

臺北市立忠孝國民中學 107 學年度第 1 學期 7 年級 健體 領域 彈性課程 課程 _____ 科

課程教學計畫暨教學進度表

教師姓名：陳淑雅

教材來源：康軒 版

任教班級：701-707

週次	日期	教學單元/主題	對應能力 指標	重要議題融入 (請刪除不要的)	作業/評量 方式	備註
學習 目標	1. 探討健康的內涵，採取正確的自我照顧，以提升整體健康水準。並藉由探索自我與身體活動，了解實現自我的含意。 2. 了解青春期身心需求，在生活中展現青春活力，並養成規律運動的習慣以促進健康。 3. 培養維護身體健康的醫療觀念及態度。		節數		每週 <u>1</u> 節	
一	08/30-09/02	第1單元 健康青春向前行 1 健康人生開步走	1-3-2	生命教育 性別教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.分組討論 3.實作及表現 4.紀錄	8/30 開學
二	09/03-09/09	第1單元 健康青春向前行 1 健康人生開步走	1-3-2	生命教育 性別教育 人口教育 生涯發展	1.實作及表現 2.觀察 3.分組討論	9/4-5 複習考
三	09/10-09/16	第1單元 健康青春向前行 1 健康人生開步走	1-3-2	生命教育 性別教育 人口教育 生涯發展	1.實作及表現 2.觀察	9/15 學校日
四	09/17-09/23	第1單元 健康青春向前行 2 健康照護	1-3-2	生命教育 性別教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.分組討論 3.實作及表現 4.紀錄	
五	09/24-09/30	第1單元 健康青春向前行 2 健康照護	1-3-2 7-3-1	生命教育 性別教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.分組討論 3.實作及表現	9/24 中秋節
六	10/01-10/07	第1單元 健康青春向前行 2 健康照護	1-3-2 7-3-1	生命教育 性別教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.分組討論 3.實作及表現	
七	10/08-10/14	第1單元 健康青春向前行 3 我的青春檔案	1-3-2 1-3-3 6-3-1	生命教育 性別教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.問卷調查 3.紀錄	10/10 國慶日 定期評量 1
八	10/15-10/21	第1單元 健康青春向前行 3 我的青春檔案	1-3-2 1-3-3 6-3-1	生命教育 性別教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.問卷調查 3.紀錄	
九	10/20-10/28	第1單元 健康青春向前行 3 我的青春檔案	1-3-2 1-3-3 6-3-1	生命教育 性別教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.問卷調查 3.紀錄	
十	10/29-11/04	第1單元 健康青春向前行 3 我的青春檔案	1-3-2 1-3-3 6-3-1	生命教育 性別教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.問卷調查 3.紀錄	

十一	11/05-11/11	第1單元 健康青春向前行 4活出自我亮起來	1-3-2 6-3-1 6-3-6	生命教育 性別教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.實作及表現	
十二	11/12-11/18	第1單元 健康青春向前行 4活出自我亮起來	1-3-2 6-3-1 6-3-6	生命教育 性別教育 人口教育 生涯發展	1.課前準備 2.分組討論 3.觀察 4.實作及表現	
十三	11/19-11/25	第1單元 健康青春向前行 4活出自我亮起來	1-3-2 6-3-1 6-3-6	生命教育 環境教育 人權教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.實作及表現 3.紀錄	
十四	11/26-12/04	第1單元 健康青春向前行 4活出自我亮起來	1-3-2 6-3-1 6-3-6	生命教育 環境教育 人權教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.實作及表現 3.紀錄	定期評量 2
十五	12/05-12/09	第2單元青春營養祕笈 1吃出營養與健康	1-3-2 2-3-1 7-3-1	生命教育 環境教育 人權教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.問卷調查 3.紀錄	
十六	12/10-12/16	第2單元青春營養祕笈 1吃出營養與健康	1-3-2 2-3-1 7-3-1	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.實作及表現 3.分組討論	
十七	12/17-12/23	第2單元青春營養祕笈 1吃出營養與健康	1-3-2 2-3-1 7-3-1	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.實作及表現 3.分組討論	
十八	12/24-12/30	第2單元青春營養祕笈 1吃出營養與健康	1-3-2 2-3-1 7-3-1	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.分組討論 3.紀錄	
十九	12/31-01/06	第2單元青春營養祕笈 2青春飲食指南	2-3-1 2-3-2	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.分組討論 3.紀錄	1/1 元旦
二十	01/07-01/13	第2單元青春營養祕笈 2青春飲食指南	2-3-1 2-3-2	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.分組討論 3.紀錄	
二十一	01/14-01/20	複習全冊				1/16-17 定期 評量 3 1/18 休業式 1/21 寒假
給分依據及 家長注意事項		一、多元評量方式(請具體說明) ◇ 日常評量：1.上課表現 30% 2.分組討論及報告 20% 3.習作 10% ◇ 定期評量：期末考 40% 二、家長注意事項：監督孩子在家是否擁有健康行為，例如健康飲食、個人良好衛生習慣…等。				

臺北市立忠孝國民中學 107 學年度第 2 學期 7 年級 健體 領域 彈性課程課程 _____ 科

課程教學計畫暨教學進度表

教師姓名：陳淑雅

教材來源：康軒 版

任教班級：701-707

週次	日期	教學單元/主題	對應能力 指標	重要議題融入 (請刪除不要的)	作業/ 評量方式	備註
學習 目標	1. 了解成癮物質對人類生理、心理、社會所造成的長遠影響。 2. 培養維護身體健康的醫療觀念及態度。 3. 分析社會因素對自我健康的影響，並體認自我意識對行為發展的重要性。			節數	每週 <u>1</u> 節	
一	2/12-2/17	第 1 單元為青春開一扇窗 菸害現形記 1	1-3-2 5-3-4 7-3-1	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.課前準備 2.實作及表現	2/12 開學、註冊
二	2/18-2/24	第 1 單元為青春開一扇窗 菸害現形記 2	1-3-2 5-3-1 5-3-4 7-3-1	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.課前準備 2.實作及表現	2/21-22 複習考
三	2/25-3/03	第 1 單元為青春開一扇窗 菸害現形記 3	1-3-2 5-3-1 5-3-4 7-3-1	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現	2/28 和平紀念日
四	3/04-3/10	第 1 單元為青春開一扇窗 克癮制勝 1	5-3-4	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現	3/8 學校日
五	3/11-3/17	第 1 單元為青春開一扇窗 克癮制勝 2	5-3-4	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.實作及表現	
六	3/18-3/24	第 1 單元為青春開一扇窗 克癮制勝 3	5-3-4	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.實作及表現	
七	3/25-3/31	第 1 單元為青春開一扇窗 克癮制勝 4	5-3-4	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.實作及表現	定期評量 1
八	4/01-4/07	第 1 單元為青春開一扇窗 健康行動全紀錄 1	5-3-4 6-3-3 7-3-2 7-3-5	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.實作及表現	4/4 兒童節 4/5 清明節
九	4/08-4/14	第 1 單元為青春開一扇窗 健康行動全紀錄 2	5-3-4 6-3-3 7-3-2 7-3-5	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.實作及表現	
十	4/15-4/21	第 2 單元醫療消費面面觀 傳染病的世界 1	7-3-1 7-3-2	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2..分組練習	

十一	4/22-4/28	第2單元醫療消費面 面觀 傳染病的世界2	7-3-1 7-3-2	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.實作及表現	
十二	4/29-5/05	第2單元醫療消費面 面觀 醫藥世界1	7-3-2	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.實作及表現	
十三	5/06-5/12	第2單元醫療消費面 面觀 醫藥世界2	7-3-2	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.實作及表現	
十四	5/13-5/19	第2單元醫療消費面 面觀 醫藥世界3	7-3-2	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.實作及表現	定期評量2 5/18-19 教育會考
十五	5/20-5/26	第3單元永保安康新 主張 環境安全大體檢1	5-3-1 5-3-2	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.實作及表現	
十六	5/27-6/02	第3單元永保安康新 主張 環境安全大體檢2	5-3-1 5-3-2	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.實作及表現	5/28 課發會議 6/1 學校課程計畫 上傳
十七	6/03-6/11	第3單元永保安康新 主張 環境安全大體檢2	5-3-1 5-3-2	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.實作及表現 3.分組討論	6/7 端午節
十八	6/10-6/16	第3單元永保安康新 主張 現代安全新策略1	5-3-1 5-3-2	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.實作及表現 3.分組討論	6/14 畢業典禮
十九	6/17-6/23	第3單元永保安康新 主張 現代安全新策略2	5-3-1 5-3-2	生命教育 環境教育 法治教育 人權教育	1.觀察 2.實作及表現 3.分組討論	
二十	6/24-6/30	期末總檢討				6/26-27 定期評量 6/28 休業式 7/1 暑假開始
給分依據及 家長注意事項		多元評量方式(請具體說明) ◇ 日常評量：1.上課表現 30% 2.分組討論及報告 20% 3.習作 10% ◇ 定期評量：定期評量：期末考 40% 家長注意事項：監督孩子在家是否擁有健康行為，例如健康飲食、個人良好衛生習慣… 等。				