

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

110 學年度嘉義縣昇平國民中學八年級第一二學期健體領域健教科 教學計畫表 設計者：陳淑婷 (表十二之一)

一、教材版本：南一版第 3~4 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 週 08/29-09/04	註冊、開學 不排課								
第 2 週 09/05-09/11	單元一 愛，這件事 第 1 章 歌頌情誼	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。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。 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. 辨別欣賞、喜歡與愛。 2. 了解健康的邀約、安全的約會的方式。 3. 學習情感維持與結束的正確方式。 4. 培養情感關係中的正確態度與健康價值觀。	1. 讓學生試著分辨欣賞、喜歡與愛之間的差異。說明感情是需要時間來相處，才能漸漸體會。 2. 說明約會目的、約會的三階段以及規畫約會行程時要注意的地方。 3. 提醒學生，拒絕邀約是每個人的權利，但也要考量對方的感受。而被拒絕應保持原有的風度。 4. 約會不等於一定要交往，約會只是	態度檢核 上課參與 小組討論	【法定】 性別平等 【課綱】 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。	

						一個讓彼此更了解對方的方式。			
第3週 09/12-09/18	單元一 愛，這件事 第1章 歌頌情誼	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。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。	Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。	1. 辨別欣賞、喜歡與愛。 2. 了解健康的邀約、安全的約會的方式。 3. 學習情感維持與結束的正確方式。 4. 培養情感關係中的正確態度與健康價值觀。	1. 讓學生試著分辨欣賞、喜歡與愛之間的差異。說明感情是需要時間來相處，才能漸漸體會。 2. 說明約會目的、約會的三階段以及規畫約會行程時要注意的地方。 3. 提醒學生，拒絕邀約是每個人的權利，但也要考量對方的感受。而被拒絕應保持原有的風度。 4. 約會不等於一定要交往，約會只是一個讓彼此更了解對方的方式。	實作評量 上課參與 紙筆測驗	【法定】 性別平等 【課綱】 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。	
第4週 09/19-09/25	單元一 愛，這件事 第2章 珍愛自我	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險。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值	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-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。	1. 體認維護身體自主權的重要。 2. 展現維護身體自主權的行動。 3. 分析未成年性行為發生的影響、法律責任與處理方	1. 與其他人互動時，不應該以自己的身體界線標準要求他人，而是要尊重對方設下的身體界線。 2. 捍衛身體自主權的重要性。引導學生練習表達自己的感受，並從行為人	上課參與 課堂問答 小組討論	【法定】 性別平等 性侵害防治 【課綱】 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	

			觀。	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。	式。 4. 建立健康的性價值觀。	的角度去做適當的道歉與回應。 3. 說明性騷擾的定義與種類。 4. 說明性騷擾迷思的解析與破除。 5. 講解遇到性騷擾的因應方法。作為性騷擾目睹者可以協助的部分。 6. 解說性騷擾的法律規範與罰則。 7. 說明性侵害的定義。以國中階段來說，不適合有太深入的身體接觸。 8. 未成年性行為對彼此的影響。		權。 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。 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 週 09/26-10/02	單元一 愛，這件事 第 2 章 珍愛自我	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險。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	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-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 Db-IV-7 健康性價值觀的建立，色情的辨	1. 體認維護身體自主權的重要。 2. 展現維護身體自主權的行動。 3. 分析未成年性行為發生的影響、法律責任與處理方式。 4. 建立健康的性價值觀。	1. 與其他人互動時，不應該以自己的身體界線標準要求他人，而是要尊重對方設下的身體界線。 2. 捍衛身體自主權的重要性。引導學生練習表達自己的感受，並從行為人的角度去做適當的道歉與回應。 3. 說明性騷擾的定	上課參與 課堂問答 紙筆測驗	【法定】 性別平等性侵害防治 【課綱】 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。 性 J5 辨識性騷擾、性	

				識與媒體色情訊息的批判能力。		義與種類。 4. 說明性騷擾迷思的解析與破除。 5. 講解遇到性騷擾的因應方法。作為性騷擾目睹者可以協助的部分。 6. 解說性騷擾的法律規範與罰則。 7. 說明性侵害的定義。以國中階段來說，不適合有太深入的身體接觸。 8. 未成年性行為對彼此的影響。		侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 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 6 週 10/03-10/09	單元一 愛，這件事 第 2 章 珍愛自我	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險。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	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-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 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. 體認維護身體自主權的重要。 2. 展現維護身體自主權的行動。 3. 分析未成年性行為發生的影響、法律責任與處理方式。 4. 建立健康的性價值觀。	1. 與其他人互動時，不應該以自己的身體界線標準要求他人，而是要尊重對方設下的身體界線。 2. 捍衛身體自主權的重要性。引導學生練習表達自己的感受，並從行為人的角度去做適當的道歉與回應。 3. 說明性騷擾的定義與種類。 4. 說明性騷擾迷思的解析與破除。	上課參與 態度檢核 紙筆測驗	【法定】 性別平等 性侵害防治 【課綱】 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。 性 J5 辨識 性騷擾、性 侵害與性霸 凌的樣態， 運用資源解	

						<p>5. 講解遇到性騷擾的因應方法。作為性騷擾目睹者可以協助的部分。</p> <p>6. 解說性騷擾的法律規範與罰則。</p> <p>7. 說明性侵害的定義。以國中階段來說，不適合有太深入的身體接觸。</p> <p>8. 未成年性行為對彼此的影響。</p>		<p>決問題。</p> <p>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>	
第 7 週 10/10-10/16	第一次段考						紙筆測驗		
第 8 週 10/17-10/23	單元一 愛，這件事 第 3 章 「性」福 「保」典	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。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。	<p>1. 認識性傳染病的種類與症狀。</p> <p>2. 了解性傳染病的預防方式。</p> <p>3. 培養關懷性傳染病患的態度。</p> <p>4. 學習「健康技能-正確使用保險套」。</p> <p>5. 培養堅守安全性行為的態度。</p>	<p>1. 說明性傳染病之主要傳染途徑。澄清一般的日常行為不會造成性傳染病的傳播。</p> <p>2. 判斷有無性傳染病的感染不能只從外觀，性傳染病的初期症狀不明顯，因此還是需要定期的健康檢查。</p> <p>3. 介紹非淋菌性尿道炎、梅毒、淋病、尖形濕疣等性傳染病之特徵。並提醒學生預防勝治療之概念。</p>	上課參與 小組討論 態度檢核	<p>【法定】 性別教育 愛滋病宣導</p> <p>【課綱】 法 J2 避免歧視。</p>	

						4. 說明感染愛滋病毒後的不同階段。 5. 如何正確使用保險套，以及相關的注意事項。			
第 9 週 10/24-10/30	單元一 愛，這件事 第 3 章 「性」福 「保」典	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。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。	1. 認識性傳染病的種類與症狀。 2. 了解性傳染病的預防方式。 3. 培養關懷性傳染病患的態度。 4. 學習「健康技能-正確使用保險套」。 5. 培養堅守安全性行為的態度。	1. 說明性傳染病之主要傳染途徑。澄清一般的日常行為不會造成性傳染病的傳播。 2. 判斷有無性傳染病的感染不能只從外觀，性傳染病的初期症狀不明顯，因此還是需要定期的健康檢查。 3. 介紹非淋菌性尿道炎、梅毒、淋病、尖形濕疣等性傳染病之特徵。並提醒學生預防勝治療之概念。 4. 說明感染愛滋病毒後的不同階段。 5. 如何正確使用保險套，以及相關的注意事項。	上課參與 小組討論 態度檢核	【法定】 性別教育 愛滋病宣導 【課綱】 法 J2 避免歧視。	
第 10 週 10/31-11/06	單元二 一生「醫」	健體-J-A2 具備理解體育與	1a-IV-4 理解促進健康	Fb-IV-5 全民健保與醫療制	1. 了解臺灣推行全民健保的	1. 引導學生思考「若臺灣沒有全民	上課參與 平時觀察	【課綱】 品 J1 溝通	

	世 第1章 臺灣「醫」級 棒	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諧互動的素養。	生活的策略、資源與規範。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	度、醫療服務與資源。	價值與意涵。 2.清楚健保經營方式和特色，並了解相關專有名詞的意義，進而懂得珍惜健保資源。 3.認識健保卡所提供的醫療服務項目、功能和使用方式。 4.破解國人就醫迷思，分析健保醫療資源浪費的原因。 5.清楚正確就醫流程，了解相關醫療制度和名詞。 6.選擇適當的就醫流程和習慣，並懂得珍惜醫療資源。	健康保險，生病時有什麼優缺點？」 2.說明健保是守護全民健康很重要的制度，永續經營「全民健保」非常重要。 3.介紹健保精神、特色和運作方式。使學生清楚健保經營方式和特色，以及相關專有名詞的意義，進而懂得珍惜健保資源。 4.說明健保 IC 卡還能儲存看診資料，並分析原因與方法，進而介紹健康存摺。 5.強調急診應該是要給有需要的人，不應該成為貪圖方便的工具。 6.不正確的就醫迷思，有可能造成病情延誤和健保的浪費！ 7.說明正確就醫流程—就醫5招。	態度檢核 心得分享	合作與和諧 人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第11週 11/07-11/13	單元二 一生「醫」	健體-J-A2 具備理解體育與	1a-IV-4 理解促進健康	Fb-IV-5 全民健保與醫療制	1.了解臺灣推行全民健保的	1.引導學生思考「若臺灣沒有全民	上課參與 平時觀察	【課綱】 品 J1 溝通	

	世 第1章 臺灣「醫」級 棒	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諧互動的素養。	生活的策略、資源與規範。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	度、醫療服務與資源。	價值與意涵。 2.清楚健保經營方式和特色，並了解相關專有名詞的意義，進而懂得珍惜健保資源。 3.認識健保卡所提供的醫療服務項目、功能和使用方式。 4.破解國人就醫迷思，分析健保醫療資源浪費的原因。 5.清楚正確就醫流程，了解相關醫療制度和名詞。 6.選擇適當的就醫流程和習慣，並懂得珍惜醫療資源。	健康保險，生病時有什麼優缺點？」 2.說明健保是守護全民健康很重要的制度，永續經營「全民健保」非常重要。 3.介紹健保精神、特色和運作方式。使學生清楚健保經營方式和特色，以及相關專有名詞的意義，進而懂得珍惜健保資源。 4.說明健保 IC 卡還能儲存看診資料，並分析原因與方法，進而介紹健康存摺。 5.強調急診應該是要給有需要的人，不應該成為貪圖方便的工具。 6.不正確的就醫迷思，有可能造成病情延誤和健保的浪費！ 7.說明正確就醫流程—就醫5招。	態度檢核 心得分享	合作與和諧 人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第12週 11/14-11/20	單元二 一生「醫」	健體-J-A2 具備理解體育與	1b-IV-3 因應生活情境	Bb-IV-1 正確購買與使用藥	1.學會分析藥物的類型和特	1.說明「醫藥分業」觀念的重要	上課參與 小組討論	【課綱】 品 J1 溝通	

	世 第 2 章 正確用藥好 安心	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。	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。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 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-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	品的行動策略。 Bb-IV-2 家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。	性，以及了解各類藥物正確的使用時機和方式。 2. 養成正確的用藥態度與習慣，並了解錯誤用藥對健康的危害。 3. 強調醫藥分業需注意的事項，以維護病人的權益與用藥品質。 4. 能明辨藥物選購與使用訊息之適切和安全性，並明智選擇正確的用藥方式。	性。 2. 藥品有分級：處方藥、指示藥、成藥易混淆。 3. 說明藥品分級和藥物許可證字號判讀之重要性，並強調了解藥物分級後，應不再濫用藥物。 4. 強調服藥前一定要先閱讀藥袋、藥盒外包裝或藥品說明書。 5. 引導學生瞭解核對藥袋與正確用藥的重要性。 6. 講解「用藥五問」，強調要養成用藥的正確態度和習慣，以提升自我照護能力。 7. 說明國人錯誤藥物消費觀念。引導學生以生活技能「批判性思考」。	心得分享 紙筆測驗	合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第 13 週 11/21-11/27	單元二 一生「醫」 世 第 2 章 正確用藥好 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	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	Bb-IV-1 正確購買與使用藥品的行動策略。 Bb-IV-2 家庭、同儕、文化、	1. 學會分析藥物的類型和特性，以及了解各類藥物正確的使用時機和方式。	1. 說明「醫藥分業」觀念的重要性。 2. 藥品有分級：處方藥、指示藥、成藥易混淆。	上課參與 小組討論 心得分享 紙筆測驗	【課綱】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解	

		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。	能。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 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-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。	2.養成正確的用藥態度與習慣，並了解錯誤用藥對健康的危害。 3.強調醫藥分業需注意的事項，以維護病人的權益與用藥品質。 4.能明辨藥物選購與使用訊息之適切和安全性，並明智選擇正確的用藥方式。	3.說明藥品分級和藥物許可證字號判讀之重要性，並強調了解藥物分級後，應不再濫用藥物。 4.強調服藥前一定要先閱讀藥袋、藥盒外包裝或藥品說明書。 5.引導學生瞭解核對藥袋與正確用藥的重要性。 6.講解「用藥五問」，強調要養成用藥的正確態度和習慣，以提升自我照護能力。 7.說明國人錯誤藥物消費觀念。引導學生以生活技能「批判性思考」。		決。	
第 14 週 11/28-12/04	第二次段考						紙筆測驗		
第 15 週 12/05-12/11	單元二 一生「醫」 世 第 2 章 正確用藥好 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	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	Bb-IV-1 正確購買與使用藥品的行動策略。 Bb-IV-2 家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選	1.學會分析藥物的類型和特性，以及了解各類藥物正確的使用時機和方式。 2.養成正確的用藥態度與習	1.說明「醫藥分業」觀念的重要性。 2.藥品有分級:處方藥.指示藥.成藥易混淆。 3.說明藥品分級和藥物許可證字號判	上課參與 小組討論 心得分享 紙筆測驗	【課綱】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	

		<p>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>守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</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>4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>購資訊。</p>	<p>慣，並了解錯誤用藥對健康的危害。</p> <p>3. 強調醫藥分業需注意的事項，以維護病人的權益與用藥品質。</p> <p>4. 能明辨藥物選購與使用訊息之適切和安全性，並明智選擇正確的用藥方式。</p>	<p>讀之重要性，並強調了解藥物分級後，應不再濫用藥物。</p> <p>4. 強調服藥前一定要先閱讀藥袋、藥盒外包裝或藥品說明書。</p> <p>5. 引導學生瞭解核對藥袋與正確用藥的重要性。</p> <p>6. 講解「用藥五問」，強調要養成用藥的正確態度和習慣，以提升自我照護能力。</p> <p>7. 說明國人錯誤藥物消費觀念。引導學生以生活技能「批判性思考」。</p>			
<p>第 16 週 12/12-12/18</p>	<p>單元三 「癮」爆新 觀點 第 1 章 青春要玩不 藥丸</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>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脅感與嚴重性。</p> <p>2a-IV-3 深</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>1. 瞭解藥物濫用的常見成因。</p> <p>2. 瞭解藥物濫用的種類。</p> <p>3. 能說出藥物濫用對健康的影響。</p> <p>4. 分析藥物濫用對社會的危害。</p> <p>5. 能下定決心</p>	<p>1. 說明藥物濫用的常見原因，引導學生搭配課文中的問題進行討論與反思。</p> <p>2. 介紹藥物濫用的類別。</p> <p>3. 何謂戒斷作用與成癮，講解說明藥物濫用對身體、家庭、人際關係、公共衛</p>	<p>上課參與 平時觀察 小組討論</p>	<p>【法定】 反毒教育 【課綱】 品EJU1 尊重 生命。</p>	

			切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。		拒絕藥物濫用。 6.能分析生活情境中隱藏的藥物濫用陷阱。	生與社會的影響。 4.說明如何分辨新興毒品。引導學生思考、討論新興毒品的危險性。			
第 17 週 12/19-12/25	單元三 「癮」爆新 觀點 第 1 章 青春要玩不 藥丸	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。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	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。	1.瞭解藥物濫用的常見成因。 2.瞭解藥物濫用的種類。 3.能說出藥物濫用對健康的影響。 4.分析藥物濫用對社會的危害。 5.能下定決心拒絕藥物濫用。 6.能分析生活情境中隱藏的藥物濫用陷阱。	1.說明藥物濫用的常見原因，引導學生搭配課文中的問題進行討論與反思。 2.介紹藥物濫用的類別。 3.何謂戒斷作用與成癮，講解說明藥物濫用對身體、家庭、人際關係、公共衛生與社會的影響。 4.說明如何分辨新興毒品。引導學生思考、討論新興毒品的危險性。	上課參與 平時觀察 小組討論	【法定】 反毒教育 【課綱】 品EJU1 尊重 生命。	
第 18 週	單元三	健體-J-B1 具	2a-IV-3 深	Bb-IV-4 面對	1.認識拒絕的	1.說明拒絕是人之	上課參與	【法定】	

12/26-01/01	「癮」爆新 觀點 第 2 章 毒來不毒往	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。	切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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。 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。	成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。	原則與技巧。 2.能以正向的態度面對拒絕。 3.能使用合適的拒絕技巧達到拒絕的目的。 4.了解藥物濫用的戒治資源。	常情，不用害怕拒絕他人。可利用生活技能「批判性思考」的步驟來破解迷思。 2.拒絕也有技巧，要能有效地拒絕，可從態度、表情、語調等方式著手，增加拒絕的成效。 3.說明要有效拒絕除掌握相關原則外，也可以搭配八大拒絕法使用。並請學生依自己的狀況，思考屬於自己的拒絕金句。 4.講解常見的徵兆包含作息改變、行為異常、情緒不穩及持有特殊物品。 5.說明遇到藥物濫用的問題有相當多的管道可以提供協助，也只有尋求幫助，才能遠離藥物濫用的威脅。	平時觀察 分組討論	反毒教育 【課綱】 法 J4 理解規範國家強制力之重要性。	
第 19 週 01/02- 01/08	單元三 「癮」爆新 觀點 第 2 章 毒來不毒往	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	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 Bb-IV-5 拒絕	1.認識拒絕的原則與技巧。 2.能以正向的態度面對拒絕。	1.說明拒絕是人之常情，不用害怕拒絕他人。可利用生活技能「批判性思考」的步驟來破解	上課參與 平時觀察 分組討論	【法定】 反毒教育 【課綱】 法 J4 理解規範國家強制	

		體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。	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。 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。	成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。	3.能使用合適的拒絕技巧達到拒絕的目的。 4.了解藥物濫用的戒治資源。	迷思。 2.拒絕也有技巧，要能有效地拒絕，可從態度、表情、語調等方式著手，增加拒絕的成效。 3.說明要有效拒絕除掌握相關原則外，也可以搭配八大拒絕法使用。並請學生依自己的狀況，思考屬於自己的拒絕金句。 4.講解常見的徵兆包含作息改變、行為異常、情緒不穩及持有特殊物品。 5.說明遇到藥物濫用的問題有相當多的管道可以提供協助，也只有尋求幫助，才能遠離藥物濫用的威脅。		力之重要性。	
第 20 週 01/09- 01/15	單元三 「癮」爆新 觀點 第 2 章 毒來不毒往	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。	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值	Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 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.認識拒絕的原則與技巧。 2.能以正向的態度面對拒絕。 3.能使用合適的拒絕技巧達到拒絕的目的。	1.說明拒絕是人之常情，不用害怕拒絕他人。可利用生活技能「批判性思考」的步驟來破解迷思。 2.拒絕也有技巧，要能有效地拒絕，可從態度、表情、	上課參與 平時觀察 分組討論	【法定】 反毒教育 【課綱】 法 J4 理解規範國家強制力之重要性。	

02/06-02/12									
第 2 週 02/13-02/19	單元一 消費中學堂 第 1 章 GO 購「食」 力讚	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-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2 健康消費行動方案與相關法規、組織。	1.以消費者角度關心不同的飲食類別、內涵及選購要點，如：產銷履歷、有機農產品、健康食品。 2.辨識媒體廣告的行銷策略，評估自身需求，選擇合適的飲食。	1.以法規來解說食品添加物的定義及使用原則。並提醒正確的使用食品添加物不會影響一般人的身體健康。解說食品添加物違法的種類與案例。 2.介紹產銷履歷及查詢方式。 3.說明標章對食品安全的意義。介紹產銷履歷及查詢方式以及有機食品定義與驗證方式。 4.說明健康食品定義與迷思，講述保健功效與廣告注意事項。健康食品認證方式，選購食品的基本原則，澄清健康食品與保健食品的差異。	上課參與 小組討論 分組報告	【法定】 環境教育 【課綱】 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。	
第 3 週 02/20-02/26	單元一 消費中學堂 第 1 章 GO 購「食」 力讚	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-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的	Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策	1.以消費者角度關心不同的飲食類別、內涵及選購要點，如：產銷履歷、有機農產品、健康食品。	1.以法規來解說食品添加物的定義及使用原則。並提醒正確的使用食品添加物不會影響一般人的身體健康。解說食品添加物違法的種類與案例。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	【法定】 環境教育 【課綱】 環 J4 了解永續發展的意義(環境、社會、與經濟的	

		技、資訊、媒體的互動關係。	衝擊與風險。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	略。 Eb-IV-2 健康消費行動方案與相關法規、組織。	2.辨識媒體廣告的行銷策略，評估自身需求，選擇合適的飲食。	2.介紹產銷履歷及查詢方式。 3.說明標章對食品安全的意義。介紹產銷履歷及查詢方式以及有機食品定義與驗證方式。 4.說明健康食品定義與迷思，講述保健功效與廣告注意事項。健康食品認證方式，選購食品的基本原則，澄清健康食品與保健食品的差異。		均衡發展)與原則。
第4週 02/27-03/05	單元一 消費中學堂 第2章 健康消費實踐家	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-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2 健康消費行動方案與相關法規、組織。 Eb-IV-3 健康消費問題的解決策略與社會關懷。	1.能在生活當中實踐消費者權利與義務。 2.能解讀媒體廣告的行銷手法。	1.提醒學生消費資訊會受到其他人的影響。因此辨別資訊真假，並作出判斷是每個消費者必須要會的技能。 2.說明知道自己花錢的情況，才能確實掌握自己的消費習慣。在消費過程中，還有五大義務需要去執行，才能逐步養成好的消費習慣。搭配情境介紹消費者五大義務、八大權利。 3.對商家行使消費者	上課參與 小組討論 分組報告	【法定】 健康飲食 【課綱】 人J4了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。

						<p>權利並不等於所謂的「奧客」，在合理的範圍內要求其實也算是消費者的「行動」義務。</p> <p>4. 該如何分辨自己是「想要」或是「需要」。</p> <p>5. 說明消費糾紛可以求助的管道。</p>		
<p>第 5 週 03/06-03/12</p>	<p>單元一 消費中學堂 第 2 章 健康消費實踐家</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，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。</p>	<p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</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>Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。</p> <p>Eb-IV-2 健康消費行動方案與相關法規、組織。</p> <p>Eb-IV-3 健康消費問題的解決策略與社會關懷。</p>	<p>1. 能在生活當中實踐消費者權利與義務。</p> <p>2. 能解讀媒體廣告的行銷手法。</p>	<p>1. 提醒學生消費資訊會受到其他人的影響。因此辨別資訊真假，並作出判斷是每個消費者必須要會的技能。</p> <p>2. 說明知道自己花錢的情況，才能確實掌握自己的消費習慣。在消費過程中，還有五大義務需要去執行，才能逐步養成好的消費習慣。搭配情境介紹消費者五大義務、八大權利。</p> <p>3. 對商家行使消費者權利並不等於所謂的「奧客」，在合理的範圍內要求其實也算是消費者的</p>	<p>上課參與 小組討論 分組報告</p>	<p>【法定】 健康飲食</p> <p>【課綱】 人 J4 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p>

						<p>「行動」義務。</p> <p>4.該如何分辨自己是「想要」或是「需要」。</p> <p>5.說明消費糾紛可以求助的管道。</p>			
<p>第6週 03/13-03/19</p>	<p>單元二 慢病驚心 第1章 慢性病情報 站(上)</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>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>1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。</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>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</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>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>1.分析慢性病對臺灣人健康威脅的嚴重性，並了解慢性病的各項影響因素。</p> <p>2.體認臺灣首要死因中各項癌症的威脅程度，並分析不同癌症的症狀、致病因素和預防方法。</p> <p>3.體認心血管疾病中各項疾病的威脅程度，並分析其症狀、致病因素和預防方法。</p> <p>4.懂得檢視和分析自己的健康狀態和罹患慢性病的可能性，並適當調整</p>	<p>1.強調慢性病成因有60%與個人生活型態有關。臺灣慢性病已有年輕化趨勢，必須從「青少年時期」就保持良好的生活習慣。</p> <p>2.讓學生瞭解癌症多年蟬聯「十大死因之冠」，早期發現和治療，治癒率較高。讓學生清楚男女癌症的排名、嚴重性、主要症狀、致病因素和預防方法。可統整說明癌症成因很多，大家應隨時自我檢測接觸致癌因素的狀況。</p> <p>3.說明血液循環系統對人體的重要性。心臟疾病、腦血管疾病、糖尿病和高血壓，都屬於「心血管疾病」，對國人</p>	<p>上課參與 小組討論 心得分享</p>	<p>【法定】 家庭教育 【課綱】 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>	

					健康的生活型態。	生命的威脅極高。說明高血壓、冠心病、腦中風等症狀及預防方法。			
第 7 週 03/20-03/26	第一次段考						紙筆測驗		
第 8 週 03/27-04/02	單元二 慢病驚心 第 2 章 慢性病情報 站(下)	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。	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-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脅感與嚴重性。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 4b-IV-3 公開	Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	1.體認糖尿病的威脅性，並分析其症狀、致病因素和預防方法。 2.分析腎臟病及其病變的嚴重程度，並了解其症狀、致病因素和預防方法。 3.了解代謝症候群的成因，以及對健康的威脅情況，並分析預防方法。 4.能統整遠離慢性病的各項重要預防策略，並落實執行於日常生活中。 5.能夠關懷和願意照護慢性病親屬。	1.說明糖尿病、腎臟病、代謝症候群的致病因素和預防方法。可強調臺灣腎臟病的嚴重性。年輕時就養成良好健康生活習慣。請學生思考自己應該加強或改進的生活習慣，並依照步驟填寫「自我管理與監控」。 2.引導學生思考生病時病人的感受，以及家人的想法，並學習照顧此病者的各種方法，要有耐心和愛心陪伴病患，才能使家人重返健康生活。	上課參與 經驗分享 紙筆測驗	【法定】 家庭教育 【課綱】 品 EJU1 尊重生命。 品 J8 理性溝通與問題解決。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

			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 9 週 04/03-04/09	單元二 慢病驚心 第 2 章 慢性病情報 站(下)	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。	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-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脅感與嚴重性。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	1.體認糖尿病的威脅性，並分析其症狀、致病因素和預防方法。 2.分析腎臟病及其病變的嚴重程度，並了解其症狀、致病因素和預防方法。 3.了解代謝症候群的成因，以及對健康的威脅情況，並分析預防方法。 4.能統整遠離慢性病的各項重要預防策略，並落實執行於日常生活中。 5.能夠關懷和願意照護慢性	1.說明糖尿病、腎臟病、代謝症候群的致病因素和預防方法。可強調臺灣腎臟病的嚴重性。年輕時就養成良好健康生活習慣。請學生思考自己應該加強或改進的生活習慣，並依照步驟填寫「自我管理與監控」。 2.引導學生思考生病時病人的感受，以及家人的想法，並學習照顧此病者的各種方法，要有耐心和愛心陪伴病患，才能使家人重返健康生活。	上課參與 經驗分享 紙筆測驗	【法定】 家庭教育 【課綱】 品 EJU1 尊重生命。 品 J8 理性溝通與問題解決。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

			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。		病親屬。				
第 10 週 04/10-04/16	單元二 慢病驚心 第 3 章 愛譜生命最 終章	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-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。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。	1.覺察對老化的刻板觀念，培養知老和敬老的態度。 2.覺知老化是人生必經過程，瞭解健康老化原則和方法，培養愛老的態度。 3.體會身體老化形成的生活不便，養成助老的習慣。 4.覺察對死亡的感受與看法，降低對死亡的恐懼與疑慮。 5.體認死亡是人生必經過程，感受生命意義和價值，進而對自我生命有所	1.引導學生思考銀髮生活有哪些類型？並說明各種銀髮生活型態的優缺點。 2.每個人都會老，要運用「健康老化三種方式」，使自己和家人都能健康老化！ 3.強調人生旅途中，所愛的人隨時可能停留在某個時間，無法繼續陪伴我們，此時會傷心，因為好多「愛」、「感謝」沒講，也還沒說再見」！練習對親友說「謝謝、對不起、我愛你、再見」，使大家回顧一生時，能放下仇恨和遺憾。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	【法定】 家庭教育 【課綱】 品 J9 知行合一與自我反省。 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。	

<p>第 11 週 04/17-04/23</p>	<p>單元三 安全防護網 第 1 章 扭轉危機保 安康</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>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-1 主動 並公開表明 個人對促進 健康的觀點 與立場。</p>	<p>Ba-IV-2 居 家、學校及 社區安全的 防護守則與 相關法令。 Ca-IV-1 健康 社區的相關 問題改善策 略與資源。 Fa-IV-3 有利 人際關係的 因素與有效 的溝通技巧。</p>	<p>規劃。 1.了解危機意 識，並能評估 生活中潛在的 危機。 2.認識校園常 見的霸凌狀 況，並透過同 理心與了解霸 凌的影響，進 而能像校園霸 凌說不。 3.了解遭遇攻 擊事件時，保 護自己的方 式。 4.認識遭遇詐 騙時的處理方 式，並避免自 己成為詐騙的 受害者或加害人。</p>	<p>1.說明有近 7 成 的學生接觸過校園 霸凌，可見霸凌的狀 況相當普及。請學 生思考遇到霸凌時 如何保護自己。 2.說明霸凌的定 義，並引導分析三 種不同角色的心理 影響及人際關係的 影響。強調霸凌的 行為須承擔相對應 的法律責任。 3.人人皆有可能是 詐騙的受害者，並 不分學歷或年齡， 因此應培養危機意 識，避免成為詐騙 的受害者。 4.講解「3 不 3 要原 則」，降低被詐騙的 風險。</p>	<p>上課參與 平時觀察 經驗分</p>	<p>【課綱】 品 J1 溝通 合作與和 諧人際關 係。 法 J9 進行 學生權利 與校園法 律之初探。</p>	
<p>第 12 週 04/24-04/30</p>	<p>單元三 安全防護網 第 1 章 扭轉危機保 安康</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</p>	<p>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</p>	<p>Ba-IV-2 居 家、學校及 社區安全的 防護守則與 相關法令。 Ca-IV-1 健康 社區的相關</p>	<p>1.了解危機意 識，並能評估 生活中潛在的 危機。 2.認識校園常 見的霸凌狀 況，並透過同</p>	<p>1.說明有近 7 成 的學生接觸過校園 霸凌，可見霸凌的狀 況相當普及。請學 生思考遇到霸凌時 如何保護自己。 2.說明霸凌的定</p>	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>	<p>【課綱】 品 J1 溝通 合作與和 諧人際關 係。 法 J9 進行 學生權利</p>	

		及與人和諧互動的素養。	溝通互動技能。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	問題改善策略與資源。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	理心與了解霸凌的影響，進而能像校園霸凌說不。 3.了解遭遇攻擊事件時，保護自己的方式。 4.認識遭遇詐騙時的處理方式，並避免自己成為詐騙的受害者或加害人。	義，並引導分析三種不同角色的心理影響及人際關係的影響。強調霸凌的行為須承擔相對應的法律責任。 3.人人皆有可能是詐騙的受害者，並不分學歷或年齡，因此應培養危機意識，避免成為詐騙的受害者。 4.講解「3不3要原則」，降低被詐騙的風險。		與校園法律之初探。	
第 13 週 05/01-05/07	單元三 安全防護網 第 2 章 網住安全	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。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	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。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。	1.認識隱私及隱私外洩可能帶來的影響。 2.了解網路使用上保護隱私的方法。 3.體認網路上留言與發文時注意事項的重要性。 4.體認自拍與散播裸照帶來的影響。	1.講解隱私的重要性，並強調隱私是主觀的想法。說明隱私遭到侵犯時會感受到不舒服，甚至影響尊嚴與人格發展。 2.說明網路雖提供了自由發言的環境，但卻更容易出現偏頗與不實的訊息，應查明後再做反應。網路上雖可匿名，但仍會留下數位足跡，也容易被他人截圖，因此要避免觸犯相關法	上課參與 平時觀察 經驗分享	【法定】 性別教育 【課綱】 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。 法 J9 進行學生權利與校園法律之初探。	

						律。 3. 透過網路可以接觸到最新的事物，但也容易被影響，做任何決定前一定要三思。			
第 14 週 05/08-05/14	第二次段考						紙筆測驗		
第 15 週 05/15-05/21	單元三 安全防護網 第 2 章 網住安全	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。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	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。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。	1. 認識隱私及隱私外洩可能帶來的影響。 2. 了解網路使用上保護隱私的方法。 3. 體認網路上留言與發文時注意事項的重要性。 4. 體認自拍與散播裸照帶來的影響。	1. 講解隱私的重要性，並強調隱私是主觀的想法。說明隱私遭到侵犯時會感受到不舒服，甚至影響尊嚴與人格發展。 2. 說明網路雖提供了自由發言的環境，但卻更容易出現偏頗與不實的訊息，應查明後再做反應。網路上雖可匿名，但仍會留下數位足跡，也容易被他人截圖，因此要避免觸犯相關法律。 3. 透過網路可以接觸到最新的事物，但也容易被影響，做任何決定前一定要三思。	上課參與 平時觀察 經驗分享	【法定】 性別教育 【課綱】 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。 法 J9 進行學生權利與校園法律之初探。	
第 16 週	單元三	健體-J-A1 具	2a-IV-3 深	Ba-IV-1 居	1. 了解交通安	1. 了解由交通部擬	上課參與	【法定】	

05/22-05/28	安全防護網 第3章 馬路如虎口	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。	切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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。	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。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	全四守則。 2.認識基本路權概念。 3.能表現遵守交通規則的行為。	定交通安全4大守則來幫助降低交通事故的發生機會。說明道路是公共空間，用路人皆要共同注意與維護交通安全。 2.遇到讓人猶豫的交通狀況時，最好的做法就是「等待」，安全時再做行動。 3.說明遵守路權是相當重要的，而路權的概念應是相對的，不論是行人或是汽機車駕駛者在道路上行駛，都要注意路況與禮讓其他用路人的責任與義務。	平時觀察 小組討論 心得分享	交通安全 【課綱】 品 J2 重視群體規範與榮譽。 安 J4 探討日常生活發生事的影響因素。	
第17週 05/29-06/04	單元三 安全防護網 第3章 馬路如虎口	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。	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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-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。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	1.了解交通安全四守則。 2.認識基本路權概念。 3.能表現遵守交通規則的行為。	1.了解由交通部擬定交通安全4大守則來幫助降低交通事故的發生機會。說明道路是公共空間，用路人皆要共同注意與維護交通安全。 2.遇到讓人猶豫的交通狀況時，最好的做法就是「等待」，安全時再做行動。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	【法定】 交通安全 【課綱】 品 J2 重視群體規範與榮譽。 安 J4 探討日常生活發生事的影響因素。	

				為。		3.說明遵守路權是相當重要的，而路權的概念應是相對的，不論是行人或是汽機車駕駛者在道路上行駛，都要注意路況與禮讓其他用路人的責任與義務。			
第 18 週 06/05-06/11	單元三 安全防護網 第 4 章 生命之鏈	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。	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 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-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	1.了解生命之鏈及其內涵。 2.體認 CPR 與 AED 的重要性。 3.能操作 CPR 與 AED。 4.願意提供相關急救措施。	1.禮讓救護車輛與即時急救的重要性。 2.示範叫叫壓電:搭配 CPR 模型進行步驟教學並學生實際操作。 3.復甦姿勢:說明患者恢復心跳呼吸後，但神智尚未清楚前，可將對方調整成復甦姿勢，以維持呼吸道暢通。	上課參與 經驗分享	【課綱】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	
第 19 週 06/12-06/18	單元三 安全防護網 第 4 章 生命之鏈	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	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 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-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	1.了解生命之鏈及其內涵。 2.體認 CPR 與 AED 的重要性。 3.能操作 CPR 與 AED。 4.願意提供相關急救措施。	1.禮讓救護車輛與即時急救的重要性。 2.示範叫叫壓電:搭配 CPR 模型進行步驟教學並學生實際操作。 3.復甦姿勢:說明患者恢復心跳呼吸後，但神智尚未清楚前，可將對方調	上課參與 經驗分享 紙筆測驗	【課綱】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	

		棄。				整成復甦姿勢，以維持呼吸道暢通。			
第 20 週 06/19-06/25	單元三 安全防護網 第 4 章 生命之鏈	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。	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 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-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	1.了解生命之鏈及其內涵。 2.體認 CPR 與 AED 的重要性。 3.能操作 CPR 與 AED。 4.願意提供相關急救措施。	1.禮讓救護車輛與即時急救的重要性。 2.示範叫叫壓電:搭配 CPR 模型進行步驟教學並學生實際操作。 3.復甦姿勢:說明患者恢復心跳呼吸後，但神智尚未清楚前，可將對方調整成復甦姿勢，以維持呼吸道暢通。	上課參與 經驗分享 紙筆測驗	【課綱】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	
第 21 週 06/26-06/30	第三次段考 (結業式)						紙筆測驗		

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。