

新北市 淡水 國民中學 112 學年度 九 年級 第二學期 部定 課程計畫 設計者： 王銀華

一、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

二、學習節數：每週(1)節，實施(17)週，共(17)節。

三、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<input checked="" 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 type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達 <input checked="" 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 <input type="checkbox"/> C3多元文化與國際理解	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-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-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。

四、課程架構：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)

五、 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						
02/16-02/17 (第1週) 02/16開學日 02/17補課(2/15)	Db-IV-2 青春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。	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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。	第1章青春「性」福頌 1. 透過發問引導學生覺察自己進入青春後可能產生的性衝動等身體感受。 2. 播放影片，透過檢視生活中可能引發性衝動的情境因素，評估這些因素對生活的干擾程度，針對容易引發性衝動的原因，找出可能的解決方案，最後依據實際經驗找出最有效的因應方式等步驟，學習如何以理性管理自己的慾望。	1	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力	【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。	<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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
02/19-02/23 (第2週) 02/21-02/22 九年級第3次模擬考	Db-IV-2 青春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。	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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。	第1章青春「性」福頌 1. 說明色情的定義，並引導學生思考色情資訊可能會對自己的生活與健康造成那些影響。 帶領學生進行「Go 健康~打破迷思不迷惘」活動，針對色情資訊中的錯誤資訊進行批判與澄清。	1	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力	【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	<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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

<p>02/26-03/01 (第3週) 02/28和平紀念日放假</p>	<p>Db-IV-2 青春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。</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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。</p>	<p>第1章青春「性」福頌 1. 用影片引導學生思考未成年未婚懷孕所需面臨的困擾與問題，以及做決定時需要考量的各項問題，並說明可以求助的資源。 影片:華視新聞雜誌:電子寶寶</p>	<p>1</p>	<p>1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。</p>	<p>1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力</p>	<p>【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</p>	<p><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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____</p>
<p>03/04-03/08 (第4週)</p>	<p>Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。</p>	<p>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的信念或行為的影響力。</p>	<p>第2章性病防護網 1. 引起動機：透過青少年感染性病之新聞內容，配合「想一想」的問題思考，提升學生對於感染性傳染病的風險覺察，肯定唯有透過適當的自我防護措施才能避免感染，不要心存僥倖。 2. 性病知多少、性病點點名：認識性傳染病的特性與傳染途徑。介紹由細菌引發的性傳染病，包括淋病、非淋菌性尿道炎、梅毒等。介紹由病毒所引發的性傳染病，包括尖形溼疣、生殖器疱疹。 影片:青少年感染淋病增加，最小僅13歲</p>	<p>1</p>	<p>1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 全球愛滋盛行率最新數據。</p>	<p>1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力</p>	<p>【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。</p>	<p><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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____</p>
<p>03/11-</p>	<p>Db-IV-8 愛滋病</p>	<p>1a-IV-3 評估內在</p>	<p>第2章性病防護網</p>	<p>1</p>	<p>1. 相關電子設備、電腦、</p>	<p>1. 觀察記錄</p>	<p>【人權教育】</p>	<p><input type="checkbox"/>實施跨領域</p>

03/15 (第 5 週)	及其它性病的預防方法與關懷。	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的信念或行為的影響力。	1. 認識愛滋：介紹愛滋病的感染現況，認識其傳染途徑、特性及治療方法。 2. 終止歧視・預防愛滋：澄清愛滋相關錯誤觀念，並了解歧視愛滋感染者可能造成的防疫缺口及人權議題，鼓勵曾發生高風險行為者主動進行愛滋篩檢，以達成西元 2030 年「零感染、零死亡、零歧視」的目標。另外，透過「Go 健康：關懷愛滋，我可以」活動，讓學生實際參與及倡議愛滋關懷行動。		相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 全球愛滋盛行率最新數據。	2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力	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。	或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
03/18- 03/22 (第 6 週)	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。	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的信念或行為的影響力。	第 2 章性病防護網 1. 澄清愛滋相關錯誤觀念，並了解歧視愛滋感染者可能造成的防疫缺口及人權議題，鼓勵曾發生高風險行為者主動進行愛滋篩檢，以達成西元 2030 年「零新增、零死亡、零歧視」的目標。另外，透過「GO 健康-關懷愛滋，我可以」活動，讓學生實際參與及倡議愛滋關懷行動。 2. 影片反愛滋汗名與歧視文宣「要搬家的小林」觀賞。	1	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 全球愛滋盛行率最新數據。	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力	【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。	<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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
03/25- 03/29	Ca-IV-1 健康社區的相關問題改	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健	第 2 章性病防護網 1. 總結社會上普遍存在對於性	1	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音	1. 觀察記錄 2. 學習單	【人權教育】 人 J6 正視社會	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同

<p>(第7週) 03/28- 03/29 第 1次段考 (暫定)</p>	<p>善策略與資源。 Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。</p>	<p>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。</p>	<p>傳染病的迷思與錯誤知識，進行澄清與說明，建立對於性傳染病防治的正確觀念，亦即面對性傳染病時能保持警覺、及早就醫，並遵從醫囑。 2. 透過「GO 健康-預防性病，我可以」，帶學生演練預防性病的自我健康管理方法「健康青春 ABC」守則。</p>		<p>檔。 2. 各單元之學習單。</p>	<p>3. 參與態度 4. 合作能力</p>	<p>中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。</p>	<p>教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____</p>
<p>04/01- 04/05 (第8週) 04/04- 04/05 兒 童清明連 假</p>	<p>Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。 Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。</p>	<p>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。</p>	<p>第1章全民總動員 1. 以全球各地近年的極端氣候作為引導，說明人類做了哪些活動造成環境的汙染，進而引起哪些環境問題，並讓學生思考臺灣近幾年的氣候狀況。 2. 以臺灣北、中、南、東部降雨情形的差異為例，引導學生覺察近年氣候變遷對於環境的影響，並做為後續課程的開端。</p>	<p>1</p>	<p>1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。</p>	<p>1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力</p>	<p>【國際教育】 國 J3 了解我國與全球議題之關聯性。 國 J8 了解全球永續發展之理念並落實於日常生活中。 【環境教育】 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。 環 J5 了解聯合國推動永續發展的背景與趨勢。 環 J8 了解臺灣</p>	<p><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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____</p>

							生態環境及社會發展面對氣候變遷的脆弱性與韌性。 環 J9 了解氣候變遷減緩與調適的涵義，以及臺灣因應氣候變遷調適的政策。	
04/08-04/12 (第 9 週)	Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。 Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	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。	第 1 章全民總動員 1. 說明臺灣面對水汙染、垃圾汙染問題的現況與相關配套措施，並探討對於人類健康的影響。 影片直擊大量汙水排進溪流!TVBS 新聞	1	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力	【國際教育】 國 J3 了解我國與全球議題之關聯性。 國 J8 了解全球永續發展之理念並落實於日常生活中。 【環境教育】 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。 環 J5 了解聯合國推動永續發展的背景與趨勢。 環 J8 了解臺灣生態環境及社會發展面對氣	<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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

							候變遷的脆弱性與韌性。 環 J9 了解氣候變遷減緩與調適的涵義，以及臺灣因應氣候變遷調適的政策。	
04/15-04/19 (第 10 週) 04/16-04/17 九年級第 4 次模擬考 04/19 校慶(暫定)	Ca-IV-3 環保永續為基礎的綠色生活型態。 Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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-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。	第 1 章全民總動員 1. 說明臺灣面對空氣汙染問題的現況與相關配套措施，並探討對於人類健康的影響。最後，透過聯合國的永續發展目標的認識，讓學生了解環境問題為全球各地皆重視的課題，再透過活動演練讓學生思考在自己的社區或城市，可以採取哪些措施以緩解環境問題。 2. 介紹台灣其他汙染問題。	1	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力	【國際教育】 國 J3 了解我國與全球議題之關聯性。 國 J8 了解全球永續發展之理念並落實於日常生活中。 【環境教育】 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。 環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。 環 J15 認識產品的生命週期，探討其生態足跡、水足	<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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

							跡及碳足跡。	
04/22-04/26 (第 11 週)	Ca-IV-3 環保永續為基礎的綠色生活型態。 Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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-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。	第 2 章做個有型的地球人 1. 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。 2. 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。	1	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力	【國際教育】 國 J3 了解我國與全球議題之關聯性。 國 J8 了解全球永續發展之理念並落實於日常生活中。 【環境教育】 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。 環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。 環 J15 認識產品的生命週期，探討其生態足跡、水足跡及碳足跡。	<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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
04/29-05/03 (第 12 週)	Ca-IV-3 環保永續為基礎的綠色生活型態。 Ea-IV-3 從生態、媒體與保健	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利	第 2 章做個有型的地球人 1. 理解人體藉由器官系統的運作，使複雜的生命現象得以維持與展現。引導學生能認識不同器官系統所包含之器官與功	1	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力	【國際教育】 國 J3 了解我國與全球議題之關聯性。 國 J8 了解全球	<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)



	觀點看飲食趨勢。	益與障礙。 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-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。	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. 引導學生注重均衡營養攝取對個人健康的影響。透過永備尺概念讓學生學習如何估計食物份量，且結合每日飲食指南、我的餐盤，規劃兼具美味有營養的一餐。				永續發展之理念並落實於日常生活中。 【環境教育】 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。 環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。 環 J15 認識產品的生命週期，探討其生態足跡、水足跡及碳足跡。	1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
05/06-05/10 (第13週) 05/09-05/10 九年級第2次段考 (暫定)	Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。 Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。 Fb-IV-3 保護性	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型	第2章做個有型的地球人 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。	1	【第1章健康我最型】 1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 【第2章朗朗健康路】 3. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 4. 各單元之學習單。	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力	【國際教育】 國 J3 了解我國與全球議題之關聯性。 國 J8 了解全球永續發展之理念並落實於日常生活中。 【環境教育】 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社	<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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

	的健康行為。	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。 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 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。					會、與經濟的均衡發展)與原則。 環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。 環 J15 認識產品的生命週期，探討其生態足跡、水足跡及碳足跡。	
05/13-05/17 (第14週) 七、八年級第2次段考(暫定) 05/18-05/19 國中教育會考	Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。 Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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。 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	第1章健康我最型 1. 透過調查引發學生對自身健康生活習慣之覺察，解釋健康生活指標意義說明在日常生活保持好習慣對於維護健康的重要性。透過省思與討論引導學生透過自我覺察了解自身的健康需求，以及在健康規畫中找到方式解決困難以促進健康行動。 2. 透過問題引導認識建立健康行為的歷程，並能思考自身在進行健康行為的樣態，擬定適合自己的健康習慣目標。	1	【第1章健康我最型】 1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力	<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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____	

		<p>現健康技能。</p> <p>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。</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p> <p>4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>						
05/20-05/24 (第15週)	<p>Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。</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>Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</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-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>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。</p> <p>3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解</p>	<p>第1章健康我最型</p> <p>1. 了解健康行為落實情形會因人而異及認識行為改變的各個階段，與建立行為過程中找到合適方法的重要性。回顧國中階段學過的生活技能，了解如何靈活運用生活技能解決健康行動遇到的問題。</p> <p>2. 回顧自我在國中階段所建立的健康習慣，省思自己在生活中健康習慣實踐情形與所遇到的障礙，並且能找到合適的生活技能加以因應。</p>	1	<p>【第1章健康我最型】</p> <p>1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。</p> <p>2. 各單元之學習單。</p>	<p>1. 觀察記錄</p> <p>2. 學習單</p> <p>3. 參與態度</p> <p>4. 合作能力</p>	<p>【生命教育】</p> <p>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。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p>	<p><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)</p> <p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</p>

		<p>決健康問題。</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p> <p>4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>						
05/27-05/31 (第16週)	<p>Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。</p> <p>Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險規避。</p> <p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Cc-IV-1 水域休閒運動綜合應用。</p> <p>Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>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。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p>	<p>第2章朗朗健康路</p> <p>1. 透過情境人物檢視自己父親生活與健康關係，了解健康包含生理、心理與健康多面向，建立健康是人生重要資源的概念。</p> <p>2. 探討壓力對健康造成的影響，並找出解決之道，幫助自己重新建立良好的健康習慣。</p>	1	<p>【第2章朗朗健康路】</p> <p>1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。</p> <p>3. 學習活動單。</p>	<p>1. 觀察記錄</p> <p>2. 學習單</p> <p>3. 參與態度</p> <p>4. 合作能力</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。</p>	<p><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)</p> <p>1. 協同科目： _____</p> <p>2. 協同節數： _____</p>

		4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。						
06/03-06/07 (第17週) 畢業週 (暫定)	Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。 Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險規避。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cc-IV-1 水域休閒運動綜合應用。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調整並修正，持續表現健康技能。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少	第2章朗朗健康路 1. 如何透過有效的方法，重新找回實踐夢想的健康資本。 2. 了解現代社會對健康的需求與脈絡，覺察生活中的健康意象，思考如何將健康納入自我人生資本中，並且從現在開始儲備健康。 3. 分享自我人生目標，規畫夢想實踐藍圖，以及如何透過健康行動計畫滿足健康需求。	1	【第2章朗朗健康路】 1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 3. 學習活動單。	1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力	【生涯規劃教育】 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。 【安全教育】 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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

		健康風險的行動。 4d-IV-3 執行提升 體適能的身體活 動。						
06/10- 06/114 (第 18 週) 06/10 端 午節放假								<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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
06/17- 06/21 (第 19 週)								<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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
06/24- 06/28 (第 20 週) 06/26- 06/27 第								<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) 1. 協同科目： _____

3 次段考 (暫定) 06/28 休 業式								2. 協同節數： _____
--------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	-------------------

六、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。