助，引導 | 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 | <input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 協同科目： _____ 協同節數： _____ |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|------|--|---|--|----|------|--|------|---|----|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | <p>1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。</p> <p>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。</p> <p>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p> | <p>Ba-IV-4 社區環境安全的行動策略。</p> <p>Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。</p> <p>Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。</p> <p>Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。</p> <p>Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。</p> <p>Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及</p> | <p>5. 判斷環境中的潛在危機，及其對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>6. 因應不同生活情境，善用健康技能降低事故的發生。</p> <p>7. 監控環境安全狀況，並能針對危險處持續調整與修正。</p> | | | <p>討論學習課題。</p> <p>5. 小組合作分工，完成討論與報告。</p> | | <p>尊重他人的身體自主權。</p> <p>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。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p> | |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|------|---|---|--------------|----|------|------|------|---|----|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 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。 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。 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。 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 持續地執行促進健 | 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。 | | | | | | 【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。 | |

| 教學期程 | 學習重點 | | 單元/主題名稱與活動內容 | 節數 | 教學資源 | 學習策略 | 評量方式 | 融入議題 | 備註 |
|------|--------------|------|--------------|----|------|------|------|-----------------------------|----|
| | 學習表現 | 學習內容 | | | | | | | |
| | 康及減少健康風險的行動。 | | | | | | | 防 J9 了解校園及住家內各項避難器具的正確使用方式。 | |

6、本課程是否有校外人士協助教學：(本表格請勿刪除。)

否，全學年都沒有(以下免填)。

有，部分班級，實施的班級為：_____。

有，全學年實施。

| 教學期程 | 校外人士協助之課程大綱 | 教材形式 | 教材內容簡介 | 預期成效 | 原授課教師角色 |
|------|-------------|---|--------|------|---------|
| | | <input type="checkbox"/> 簡報 <input type="checkbox"/> 印刷品 <input type="checkbox"/> 影音光碟 <input type="checkbox"/> 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明： _____ | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。