臺北市龍門國民中學110學年度. 健體領域/健康科目課程計畫

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 領域/科目 | | □國語文□英語文□數學□社會(□歷史□地理□公民與社會)  □自然科學(□理化□生物□地球科學)  □藝術(□音樂□視覺藝術□表演藝術)  □綜合活動(□家政□童軍□輔導)□科技(□資訊科技□生活科技)  ☑健康與體育(☑健康教育□體育) | | | | | | | | | |
| 實施年級 | | □7年級☑8年級□ 9年級  ☑上學期☑下學期 | | | | | | | | | |
| 教材版本 | | ☑選用教科書: 南一版 版 □自編教材(經課發會通過) | | | 節數 | | 每週 1 節 第 1、2 學期 共 40 節 | | | | |
| 領域核心素養 | | **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-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。  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。 | | | | | | | | | |
| 課程目標 | | 一、培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。  二、養成規律運動與健康生活的習慣。  三、培養健康與體育問題解決及規劃執行的能力。  四、培養獨立生活的自我照護能力。  五、培養思辨與善用健康生活與體育運動的相關資訊、產品和服務的素養。  六、建構運動與健康的美學欣賞能力及職涯準備所需之素養，豐富休閒生活品質與全人健康。  七、培養關懷生活、社會與環境的道德意識和公民責任感，營造健康與運動社區。  八、培養良好人際關係與團隊合作精神。  九、發展健康與體育相關之文化素養與國際觀。  十、能辨別欣賞、喜歡與愛，了解健康的邀約、安全的約會方式，並學習情感維持與正確的結束方法。  十一、體認維護身體自主權的重要，建立性價值觀，認識性病及預防方式。  十二、了解臺灣全民健保、藥物濫用常見原因與種類、藥物濫用對社會的危害、藥物的拒絕技巧與原則，了解藥物濫用的戒治資源。  十三、認識食品添加物，辨識媒體廣告行銷手法，能在生活中實踐消費者權利與義務。  十四、懂得檢視自己的健康狀態，了解健康老化的原則和方法，了解對死亡的感受與看法，降低對死亡的恐懼與疑慮。  十五、了解危機意識，能評估生活中潛在危機，能處理方式及保護自己的方式。了解交通安全守則，認識基本路權概念，體認AED與CPR的重要性並了解如何操作。 | | | | | | | | | |
| 學習進度  週次 | | 單元  活動主題 | 學習重點 | | | 評量方法 | | 議題融入實質內涵 | 教學設施設備需求 | 跨領域/科目協同教學 | 備註 |
| 學習  表現 | 學習  內容 | |
| 第1學期 | 第1週 | 單元一  愛，這件事  第1章  歌頌情誼 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片 | 社會公民 |  |
| 第2週 | 單元一  愛，這件事  第1章  歌頌情誼 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 | 社會公民 |  |
| 第3週 | 單元一  愛，這件事  第1章  歌頌情誼 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 | 社會公民 |  |
| 第4週 | 單元一  愛，這件事  第2章  珍愛自我 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | | 【性別平等】  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J6探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 | 社會公民 |  |
| 第5週 | 單元一  愛，這件事  第2章  珍愛自我 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | | 【性別平等】  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J6探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 | 社會公民 |  |
| 第6週 | 單元一  愛，這件事  第2章  珍愛自我 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 | 社會公民 |  |
| 第7週 | 單元一  愛，這件事  第3章  「性」福「保」典 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | | 【人權教育】  人J8了解人身自由權，並具有自我保護的知能。  人J9認識教育權、工作權與個人生涯發展的關係。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 | 自然生物 |  |
| 第8週 | 單元一  愛，這件事  第3章  「性」福「保」典 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 | 自然生物 |  |
| 第9週 | 單元一  愛，這件事  第3章  「性」福「保」典 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 | 自然生物 |  |
| 第10週 | 單元二  一生「醫」事  第1章  臺灣「醫」級棒 | 1a-Ⅳ-4理解促進健康生活的策略、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。 | Fb-Ⅳ-5全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第11週 | 單元二  一生「醫」事  第1章  臺灣「醫」級棒 | 1a-Ⅳ-4理解促進健康生活的策略、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。 | Fb-Ⅳ-5全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第12週 | 單元二  一生「醫」事  第1章  臺灣「醫」級棒 | 1a-Ⅳ-4理解促進健康生活的策略、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。 | Fb-Ⅳ-5全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | | 【品德教育】  品J1溝通合作與和諧人際關係。  品J8理性溝通與問題解決。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第13週 | 單元二  一生「醫」事  第1章  臺灣「醫」級棒 | 1a-Ⅳ-4理解促進健康生活的策略、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。 | Fb-Ⅳ-5全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第14週 | 單元二  一生「醫」世  第2章  正確用藥好安心 | 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。  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。 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第15週 | 單元三  「癮」爆新觀點  第1章  青春要玩不藥丸 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | | 【品德教育】  品EJU1尊重生命 。  【法治教育】  法J7理解少年的法律地位。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第16週 | 單元三  「癮」爆新觀點  第1章  青春要玩不藥丸 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | | 【品德教育】  品EJU1尊重生命 。  【法治教育】  法J7理解少年的法律地位。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第17週 | 單元三  「癮」爆新觀點  第2章  毒來不毒往 | 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。  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。 | 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。  Fa-Ⅳ-1自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-4情緒與壓力因應與調適的方案。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | | 【法治教育】  法J4理解規範國家強制力之重要性。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第18週 | 單元三  「癮」爆新觀點  第2章  毒來不毒往 | 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。  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。 | 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。  Fa-Ⅳ-1自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-4情緒與壓力因應與調適的方案。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | | 【法治教育】  法J4理解規範國家強制力之重要性。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第19週 | 單元三  「癮」爆新觀點  第2章  毒來不毒往 | 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。  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。 | 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。  Fa-Ⅳ-1自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-4情緒與壓力因應與調適的方案。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等紙筆測驗 | | 【法治教育】  法J4理解規範國家強制力之重要性。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第20週 | 單元三  「癮」爆新觀點  第2章  毒來不毒往 | 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。  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。 | 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。  Fa-Ⅳ-1自我認同與自我實現。  Fa-Ⅳ-4情緒與壓力因應與調適的方案。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等紙筆測驗 | | 【法治教育】  法J4理解規範國家強制力之重要性。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第2學期 | 第1週 | 單元一  消費中學堂  第1章  GO購「食」力讚 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片 | 綜合家政 |  |
| 第2週 | 單元一  消費中學堂  第1章  GO購「食」力讚 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片 | 綜合家政 |  |
| 第3週 | 單元一  消費中學堂  第1章  GO購「食」力讚 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 | 綜合家政 |  |
| 第4週 | 單元一  消費中學堂  第2章  健康消費實踐家 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道  消費爭議相關新聞 | 社會公民 |  |
| 第5週 | 單元一  消費中學堂  第2章  健康消費實踐家 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 | 社會公民 |  |
| 第6週 | 單元二  慢病驚心  第1章  慢性病危機與轉機(上) | 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。  3a-Ⅳ-1精熟地操作健康技能。 | 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。  Fb-Ⅳ-5全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第7週 | 單元二  慢病驚心  第1章  慢性病危機與轉機(上) | 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。  3a-Ⅳ-1精熟地操作健康技能。 | 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。  Fb-Ⅳ-5全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第8週 | 單元二  慢病驚心  第2章  慢性病危機與轉機(下) | 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。  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。 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第9週 | 單元二  慢病驚心  第2章  慢性病危機與轉機(下) | 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。  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。 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第10週 | 單元二  慢病驚心  第3章  銀髮新態度 | 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-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。 | Aa-Ⅳ-3老化與死亡的意義與自我調適。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第11週 | 單元三  安全防護網  第1章  人身安全線 | 3b-Ⅳ-2熟悉各種人際溝通互動技能。 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第12週 | 單元三  安全防護網  第1章  人身安全線 | 3b-Ⅳ-2熟悉各種人際溝通互動技能。 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第13週 | 單元三  安全防護網  第2章  虛擬搜查線 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第14週 | 單元三  安全防護網  第2章  虛擬搜查線 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第15週 | 單元三  安全防護網  第3章  馬路如虎口 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | |  | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第16週 | 單元三  安全防護網  第3章  馬路如虎口 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | | 【安全教育】  安J4探討日常生活發生事故的影響因素。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第17週 | 單元三  安全防護網  第4章  生命之鏈 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | | 【安全教育】  安J10學習心肺復甦術及AED的操作。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第18週 | 單元三  安全防護網  第4章  生命之鏈 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | | 【安全教育】  安J10學習心肺復甦術及AED的操作。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第19週 | 單元三  安全防護網  第4章  生命之鏈 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量及表現等 | | 【安全教育】  安J10學習心肺復甦術及AED的操作。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 第20週 | 單元三  安全防護網  第4章  生命之鏈 | 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。 | | 態度檢核 上課參與 小組討論  技能測驗、實作評量、檔案評量、口語評量\紙筆評量及表現等 | | 【安全教育】  安J10學習心肺復甦術及AED的操作。 | 教學投影片  Youtube健康頻道 |  |  |
| 教學設施  設備需求 | | 1.教學投影片、youtube健康頻道、相關電腦設備。  2.教材相關配套、教具。 | | | | | | | | | |
| 備 註 | |  | | | | | | | | | |