

貳、各年級各領域/科目課程計畫(部定課程)

114 學年度嘉義縣忠和國民中學八年級第一二學期教學計畫表 設計者：健康與體育 領域 (表十一之一)

- 一、領域/科目：☐語文(☐國語文☐英語文☐本土語文/臺灣手語/新住民語文) ☐數學
☐自然科學(☐理化☐生物☐地球科學) ☐社會(☐歷史☐地理☐公民與社會)
☒健康與體育(☒健康教育☐體育) ☐藝術(☐音樂☐視覺藝術☐表演藝術)
☐科技(☐資訊科技☐生活科技) ☐綜合活動(☐家政☐童軍☐輔導)

二、教材版本：奇鼎版第三、四冊

三、本領域每週學習節數： 1 節

四、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
			學習表現	學習內容					
第一週	第1單元愛的你我他 第1章友誼來敲門	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-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-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	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。	學習人際關係的發展進程、維繫人際關係的方法，並能接受關係的結束。	1.帶領學生觀看課前漫畫，並分享個人想法。 2.介紹人際互動的四個模式。 3.請學生分組完成 Let' s do it! 「我的互動定位」。	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量：能瞭解人際互動的四個模式。 3.紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【閱讀素養教育】 閱J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 閱J10主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。	
第二週	第1單元愛的你我他 第1章友誼來敲門	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-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-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	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。	1.瞭解人際關係與人際溝通的重要性。 2.瞭解人際溝通的組成內容，並能知道改善人際溝通的方法。	1.以學生過往經驗引導進入人際地圖的介紹，並請學生在空白處寫下可能發生的對話。 2.以課本中的五種情節說明溝通上可能遇到的問題，請學生思考後在課本上寫下適當的建議或回	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量：學習溝通技巧並能有效解決溝通問題。 3.紙筆測驗：完成課本上的問答。	【閱讀素養教育】 閱J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 閱J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。	

						應。			
第三週	第 1 單元愛的你我他 第 1 章友誼來敲門	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-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-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	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。	1.新世代的溝通如何避免衝突和網路霸凌。 2.網路交友如何保護自己。 3.衝突事件發生後如何找回自我人際認同。	1.請學生在便利貼上寫下自己的經驗或網路上不適宜的溝通行為，再請學生討論這些情況的解決辦法。 2.介紹網路溝通會遇到的各種狀況。 3.請學生閱讀健康好行中的心情日記，透過日記內容完成問題。	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.紙筆測驗：完成健康好行。	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。	
第四週	第 1 單元愛的你我他 第 2 章尊重他人 珍愛自己	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-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。 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。 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。 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。	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。	能以行動和態度維護身體自主權。	1.帶領學生觀看課前漫畫，以此瞭解學生對性騷擾的先備知識。 2.介紹身體界線。 3.介紹界線紅綠燈，並請學生完成 Let's do it!「界線紅綠燈」。 4.播放教育部性別平等影片，討論公開場合中親密關係的合理性，引導學生進行思考。	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量：能瞭解身體界線的定義。 3.學生自我檢核：完成 Let's do it!「界線紅綠燈」檢視自己的身體界線接受程度。	【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。 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 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 【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，培養適切的自我觀。	
第五週	第 1 單元愛的你我他 第 2 章尊重他人 珍愛自己	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	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-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。 2b-IV-1 堅守健康	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。	能以行動和態度維護身體自主權。	1.配合課本上的例子，警示學生校園性騷擾也有吃上官司的例子，強調尊重他人身體界線的重要。 2.說明性騷擾不僅限於身體觸	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量： (1)能簡述歸類於性騷擾的行為。 (2)認識#METOO 活動並能	【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。 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 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與	

		解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 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。	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。 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。	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。		碰，還有語言、視覺騷擾的形式。 3.介紹「#METOO 活動」，請學生上網搜尋相關案例並分享各自想法。	舉出相關案例。	歧視。 【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，培養適切的自我觀。	
第六週	第 1 單元愛的你我他 第 2 章尊重他人 珍愛自己	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-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。 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。 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。 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。	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。	能以行動和態度維護身體自主權。	1.說明性騷擾的加害者必須付出的法律責任，以及受害者可以如何因應。 2.請學生分組演練各種騷擾情況的因應方式。	1.歷程性評量： (1)課堂認真聽講並踴躍發言。 (2)積極參與上臺演練。 2.總結性評量： 能瞭解如何因應性騷擾的情況。	【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。 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 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 【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，培養適切的自我觀。	
第七週	第 1 單元愛的你我他 第 2 章尊重他人 珍愛自己	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-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增	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-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。 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。	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.面對色情媒體能夠獨立、批判思考其傳達的意涵，以及對個人性價值觀的負面影響及健康的威脅。 2.能用健康的方式自主管理情慾，並且建立正向健康的性價值觀。	1.說明色情媒體的定義，強調為吸引目光內容上可能會誇大或扭曲，傳達錯誤的訊息。 2.說明錯誤的性觀念與色情媒體會有哪些負面影響。 3.請學生完成 Let' s do it!「重建新主張」，反思媒體背後的意涵。	1.歷程性評量： 課堂認真聽講並踴躍發言。 2.紙筆測驗：完成 Let' s do it!與健康好行。	【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。 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 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 【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	

		進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	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。					命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。	
第八週	第 1 單元愛的你我他 第 3 章愛的練習曲	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-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、態度與價值觀。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 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。	Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。 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-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 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。	能說明親密關係發展進程，並區辨喜歡、愛和迷戀。	1.帶領學生觀看課前漫畫，引導思考下方的四個問題。 2.介紹青春開始可能對性感到好奇，也可能對身旁的人產生情愫。 3.藉由卡牌配對樂的方式，讓學生進行配對，並以此延伸思考活動過程與尋找伴侶過程的關聯。 4.介紹感情發展的過程。	1.歷程性評量： (1)課堂認真聽講並踴躍發言。 (2)積極參與課堂活動。 2.總結性評量： 能瞭解親密關係建立過程。	【性別平等教育】 性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。 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，運用資源解決問題。 【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持的適切方式。	
第九週	第 1 單元愛的你我他 第 3 章愛的練習曲	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-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、態度與價值觀。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 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。	Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。 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-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 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	能說明經營感情的方法。	1.請學生思考什麼是愛情、什麼是友情。 2.說明喜歡與愛的定義，並請學生完成 Let' s do it!「如果這都不算愛」，分享個人想法。 3.介紹三個感情經營的妙方，請學生思考除此之外感情經營還有哪些好方法。	1.歷程性評量： 課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量： (1)能說出愛與喜歡的定義。 (2)能瞭解感情經營的三個好方法。 3.紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【性別平等教育】 性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。 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，運用資源解決問題。 性 J8 解讀科技產品的性別意涵。 【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	

				技巧。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。				家庭建立的歷程。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	
第十週	第 1 單元愛的你我他 第 3 章愛的練習曲	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-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、態度與價值觀。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 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。	Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。 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-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 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。	能評估自身建立親密關係後的生活變化。	1.說明約會前後可能經歷的抉擇以及約會守則，並請學生完成Let' s do it!「約會的選擇」。 2.說明親密關係也需要經過抉擇，強調我國對未滿十六歲者發生性行為有所規範，再請學生完成Let' s do it!「思考我的親密關係」。 3.藉由課本中的三個情境教導學生面對不同的邀約情境時該如何拒絕不想要的親密關係。	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量：能學會拒絕不想要的親密邀約。 3.紙筆測驗：完成Let' s do it。	【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。 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。 【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。 【生命教育】 生 J17 愛自己與愛他人的能力。	
第十一週	第 1 單元愛的你我他 第 3 章愛的練習曲	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-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、態度與價值觀。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 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。	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-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 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。	能列舉感情結束時溝通的適當方法。	1.利用三個與分手相關的問題來引導學生進行思考。 2.介紹四個分手面向，再請學生分享自己最能接受與最無法接受的分手方式。 3.全組討論統整出相同或互異的論點，再請各組上台發表各自觀點。	1.歷程性評量： (1)課堂認真聽講並踴躍發言。 (2)積極參與組內討論並上臺分享。 2.總結性評量：能瞭解分手的不同方式。	【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。 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。 【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。 【生命教育】 生 J17 愛自己與愛他人的能力。	

第十二週	第1單元愛的你我他 第3章愛的練習曲	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-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、態度與價值觀。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 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。	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-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 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。	能說明面對感情結束後負面情緒的方法。	1.討論分手後的情緒，思考應該如何抒發。 2.強調感情結束後要讓自己沉澱再接受新戀情。 3.藉由小夥伴的日記請學生完成健康好行的問答。	1.歷程性評量： (1)課堂認真聽講並踴躍發言。 (2)積極參與組內討論並上臺分享。 2.紙筆測驗：完成健康好行。	【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持的適切方式。 【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，培養適切的自我觀。 生 J17 愛自己與愛他人的能力。	
第十三週	第1單元愛的你我他 第4章意外的新生命	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。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 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-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-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健的認識。	能理解非預期懷孕對自身會有什麼影響。	1.帶領學生閱讀漫畫後，分組討論下方的四個問題。 2.請學生完成 Let' s do it!「親密關係你我他」，讓學生思考交往關係會因為是否發生性行為產生哪些變化。 3.介紹非預期懷孕可能遇到的狀況與問題。	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量：能簡述非預期懷孕造成的五個方面的影響。 3.紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【生命教育】 生 J3 性別與自我之間的關係。 生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。 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。 【家庭教育】 家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。 家 J7 約會、婚姻與家庭的發展歷程。 家 J8 親密關係的發展。	
第十四週	第1單元愛的你我他 第4章意外的新生命	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	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健的認識。	1.認識協助非預期懷孕的各種方法，並理解各種方法會造成的後續結	1.介紹非預期懷孕後可尋求的四個協助管道。 2.播放未成年少女被迫懷孕的影	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量： (1)能簡述非預	【生命教育】 生 J3 性別與自我之間的關係。 生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方	

		康的問題。	尋求解決的健康技能和生活技能。 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。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。		果。 2.能釐清自己的現狀，堅定自己的立場並思考做的決定後的後果。	片，介紹臺灣女高中生的倡議宣導活動。	期懷孕後可尋求協助的四個管道。 (2)能瞭解臺灣女高中生的倡議宣導活動重點。 3.紙筆測驗：完成健康好行。	法達成目標。 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。 【家庭教育】 家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。 家 J7 約會、婚姻與家庭的發展歷程。 家 J8 親密關係的發展。	
第十五週	第 2 單元防治大作戰 第 1 章親密的接觸者	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。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	1.建立性傳染病防治的基本觀念。 2.評估危險性行為對健康造成的衝擊與風險。	1.請學生閱讀課前漫畫並思考下方的提問。 2.複習第二冊學過的傳染病三要素，引導進入課程將要教導的性傳染病。 3.介紹非經由性行為感染的性病有哪些。 4.舉例性病防治的困難，並提出幾個與性病相關的迷思讓學生思考。	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量： (1)能說明傳染病三要素。 (2)能說出非經由性行為感染的性病。	【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。 【生命教育】 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。	
第十六週	第 2 單元防治大作戰 第 1 章親密的接觸者	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。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	關注我國盛行的性病現況與趨勢，並瞭解性病防治的資源、規範及策略。	1.請學生先行閱讀課本提到的性病，完成簡易性病架構後，再開始深入介紹這些性病的病原體、潛伏期、傳染途徑及症狀。 2.請學生完成 Let's do it!「性病迷思大破解」。	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量：能簡述披衣菌、尖形濕疣、淋病、生殖器疱疹與梅毒的病原體、潛伏期、傳染途徑及症狀。 3.紙筆測驗	【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。 【生命教育】 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。	

			康風險的行動。						
第十七週	第2單元防治大作戰 第1章親密的接觸者	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。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	理解安全性行為的重要性，並堅定健康的性行為生活規範與態度。	1.說明 ABC 防護守則。 2.請學生分組完成健康好行。	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量：能瞭解 ABC 防護原則。 3.紙筆測驗：完成健康好行。	【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。 【生命教育】 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。	
第十八週	第2單元防治大作戰 第2章愛滋病防治	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。 健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。	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。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	認識愛滋病與愛滋病的傳染途徑及症狀。	1.請學生閱讀漫畫並思考漫畫下方的四個問題。 2.說明何謂愛滋病以及愛滋病的傳染途徑、潛伏期、症狀以及治療方式。 3.請學生完成 Let' s do it!「愛滋病大哉問」。	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量：能簡述愛滋病的傳染途徑、潛伏期、症狀與治療方式。 3.紙筆測驗	【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。 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。 【法治教育】 法 J2 避免歧視。 【國際教育】 國 J11 尊重與維護不同文化群體的人權與尊嚴。	
第十九週	第2單元防治大作戰 第2章愛滋病防治	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。 健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。	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-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。	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	1.理解現階段國內外愛滋感染的盛行率與發生趨勢，正視愛滋病對於個人與社會各層面的衝擊。 2.認識防治愛滋病的資源、規範與策略，並建立正確的防治觀念與態度。	1.講述愛滋病被發現的故事，並介紹臺灣、中國與非洲愛滋病的現況。 2.請學生完成 Let' s do it!「如果愛滋賴上我」。 3.說明為預防愛滋，因避免安全性行為與共用針具。 4.說明正確使用保險套的步驟並	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量：(1)能瞭解不同國家的愛滋病現況。(2)能正確使用保險套。 3.紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【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。 【法治教育】 法 J2 避免歧視。 【品德教育】 品 J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與反思。 【國際教育】 國 J11 尊重與維護不同文化群體的人權與尊嚴。	

						示範。			
第二十週	第 2 單元防治大作戰 第 2 章愛滋病防治	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。 健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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-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。	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	1.認識防治愛滋病的資源、規範與策略，並建立正確的防治觀念與態度。 2.公平看待愛滋感染者，並展現對愛滋病患的關懷。	1.介紹魔術強森，說明正確認識愛滋病的重要，破除愛滋病的迷思。 2.請學生完成 Let' s do it!「换位思考看愛滋」。 3.介紹「世界愛滋日」與「紅絲帶運動」。	1.歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量： (1)認識紅絲帶運動並能簡述相關案例。	【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。 【法治教育】 法 J2 避免歧視。 【品德教育】 品 J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與反思。 【國際教育】 國 J11 尊重與維護不同文化群體的人權與尊嚴。	
第二十一週	第 2 單元防治大作戰 第 2 章愛滋病防治	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。 健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。	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。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	1.認識防治愛滋病的資源、規範與策略，並建立正確的防治觀念與態度。 2.公平看待愛滋感染者，並展現對愛滋病患的關懷。	1.說明愛滋篩檢、治療與協助管道。 2.請學生完成健康好行。	1.總結性評量： (1)能說明愛滋病篩檢、治療與協助的管道。 2.紙筆測驗：完成 Let' s do it 與健康好行。	【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。 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。 【法治教育】 法 J2 避免歧視。 【品德教育】 品 J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與反思。 【國際教育】 國 J11 尊重與維護不同文化群體的人權與尊嚴。	

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
			學習表現	學習內容					
第一週	第1單元醫藥大哉問 第1章健康的隱形破壞者	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。 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。	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.建立慢性病的觀念，並關注我國的十大死因。	1.請學生閱讀漫畫後思考下方的提問。 2.請學生完成 Let's do it!「盤點我的健康生活」，檢視自己與慢性病的距離，再介紹臺灣近年的十大死因，詢問學生從數據上有什麼發現，以此帶入慢性病的說明。	1.歷程性評量：專心聆聽並認真思考。 2.總結性評量：(1)能瞭解臺灣近年十大死因。 3.學生自我檢核：檢核自己與慢性病的距離。	【家庭教育】 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。 【生命教育】 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	
第二週	第1單元醫藥大哉問 第1章健康的隱形破壞者	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-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	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.認識常見的慢性病的病因與症狀，並避免接觸各慢性病的危險因子。	1.學生分組分析惡性腫瘤、冠心病、糖尿病與腎臟病的成因、發現與預防。	1.歷程性評量：專心聆聽並認真思考。 2.總結性評量：(1)能簡述惡性腫瘤、冠心病、糖尿病與腎臟病的成因、症狀以及預防方法。	【家庭教育】 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。 【生命教育】 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	
第三週	農曆春節								
第四週	第1單元醫藥大哉問 第1章健康的隱形破壞者	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。 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。	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。	瞭解代謝症候群判定的標準與衍生的疾病。	1.說明代謝症候群的定義與五項標準。 2.請學生選擇一項危險因子來做改善計畫，確實執行這項計畫並完成健康好行。	1.歷程性評量：專心聆聽並認真思考。 2.總結性評量：能簡述代謝症候群的定義與標準。 3.紙筆測驗：完成健康好行的紀錄。	【家庭教育】 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。 【生命教育】 生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	

第五週	第 1 單元醫藥大哉問 第 2 章藥你健康	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-A3 具備善用健康與體育的資源，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-3 評估內在與外在的行為對健康造成衝擊與風險。 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。 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。	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購資訊。	1.能運用正確用藥方式。 2.能理解購藥安全原則。	1.請學生閱讀課前漫畫後，針對情境中的四個問題討論。 2.說明正確用藥原則，以及藥袋或藥盒上需注意的指示事項。 3.透過服藥Q&A講述正確的用藥概念。	1.歷程性評量：專心聆聽並踴躍分享。 2.總結性評量：(1)能瞭解用藥原則。 (2)能看懂藥袋或藥盒上的資訊與指示。 (3)能瞭解正確的用藥概念。	【閱讀素養教育】 閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。 【生涯規劃教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。	
第六週	第 1 單元醫藥大哉問 第 2 章藥你健康	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-A3 具備善用健康與體育的資源，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-3 評估內在與外在的行為對健康造成衝擊與風險。 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。 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。	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購資訊。	能辨識藥品的類別。	1.說明藥品使用方法、服藥標準以及解惑忘記服藥應如何做。 2.講述藥品分三級，並請學生分組完成Let' s do it!「全面瞭解正確用藥」。	1.歷程性評量：(1)專心聆聽並踴躍分享。 (2)積極參與分組討論。 2.總結性評量：(1)能簡述用藥方法與服藥標準。 (2)能簡述不同藥品的種類。 3.紙筆測驗	【閱讀素養教育】 閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。 【生涯規劃教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。	
第七週	第 1 單元醫藥大哉問 第 2 章藥你健康	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-A3 具備善用健康與體育的資源，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-3 評估內在與外在的行為對健康造成衝擊與風險。 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。 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。	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購資訊。	1.能理解藥品的保存與廢棄原則。 2.能透過政府網站提供的訊息澄清藥品的使用方式。 3.知道生活技能「批判性思考」的重要性與步驟，並能妥善運用。	1.介紹藥品不同的保存方式，並分組完成Let' s do it!「藥品大檢視」。 2.說明廢棄藥品的六個步驟。 3.介紹食藥署網站的關藥專區，示範查詢的方式，並請各組實際上網搜尋選擇最有感的一則關謠消息來分享。 4.配合課本例子請學生分組操作批判性思考四步驟後完成	1.歷程性評量：(1)專心聆聽並踴躍分享。 (2)積極參與分組討論。 2.總結性評量：(1)能認識藥品的保存方式。 (2)能簡述廢棄藥品的六步驟。 3.紙筆測驗	【閱讀素養教育】 閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。	

						健康好行。			
第八週	第 1 單元醫藥大哉問 第 3 章全民健保與醫療服務	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-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。	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-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1.能辨別全民健保的設立目標。 2.能理解全民健保的制度特性。	1.請學生閱讀課前漫畫後思考下方的問題，在課程中進行討論。 2.說明健保議題，介紹健保標誌的意義與就醫平等的概念。 3.介紹健保的納保資格與付費方式，說明全民健保的運作制度。 4.請學生拿出健保卡，介紹健保卡的功能與晶片記載的就醫資料。	1.歷程性評量：課堂專心聆聽並積極討論。 2.總結性評量： (1)能瞭解健保意義與概念。 (2)能瞭解健保的納保資格與付費方式。	【品德教育】 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 品 J9 知行合一與自我反省。 品 J7 同理分享與多元接納。 【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第九週	第 1 單元醫藥大哉問 第 3 章全民健保與醫療服務	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-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。	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-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1.能認識醫療分級制度的服務範圍與善用資源。 2.能妥善運用轉診制度與相關的醫療資源。	1.介紹健康存摺的功能，請學生分組討論完成 Let' s do it!「健康急轉彎」並上臺分享。 2.說明分級醫療，講解雙向轉診的概念。 3.說明就醫諮詢時的三件注意事項。	1.歷程性評量： (1)專心聆聽並踴躍分享。 (2)積極參與分組討論。 2.總結性評量： (1)能瞭解健康存摺的功能。 (2)能瞭解分級醫療的概念。 3.紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【品德教育】 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 品 J9 知行合一與自我反省。 品 J7 同理分享與多元接納。 【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第十週	第 1 單元醫藥大哉問	健體-J-A2 具備理解體育與健康情	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源	Fb-IV-5 全民健保與醫療制	能妥善運用轉診制度與相關的醫	1.分組完成 Let' s do it!「醫起來挑戰」並	1.歷程性評量： (1)專心聆聽並	【品德教育】 品 J3 關懷生活環境	

	第3章全民健保與醫療服務	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-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。	與規範。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	度、醫療服務與資源。	療資源。	上臺分享。 2.請學生分享自己或家中長輩的就醫觀念，糾正錯誤觀念並說明正確的就醫觀念。	踴躍分享。 (2)積極參與分組討論。 2.紙筆測驗：完成 Let' s do it。	與自然生態永續發展。 品 J9 知行合一與自我反省。 品 J7 同理分享與多元接納。 【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第十一週	第1單元醫藥大哉問 第3章全民健保與醫療服務	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-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-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1.能認識醫療分級制度的服務範圍與善用資源。 2.能妥善運用轉診制度與相關的醫療資源。	引導學生閱讀課本案例，針對案例分組討論健康好行的題目。	1.歷程性評量： (1)專心聆聽並踴躍分享。 (2)積極參與分組討論。 2.紙筆測驗：完成健康好行。	【品德教育】 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 品 J9 知行合一與自我反省。 品 J7 同理分享與多元接納。 【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第十二週	全中運								
第十三週	第2單元安身立命大作戰 第1章安全裝備總體檢	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	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-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健	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。	1.評估環境與人為因素對居家安全、交通安全、校園安全的影響與衝擊。 2.體會遵守居家安全、交通安全與校園安全的防	1.學生閱讀完課前漫畫後，思考漫畫下方的提問。 2.透過新聞案件說明校園中的意外事件有哪些。 3.說明事故傷害的兩大類，再請學生完成	1.歷程性評量： (1)認真聽講並踴躍發言。 (2)熱絡討論且積極分享。 2.總結性評量：能瞭解事故傷害的兩大類。	【生命教育】 生 J10 行為者善惡與行為對錯的判斷。 生 J12 公共議題中的道德思辨。 【安全教育】 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原	

		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。	康風險的行動。		護守則對健康的好處與困難。 3.能在日常生活中持續檢視並解決造成居家、交通、校園的危險狀況。	Let' s do it!「事故傷害檢視」。 4.說明居家環境中的故事危機，並請學生完成Let' s do it!「浴室危險放大鏡」。	3.學生自我檢核：檢視居家環境安全。	因。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 安 J8 演練校園災害預防的課題。 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。	
第十四週	第2單元安身立命大作戰 第1章安全裝備總體檢	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。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	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。	1.評估環境與人為因素對居家安全、交通安全、校園安全的影響與衝擊。 2.體會遵守居家安全、交通安全與校園安全的防護守則對健康的好處與困難。 3.能在日常生活中持續檢視並解決造成居家、交通、校園的危險狀況。	1.透過課本新聞事件引導學生分析發生事故的環境因素與人為因素。 2.請學生完成「交通安全大檢視」，檢視自己或同學的交通安全意識。 3.透過校園平面圖，請學生分組檢視校園中可能有的傷害與避免方式。 4.請學生完成「變身吧！校園安全大使」。	1.歷程性評量： (1)認真聽講並踴躍發言。 (2)熱絡討論且積極分享。 2.學生自我檢核：檢視交通安全意識。 3.紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【生命教育】 生 J10 行為者善惡與行為對錯的判斷。 生 J12 公共議題中的道德思辨。 【安全教育】 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。 安 J8 演練校園災害預防的課題。 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。	
第十五週	第2單元安身立命大作戰 第1章安全裝備總體檢	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。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	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。	能在日常生活中持續檢視並解決造成居家、交通、校園的危險狀況。	1.透過影片引導學生瞭解危急時刻時冷靜面對的重要。 2.請學生按照「解決問題」的步驟，分組討論解決校園事故發生的方案，完成健康好行。	1.歷程性評量： (1)認真聽講並踴躍發言。 (2)熱絡討論且勇於分享。 2.紙筆測驗：完成健康好行。	【安全教育】 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。 安 J8 演練校園災害預防的課題。 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。	
第十六週	第2單元安身立命大作戰 第2章急救	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	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿	透過不同類型事故傷害的處理原則與程序，依據生活情境選擇適	1.請學生閱讀課前漫畫，並請學生思考漫畫下方的提問。 2.請學生完成 Let' s	1.歷程性評量：認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量：	【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食	

	技能養成術	運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	施程序概念。 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。	勢急救技術。	合的急救技能。	do it!「有可能的理想結局」。 3.說明急救醫藥箱的內容物，引導學生完成Let' s do it! 「檢視家裡醫藥箱」，檢視家中的急救箱。	(1)能瞭解急救技術的重要性。 (2)能簡述急救醫藥箱的內容物。 3.自我檢核：檢視自家醫藥箱內容物。	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。 【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。 安 J11 學習創傷救護技能。	
第十七週	第 2 單元安身立命大作戰 第 2 章急救技能養成術	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。	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 1b-IV-2 認識健康技能和 生活技能的實施程序概念。 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。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	1.透過不同類型事故傷害的處理原則與程序，依據生活情境選擇適合的急救技能。 2.因應生活情境執行緊急狀況的止血與包紮技術。	1.說明開放性創傷與閉鎖性創傷。 2.示範開放性傷口的緊急處理步驟。 3.請學生完成 Let' s do it!「創傷注意事項大挑戰」與「傷口處理，我可以」。 4.說明閉鎖性創傷的處理原則。	1.歷程性評量：認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量： (1)能分辨開放性創傷與閉鎖性創傷。 (2)能學會開放性傷口處理步驟。 3.紙筆測驗	【生命教育】 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。 【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。 安 J11 學習創傷救護技能。	
第十八週	第 2 單元安身立命大作戰 第 2 章急救技能養成術	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。	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 1b-IV-2 認識健康技能和 生活技能的實施程序概念。 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。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	因應生活情境執行緊急狀況的止血與包紮技術。	1.包紮與固定傷口的目的及原則。 2.不同包紮材料的適用狀況與傷勢。 3.分組競賽：依題目指令完成包紮。 4.完成「傷口處理我最行」與「危機應變試試看」。 5.請學生完成健康好行。	1.歷程性評量：認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量： (1)能根據不同狀況選用不同包紮材料與包紮方法。 (2)能正確完成包紮。	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。 安 J11 學習創傷救護技能。	
第十九週	第 2 單元安身立命大作戰 第 3 章攜手搶救	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。	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。 1b-IV-2 認識健康技能和 生活技能的實	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	能體會 CPR 心肺復甦術、AED 使用與復甦姿勢對健康與生命的重要性並瞭解實施程序。	1.請學生閱讀課前漫畫，並思考漫畫下方的提問。 2.說明 CPR 與 AED 的作用性與基本原則。 3.介紹生命之鏈，說明 CPR 與 AED 在其	1.歷程性評量：課堂認真聆聽並積極參與課程。 2.總結性評量： (1)能簡述 CPR 與 AED 的作用與原則。	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。 安 J11 學習創傷救護技能。	

			施程序概念。			中的重要性。	(2)能瞭解生命之鏈。		
第二十週	第2單元安身立命大作戰 第3章攜手搶救	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。	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。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	能熟練的操作CPR 心肺復甦術、AED 使用與復甦姿勢的流程，並配合不同的生活情境調整操作的流程。	1.說明急救流程的口訣與步驟。 2.搭配影片說明「叫叫壓電」的實施流程，再完整示範分解動作。	1.歷程性評量：課堂認真聆聽並積極參與課程。 2.總結性評量：能熟悉急救流程的口訣與步驟。	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。 安 J11 學習創傷救護技能。	
第二十一週	第2單元安身立命大作戰 第3章攜手搶救	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。	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。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	能熟練的操作CPR 心肺復甦術、AED 使用與復甦姿勢的流程，並配合不同的生活情境調整操作的流程。	學生分組完成急救技術的演練，過程中教師檢視動作正確性，結束後予以評價。	1.歷程性評量：(1)課堂認真聆聽並積極參與課程。 (2)認真進行演練。 2.總結性評量：能正確完成急救流程。	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。 安 J11 學習創傷救護技能。	
第二十二週	第2單元安身立命大作戰 第3章攜手搶救	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。	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。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	能熟練的操作CPR 心肺復甦術、AED 使用與復甦姿勢的流程，並配合不同的生活情境調整操作的流程。	1.教師說明事故現場的危機處理原則與評估標準。 2.請學生練習評估救援順序與做出急救決定。 3.請學生完成健康好行。	1.歷程性評量：課堂認真聆聽並積極參與課程。 2.總結性評量：能正確評估救援順序。 3.紙筆測驗：完成健康好行。	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。 安 J11 學習創傷救護技能。	

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。