

臺北市北投國民中學109學年度健康與體育領域/健康教育科課程計畫

領域/科目	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會(<input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民與社會) <input type="checkbox"/> 自然科學(<input type="checkbox"/> 理化 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學) <input type="checkbox"/> 藝術(<input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 視覺藝術 <input type="checkbox"/> 表演藝術) <input type="checkbox"/> 綜合活動(<input type="checkbox"/> 家政 <input type="checkbox"/> 童軍 <input type="checkbox"/> 輔導) <input type="checkbox"/> 科技(<input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 生活科技) <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育(<input checked="" type="checkbox"/> 健康教育 <input type="checkbox"/> 體育)		
實施年級	<input checked="" type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級		
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書:康軒版 <input type="checkbox"/> 自編教材(經課發會通過)	節數	每週 1 節 第 1/2 學期 共 41 節
領域核心素養	<p>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。</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>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-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>健體-J-B3:具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與表現方式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。</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>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。</p>		
課程目標	<p>健康</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 探討健康的內涵，採取正確的自我照護，以提升整體健康水準。 2. 了解青春期的身心需求及學會調適身心變化。 3. 建立自我概念，培養自我悅納的態度，積極實現自我。 4. 了解事故傷害的定義及成因，並思考其對健康造成的威脅與嚴重性。 5. 判斷環境中的潛在危機，及其對健康造成的衝擊與風險。 6. 因應不同生活情境，善用健康技能降低事故的發生。 7. 監控環境安全狀況，並能針對危險處持續的調正與修正。 8. 能理解各種傳染病的病原體、傳染途徑、症狀及預防方法。 9. 認識健保的意義及一般民眾應有的權利與義務。 10. 了解從事醫療消費時應注意的事項。 11. 培養維護身體健康的醫療觀念及態度。 12. 了解使用成癮物質菸、酒、檳榔對人體心理、生理及社會各健康層面造成的衝擊與風險。 13. 面對菸、酒、檳榔的訊息與觀點，能進行批判性思考並做出有利健康的決定。 14. 關注菸、酒、檳榔國內法律規範現況與未來趨勢。 15. 利用情境演練生活技能，能主動公開表達個人拒絕菸、酒、檳榔立場。 		

		16. 認識並改善自己的人際關係，學習理智的面對衝突。 17. 學習利用人際關係技巧，促進家庭的良好互動，以及學習如何面對家庭暴力。 18. 建立正向且良好的網路內外人際互動。 19. 培養正確的人際交往觀念。							
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	第一 週	第1章健康 人生開步走	1a-IV -1:理解 生理、心 理與社 會各層 面健康 的概念。 2b-IV -2:樂於 實踐健 康促進 的生活 型態。 4a-IV -2:自我 監督、增 強個人 促進健 康的行 動，並反 省修正。	Aa-IV -1:生長 發育的 自我評 估與因 應策略。 Da-IV -2:身體 各系 統、器 官的構 造與功 能。 Fa-IV -3:有利 人際關 係的因 素與有 效的溝 通技巧。	1. 口頭 評量 2. 紙筆 評量	【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。	1. 相關 電子設 備、電 腦、相 關教學 投影 片、影 音檔。 2. 各單 元學習 單。	無	
第1學 期	第二 週	第1章健康 人生開步走	1a-IV -1:理解 生理、心 理與社 會各層 面健康 的概念。 2b-IV -2:樂於 實踐健 康促進 的生活 型態。 4a-IV -2:自我 監督、增 強個人 促進健	Aa-IV -1:生長 發育的 自我評 估與因 應策略。 Da-IV -2:身體 各系 統、器 官的構 造與功 能。 Fa-IV -3:有利 人際關 係的因 素與有 效的溝	1. 口頭 評量 2. 紙筆 評量	【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。	1. 相關 電子設 備、電 腦、相 關教學 投影 片、影 音檔。 2. 各單 元學習 單。	無	

			康的行動，並反省修正。	通技巧。					
第1學期	第三週	第1章健康人生開步走	1a-IV -1:理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2b-IV -2:樂於實踐健康促進的生活型態。 4a-IV -2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	Aa-IV -1:生長發育的自我評估與因應策略。 Da-IV -2:身體各系統、器官的構造與功能。 Fa-IV -3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【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。	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元學習單。	無	
第1學期	第四週	第2章個人衛生與保健	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。 3a-IV -1:精熟地操作健康技能。	Da-IV -1:衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV -2:身體各系統、器官的構造與功能。 Da-IV -3:視力、口腔保健策略與相關疾病。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【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。	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	無	
第1學期	第五週	第2章個人衛生與保健	1b-IV -2:認識健康技	Da-IV -1:衛生保健習	1. 口頭評量 2. 紙筆	【性別平等教育】	1. 相關電子設備、電	無	

			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。 3a-IV-1:精熟地操作健康技能。	慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV-2:身體各系統、器官的構造與功能。 Da-IV-3:視力、口腔保健策略與相關疾病。	評量	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。	腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。		
第1學期	第六週	第2章個人衛生與保健	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。 3a-IV-1:精熟地操作健康技能。	Da-IV-1:衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV-2:身體各系統、器官的構造與功能。 Da-IV-3:視力、口腔保健策略與相關疾病。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【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。	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	無	
第1學期	第七週	第2章個人衛生與保健	1b-IV-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 2a-IV	Da-IV-1:衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV-2:身體	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【性別平等教育】 性 J4: 認識身體自主權相關議題，維護自	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單	無	

			-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。	各系統、器官的構造與功能。 Da-IV -3:視力、口腔保健策略與相關疾病。		己與尊重他人的身體自主權。	元之學習單。		
第1學期	第八週	第2章個人衛生與保健	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。 3a-IV -1:精熟地操作健康技能。	Da-IV -1:衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV -2:身體各系統、器官的構造與功能。 Da-IV -3:視力、口腔保健策略與相關疾病。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【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。	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	無	
第1學期	第九週	第3章我的青春檔案	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	Db-IV -1:生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。 Da-IV -4:健康姿勢、規律運動、充分睡眠的	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【性別平等教育】 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。	1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	無	

			<p>型態。 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-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>維持與實踐策略。 Db-IV-2:青春期的身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。</p>					
第1學期	第十週	第3章我的青春檔案	<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。 2b-IV-2:樂於實踐健康促進的生活型態。 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-1:運用</p>	<p>Db-IV-1:生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。 Da-IV-4:健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。 Db-IV-2:青春期的身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。</p>	<p>1. 口頭評量 2. 紙筆評量</p>	<p>【性別平等教育】 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。</p>	<p>1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。</p>	無	

			適切的 健康資 訊、產 品與服 務，擬 定健康 行動策 略。						
第1學 期	第十 一週	第3章我的 青春檔案	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。 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 -1:運 用適 切的 健康 資訊 、產 品與 服務 ，擬 定健 康行 動策 略。	Db-IV -1:生 殖器 官的 構造 、功 能與 保健 及懷 孕生 理、 優生 保健。 Da-IV -4:健 康姿 勢、 規律 運動 、充 分睡 眠的 維持 與實 踐策 略。 Db-IV -2:青 春期 身心 變化 的調 適與 性衝 動健 康因 應的 策略。	1. 口頭 評量 2. 紙筆 評量	【性別 平等教 育】 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。	1. 相關 電子設 備、電 腦、音 箱、相 關教學 投影 片、影 音檔。 2. 各單 元之學 習單。	無	
第1學 期	第十 二週	第3章我的 青春檔案	1b-IV -3:因應 生活情 境的健 康需 求，尋 求	Db-IV -1:生 殖器 官的 構造 、功 能與 保健 及懷	1. 口頭 評量 2. 紙筆 評量	【性別 平等教 育】 性 J11: 去除性 別刻板	1. 相關 電子設 備、電 腦、音 箱、相 關教學	無	

			<p>解決的健康技能和生活技能。</p> <p>2b-IV -2:樂於實踐健康促進的生活型態。</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>孕生理、優生保健。</p> <p>Da-IV -4:健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。</p> <p>Db-IV -2:青春期的身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。</p>		<p>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。</p>	<p>投影片、影音檔。</p> <p>2.各單元之學習單。</p>		
第1學期	第十三週	第4章活出青春的光彩	<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>2b-IV -2:樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>3b-IV -1:熟悉各種自我調適</p>	<p>Fa-IV -1:自我認同與自我實現。</p>	<p>1.口頭評量 2.紙筆評量</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3: 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4: 了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。</p>	<p>1. 相關教學投影片、影音檔。</p> <p>2. 各單元之學習單。</p>	無	

			技能。						
第1學期	第十四週	第4章活出青春的光彩	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。 3b-IV -1:熟悉各種自我調適技能。	Fa-IV -1:自我認同與自我實現。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【生涯規劃教育】 涯 J3: 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4: 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J6: 建立對於未來生涯的願景。	1. 相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	無	
第1學期	第十五週	第1章環境安全搜查線	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 -3:熟悉大部份的決策與批判技能。 4a-IV -1:運用適切的	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. 口頭評量 2. 紙筆評量	【安全教育】 安 J1: 理解安全教育的意義。 安 J2: 判斷常見的事故傷害。 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的影響因素。	1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 各樣活動所需之相關道具：居家安全設備(防滑設備、滅火器、煙霧偵測器等)、計	無	

			健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。			【防災教育】防 J9: 了解校園及住家內各項避難器具的正確使用方式。	時工具、小白板。		
第1學期	第十六週	第1章環境安全搜查線	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-3: 熟悉大部份的決策與批判技能。 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。	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. 口頭評量 2. 紙筆評量	【安全教育】安 J1: 理解安全教育的意義。 安 J2: 判斷常見的事故傷害。 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。 【防災教育】防 J9: 了解校園及住家內各項避難器具的正確使用方式。	1. 相關電子設備、電腦、音響、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 各樣活動所需之相關道具：居家安全設備(防滑設備、滅火器、煙霧偵測器等)、計時工具、小白板。	無	

第1學期	第十七週	第1章環境安全搜查線	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 -3:熟悉大部份的決策與批判技能。 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。	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. 口頭評量 2. 紙筆評量	【安全教育】 安 J1: 理解安全教育的意義。 安 J2: 判斷常見的事故傷害。 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。 【防災教育】 防 J9: 了解校園及住家內各項避難器具的正確使用方式。	1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 各樣活動所需之相關道具：居家安全設備(防滑設備、滅火器、煙霧偵測器等)、計時工具、小白板。	無	
第1學期	第十八週	第2章營造安全好環境	1b-IV -1:分析健康技能和生技能對健康維護的重要性。 2b-IV -1:堅守健康的	Ba-IV -4:社區環境安全的行動策略。 Fb-IV -3:保護性的健康行為。 Ba-IV -1:居	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【安全教育】 安 J2: 判斷常見的事故傷害。 安 J3: 了解日常生活容易發	1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學	無	

			生活規範、態度與價值觀。 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。	家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。		生事故的原因。 安 J4:探討日常生活發生事故的影響因素。 【防災教育】 防 J8:繪製社區防災地圖並參與社區防災演練。	習單及活動所需之相關道具:計時用具、小白板等。		
第1學期	第十九週	第2章營造安全好環境	1b-IV-1:分析健康技能和生技能對健康維護的重要性。 2b-IV-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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	Ba-IV-4:社區環境安全的行動策略。 Fb-IV-3:保護性的健康行為。 Ba-IV-1:居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【安全教育】 安 J2:判斷常見的事故傷害。 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。 【防災教育】 防 J8:繪製社區防災	1. 相關電子設備、電腦、音響、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單及活動所需之相關道具:計時用具、小白板等。	無	

			-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。			地圖並參與社區防災演練。			
第1學期	第廿一週	第2章營造安全好環境	1b-IV -1:分析健康技能和生技能對健康維護的重要性。 2b-IV -1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。	Ba-IV -4:社區環境安全的行動策略。 Fb-IV -3:保護性的健康行為。 Ba-IV -1:居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【安全教育】 安 J2: 判斷常見的事故傷害。 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。 【防災教育】 防 J8: 繪製社區防災地圖並參與社區防災演練。	1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單及活動所需之相關道具:計時用具、小白板等。	無	
第2學期	第一週	第1章傳染病的世界	1a-IV -2:分析個人與群體健康的影響因素。 2a-IV -1:關注	Fb-IV -3:保護性的健康行為。 Fb-IV -4:新興傳染病與慢性	1. 情意評量 2. 認知評量	【環境教育】 環 J1: 了解生物多樣性及環境承載力的重	1各種運動器材。 2. 學習單。 3. 各樣活動所需之相	無	

			<p>健康議題本土、國際現況與趨勢。 2a-IV-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 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-2:自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。</p>	<p>病的防治策略。</p>		<p>要性。 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。</p>	<p>關道具:圖卡、字卡、小白板等。</p>		
第2學期	第二週	第1章傳染病的世界	<p>1a-IV-2:分析個人與群體健康的影響因素。 2a-IV-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 2a-IV-2:自主思考健康問題</p>	<p>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。</p>	<p>1. 情意評量 2. 認知評量 3. 技能評量</p>	<p>【環境教育】 環 J1:了解生物多樣性及環境承載力的重要性。 環 J4:了解永續發展的意義(環境、社會、與經濟的</p>		無	

			所造成的威脅感與嚴重性。 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 -2:自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。			均衡發展)與原則。			
第2學期	第三週	第1章傳染病的世界	1a-IV -2:分析個人與群體健康的影響因素。 2a-IV -1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 2a-IV -2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3a-IV -2:因應不同的生活情境進行	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. 情意評量 2. 技能評量	【環境教育】 環 J1: 了解生物多樣性及環境承載力的重要性。 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。		無	

			調適並修正，持續表現健康技能。 4a-IV-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。						
第2學期	第四週	第2章醫藥保衛戰	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。 3b-IV-3:熟悉大部分的決策與批判技能。 4a-IV-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。	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。 Fb-IV-3:保護性的健康行為。 Fb-IV-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1. 情意評量 2. 認知評量 3. 技能評量	【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。	全民健保、醫療資源等教學投影片、影音檔相關資料以及電腦設備。	無	
第2學期	第五週	第2章醫藥保衛戰	1a-IV-4:理解促進健康生活的策略、資源	Bb-IV-1:正確購買與使用藥品的行動策略。	1. 情意評量 2. 認知評量 3. 技能評量	【生命教育】生 J5: 覺察生活中的各種迷	全民健保、醫療資源等教學投影片、影	無	

			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。 3b-IV -3:熟悉大部分的決策與批判技能。 4a-IV -3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。	Bb-IV -2:家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。 Fb-IV -3:保護性的健康行為。 Fb-IV -5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。		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。	音檔相關資料以及電腦設備。		
第2學期	第六週	第2章醫藥保衛戰	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。 3b-IV -3:熟悉大部分的決策與批判技能。 4a-IV -3:持續的執行促進健	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。 Fb-IV -3:保護性的健康行為。 Fb-IV -5:全民健保與醫療制度、醫療	1. 情意評量 2. 認知評量 3. 技能評量	【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。	全民健保、醫療資源等教學投影片、音檔相關資料以及電腦設備。	無	

			康及減少健康風險的行為。	服務與資源。					
第2學期	第七週	第2章醫藥保衛戰	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。 3b-IV-3:熟悉大部分的決策與批判技能。 4a-IV-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。	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。 Fb-IV-3:保護性的健康行為。 Fb-IV-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1. 情意評量 2. 認知評量 3. 技能評量	【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。	全民健保、醫療資源等教學投影片、影音檔相關資料以及電腦設備。	無	
第2學期	第八週	第2章醫藥保衛戰	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。	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	1. 情意評量 2. 認知評量 3. 技能評量	【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、飲食運動、休閒娛樂、人	全民健保、醫療資源等教學投影片、影音檔相關資料以及電腦設備。	無	

			3b-IV -3:熟悉大部分的決策與批判技能。 4a-IV -3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。	訊。 Fb-IV -3:保護性的健康行為。 Fb-IV -5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。		我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。			
第2學期	第九週	第1章菸害現形記	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。 3b-IV -3:熟悉大部分的決策與批判技能。 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。 4b-IV -1:主動並公開	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。	1. 情意評量 2. 認知評量 3. 技能評量	【法治教育】 法 J3: 認識法律之意義與制定。	1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。	無	

			表明個人對促進健康的觀點與立場。						
第2學期	第十週	第1章菸害現形記	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。 3b-IV-3:熟悉大部分的決策與批判技能。 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。 4b-IV-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	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。	1. 情意評量 2. 認知評量 3. 技能評量	【法治教育】法 J3: 認識法律之意義與制定。	1. 相關電子設備、電腦、音響、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 各樣活動所需之相關道具：吸菸小瓜呆、菸盒、反菸情境劇演練道具。	無	
第2學期	第十一週	第1章菸害現形記	1a-IV-3:評估內在與外在的	Bb-IV-3:菸、酒、檳榔、藥物	1. 情意評量 2. 認知評量	【法治教育】法 J3: 認識法	1. 相關電子設備、電腦、音	無	

			<p>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。 3b-IV-3:熟悉大部分的決策與批判技能。 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。 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>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。</p>	<p>3. 技能評量</p>	<p>律之意義與制定。</p>	<p>箱、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 各樣活動所需之相關道具：吸菸小瓜呆、菸盒、反菸情境劇演練道具。</p>		
第2學期	第十二週	第2章克癮致勝	<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。 2a-IV-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 3b-IV-3:熟悉大部分的決策與批判技能。 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。 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>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。</p>	<p>1. 情意評量 2. 認知評量 3. 技能評量</p>	<p>【法治教育】 法 J3: 認識法律之意義與制定。</p>	<p>1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。</p>	無	

			<p>土、國際現況與趨勢。 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。</p>	-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。				
第2學期	第十三週	第2章克癮致勝	<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。 2a-IV -1:關注健康議題本 土、國際現況與趨勢。 3b-IV -2:熟悉各種人際溝通互動技</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的影響。 Bb-IV -4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。</p>	<p>1. 情意評量 2. 認知評量 3. 技能評量</p>	<p>【法治教育】 法 J3: 認識法律之意義與制定。</p>	<p>1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 各樣活動所需之相關道具:飲酒模擬眼鏡、檳榔或酒實體</p>	無

			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。				教具、情境劇演練道具。		
第2學期	第十四週	第2章克癮致勝	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。 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	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的影響。 Bb-IV -4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。	1. 情意評量 2. 認知評量 3. 技能評量	【法治教育】 法 J3: 認識法律之意義與制定。	1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 各樣活動所需之相關道具：飲酒模擬眼鏡、檳榔或酒實體教具、情境劇演練道具。	無	

			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。						
第2學期	第十五週	第2章克癮致勝	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。 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，善用各種生活技能，解決健康問題。 4b-IV-1:主動並公開表明個人對促	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。	1. 情意評量 2. 認知評量 3. 技能評量	【法治教育】 法 J3: 認識法律之意義與制定。	1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 各樣活動所需之相關道具：飲酒模擬眼鏡、檳榔或酒實體教具、情境劇演練道具。	無	

			進健康的觀點與立場。						
第2學期	第十六週	第1章健康家庭加加油	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。 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 -2:自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。	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. 情意評量 2. 技能評量	【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 J5: 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 【法治教育】 法 J3: 認識法律之意義與制定。	1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影片、音檔。 2. 學習單、情境演練道具。	無	
第2學期	第十七週	第1章健康家庭加加油	1a-IV -2:分析個人與群體健康的影響因素。 2b-IV -1:堅守	Fa-IV -2:家庭衝突的協調與解決技巧。 Fa-IV -3:有利	1. 情意評量 2. 技能評量	【家庭教育】 家 J3: 了解人際交往、親密關係的發	1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影	無	

			<p>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>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行動，並反省修正。</p>	<p>人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p>		<p>展，以及溝通與衝突處理。</p> <p>家 J5:了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>【法治教育】</p> <p>法 J3:認識法律之意義與制定。</p>	<p>音檔。</p> <p>2.學習單、情境演練道具。</p>		
第2學期	第十八週	第2章人際關係停看聽	<p>1a-IV-2:分析個人與群體健康的影響因素。</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-2:熟悉各種人際溝通互動技</p>	<p>Fa-IV-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p>	<p>1. 情意評量</p> <p>2. 技能評量</p>	無	<p>1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。</p> <p>2. 學習單、情境演練道具。</p>	無	

			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。 4a-IV -2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 4a-IV -3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行動。						
第2學期	第十九週	第2章人際關係停看聽	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 -2:熟悉各種人際溝通互動技能。 3b-IV -4:因應	Fa-IV -3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	1. 情意評量 2. 技能評量	無	1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 各樣活動所需之相關道具：記分板、小白板、圖卡、字卡等。	無	

			不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。 4a-IV-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 4a-IV-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行動。						
第2學期	第廿週	第2章人際關係停看聽	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-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	Fa-IV-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	1. 情意評量 2. 技能評量	無	1. 相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 各樣活動所需之相關道具：記分板、小白板、圖卡、字卡等。	無	

			各種生活技能，解決健康問題。 4a-IV -2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 4a-IV -3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行動。						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--