

109 學年度嘉義縣鹿草國民中學 **七年級第一學期健體領域健康教育科** 教學計畫表

設計者：吳孟宗(新課綱) (表十二之一)

一、教材版本：南一版第一冊

二、本領域每週學習節數：1

三、總綱核心素養：

■A1 身心素質與自我精進 ■A2 系統思考與解決問題 ■A3 規劃執行與創新應變 ■B1 符號運用與溝通表達 ■B2 科技資訊與媒體素養

■B3 藝術涵養與美感素養 ■C1 道德實踐與公民意識 ■C2 人際關係與團隊合作 □C3 多元文化與國際理解給選項

四、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	單元/主題名稱	學習領域核心素養/ 學習目標	教學重點		評量方式	議題融入	跨域統整或協 同教學規劃(無 則免填)
				學習表現	學習內容			
一	8/31-9/4	單元一 健康加油「讚」 第1章 全能健康王	學習領域核心素養 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	1a-IV-1 理 解生理、心 理與社會 各層面健 康的概念。 1b-IV-4 提 出健康自 主管理的 行動策略。 2a-IV-2 自 主思考健 康問題所 造成的威	Fb-IV-1 全 人健康概 念與健康 生活型態。	態度檢核 上課參與 小組討論	生命教育 J4 生命教育 J6	

			<p>技、資訊、媒體的互動關係。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全人健康的定義，並了解健康真正的意涵。 2. 能理解健康至少包含生理、心理與社會三大層面與內涵。 3. 能了解健康檢查的 	<p>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>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>定義、重要性與項目等。</p> <p>4. 分析與檢視自我健康檢查表中的健康問題。</p> <p>5. 了解自己能進行的自我保健策略，並於生活中執行。</p> <p>6. 持續落實健康生活型態，以達成健康促進目的。</p>					
二	9/7-9/11	<p>單元一 健康加油「讚」 第1章 全能健康王</p>	<p>學習領域核心素養 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。</p> <p>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</p>	<p>1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <p>1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。</p> <p>2a-IV-2 自主思考健康問題所</p>	Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	<p>態度檢核 上課參與 小組討論</p>	<p>生命教育 J4 生命教育 J6</p>	

			<p>察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全人健康的定義，並了解健康真正的意涵。 2. 能理解健康至少包含生理、心理與社會三大層面與內涵。 	<p>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>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>3. 能了解健康檢查的定義、重要性與項目等。</p> <p>4. 分析與檢視自我健康檢查表中的健康問題。</p> <p>5. 了解自己能進行的自我保健策略，並於生活中執行。</p> <p>6. 持續落實健康生活型態，以達成健康促進目的。</p>					
三	9/14-9/18	<p>單元 1 健康加油「讚」 第 1 章 全能健康王</p>	<p>學習領域核心素養 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。</p> <p>健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以</p>	<p>1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <p>1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。</p> <p>2a-IV-2 自主思考健</p>	<p>Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。</p>	<p>態度檢核 上課參與 紙筆測驗</p>	<p>生命教育 J4 生命教育 J6</p>	

		<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全人健康的定義，並了解健康真正的意涵。 2. 能理解健康至少包含生理、心理與社會三大層 	<p>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>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>面與內涵。</p> <p>3. 能了解健康檢查的定義、重要性與項目等。</p> <p>4. 分析與檢視自我健康檢查表中的健康問題。</p> <p>5. 了解自己能進行的自我保健策略，並於生活中執行。</p> <p>6. 持續落實健康生活型態，以達成健康促進目的。</p>					
四	9/21-9/25	<p>單元一 健康加油「讚」 第2章 人體奇航</p>	<p>學習領域核心素養 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。</p> <p>學習目標 1. 認識身體的基本構</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>3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各</p>	<p>Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>上課參與 課堂問答 小組討論</p>	<p>生命教育 J4 生命教育 J6</p>	

			<p>造，以及分析生理系統和器官的運作機制。</p> <p>2. 瞭解維護各部分生理和系統器官正常運作的重要性。</p> <p>3. 探究身體各項器官與生理系統的相關疾病，以及保健之道。</p> <p>4. 能自我分析危害健康行為問題，並學習各項自我保健行為，進而維護各部分生理系統的最佳健康狀態。</p>	<p>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>				
五	9/28-10/2	<p>單元一 健康加油「讚」 第2章 人體奇航</p>	<p>學習領域核心素養 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。</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>3b-IV-4 因應不同的</p>	<p>Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>上課參與 課堂問答 紙筆測驗</p>	<p>生命教育 J4 生命教育 J6</p>	

			<p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識身體的基本構造，以及分析生理系統和器官的運作機制。 2. 瞭解維護各部分生理和系統器官正常運作的重要性。 3. 探究身體各項器官與生理系統的相關疾病，以及保健之道。 4. 能自我分析危害健康行為問題，並學習各項自我保健行為，進而維護各部分生理系統的最佳健康狀態。 	<p>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>				
六	10/5-10/9	<p>單元一 健康加油「讚」 第3章 愛眼護齒保健康</p>	<p>學習領域核心素養 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</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。</p>	<p>Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。</p>	<p>上課參與 態度檢核</p>	<p>生命教育 J4 生命教育 J6</p>	

			<p>的能力。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識眼睛與口腔的基本生理構造。 2. 了解常見的眼睛與口腔問題，並培養正確的保健態度。 3. 能在生活中主動正確執行愛眼與護口行動，並定期健康檢查。 	<p>1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</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>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p>	<p>Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>			
七 段考	10/12-10/16	單元一 健康加油「讚」 第3章	學習領域核心素養 健體-J-A3 具備善用 體育與健康的資源，	1a-IV-3 評估內在與 外在的行	Da-IV-1 衛 生保健習 慣的實踐	上課參與 態度檢核	生命教育 J4 生命教育	

		<p>愛眼護齒保健康</p>	<p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識眼睛與口腔的基本生理構造。 2. 了解常見的眼睛與口腔問題，並培養正確的保健態度。 3. 能在生活中主動正確執行愛眼與護口行動，並定期健康檢查。 	<p>為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>1b-IV-1 分析健康技能和生技能對健康維護的重要性。</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>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p>	<p>方式與管理策略</p> <p>。</p> <p>Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>		J6	
--	--	----------------	--	---	---	--	----	--

八	10/19-10/23	單元一 健康加油「讚」 第3章 愛眼護齒保健康	學習領域核心素養 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。 學習目標 1. 認識眼睛與口腔的 基本生理構造。 2. 了解常見的眼睛與 口腔問題，並培養正 確的保健態度。 3. 能在生活中主動正 確執行愛眼與護口行 動，並定期健康檢 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。 1b-IV-1 分 析健康技 能和生活 技能對健 康維護的 重要性。 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。	Da-IV-1 衛 生保健習 慣的實踐 方式與管 理策略 。 Da-IV-3 視 力、口腔保 健策略與 相關疾病。 Fb-IV-3 保 護性的健 康行為。	上課參與 小組討論 紙筆測驗	生命教育 J4 生命教育 J6	
---	-------------	----------------------------------	---	--	---	----------------------	--------------------------	--

				3a-IV-1 精熟地操作健康技能。				
九	10/26-10/30	單元一 健康加油「讚」 第3章 愛眼護齒保健康	學習領域核心素養 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。 學習目標 1. 認識眼睛與口腔的基本生理構造。 2. 了解常見的眼睛與口腔問題，並培養正確的保健態度。 3. 能在生活中主動正確執行愛眼與護口行動，並定期健康檢查。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 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	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	上課參與 分組報告 紙筆測驗	生命教育 J4 生命教育 J6	

				康行動的自覺利益與障礙。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。				
十	11/2-11/6	單元二 青春事件簿 第1章 這一站，青春	學習領域核心素養 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。 學習目標 1. 理解生殖器官構造、功能與保健概念。 2. 理解促進青春期健康生活的策略與資源。 3. 理解青春期身心變化與性衝動調適的策	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。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與	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。 Db-IV-7 健康性價值觀的建立，色情的	上課參與 平時觀察 經驗分享	性別平等 教育 J1	

			略。 4. 精熟地操作生殖器官保健的健康技能。 5. 運用適切的健康資訊，擬定青春期保健的策略。	服務，擬定健康行動策略。	辨識與媒體色情訊息的批判能力。			
十一	11/9-11/13	單元二 青春事件簿 第1章 這一站，青春	學習領域核心素養 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。 學習目標 1. 理解生殖器官構造、功能與保健概念。 2. 理解促進青春期健康生活的策略與資源。 3. 理解青春期身心變化與性衝動調適的策	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。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與	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。 Db-IV-7 健康性價值觀的建	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	性別平等 教育 J1	

			略。 4. 精熟地操作生殖器官保健的健康技能。 5. 運用適切的健康資訊，擬定青春期保健的策略。	服務，擬定健康行動策略。	立，色情的辨識與媒體色情訊息的批判能力。			
十二	11/16-11/20	單元二 青春事件簿 第1章 這一站，青春	學習領域核心素養 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。 學習目標 1. 理解生殖器官構造、功能與保健概念。 2. 理解促進青春期健康生活的策略與資源。 3. 理解青春期身心變化與性衝動調適的策	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。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與	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。 Db-IV-7 健康性價值的建	上課參與 平時觀察 經驗分享	性別平等 教育 J1	

			略。 4. 精熟地操作生殖器官保健的健康技能。 5. 運用適切的健康資訊，擬定青春期保健的策略。	服務，擬定健康行動策略。	立，色情的辨識與媒體色情訊息的批判能力。			
十三	11/23-11/27	單元二 青春事件簿 第2章 青春誰人知	1. 理解青春期心理健康的概念。 2. 認識青春期心理變化的調適與因應策略。 3. 認識與實踐生活技能，以調適與修正不同青春期心理健康的情境。 4. 理解、認識與尊重多元性別特質與角色。	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。 3b-IV-4 因應不同的	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-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。	上課參與 平時觀察 小組討論	性別平等教育 J1 性別平等教育 J3 性別平等教育 J6 性別平等教育 J11	

				<p>生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。</p> <p>4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。</p> <p>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>				
十四段考	11/30-12/4	單元二 青春事件簿 第 2 章 青春誰人知	<ol style="list-style-type: none"> 1. 理解青春期心理健康的概念。 2. 認識青春期心理變化的調適與因應策 	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健	Db-IV-2 青春 期身心變化的調 適與性衝	上課參與 平時觀察 小組討論	性別平等 教育 J1 性別平等 教育 J3	

			<p>略。</p> <p>3. 認識與實踐生活技能，以調適與修正不同青春期心理健康的情境。</p> <p>4. 理解、認識與尊重多元性別特質與角色。</p>	<p>康的概念。</p> <p>1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</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>4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點</p>	<p>動健康因應的策略。</p> <p>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</p>	<p>性別平等教育 J6</p> <p>性別平等教育 J11</p>	
--	--	--	--	--	--	------------------------------------	--

				與立場。 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。				
十五	12/7-12/11	單元二 青春事件簿 第2章 青春誰人知	學習領域核心素養 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。 學習目標 1. 理解青春期心理健康的概念。 2. 認識青春期心理變化的調適與因應策略。 3. 認識與實踐生活技	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	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-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。	上課參與 小組討論 紙筆測驗	性別平等教育 J1 性別平等教育 J3 性別平等教育 J6 性別平等教育 J11	

			<p>能，以調適與修正不同青春期心理健康的情境。</p> <p>4. 理解、認識與尊重多元性別特質與角色。</p>	<p>生活型態。</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>4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。</p> <p>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>				
十六	12/14-12/18	單元三	學習領域核心素養	1a-IV-3 評	Ea-IV-1 飲	上課參與	環境教育	

		<p>健康「食」行力 第1章 吃出好「食」力</p>	<p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識青春期的營養需求以及理解飲食指南的內容，並能在生活當中實踐。 2. 在選購外食時，能夠注意到並理解食品標示和營養標示的內容。 3. 能夠選擇符合自身需求，即符合健康取向的產品。 	<p>估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>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>食的源頭 管理與健康的外食。</p>	<p>小組討論</p>	<p>J6</p>	
十七	12/21-12/25	單元三	學習領域核心素養	1a-IV-3 評	Ea-IV-1 飲	上課參與	環境教育	

		<p>健康「食」行力 第1章 吃出好「食」力</p>	<p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識青春期的營養需求以及理解飲食指南的內容，並能在生活當中實踐。 2. 在選購外食時，能夠注意到並理解食品標示和營養標示的內容。 3. 能夠選擇符合自身需求，即符合健康取向的產品。 	<p>估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>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>食的源頭 管理與健康的外食。</p>	<p>小組討論 資料蒐集 整理 觀察記錄</p>	<p>J6</p>	
十八	12/28-1/1	單元三	學習領域核心素養	1a-IV-3 評	Ea-IV-1 飲	紙筆測驗	環境教育	

		<p>健康「食」行力 第1章 吃出好「食」力</p>	<p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識青春期的營養需求以及理解飲食指南的內容，並能在生活當中實踐。 2. 在選購外食時，能夠注意到並理解食品標示和營養標示的內容。 3. 能夠選擇符合自身需求，即符合健康取向的產品。 	<p>估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>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>食的源頭 管理與健康的外食。</p>	<p>分組報告</p>	<p>J6</p>	
十九	1/4-1/8	單元三	學習領域核心素養	1a-IV-3 評	Ea-IV-2 飲	上課參與	安全教育	

		健康「食」行力 第2章 食在安心	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。 學習目標 1. 了解食物中毒發生的原因、預防方法。 2. 觀察、發現周遭不安全的飲食習慣或環境。 3. 改善不安全的飲食衛生習慣達到預防食物中毒的效果。	估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 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。	食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。	小組討論 資料蒐集整理 觀察記錄	J3 安全教育 J4	
廿	1/11-1/15	單元三 健康「食」行力 第2章 食在安心	學習領域核心素養 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	1a-IV-3 評	Ea-IV-2 飲	紙筆測驗 分組報告	安全教育 J3 安全教育 J4	

			<p>用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解食物中毒發生的原因、預防方法。 2. 觀察、發現周遭不安全的飲食習慣或環境。 3. 改善不安全的飲食衛生習慣達到預防食物中毒的效果。 	<p>擊與風險。</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>4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>預防處理方法。</p>			
廿一段 考	1/18-1/22	<p>單元三 健康「食」行力 第2章 食在安心</p>	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>學習目標</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。</p> <p>3a-IV-2 因應不同的生活情境</p>	<p>Ea-IV-2 飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。</p>	<p>紙筆測驗 分組報告</p>	<p>安全教育 J3 安全教育 J4</p>	

			1. 了解食物中毒發生的原因、預防方法。 2. 觀察、發現周遭不安全的飲食習慣或環境。 3. 改善不安全的飲食衛生習慣達到預防食物中毒的效果。	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。				
--	--	--	---	---	--	--	--	--

註 1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期八個學習領域（語文、數學、自然科學、綜合、藝術、健體、社會及科技等領域）之教學計畫表。

註 2：議題融入部份，請填入法定議題及課綱議題。

註 3：藝術才能班請於表件中加入「課程目標/學習構面」項目，該項目內容含創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活、藝術專題，共計 5 面向。

註 4：起迄日期可依疫情或實際需要彈性調整。

109 學年度嘉義縣鹿草國民中學 **七年級第二學期健體領域健康教育科** 教學計畫表

設計者：吳孟宗(新課綱) (表十二之一)

一、教材版本：南一版第二冊

二、本領域每週學習節數：1

三、總綱核心素養：

- A1 身心素質與自我精進 ■A2 系統思考與解決問題 ■A3 規劃執行與創新應變 ■B1 符號運用與溝通表達 ■B2 科技資訊與媒體素養
 ■B3 藝術涵養與美感素養 ■C1 道德實踐與公民意識 ■C2 人際關係與團隊合作 □C3 多元文化與國際理解給選項

四、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	單元/主題名稱	學習領域核心素養/學習目標	教學重點		評量方式	議題融入	跨域統整或協同教學規劃(無則免填)
				學習表現	學習內容			
一	2/18-2/19	單元一 「癮」形大危機 第1章 菸誤人生	學習領域核心素養 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。 學習目標 1. 評估抽菸行為對個人身心健康、家庭與社會的衝擊風	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。 2a-IV-2 自	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	上課參與 小組討論 分組報告	生命教育 J5 法治教育 J3 法治教育 J4	

			<p>險。</p> <p>2. 思考抽菸造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>3. 因應不同的生活情境，善用拒絕技巧、自我控制並運用相關資源，以拒絕菸品與菸害。</p> <p>4. 主動並公開表明個人對拒菸行為的觀點及立場。</p>	<p>主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</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>技巧與自我控制。</p> <p>Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</p>			
二	2/22-2/26	<p>單元一 「癮」形大危機 第1章 菸誤人生</p>	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</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。</p> <p>2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與</p>	<p>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。</p> <p>Bb-IV-4 面</p>	<p>上課參與 資料蒐集 與整理 紙筆測驗</p>	<p>生命教育 J5 法治教育 J3 法治教育 J4</p>	

			<p>1. 評估抽菸行為對個人身心健康、家庭與社會的衝擊風險。</p> <p>2. 思考抽菸造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>3. 因應不同的生活情境，善用拒絕技巧、自我控制並運用相關資源，以拒絕菸品與菸害。</p> <p>4. 主動並公開表明個人對拒菸行為的觀點及立場。</p>	<p>趨勢。</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>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>對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。</p> <p>Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</p>			
三	3/1-3/5	<p>單元一 「癮」形大危機 第2章 酒後誤事</p>	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>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</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。</p> <p>2a-IV-2 自主思考健</p>	<p>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。</p>	<p>上課參與 小組討論 分組報告</p>	<p>生命教育 J5 法治教育 J3 法治教育 J4</p>	

			<p>中。</p> <p>學習目標</p> <p>1. 評估喝酒行為對個人身心健康、家庭與社會的衝擊風險。</p> <p>2. 思考喝酒造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>3. 因應不同的生活情境，善用拒絕技巧、自我控制並運用相關資源，以拒絕喝酒。</p>	<p>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>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-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。</p> <p>Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</p>			
四	3/8-3/12	單元一	學習領域核心素養	1a-IV-3 評	Bb-IV-3	上課參與	生命教育	

		<p>「癮」形大危機 第2章 酒後誤事</p>	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 評估喝酒行為對個人身心健康、家庭與社會的衝擊風險。 2. 思考喝酒造成的威脅感與嚴重性。 3. 因應不同的生活情境，善用拒絕技巧、自我控制並運用相關資源，以拒絕喝酒。 	<p>估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</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>3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健</p>	<p>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。</p> <p>Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。</p> <p>Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</p>	<p>資料蒐集與整理 紙筆測驗</p>	<p>J5 法治教育 J3 法治教育 J4</p>	
--	--	---------------------------------	---	---	---	-------------------------	---	--

				康問題。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。				
五	3/15-3/19	單元一 「癮」形大危機 第3章 紅脣危機	學習領域核心素養 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。 學習目標 1. 評估檳榔對個人身心健康、家庭與社會的衝擊風險。 2. 思考嚼食檳榔造成的威脅感與嚴重性。	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。 3b-IV-4 因應不同的生活情	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。 Bb-IV-5 拒	上課參與 小組討論 分組報告	環境教育 J11 品德教育 J3 法治教育 J3 法治教育 J4	

			<p>3. 因應不同的生活情境，善用拒絕技巧、自我控制並運用相關資源，以拒絕檳榔。</p> <p>4. 主動並公開表明個人對拒檳行為的觀點及立場。</p>	<p>境，善用各種生活技能，解決健康問題。</p> <p>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>絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</p>			
六	3/22-3/26	<p>單元一 「癮」形大危機 第3章 紅脣危機</p>	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</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。</p> <p>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威</p>	<p>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。</p> <p>Bb-IV-4 面</p>	<p>上課參與 資料蒐集 與整理 紙筆測驗</p>	<p>環境教育 J11 品德教育 J3 法治教育 J3 法治教育 J4</p>	

			<p>1. 評估檳榔對個人身心健康、家庭與社會的衝擊風險。</p> <p>2. 思考嚼食檳榔造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>3. 因應不同的生活情境，善用拒絕技巧、自我控制並運用相關資源，以拒絕檳榔。</p> <p>4. 主動並公開表明個人對拒檳行為的觀點及立場。</p>	<p>脅感與嚴重性。</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>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>對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。</p> <p>Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</p>			
七 (段考)	3/29-4/2	單元一 「癮」形大危機 第3章 紅脣危機	學習領域核心素養 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。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風	Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對	上課參與 資料蒐集 與整理 紙筆測驗	環境教育 J11 品德教育 J3 法治教育 J3	

			<p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 評估檳榔對個人身心健康、家庭與社會的衝擊風險。 2. 思考嚼食檳榔造成的威脅感與嚴重性。 3. 因應不同的生活情境，善用拒絕技巧、自我控制並運用相關資源，以拒絕檳榔。 4. 主動並公開表明個人對拒檳行為的觀點及立場。 	<p>險。</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>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>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>個人身心健康與家庭、社會的影響。</p> <p>Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。</p> <p>Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</p>		<p>法治教育 J4</p>	
八	4/5-4/9	單元一	學習領域核心素養	1a-IV-3 評	Fa-IV-5 心	上課參與	環境教育	

		<p>「癮」形大危機 第4章 青春不迷「網」</p>	<p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 評估網路沉迷行為對健康造成的衝擊與風險。 2. 思考沉迷網路造成的威脅與嚴重性。 3. 因應生活情境，善用各種策略。 4. 預防與解決網路沉迷的問題。 	<p>估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</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>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</p>	<p>理健康的促進方法與異常行為的預防方法。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>經驗分享 紙筆測驗</p>	<p>J11 品德教育 J3 法治教育 J3 法治教育 J4</p>	
--	--	------------------------------------	---	--	---	----------------------	--	--

				行動，並反省修正。				
九	4/12-4/16	單元二 全境擴散 第1章 傳染病情報 站	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 瞭解傳染病的過去和未來、嚴重性、定義與分析致病原因。 2. 分析新興傳染病對於全球或國家社會發展的影響。 3. 統整與分析所有傳染病的基本預防策略，進而了解保護自己健康的方法。 4. 了解適當的健康自我管理行為，以增加預防各類傳染 	<p>1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。</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-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p>	<p>Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p> <p>Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。</p>	上課參與 平時觀察	<p>品德教育 J1</p> <p>品德教育 J8</p>	

			病的能力。					
十	4/19-4/23	單元二 全境擴散 第1章 傳染病情報 站	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 瞭解傳染病的過去和未來、嚴重性、定義與分析致病原因。 2. 分析新興傳染病對於全球或國家社會發展的影響。 3. 統整與分析所有傳染病的基本預防策略，進而了解保護自己健康的方法。 4. 了解適當的健康自我管理行為，以增加預防各類傳染病的能力。 	<p>1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。</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-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p>	<p>Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p> <p>Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。</p>	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	<p>品德教育 J1 品德教育 J8</p>	
十一	4/26-4/30	單元二	學習領域核心素養	1a-IV-3 評	Da-IV-1 衛	上課參與	品德教育	

		全境擴散 第2章 打擊傳染病	<p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解台灣常見傳染病的病原體、傳染途徑、主要症狀、特點，以及預防方法。 2. 認識新興傳染病的現況、種類、威脅和感染因素，並且能運用各項預防策略自我保護。 3. 了解各類傳染病的嚴重性後，能提高警覺，並將所學應用於預防傳染病的自主管理，進而共同防治各類傳染病。 	<p>估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</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-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</p>	<p>生保健習慣的實踐方式與管理策略。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p> <p>Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。</p>	<p>平時觀察 經驗分享</p>	<p>J1 品德教育 J8</p>	
十二	5/3-5/7	單元二 全境擴散 第2章 打擊傳染病	<p>學習領域核心素養</p> <p>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</p>	<p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康</p>	<p>Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管</p>	<p>上課參與 小組討論 經驗分享 紙筆測驗</p>	<p>品德教育 J1 品德教育 J8</p>	

			<p>用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>學習目標</p> <p>1. 了解台灣常見傳染病的病原體、傳染途徑、主要症狀、特點，以及預防方法。</p> <p>2. 認識新興傳染病的現況、種類、威脅和感染因素，並且能運用各項預防策略自我保護。</p> <p>3. 了解各類傳染病的嚴重性後，能提高警覺，並將所學應用於預防傳染病的自主管理，進而共同防治各類傳染病。</p>	<p>造成的衝擊與風險。</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-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</p>	<p>理策略。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p> <p>Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。</p>			
十三 (段考)	5/10-5/14	單元二 全境擴散 第2章 打擊傳染病	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>學習目標</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。	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Fb-IV-3 保護性的健	上課參與 小組討論 經驗分享 紙筆測驗	品德教育 J1 品德教育 J8	

			<p>1. 了解台灣常見傳染病的病原體、傳染途徑、主要症狀、特點，以及預防方法。</p> <p>2. 認識新興傳染病的現況、種類、威脅和感染因素，並且能運用各項預防策略自我保護。</p> <p>3. 了解各類傳染病的嚴重性後，能提高警覺，並將所學應用於預防傳染病的自主管理，進而共同防治各類傳染病。</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-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</p>	<p>康行為。</p> <p>Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。</p>			
十四	5/17-5/21	<p>單元三 安全守護神 第1章 安全伴我行</p>	<p>學習領域核心素養 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。</p> <p>學習目標</p> <p>1. 認識事故傷害。</p> <p>2. 了解家庭中常見的事故傷害及預防方法。</p>	<p>1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。</p> <p>1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，尋求解決的健</p>	<p>Ba-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>上課參與 平時觀察 經驗分享</p>	<p>環境教育 J12 安全教育 J1 安全教育 J3 安全教育 J4 安全教育 J8 安全教育</p>	

			<p>3. 了解學校中常見的事故傷害及預防方法。</p> <p>4. 能對安全問題提出可行的解決方法。</p>	<p>康技能和 生活技 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>			J9	
十五	5/24-5/28	<p>單元三 安全守護神 第2章 急救得來速</p>	<p>學習領域核心素養 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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標 1. 建立正確的急救觀念與原則。</p>	<p>1b-IV-1 分 析健康技 能和生 活技能對 健康維護 的重要性。</p> <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</p>	<p>Ba-IV-3 緊 急情境處 理與止 血、包紮、 CPR、復甦 姿勢急救 技術。</p>	<p>上課參與 平時觀察 小組討論 實作評量</p>	<p>安全教育 J11</p>	

			<p>2. 能正確操作基本繃帶包紮法。</p> <p>3. 能正確操作基本三角巾包紮法。</p> <p>4. 了解常見運動傷害的處理原則。</p> <p>5. 培養樂於助人的價值觀。</p>	<p>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>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p>				
十六	5/31-6/4	單元三 安全守護神 第2章 急救得來速	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <p>1. 建立正確的急救觀念與原則。</p>	<p>1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <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</p>	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	上課參與 平時觀察 小組討論 實作評量	安全教育 J11	

			<p>2. 能正確操作基本繃帶包紮法。</p> <p>3. 能正確操作基本三角巾包紮法。</p> <p>4. 了解常見運動傷害的處理原則。</p> <p>5. 培養樂於助人的價值觀。</p>	<p>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>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p>				
十七	6/7-6/11	單元三 安全守護神 第2章 急救得來速	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <p>1. 建立正確的急救觀念與原則。</p>	<p>1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <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</p>	<p>Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。</p>	<p>上課參與 平時觀察 小組討論 實作評量</p>	<p>安全教育 J11</p>	

			<p>2. 能正確操作基本繃帶包紮法。</p> <p>3. 能正確操作基本三角巾包紮法。</p> <p>4. 了解常見運動傷害的處理原則。</p> <p>5. 培養樂於助人的價值觀。</p>	<p>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>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p>				
十八	6/14-6/18	單元三 安全守護神 第3章 防災御守	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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</p>	<p>1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</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</p>	<p>Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。</p> <p>Ba-IV-4 社區環境安全的行動策略。</p>	上課參與 經驗分享	<p>環境教育 J10</p> <p>環境教育 J11</p> <p>環境教育 J12</p> <p>安全教育 J3</p> <p>安全教育 J9</p> <p>防災教育 J4</p> <p>防災教育 J6</p>	

			<p>作及與人和諧互動的素養。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 瞭解颱風來臨前、中、後的因應對策。 2. 瞭解火災常見的成因與預防方法。 3. 能檢視生活中的用電習慣，並改善缺失。 4. 正確操作滅火器實施滅火。 5. 能說出地震發生前降低傷害的整備方式。 6. 能因應不同情境演練地震避難情況。 7. 繪製家庭防災地圖。 	<p>能。</p> <p>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</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>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>防災教育 J8 防災教育 J9</p>	
十九	6/21-6/25	<p>單元三 安全守護神 第3章 防災御守</p>	<p>學習領域核心素養</p> <p>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</p>	<p>1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健</p>	<p>Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守</p>	<p>上課參與 資料蒐集 與整理 紙筆測驗</p>	<p>環境教育 J10 環境教育 J11</p>	

		<p>用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 瞭解颱風來臨前、中、後的因應對策。 2. 瞭解火災常見的成因與預防方法。 3. 能檢視生活中的用電習慣，並改善缺失。 4. 正確操作滅火器實施滅火。 5. 能說出地震發生前降低傷害的整備方式。 6. 能因應不同情境演練地震避難情況。 	<p>康維護的重要性。</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>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</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>4a-IV-1 運用適切的</p>	<p>則與相關法令。</p> <p>Ba-IV-4 社區環境安全的行動策略。</p>	<p>環境教育</p> <p>J12</p> <p>安全教育</p> <p>J3</p> <p>安全教育</p> <p>J9</p> <p>防災教育</p> <p>J4</p> <p>防災教育</p> <p>J6</p> <p>防災教育</p> <p>J8</p> <p>防災教育</p> <p>J9</p>	
--	--	---	---	--	--	--

			7. 繪製家庭防災地圖。	健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。				
廿(段考)	6/28-6/30	單元三 安全守護神 第3章 防災御守	<p>學習領域核心素養</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 瞭解颱風來臨前、中、後的因應對策。 2. 瞭解火災常見的成因與預防方法。 	<p>1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</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>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p>	<p>Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。</p> <p>Ba-IV-4 社區環境安全的行動策略。</p>	上課參與 資料蒐集 與整理 紙筆測驗	<p>環境教育 J10 環境教育 J11 環境教育 J12 安全教育 J3 安全教育 J9 防災教育 J4 防災教育 J6 防災教育 J8 防災教育 J9</p>	

			<p>3. 能檢視生活中的用電習慣，並改善缺失。</p> <p>4. 正確操作滅火器實施滅火。</p> <p>5. 能說出地震發生前降低傷害的整備方式。</p> <p>6. 能因應不同情境演練地震避難情況。</p> <p>7. 繪製家庭防災地圖。</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>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>				
--	--	--	---	--	--	--	--	--

註 1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期八個學習領域（語文、數學、自然科學、綜合、藝術、健體、社會及科技等領域）之教學計畫表。

註 2：議題融入部份，請填入法定議題及課綱議題。

註 3：藝術才能班請於表件中加入「課程目標/學習構面」項目，該項目內容含創作與展演、知識與概念、藝術與文化、藝術與生活、藝術專題，共計 5 面向。

註 4：起迄日期可依疫情或實際需要彈性調整。