

■ 健體 領域  
□ 彈性課程 課程 健教 科

臺北市立忠孝國民中學 108 學年度第 1 學期 9 年級  
課程教學計畫暨教學進度表

教師姓名： 蔡玄俊

教材來源： 翰林 版

任教班級： 901-907

學習目標	1. 認識家庭的形式與功能，學習與家人溝通與協調，以及面對家庭暴力時的危機處理。 2. 認識各類食品以及相關選購技巧，認識	節數		每週	<u>1</u> 節
週次	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
一	第一篇家和萬事興 第 1 章我的家庭	6-3-2	家庭教育 性平教育	1.觀察 2.問答	8/30 開學
二	第一篇家和萬事興 第 1 章我的家庭	6-3-2	家庭教育 性平教育	1.觀察 2.問答 3.實作	
三	第一篇家和萬事興 第 1 章我的家庭	6-3-2	家庭教育 性平教育	1.觀察 2.問答 3.實作	
四	第一篇家和萬事興 第 2 章維護家庭和諧	6-3-2 6-3-3	家庭教育 性平教育	1.觀察 2.問答 3.實作	
五	第一篇家和萬事興 第 2 章維護家庭和諧	6-3-2 6-3-3	家庭教育 性平教育	1.觀察 2.問答 3.實作	
六	第一篇家和萬事興 第 2 章維護家庭和諧	6-3-2 6-3-3	家庭教育 性平教育	1.觀察 2.問答 3.實作	
七	第一篇家和萬事興 第 3 章預防家庭暴力	6-3-2 6-3-3	家庭教育 性平教育	1.觀察 2.問答 3.實作	定期評量 1
八	第一篇家和萬事興 第 3 章預防家庭暴力	6-3-2 6-3-3	家庭教育 性平教育	1.觀察 2.問答 3.實作	
九	第一篇家和萬事興 第 3 章預防家庭暴力	6-3-2 6-3-3	家庭教育 性平教育	1.觀察 2.問答 3.實作	
十	第二篇飲食情報站 第 1 章飲食新浪潮	2-3-3	環境教育	1.觀察 2.實作 3.問答	
十一	第二篇飲食情報站 第 1 章飲食新浪潮	2-3-3	環境教育	1.觀察 2.實作 3.問答	

十二	第二篇飲食情報站 第2章食品加工面面觀	2-3-4 2-3-5	家庭教育 海洋教育	1.觀察 2.實作 3.問答	
十三	第二篇飲食情報站 第2章食品加工面面觀	2-3-4 2-3-5	家庭教育 海洋教育	1.觀察 2.實作 3.問答	
十四	第二篇飲食情報站 第3章吃得安心與健康	2-3-5	家庭教育 海洋教育 環境教育	1.觀察 2.實作 3.問答	定期評量2
十五	第二篇飲食情報站 第3章吃得安心與健康	2-3-5	家庭教育 海洋教育 環境教育	1.觀察 2.實作 3.問答	
十六	第二篇飲食情報站 第3章吃得安心與健康	2-3-5	家庭教育 海洋教育 環境教育	1.觀察 2.實作 3.問答	
十七	第三篇健康無負擔 第1章身體意象	2-3-6	家庭教育 性平教育	1.觀察 2.實作 3.問答	
十八	第三篇健康無負擔 第1章身體意象	2-3-6	家庭教育 性平教育	1.觀察 2.實作 3.問答	
十九	第三篇健康無負擔 第2章健康體重	2-3-6	家庭教育 性平教育	1.觀察 2.實作 3.問答	
二十	第三篇健康無負擔 第3章維持健康體重	2-3-6	家庭教育 性平教育	1.觀察 2.實作 3.問答	
二十一	第三篇健康無負擔 第3章維持健康體重	2-3-6	家庭教育 性平教育	1.觀察 2.實作 3.問答	定期評量3
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：定期評量：期末考 40% 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 108 學年度第 2 學期 9 年級  健體 領域  彈性課程 課程—健教 科

課程教學計畫暨教學進度表

教師姓名：蔡玄俊

教材來源：翰林 版

任教班級：901-907

週次	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.瞭解人身安全、交通安全、職業安全 2.愛護我們的地球，瞭解污染的嚴重性及減少環境污染的產生 3.瞭解社區健康的概念及營造社區健康		節數	每週 <u>1</u> 節	
一	現代人身安全	5-3-1 5-3-2	生命教育 法治教育 人權教育	課堂表現 分組討論	
二	現代人身安全	5-3-1 5-3-2	生命教育 法治教育 人權教育	課堂表現 分組討論	
三	交通安全	5-3-1 5-3-2	生命教育 法治教育 交通安全	課堂表現 分組討論	
四	交通安全	5-3-1 5-3-2	生命教育 法治教育 交通安全	課堂表現 分組討論 學習單	
五	職業安全與探索	5-3-1 5-3-2	生命教育 法治教育 人權教育	課堂表現 分組討論	
六	職業安全與探索	5-3-1 5-3-2	生命教育 法治教育 人權教育	課堂表現 分組討論	
七	息息相關話空氣	7-3-4 7-3-5	環境教育 人權教育	課堂表現 分組討論	定期評量 1
八	息息相關話空氣	7-3-4 7-3-5	環境教育 人權教育	課堂表現 分組討論	
九	拒絕垃圾汙染	7-3-4 7-3-5	環境教育 人權教育	課堂表現 分組討論	
十	拒絕垃圾汙染	7-3-4 7-3-5	環境教育 人權教育	課堂表現 分組討論	
十一	節能減碳捍衛地球	7-3-4 7-3-5	環境教育 人權教育	課堂表現 分組討論	
十二	節能減碳捍衛地球	7-3-4 7-3-5	環境教育 人權教育	課堂表現 分組討論 學習單	
十三	健康社區面面觀	7-3-5	環境教育 人權教育	課堂表現 分組討論	
十四	健康社區面面觀	7-3-5	環境教育 人權教育	課堂表現 分組討論	定期評量 2

十五	營造社區健康	7-3-5	環境教育 人權教育	課堂表現 分組討論	
十六	營造社區健康	7-3-5	環境教育 人權教育	課堂表現 分組討論 學習單	
十七	多元活動	1-3-3 4-3-1 4-3-2 5-3-5 6-3-6	生命教育 性別教育 環境教育 法治教育 人權教育 資訊教育 多元文化 生涯發展 品德教育 防災教育	課堂表現參 與	
十八	多元活動	1-3-3 4-3-1 4-3-2 5-3-5 6-3-6	生命教育 性別教育 環境教育 法治教育 人權教育 資訊教育 多元文化 生涯發展 品德教育 防災教育	課堂表現參 與	畢業典禮
十九					
二十					
給分依據及 家長注意事項		<p>三、 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% 定期評量：期末考 40%</p> <p>四、 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>			