

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

110 學年度嘉義縣 布袋 國民中學九年級第 一二 學期 健康與體育 領域 健康教育 科 教學計畫表 設計者：莊銘凱 (表十二之一)

一、教材版本：南一版第五、六冊 二、本領域每週學習節數：1 節

三、本學期課程內涵：

第一學期：

教學進度	單元名稱	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學重點	評量方式	議題融入	跨領域統整規劃 (無則免填)
			學習表現	學習內容					
第 1-2 週	單元 1 體型由我塑 第 1 章 體型覺醒	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-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-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。	1. 能夠瞭解何謂健康體型。 2. 對於媒體中的體態相關訊息能有批判性思考的能力。	1. 體型變變變:提醒學生體型的多樣本來就是自然的現象，不應該以此作為嘲弄或者開玩笑的內容。 2. JUST DO IT 體型探測員:引導學生填寫自己過去與現在的身高、體重、頭圍、腿長。並告知答案可能是未來改變	上課參與 平時觀察 紙筆測驗 小組討論	【性別平等教育】 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。	

體型的契機，可以先在這個時候好好檢視自己的生長發育情況。

3. 體型觀察站：請學生分享每個人對體型的看法是否不盡相同。教師也說明身體意象的內涵以及對健康的影響。

4. 影響身體意象的原因：說明脂肪細胞如何影響體型。引用「東施效顰」、「畫虎不成反類犬」、「邯鄲學步」等成語警醒大家，一味地模仿可能會導致負面情況，甚至連原本的自己都失去了。

5. 體型自我肯定學習單：此練習與過去所學的批判性思考相似，但除了批判之外，更強調面對

						任何訊息時，應先詳細檢視訊息，不要急著相信或任意「轉發」。在這個資訊流通快速的時代，我們要掌握訊息，而不是被訊息淹沒，失去自己的主見。			
第 3-4 週	單元 1 體型由我塑 第 2 章 體型方程式	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。	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。	Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	1. 能夠藉由各項數據檢驗自己的體型是否符合健康標準。 2. 了解體型不良對健康造成的影響。	1. 體型密碼解析:說明身體質量指數的意涵與標準。請學生覺察自己的日常行為。告知身體質量指數是一般常見的參考值，不適用於每個人。體脂肪在身體當中的比率，會隨著年齡而逐漸增加。並引導學生閱讀課文情境。講解如何測量腰圍與臀圍，說明腰圍身高比。	上課參與 平時觀察 健康狀況 自評表或檢核表 分組討論	【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 5-6 週	單元 1 體型由	健體-J-A3 具備善用體育與健康	1b-IV-4 提出健康自主管理的行	Ea-IV-4 正向的身體意象	1. 了解如何達到健康體	1. 這些方法不太「型」:引導學生思考對於體型	上課參與		

	我塑 第3章 健康我 最 「型」	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。	動策略。 2b-IV-3 充分地 肯定自我健康行 動的信心與效能 感。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。	與體重控制 計畫。	型。 2. 能訂定出 自己的健康 體管理計 畫。	控制的想法。搭配新聞 時事講解課文內容。 2. 食要有型:請學生檢視 自己的飲食情況是否符 合飲食指南:試著將自 己「應該」吃的分量均 勻地分配在三餐當中。 並檢核自己是否有達 到,有無不足或過量的 部分。	平時觀 察 健康狀 況自評 表或檢 核表 分組討 論		
第7-8週	單元2 人際新 觀點 第1章 青春情 誼	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。	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。 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	Fa-IV-3 有利 人際關係的 因素與有效 的溝通技 巧。	1. 了解提升 人際關係的 策略。 2. 學習運用 「我」訊息 表達情緒。 3. 認識衝突 解決的原 則。 4. 運用不同 方法處理人	1. JUST DO IT 人際關係 小錦囊:說明好的人際關 係也是健康的一部分, 不利的人際關係會對身 心發展產生影響。 2. 增進人際關係策略:說 明增進人際關係的五項 策略。並請學生反思每 一項策略下方的問題。 這些特點應相輔相成, 不能偏重其中幾點,否	上課參 與 平時觀 察 分組討 論 經驗分 享	【性別平 等教育】 性 J11 1 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	

			能，解決健康問題。		際問題。	則可能會矯枉過正。		力。	
第 9-10 週	單元 2 人際新 觀點 第 2 章 我們這 一家	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。	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-3 充分地 肯定自我健康行 動的信心與效能 感。 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。	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. 了解家庭 的不同功 能。 2. 認識促進 家庭關係的 方法。 3. 參與增進 家庭關係的 活動。 4. 了解發生 衝突的解決 方法。 5. 認識家庭 暴力及處理 方式。	1. 我的理想家庭:引導學 生請閱讀課本情境，並 分組討論想一想題目。 說明生活週遭可能會有 許多不同的家庭型態。 核心家庭、折衷家庭、 單親家庭、新住民家庭 與寄宿家庭等。 2. JUST DO IT 我的家庭 放大鏡:請學生反思自己 家庭的特色，並也寫下 有沒有可以再改善的地 方。 3. 促進我的家庭關係:透 過情境比較選擇目前家 中的氛圍與想要擁有的 氣氛為何。由學生討論 與分享不同氣氛下，會 如何影響家庭的感情。	上課參 與 平時觀 察 態度檢 核 小組討 論	【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 J4 探 討約會、 婚姻與家 庭建立的 歷程。 家 J5 了 解與家人 溝通互動 及相互支	

						教師說明家庭成員間的互動就跟一般的人際關係互動相似，都需要互相尊重與體諒。並完成 JUST DO IT 營造親密時光，可指定學生發表分享。		持的適切方式。 【家庭暴力防治】	
第 11-12 週	單元 2 人際新觀點 第 3 章 雲端停看聽	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。	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	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。	1. 了解網路交友與一般交友的差異。 2. 了解網路交友的安全注意事項。 3. 認識網友見面的安全守則。 4. 體認網友見面時自我保護的重要性。	1. 網路交友知多少:詢問學生是否有網路交友的經驗，網路交友所帶來的影響。並說明網路使我們能快速、方便地結交不同朋友。 2. 網路交友要安全:說明網路交友須以安全為最高原則，並解釋網路交友的注意事項。請學生選擇會以何者做為主要的交友方式，並寫下原因。	上課參與 平時觀察 態度檢核 小組討論	【性別平等教育】 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。	

					5. 認識家庭暴力級處理方式。				
第 13-14 週	單元 3 心情點 播站 第 1 章 釋放壓力鍋	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。	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-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。 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-3 持續地	Fa-IV-4 情緒與壓力因應與調適的方案。 Fa-IV-5 心理健康的促進方法與異常行為的預防方法。	1. 評估與思考壓力帶來的健康問題。 2. 認識與善用紓壓及抗壓能力，以解決與預防生活中健康問題。 3. 持續地執行調適壓力、促進心理健康的方法。	1. JUST DO IT 壓力內心話: 搭配課本量表，已導學生根據目前的狀態回答問題並計算回答「是」的數量。並請學生想一想，寫下壓力內心話。 2. JUST DO IT 壓力傳話筒: 透過情境引導學生想一想，並上台分享。 2. JUST DO IT 我的壓力在哪裡? 引導學生想一想，並透過氣球充氣的過程輔助說明。思考一下自己目前的狀態，用紅筆將自己的壓力落點標示出來，並勾選下方問題。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	【生命教育】 生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自觀。	

			執行促進健康及減少健康風險的行動。						
第 15-16 週	單元 3 心情點 播站 第 2 章 EQ 「心」 世界	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。	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-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。	Fa-IV-4 情緒與壓力因應與調適的方案。 Fa-IV-5 心理健康的促進方法與異常行為的預防方法。	1. 評估與思考情緒的影響與相關問題。 2. 認識與善用情緒調適技能，以解決與預防生活中健康問題。 3. 持續地執行情緒調適、促進心理健康的方法。		上課參與 平時觀察 紙筆測驗	【生命教育】 生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自觀。	

第 17-18 週	單元 3 心情點 播站 第 3 章 守住珍 貴生命	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。	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。	Fa-IV-5 心理健康的促進方法與異常行為的預防方法。	1. 運用自我調適技能以預防自我傷害與促進心理健康。 2. 提升堅守珍愛生命的態度與價值觀。	1. JUST DO IT 情緒小日記:說明情緒無對錯，但表達與管理的方式要注意是否恰當。情緒可能受到內外因素影響。請同學覺察與記錄最近的情緒與原因。 2. EQ 情緒智商:說明 EQ 包含覺察、表達及管理能力。讓學生了解統整運用這幾項能力在生活中妥善運用。反思與檢討自己目前 EQ 能力。 2. EQ 培訓站:說明想預防失控的情緒，根本的方式就是培養好的 EQ。講解各項提升 EQ 的方式。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	【生命教育】 生 J7 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。
第 19-20 週	單元 3 心情點	健體-J-A3 具備善用體育與健康	1a-IV-4 理解促進健康生活的策	Fa-IV-5 心理健康的促進	1. 認識休閒活動的意涵	1. JUST DO IT 休閒放大鏡:請學生想一想，目前	上課參與	

<p>播站 第 4 章 休閒 「心」 生活</p>	<p>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>略、資源與規 範。 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>方法與異常 行為的預防 方法。</p>	<p>與方法。 2. 學習運用 相關資訊擬 定自我的休 閒計畫以促 進身心健 康。</p>	<p>從事休閒活動與當 下的情緒感受。再 次加深學生對於 休閒活動定義的 認識，同時引導 學生瞭解本章探 索自己適合的休 閒活動並學習規 畫。 2. JUST DO IT 探 索休閒活動：說 明找出適合自己 的休閒活動，是 需要花些時間與 心思探索。介紹 課本的五種休閒 分類後，引導學 生完成 JUST DO IT 記錄自己想嘗 試的新休閒活動。</p>	<p>平時觀察 紙筆測驗</p>		
---	---	--	--------------------------------	---	--	----------------------	--	--

第二學期：

教學進度	單元名稱	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學重點	評量方式	議題融入	跨領域統整規劃 (無則免填)
			學習表現	學習內容					
第 1-3 週	單元 1 社區網絡拼圖 第 1 章 社區放大鏡	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。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 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。 Ba-IV-4 社區環境安全的行動策略。	1. 學習評估社區安全潛在危機的方法。 2. 理解社區安全相關守則與法令。 3. 運用健康知識、法令、人力各項資源，擬定社區安全行動策略。	1. JUST DO IT 社區安全觀察家:先用目前所在班級當練習找找看安全問題，再想想同樣問題是否有發生在生活的社區。 2. 社區診斷:引導學生要有脈絡並運用學過的安全知識診斷。介紹各項診斷重點，並請學生思	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。	

						考對健康的影響與危害。			
第 4-6 週	單元 1 社區 網絡 拼圖 第 2 章 社區 健康 營造 力	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。	2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能。 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。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。	1. 理解社區健康營造定義與流程。 2. 運用健康知識與各項資源，擬定社區健康營造行動策略。 3. 主動並公開表明對社區健康的觀點與立場。	1. JUST DO IT 社區營造想一想:引導學生了解社區健康與個人健康的關聯。說明社區健康營造的定義。請學生拿出事前準備的社區照片，分組討論社區的相似或差異，請學生完成 JUST DO IT。 2. 健康營造流程:介紹「文化部臺灣社區通」網站，讓學生認識各社區營造的故事，並以里長	上課參與 平時觀察 資料蒐集 與整理	【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。	

						社區或忠權社區為例子舉例。並 JUST DO IT「找尋社區故事」。			
第 7-9 週	單元 2 翻轉 護地 球 第 1 章 環境 大挑 戰	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-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	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持	Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	1. 分析人類的各項行為與科技發展對自然環境的危害。 2. 體認臺灣各項重要環境汙染問題，並願意負起維護環境的責任。 3. 體會人與環境是生命共同體的關係，環境被破壞也會危害人類健康，進而建立積極的環保態度和行動。	1. 髒兮兮的「惱」河：進行「水汙染實驗」體驗活動。詢問學生想過水從何而來嗎？有沒有汙染？並播放「看見毒害溪流 齊柏林嘆冰山一角」影片。說明台灣水汙染的嚴重性。播放「水汙染」影片，說明「汗水危害健康」。請學生分組上網收集水汙染相關新	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	【環境教育】 環 J8 了解臺灣生態環境及社會發展面對氣候變遷的脆弱性與韌性。	

		<p>諧互動的素 養。</p>	<p>自己健康促進的 立場。</p>		<p>4. 能學習蒐集 資訊進而關心 本土和國際環 保議題，以及 分析其問題的 影響和改進之 道。</p>	<p>聞和減少水污染 方法。</p> <p>1. 亂糟糟的垃圾 危機:播放「台 客劇場- 便利人生一週累 積 多少垃圾？」影 片。覺察環境中 垃圾污染問題， 討論相關問題。 請學生思考「垃 圾造成的危 害」。說明「垃 圾減量 5R」原 則。</p> <p>1. 鬧哄哄的魔音 穿腦:進行「聲 音實驗」體驗活 動。說明噪音就 是聽了會讓人感</p>			
--	--	---------------------	------------------------	--	---	---	--	--	--

					<p>到不舒適的聲音。說明「保護聽力5口訣」的執行方式。引導學生思考日常生活中還有哪些習慣恐對耳朵造成傷害？</p> <p>2. 灰濛濛的空襲警報：進行「嗅覺體驗」活動。思考若空氣中充滿討厭的味道，感受如何？若是有毒物質懸浮於空氣中，則毒物會隨呼吸作用進入人體而危害健康。播放「台灣空污來源」影片，說明台灣人</p>			
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						為的空汙來源。			
第 10-12 週	單元 2 翻轉 護地 球第 2 章 綠活 行動 家	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-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。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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。	Ca-IV-3 環保永續為基礎的綠色生活型態。	1. 體認人類日常生活中各項行為對環境保護和永續的重要性。 2. 了解綠色生活型態的意義、相關名詞和運用。 3. 學習日常生活中可實踐的各種環保行動，以達綠色生活型態。 4. 能影響身邊的親友認識環境問題現況，並思考、規劃和執行環保行動。	1. 「食」在好健康:請各組選擇一項行動策略，並演出在生活中如何落實的情境劇。表演結束後，教師強調行動愛地球的概念，並請同學填寫課本問題。 2. 「衣」同做環保:播放「寶特瓶環保紗」、「只要 2 分鐘舊衣服變身購物袋」影片。給各組一件回收衣物，讓各組發揮創意讓舊衣變身成可用之物。	上課參與 平時觀察	【環境教育】 環 J10 了解天然災害對人類生活、生命、社會發展與經濟產業的衝擊。	

					<p>3. 「住」的好節 能:播放「超級 節能改造王:想 讓人逃出門的 家」等影片,給 各組水電費帳 單,並教他們如 何看懂帳單中的 資訊。</p> <p>1. 「行」動多綠 能:播放「永續 能源 之路 - 單車大 國荷蘭騎出綠色 生活」等影片。 說明選擇低碳排 放量的交通工 具,可減少能源 使用降低環境污 染,所以「行」 也能融入環保概</p>			
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>念。</p> <p>2. 「育樂」增綠活:給各組一些廣告紙,請他們發揮創意做出紙類創作。各組上台說明創作構思、製作過程和成品展示。</p> <p>3. 同心協力愛地球:播放「您知道『世界地球日』的由來是甚麼嗎? 臺灣又是甚麼時候開始,參與響應地球日的行動呢?」影片。:請各組選擇課本中一項綠色行動原則,並演出生</p>			
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

						活中如何落實的情境劇。			
第 13-15 週	單元 3 健康人生 逗陣行 第 1 章 美妙 新生命	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。	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。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	1. 了解懷孕過程生理的變化，體認前述的生理變化會影響心理狀態。 2. 了解孕期相關保健知識並養成同理與關懷的態度。	1. 好「孕」降臨:引導學生閱讀課本情境，並寫下看法。說明成功受孕的條件。解說驗孕的原理。 2. 好「孕」之旅:引導學生閱讀課本情境，說明生命列車相關內容。說明懷孕期間的不適症狀。引導學生思考，這些症狀會為生活帶來哪些影響？介紹懷孕期間的健康照護要點。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗		

						1. 好「孕」醫同行:說明優生保健服務意涵及內容及不同的檢查項目的細項介紹。說明不同分娩方式的內容以及優缺點。不論選擇何種分娩方式，要優先考量孕婦跟胎兒的健康與安全。			
第 16-18 週	單元 3 健康人生逗陣行 第 2 章 樂活	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	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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。	Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	1. 理解人生各個階段有不同的健康促進重點。 2. 體認不同階段所會遇到的健康問題。	1. 生命旅程指南:請學生看阿壹家族的各成員互動情況。進行「健康問題賓果」活動。提醒學生抽菸的人不只讓自己健康受害，也	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	【生命教育】 生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心	

	新旅程	的問題。				<p>會使其他人受二手菸與三手菸的影響。趴著看書及躺著使用手機會對健康造成危害。</p> <p>2. 健康起跑點： 播放「半夜狂哭！手忙腳亂高中生照顧電子寶寶」影片。說明嬰幼兒時期的照顧要點。</p> <p>1. 健康不轉彎： 進行「青春期限定」活動，引導學生填寫「健康生活 ING」。遊戲了解疾病預防或健康促進的概念。引導學生了</p>		理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能动性，培養適切的自我觀。	
--	-----	------	--	--	--	---	--	---	--

						解，有些習慣會 影響自己一輩 子。			
--	--	--	--	--	--	-------------------------	--	--	--

註1：請分別列出七、八、九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。