

臺北市忠孝國民中學 112 學年度領域/科目課程計畫

領域/科目	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 本土語文 <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 type="checkbox"/> 7年級 <input checked="" type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期		
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書：_____ 奇鼎版 _____ <input type="checkbox"/> 自編教材 (經課發會通過)	節數	學期內每週1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-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-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	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能知道溝通的重要性，並能從中瞭解有利人際關係的因素與溝通技巧。 2. 能學習身體自主權的維護與表達，並瞭解性騷擾的資訊及相關應對策略，以及色情媒體的誤區與對青少年身心的危害。 3. 能理解愛的意涵及情感發展的原則與因應方式。 4. 能瞭解發生非預期懷孕時可以做的抉擇與後續需面臨的各種狀況。 5. 識性病的症狀並學習預防方法。 6. 學習正確理解愛滋病以及預防方法，關懷並支持愛滋防治。 7. 知道慢性病的定義及症狀，並懂得慢性病預防方法。 8. 學習正確的用藥知識，知道如何保存與丟棄，並能分辨來路不明的藥品。 9. 瞭解健保的精神與健保卡的使用，學習分級醫療的概念。 10. 知悉何謂事故傷害，並能從不同的情境中理解事故傷害發生的原因，並引導認識不同情境下減少事故傷害的相關安全準則。 11. 學習面對危機情況時的態度與處理流程，進而讓我們可以有效降低事故傷害帶來的健康威脅。 12. 認識並實際練習 CPR 與 AED 的使用步驟，學習在面臨緊急事故時能鎮定協助處理。 		

學習進度 週次	單元/主題 名稱	學習重點		評量方法	議題融入實質內涵	跨領域/科目協同 教學
		學習 表現	學習 內容			
第一 學期	第1-3週	第1單元愛的你我他 第1章友誼來敲門	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. 口頭評量 2. 紙筆評量	【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4-6週	第1單元愛的你我他 第2章尊重他人 珍愛自己	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。 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。 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。	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。 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7週	第1單元愛的你我他 第2章尊重他人 珍愛自己 【第一次評量週】	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。 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。 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	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. 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。 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。

		境，善用各種生活技能，解決健康問題。			【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8-12週	第1單元愛的你我他 第3章愛的練習曲	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。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【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。 【安全教育】 安 J7了解霸凌防制的精神。

					<p>安 J8演練校園災害預防的課題。</p> <p>安 J9遵守環境設施設備的安全守則。</p> <p>【多元文化教育】</p> <p>多 J9關心多元文化議題並做出理性判斷。</p>	
第13週	<p>第1單元愛的你我他</p> <p>第4章意外的新生命</p>	<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。</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-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>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>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。</p>	<p>1. 口頭評量</p> <p>2. 紙筆評量</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J3性別與自我之間的關係。</p> <p>生 J4了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。</p> <p>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。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 J4探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。</p> <p>家 J7約會、婚姻與家庭的發展歷程。</p> <p>家 J8親密關係的發展。</p>	
第14週	<p>第1單元愛的你我他</p> <p>第4章意外的新生命</p> <p>【第二次評量週】</p>	<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。</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-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>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>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。</p>	<p>1. 口頭評量</p> <p>2. 紙筆評量</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J3性別與自我之間的關係。</p> <p>生 J4了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。</p> <p>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。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 J4探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。</p>	

					家 J7約會、婚姻與家庭的發展歷程。 家 J8親密關係的發展。
第15-17週	第2單元防治大作戰 第1章親密的接觸者	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. 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。 【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18-20週	第2單元防治大作戰 第2章愛滋病防治	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-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. 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。 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21週	第2單元防治大作戰 第2章愛滋病防治 【第三次評量週】	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-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，	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. 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。 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。

			展現對他人促進健康的信念或行為的影響力。			<p>【品德教育】</p> <p>品 J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與反思。</p> <p>【國際教育】</p> <p>國 J11 尊重與維護不同文化群體的人權與尊嚴。</p>	
第二學期	第1-3週	第1單元醫療大哉問 第1章健康的隱形破壞者	<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>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <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。</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>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</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>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p> <p>Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。</p>	<p>1. 口頭評量</p> <p>2. 紙筆評量</p>	<p>【家庭教育】</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>家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。</p>	
	第4-6週	第1單元醫療大哉問 第2章藥你健康	<p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成衝擊與風險。</p> <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。</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>Bb-IV-1 正確購買與使用藥品的行動策略。</p> <p>Bb-IV-2 家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。</p>	<p>1. 口頭評量</p> <p>2. 紙筆評量</p>	<p>【生命教育】</p> <p>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。</p> <p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p> <p>閱 J6 懂得在不同學習及生活情境中使用文本之規則。</p> <p>閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正</p>	

					<p>確性。</p> <p>閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。</p> <p>閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。</p> <p>涯 J10 職業倫理對工作環境發展的重要性。</p>	
第7週	<p>第1單元醫療大哉問</p> <p>第3章全民健保與醫療服務</p> <p>【第一次評量週】</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</p>	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	<p>1. 口頭評量</p> <p>2. 紙筆評量</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。</p> <p>品 J9 知行合一與自我反省。</p> <p>品 J7 同理分享與多元接納。</p> <p>【生命教育】</p> <p>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。</p>	
第8-10週	<p>第1單元醫療大哉問</p> <p>第3章全民健保與醫療服務</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</p>	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	<p>1. 口頭評量</p> <p>2. 紙筆評量</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。</p> <p>品 J9 知行合一與自我反省。</p> <p>品 J7 同理分享與多元接納。</p> <p>【生命教育】</p> <p>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。</p>	
第11-13週	<p>第2單元安身立命大作戰</p> <p>第1章安全技能總體檢</p>	<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>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p>	<p>Ba-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。</p> <p>Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法</p>	<p>1. 口頭評量</p> <p>2. 紙筆評量</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J10 行為者善惡與行為對錯的判斷。</p> <p>生 J12 公共議題中的道</p>	

		4a-IV-3持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	令。		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 J7了解霸凌防治的精神。 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14週	第2單元安身立命大作戰 第2章急救技能養成術 【第二次評量週】	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。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	1. 口頭評量 2. 健康技能評量	【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。 【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15-17週	第2單元安身立命大作戰 第2章急救技能養成術	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。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	1. 口頭評量 2. 健康技能評量	【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。 【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18-19週	第2單元安身立命大作戰 第3章攜手搶救	1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 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。	1. 口頭評量 2. 健康技能評量	【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	

		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。			能。	
第20週	第2單元安身立命大作戰 第3章攜手搶救 【第三次評量週】	1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 1b-IV-2認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。	1. 口頭評量 2. 健康技能評量	【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。	
教學設施 設備需求	1. 班級教室 2. 電腦設備 3. 音響設備 4. 麥克風 5. CPR 安妮模型、教學用 AED					
備 註						