

臺北市立忠孝國民中學 107 學年度第 1 學期 8 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：801-807

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.透過活動，學習兩性相處、不侵犯他人及保護自己的能力。 2.學習拒絕性愛與毒品的誘惑，擁有健康人生。 3.認識食物選擇、營養、衛生與健康的關係。 4.學會專項運動技能，並能從事自己擅長的運動，以增進個體發展。 5.透過休閒活動的參與，達到增進健康的目的。			節數	每週 <u>1</u> 節	
一	08/30-09/02	第 1 單元歌詠青春合奏曲 1 彩繪兩性關係	1-3-3 1-3-4	性別教育	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 單元歌詠青春合奏曲 1 彩繪兩性關係	1-3-3 1-3-4	性別教育	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 單元歌詠青春合奏曲 1 彩繪兩性關係	1-3-3 1-3-4	性別教育	1.實作及表現 2.觀察	9/15 學校日	
四	09/17-09/23	第 1 單元歌詠青春合奏曲 2 我的身體我作主 第 1 單元歌詠青春合奏曲 2 我的身體我作主	1-3-2 1-3-3 1-3-4	性別教育	1.觀察 2.分組討論 3.實作及表現 4.紀錄		
五	09/24-09/30	第 1 單元歌詠青春合奏曲 2 我的身體我作主 第 1 單元歌詠青春合奏曲 2 我的身體我作主	1-3-2 1-3-3 1-3-4	性別教育	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 2 單元 遠離迷惑迎向健康 1 健康的愛、安全的性	1-3-2 1-3-3 1-3-4	性別教育	1.觀察 2.分組討論 3.實作及表現		
七	10/08-10/14	第 2 單元 遠離迷惑迎向健康 1 健康的愛、安全的性	1-3-2 1-3-3 1-3-4	性別教育	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 2 單元 遠離迷惑迎向健康 1 健康的愛、安全的性	1-3-2 1-3-3 7-3-1	性別教育	1.觀察 2.問卷調查 3.紀錄		
九	10/20-10/28	第 2 單元 遠離迷惑迎向健康 1 健康的愛、安全的性	1-3-2 1-3-3 7-3-1	性別教育	1.觀察 2.問卷調查 3.紀錄		
十	10/29-11/04	第 2 單元 遠離迷惑迎向健康 1 健康的愛、安全的性	1-3-2 1-3-3 7-3-1	性別教育	1.觀察 2.問卷調查		

					3.紀錄	
十一	11/05-11/11	第2單元 遠離迷惑迎向健康 2 致命的迷幻世界	5-3-4	生命教育 人權教育 家庭教育	1.觀察 2.實作及表現	
十二	11/12-11/18	第2單元 遠離迷惑迎向健康 2 致命的迷幻世界	5-3-4	生命教育 人權教育 家庭教育	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2單元 遠離迷惑迎向健康 2 致命的迷幻世界	5-3-4	生命教育 人權教育 家庭教育	1.觀察 2.實作及表現 3.紀錄	
十四	11/26-12/04	第2單元 遠離迷惑迎向健康 2 致命的迷幻世界	5-3-4	生命教育 人權教育 家庭教育	1.觀察 2.實作及表現 3.紀錄	定期評量 2
十五	12/05-12/09	第3單元健康飲食生活家 1 食品消費高手	2-3-1 2-3-5 7-3-2	環境教育 家庭教育	1.觀察 2.問卷調查 3.紀錄	
十六	12/10-12/16	第3單元健康飲食生活家 1 食品消費高手	2-3-1 2-3-5 7-3-2	環境教育 家庭教育	1.觀察 2.實作及表現 3.分組討論	
十七	12/17-12/23	第3單元健康飲食生活家 1 食品消費高手	2-3-1 2-3-5 7-3-2	環境教育 家庭教育	1.觀察 2.實作及表現 3.分組討論	
十八	12/24-12/30	第3單元健康飲食生活家 2 做個有型的地球人	2-3-5 7-3-2	環境教育 家庭教育	1.觀察 2.分組討論 3.紀錄	
十九	12/31-01/06	第3單元健康飲食生活家 2 做個有型的地球人	2-3-5 7-3-2	環境教育 家庭教育	1.觀察 2.分組討論 3.紀錄	1/1 元旦
二十	01/07-01/13	第3單元健康飲食生活家 2 做個有型的地球人	2-3-5 7-3-2	環境教育 家庭教育	1.觀察 2.分組討論 3.紀錄	
二十一	01/14-01/20	複習全冊複習全冊				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 8 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：801-807

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.主動探索人生不同階段的發展與健康的關係，了解慢性病對健康的威脅，學習有效延遲發病時間及降低得病的風險。 2.學習急救技巧，並可以在危難時做出正確的處置方式。 3.安全的運用社區休閒資源，針對社區環境提出維護與改善的環境計畫，促進環境健康。		節數		每週 <u>1</u> 節	
一	2/12-2/17	第 1 單元永續經營健康路 1 美妙的生命	1-3-3 7-3-1	生命教育 家庭教育 人口教育 生涯發展	1.課前準備 2.實作及表現	2/12 開學、註冊
二	2/18-2/24	第 1 單元永續經營健康路 1 美妙的生命	1-3-3 7-3-1	生命教育 家庭教育 人口教育 生涯發展	1.課前準備 2.實作及表現	2/21-22 複習考
三	2/25-3/03	第 1 單元永續經營健康路 2 生命的軌跡	1-3-2 6-3-4 7-3-1	生命教育 家庭教育 人口教育 生涯發展	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 單元永續經營健康路 2 生命的軌跡	1-3-2 6-3-4 7-3-1	生命教育 家庭教育 人口教育 生涯發展	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現	3/8 學校日
五	3/11-3/17	第 1 單元永續經營健康路 3 認識慢性病(一)	2-3-2 6-3-4 7-3-1	生命教育 家庭教育	1.觀察 2.實作及表現	
六	3/18-3/24	第 1 單元永續經營健康路 3 認識慢性病(一)	2-3-2 6-3-4 7-3-1	生命教育 家庭教育	1.觀察 2.實作及表現	
七	3/25-3/31	第 1 單元永續經營健康路 3 認識慢性病(一)	2-3-2 6-3-4 7-3-1	生命教育 家庭教育	1.觀察 2.實作及表現	定期評量 1
八	4/01-4/07	第 1 單元永續經營健康路 4 認識慢性病(二)	2-3-2 6-3-4 6-3-6 7-3-1	生命教育 家庭教育	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 單元永續經營健康路 4 認識慢性病(二)	2-3-2 6-3-4 6-3-6 7-3-1	生命教育 家庭教育	1.觀察 2.實作及表現	
十	4/15-4/21	第 1 單元永續經營健康路 4 認識慢性病(二)	2-3-2 6-3-4 6-3-6 7-3-1	生命教育 家庭教育	1.觀察 2..分組練習	
十一	4/22-4/28	第 2 單元樂活生機 1 健康休閒家	4-3-2 6-3-2 7-3-3	家庭教育 生涯發展	1.觀察 2.實作及表現	
十二	4/29-5/05	第 2 單元樂活生機 1 健康休閒家	4-3-2 6-3-2 7-3-3	家庭教育 生涯發展	1.觀察 2.實作及表現	

十三	5/06-5/12	第2單元樂活生機 2安全百分百	5-3-3 6-3-6	環境教育	1.觀察 2.實作及表現	
十四	5/13-5/19	第2單元樂活生機 2安全百分百	5-3-3 6-3-6	環境教育	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2單元樂活生機 3急救一瞬間	5-3-3	生命教育 環境教育 防災教育	1.觀察 2.實作及表現	
十六	5/27-6/02	第2單元樂活生機 3急救一瞬間	5-3-3	生命教育 環境教育 防災教育	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單元營造健康新環境 1健康社區面面觀	7-3-5 5-3-1 5-3-2	環境教育 人權教育 家庭教育	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單元營造健康新環境 1健康社區面面觀	7-3-5 5-3-1 5-3-2	環境教育 人權教育 家庭教育	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單元營造健康新環境 2安全好社區	5-3-1 5-3-2	環境教育 人權教育 家庭教育	1.觀察 2.實作及表現 3.分組討論	
二十	6/24-6/30	第3單元營造健康新環境 2安全好社區	5-3-1 5-3-2	環境教育 人權教育 家庭教育	1.觀察 2.實作及表現 3.分組討論	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		<p>多元評量方式(請具體說明)</p> <p>◇ 日常評量：1.上課表現 30% 2.分組討論及報告 20% 3.習作 10%</p> <p>◇ 定期評量：定期評量：期末考 40%</p> <p>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。</p>				