臺南市市立大橋國民中學 112 學年度第一學期 七年級_健體(健康)_領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班)

教材版本	康軒康軒		施年級 吸/組別)	七年級	教	學節數	每週(])節,本學期共(21)節			
	第一冊健康											
	1. 探討健康的內涵,	採取正確	確的自我照	護,以提升整	體健康水準	<u> </u>						
	2. 了解青春期身心需。	求及學句	會調適身心	變化。								
细化口插	3. 建立自我概念,培养	養自我怕	兌納的態度	, 積極實現自	我。							
課程目標	4. 了解事故傷害的定義	義及成日	因,並思考:	其對健康造成	的威脅與嚴	{重性。						
	5. 判斷環境中潛在危村	幾,及對	對健康造成	的衝擊與風險	0							
	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	7. 監控環境安全狀況,並能針對危險處持續調整與修正。										
	健體-J-A1 具備體育身	與健康的	的知能與態	度,展現自我	運動與保健	建潛能 ,	探索人性、自我價	實值與生命意義,並和	責極實踐,不輕			
	言放棄。											
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												
	問題。											
該學習階段	健體-J-A3 具備善用層	體育與個	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	基習與創新求變的能 ;	カ 。			
領域核心素養	健體-J-B1 具備情意	表達的創	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	死念,應用於日常生 >	舌中。			
	健體-J-B2 具備善用層	體育與個	建康相關的	科技、資訊及:	媒體,以增	曾進學習1	的素養,並察覺、	思辨人與科技、資富	訊、媒體的互動			
	關係。											
	健體-J-C1 具備生活。	中有關注	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	会点團體活動,關懷者	注 會。			
	健體-J-C2 具備利他	及合群的	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	具人和諧互動的素養	0			
				課程架材	構脈絡							
						學習	重點	丰田仁功	=1			
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習	3目標	超羽=	ŁИ	超羽山穴	表現任務	融入議題實質內涵			
					學習者	叉巩	學習內容	(評量方式)	貝貝 [7] /四			
8/30~9/2	第1單元健康青春	1	1. 從生理、	、心理與社會	1a-IV-1	理解生	Aa-IV-1 生長	1. 口頭評量	【人權教育】			
【第一週】	向前行		不同的層面	面認識健康的	理、心理	與社會	發育的自我評	2. 紙筆評量	人 J5 了解社			
	第1章健康人生開		內涵。		各層面健	康的概	估與因應策		會上有不同的			

	步走			念。	略。		群體和文化,
				2b-Ⅳ-2 樂於實	Da-IV-2 身體		尊重並欣賞其
				踐健康促進的生	各系統、器官		差異。
				活型態。	的構造與功		
				4a-Ⅳ-2 自我監	能。		
				督、增強個人促	Fa-IV-3 有利		
				進健康的行動,	人際關係的因		
				並反省修正。	素與有效的溝		
					通技巧。		
9/3-9/9	第1單元健康青春	1	1. 認識身體構造與各系	1a-IV-1 理解生	Aa-IV-1 生長	1. 口頭評量	【人權教育】
【第二週】	向前行		統的運作機制,並在生	理、心理與社會	發育的自我評	2. 紙筆評量	人 J5 了解社
	第1章健康人生開		活中落實健康促進的保	各層面健康的概	估與因應策		會上有不同的
	步走		健行動。	念。	略。		群體和文化,
			2. 理解生長發育的個別	2b-IV-2 樂於實	Da-IV-2 身體		尊重並欣賞其
			差異與影響因素,接受	踐健康促進的生	各系統、器官		差異。
			自己在成長過程中的改	活型態。	的構造與功		
			變。	4a-IV-2 自我監	能。		
				督、增強個人促	Fa-IV-3 有利		
				進健康的行動,	人際關係的因		
				並反省修正。	素與有效的溝		
					通技巧。		
9/10-9/16	第1單元健康青春	1	1. 理解自身的健康狀	1a-Ⅳ-1 理解生	Aa-IV-1 生長	1. 口頭評量	【人權教育】
【第三週】	向前行		態,於生活中運用自我	理、心理與社會	發育的自我評	2. 紙筆評量	人 J5 了解社
	第1章健康人生開		監督的策略,在生活中	各層面健康的概	估與因應策		會上有不同的
	步走		持續實踐健康的生活型	念。	略。		群體和文化,
			態。	2b-IV-2 樂於實	Da-IV-2 身體		尊重並欣賞其
				踐健康促進的生	各系統、器官		差異。
				活型態。	的構造與功		

	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·						
				4a-IV-2 自我監	能。		
				督、增強個人促	Fa-IV-3 有利		
				進健康的行動,	人際關係的因		
				並反省修正。	素與有效的溝		
					通技巧。		
9/17-9/23	第1單元健康青春	1	1. 認識眼睛、牙齒、耳	1b-IV-2 認識健	Da-IV-1 衛生	1. 口頭評量	【性別平等教
【第四週】	向前行		朵及皮膚的結構與功能	康技能和生活技	保健習慣的實	2. 紙筆評量	育】
	第2章個人衛生與		運作。	能的實施程序概	踐方式與管理		性 J4 認識身
	保健			念。	策略。		體自主權相關
				2a-IV-2 自主思	Da-IV-2 身體		議題,維護自
				考健康問題所造	各系統、器官		己與尊重他人
				成的威脅感與嚴	的構造與功		的身體自主
				重性。	能。		權。
				3a-Ⅳ-1 精熟地	Da-IV-3 視		
				操作健康技能。	力、口腔保健		
					策略與相關疾		
					病。		
9/24-9/30	第1單元健康青春	1	1. 認識眼睛、牙齒、耳	1b-IV-2 認識健	Da-IV-1 衛生	1. 口頭評量	【性別平等教
【第五週】	向前行		朵及皮膚的結構與功能	康技能和生活技	保健習慣的實	2. 紙筆評量	育】
9/29 中秋節	第2章個人衛生與		運作。	能的實施程序概	踐方式與管理		性 J4 認識身
	保健			念。	策略。		體自主權相關
				2a-IV-2 自主思	Da-IV-2 身體		議題,維護自
				考健康問題所造	各系統、器官		己與尊重他人
				成的威脅感與嚴	的構造與功		的身體自主
				重性。	能。		權。
				3a-IV-1 精熟地	Da-IV-3 視		
				操作健康技能。	力、口腔保健		
					策略與相關疾		

					病。		
10/1-10/7	第1單元健康青春	1	1. 思考青少年常見視	1b-IV-2 認識健	Da-IV-1 衛生	1. 口頭評量	【性別平等教
【第六週】	向前行		力、口腔、聽力及皮膚	康技能和生活技	保健習慣的實	2. 紙筆評量	育】
	第2章個人衛生與		問題的威脅與嚴重性,	能的實施程序概	踐方式與管理		性 J4 認識身
	保健		以培養正確的保健策	念。	策略。		體自主權相關
			略。	2a-IV-2 自主思	Da-IV-2 身體		議題,維護自
				考健康問題所造	各系統、器官		己與尊重他人
				成的威脅感與嚴	的構造與功		的身體自主
				重性。	能。		權。
				3a-Ⅳ-1 精熟地	Da-IV-3 視		
				操作健康技能。	力、口腔保健		
					策略與相關疾		
					病。		
10/8-10/14	第1單元健康青春	1	1. 思考青少年常見視	1b-IV-2 認識健	Da-IV-1 衛生	1. 口頭評量	【性別平等教
【第七週】	向前行		力、口腔、聽力及皮膚	康技能和生活技	保健習慣的實	2. 紙筆評量	育】
10/10 雙十節	第2章個人衛生與		問題的威脅與嚴重性,	能的實施程序概	踐方式與管理		性 J4 認識身
	保健		以培養正確的保健策	念。	策略。		體自主權相關
			略。	2a-IV-2 自主思	Da-IV-2 身體		議題,維護自
				考健康問題所造	各系統、器官		己與尊重他人
				成的威脅感與嚴	的構造與功		的身體自主
				重性。	能。		權。
				3a-Ⅳ-1 精熟地	Da-IV-3 視		
				操作健康技能。	力、口腔保健		
					策略與相關疾		
					病。		
10/15~10/21	第1單元健康青春	1	1. 能精熟潔牙及護眼的	1b-IV-2 認識健	Da-IV-1 衛生	1. 口頭評量	【性別平等教
【第八週】	向前行		健康技能,實踐良好的	康技能和生活技	保健習慣的實	2. 紙筆評量	育】
第一次定期評量	第2章個人衛生與		衛生保健習慣。	能的實施程序概	踐方式與管理		性 J4 認識身

	保健			念。	策略。		體自主權相關
				2a-IV-2 自主思	Da-IV-2 身體		議題,維護自
				考健康問題所造	各系統、器官		己與尊重他人
				成的威脅感與嚴	的構造與功		的身體自主
				重性。	能。		權。
				3a-IV-1 精熟地	Da-IV-3 視		
				操作健康技能。	力、口腔保健		
					策略與相關疾		
					病。		
10/22~10/28	第1單元健康青春	1	1. 觀察並說出青春期常	1b-IV-3 因應生	Db-IV-1 生殖	1. 口頭評量	【性別平等教
【第九週】	向前行		見的生理問題,並學習	活情境的健康需	器官的構造、	2. 紙筆評量	育】
	第3章我的青春檔		處理生理問題的健康技	求,尋求解決的	功能與保健及		性 J11 去除
	案		能。	健康技能和生活	懷孕生理、優		性別刻板與性
				技能。	生保健。		別偏見的情感
				2b-IV-2 樂於實	Da-IV-4 健康		表達與溝通,
				踐健康促進的生	姿勢、規律運		具備與他人平
				活型態。	動、充分睡眠		等互動的能
				3a-Ⅳ-2 因應不	的維持與實踐		カ。
				同的生活情境進	策略。		
				行調適並修正,	Db-IV-2 青春		
				持續表現健康技	期身心變化的		
				能。	調適與性衝動		
				4a-Ⅳ-1 運用適	健康因應的策		
				切的健康資訊、	略。		
				產品與服務,擬			
				定健康行動策			
				略。			

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

10/29~11/4	第1單元健康青春	1	1. 能理解性生理問題對	1b-IV-3 因應生	Db-IV-1 生殖	1. 口頭評量	【性別平等教
【第十週】	向前行		於個人的意義,並落實	活情境的健康需	器官的構造、	2. 紙筆評量	育】
	第3章我的青春檔		健康的生活型態。	求,尋求解決的	功能與保健及		性 J11 去除
	案			健康技能和生活	懷孕生理、優		性別刻板與性
				技能。	生保健。		別偏見的情感
				2b-IV-2 樂於實	Da-IV-4 健康		表達與溝通,
				踐健康促進的生	姿勢、規律運		具備與他人平
				活型態。	動、充分睡眠		等互動的能
				3a-IV-2 因應不	的維持與實踐		カ。
				同的生活情境進	策略。		
				行調適並修正,	Db-IV-2 青春		
				持續表現健康技	期身心變化的		
				能。	調適與性衝動		
				4a-IV-1 運用適	健康因應的策		
				切的健康資訊、	略。		
				產品與服務,擬			
				定健康行動策			
				略。			
11/5~11/11	第1單元健康青春	1	1. 能因應自身的生活情	1b-IV-3 因應生	Db-IV-1 生殖	1. 口頭評量	【性別平等教
【第十一週】	向前行		境持續表現健康技能,	活情境的健康需	器官的構造、	2. 紙筆評量	育】
	第3章我的青春檔		接納並喜歡自己青春期	求,尋求解決的	功能與保健及		性 J11 去除
	案		的變化。	健康技能和生活	懷孕生理、優		性別刻板與性
			2. 認識性衝動,並能運	技能。	生保健。		別偏見的情感
			用適切的資訊擬定健康	2b-IV-2 樂於實	Da-IV-4 健康		表達與溝通,
			因應的行動策略。	踐健康促進的生	姿勢、規律運		具備與他人平
				活型態。	動、充分睡眠		等互動的能
				3a-IV-2 因應不	的維持與實踐		カ。
				同的生活情境進	策略。		

	_						
				行調適並修正,	Db-IV-2 青春		
				持續表現健康技	期身心變化的		
				能。	調適與性衝動		
				4a-IV-1 運用適	健康因應的策		
				切的健康資訊、	略。		
				產品與服務,擬			
				定健康行動策			
				略。			
11/12~11/18	第1單元健康青春	1	1. 認識性衝動,並能運	1b-IV-3 因應生	Db-IV-1 生殖	1. 口頭評量	【性別平等教
【第十二週】	向前行		用適切的資訊擬定健康	活情境的健康需	器官的構造、	2. 紙筆評量	育】
	第3章我的青春檔		因應的行動策略。	求,尋求解決的	功能與保健及		性 J11 去除
	案			健康技能和生活	懷孕生理、優		性別刻板與性
				技能。	生保健。		別偏見的情感
				2b-Ⅳ-2 樂於實	Da-IV-4 健康		表達與溝通,
				踐健康促進的生	姿勢、規律運		具備與他人平
				活型態。	動、充分睡眠		等互動的能
				3a-Ⅳ-2 因應不	的維持與實踐		カ。
				同的生活情境進	策略。		
				行調適並修正,	Db-IV-2 青春		
				持續表現健康技	期身心變化的		
				能。	調適與性衝動		
				4a-IV-1 運用適	健康因應的策		
				切的健康資訊、	略。		
				產品與服務,擬			
				定健康行動策			
				略。			
11/19~11/25	第1單元健康青春	1	1. 了解自我概念形成的	1a-IV-3 評估內	Fa-IV-1 自我	1. 口頭評量	【生涯規劃教
【第十三週】	向前行		因素。	在與外在的行為	認同與自我實	2. 紙筆評量	育】

				ı			
	第4章活出青春的			對健康造成的衝	現。		涯 J3 覺察自
	光彩			擊與風險。			己的能力與興
				2b-IV-2 樂於實			趣。
				踐健康促進的生			涯 J4 了解自
				活型態。			己的人格特質
				3b-IV-1 熟悉各			與價值觀。
				種自我調適技			涯 J6 建立對
				能。			於未來生涯的
							願景。
11/26~12/2	第1單元健康青春	1	1. 認識自己,建立合宜	1a-IV-3 評估內	Fa-IV-1 自我	1. 口頭評量	【生涯規劃教
【第十四週】	向前行		的自我概念,並選擇適	在與外在的行為	認同與自我實	2. 紙筆評量	育】
第二次定期評量	第4章活出青春的		切的方式增進自我概	對健康造成的衝	現。		涯 J3 覺察自
	光彩		念。	擊與風險。			己的能力與興
			2. 肯定自己的價值,樂	2b-IV-2 樂於實			趣。
			於嘗試提升自我價值的	踐健康促進的生			涯 J4 了解自
			方法,以激發自我潛能	活型態。			己的人格特質
			與實現自我。	3b-IV-1 熟悉各			與價值觀。
			3. 學習以積極正向的想	種自我調適技			涯 J6 建立對
			法、語言、行動和生活	能。			於未來生涯的
			經驗,建立健康樂觀的				願景。
			生活態度。				
			4. 學習設定目標,建立				
			自信與追求成長,實現				
			心中的理想。				
12/3~12/9	第2單元環境安全	1	1. 認識居家環境之潛在	1a-IV-3 評估內	Ba-IV-1 居	1. 口頭評量	【安全教育】
【第十五週】	總動員		危機,及其對健康造成	在與外在的行為	家、學校、社	2. 紙筆評量	安 J1 理解安
	第1章環境安全搜		的衝擊與風險。	對健康造成的衝	區環境潛在危		全教育的意
	查線			擊與風險。	機的評估方		義。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

			2. 了解事故傷害的定義	2a-IV-2 自主思	法。		安 J2 判斷常
			及發生原因,並思考事	考健康問題所造	Ba-IV-2 居		見的事故傷
			故傷害對健康造成的威	成的威脅感與嚴	家、學校及社		害。
			脅與嚴重性。	重性。	區安全的防護		安 J3 了解日
				3b-IV-3 熟悉大	守則與相關法		常生活容易發
				部份的決策與批	令。		生事故的原
				判技能。			因。
				4a-IV-1 運用適			安 J4 探討日
				切的健康資訊、			常生活發生事
				產品與服務,擬			故的影響因
				定健康行動策			素。
				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。
12/10~12/16	第2單元環境安全	1	1. 了解事故傷害的定義	1a-Ⅳ-3 評估內	Ba-IV-1 居	1. 口頭評量	【安全教育】
【第十六週】	總動員		及發生原因,並思考事	在與外在的行為	家、學校、社	2. 紙筆評量	安 J1 理解安
	第1章環境安全搜		故傷害對健康造成的威	對健康造成的衝	區環境潛在危		全教育的意
	查線		脅與嚴重性。	擊與風險。	機的評估方		義。
				2a-IV-2 自主思	法。		安 J2 判斷常
				考健康問題所造	Ba-IV-2 居		見的事故傷
				成的威脅感與嚴	家、學校及社		害。
				重性。	區安全的防護		安 J3 了解日
				3b-Ⅳ-3 熟悉大	守則與相關法		常生活容易發
				部份的決策與批	令。		生事故的原
				判技能。			因。

	-, · · · - · · · · · · · · · · · · · · ·						
				4a-IV-1 運用適			安 J4 探討日
				切的健康資訊、			常生活發生事
				產品與服務,擬			故的影響因
				定健康行動策			素。
				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。
12/17~12/23	第2單元環境安全	1	1. 熟悉批判性思考技	1a-IV-3 評估內	Ba-IV-1 居	1. 口頭評量	【安全教育】
【第十七週】	總動員		能,減少常見的事故發	在與外在的行為	家、學校、社	2. 紙筆評量	安 J1 理解安
	第1章環境安全搜		生原因及避免聽信未經	對健康造成的衝	區環境潛在危		全教育的意
	查線		證實之錯誤求生策略。	擊與風險。	機的評估方		義。
				2a-IV-2 自主思	法。		安 J2 判斷常
				考健康問題所造	Ba-IV-2 居		見的事故傷
				成的威脅感與嚴	家、學校及社		害。
				重性。	區安全的防護		安 J3 了解日
				3b-IV-3 熟悉大	守則與相關法		常生活容易發
				部份的決策與批	令。		生事故的原
				判技能。			因。
				4a-IV-1 運用適			安 J4 探討日
				切的健康資訊、			常生活發生事
				產品與服務,擬			故的影響因
				定健康行動策			素。
				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。
12/24~12/30	第2單元環境安全	1	1. 因應不同環境安全狀	1b-IV-1 分析健	Ba-IV-4 社區	1. 口頭評量	【安全教育】
【第十八週】	總動員		況(交通、校園、社區),	康技能和生活技	環境安全的行	2. 紙筆評量	安 J2 判斷常
	第2章營造安全好		了解健康技能與生活技	能對健康維護的	動策略。		見的事故傷
	環境		能對於健康維護的重要	重要性。	Fb-IV-3 保護		害。
			性。	2b-IV-1 堅守健	性的健康行		安 J3 了解日
			2. 將所學運用於日常生	康的生活規範、	為。		常生活容易發
			活,養成預防事故,常	態度與價值觀。	Ba-IV-1 居		生事故的原
			保有安全意識的正確態	3a-IV-2 因應不	家、學校、社		因。
			度。	同的生活情境進	區環境潛在危		安 J4 探討日
				行調適並修正,	機的評估方		常生活發生事
				持續表現健康技	法。		故的影響因
				能。			素。
				4a-Ⅳ-3 持續地			【防災教育】
				執行促進健康及			防 J8 繪製社
				減少健康風險的			區防災地圖並
				行動。			參與社區防災
							演練。
12/31~1/6	第2單元環境安全	1	1. 將所學運用於日常生	1b-IV-1 分析健	Ba-IV-4 社區	1. 口頭評量	【安全教育】
【第十九週】	總動員		活,養成預防事故,常	康技能和生活技	環境安全的行	2. 紙筆評量	安 J2 判斷常
1/2 元旦連假	第2章營造安全好		保有安全意識的正確態	能對健康維護的	動策略。		見的事故傷
	環境		度。	重要性。	Fb-IV-3 保護		害。
			2. 因應不同事故傷害情	2b-IV-1 堅守健	性的健康行		安 J3 了解日
			境,善用健康技能解決	康的生活規範、	為。		常生活容易發
			問題。	態度與價值觀。	Ba-IV-1 居		生事故的原
				3a-IV-2 因應不	家、學校、社		因。

				同的生活情境進	區環境潛在危		安 J4 探討日
				行調適並修正,	機的評估方		常生活發生事
				持續表現健康技	法。		故的影響因
				能。			素。
				4a-Ⅳ-3 持續地			【防災教育】
				執行促進健康及			防 J8 繪製社
				減少健康風險的			區防災地圖並
				行動。			參與社區防災
							演練。
1/7~1/13	第2單元環境安全	1	1. 因應不同事故傷害情	1b-IV-1 分析健	Ba-IV-4 社區	1. 口頭評量	【安全教育】
【第二十週】	總動員		境,善用健康技能解決	康技能和生活技	環境安全的行	2. 紙筆評量	安 J2 判斷常
	第2章營造安全好		問題。	能對健康維護的	動策略。		見的事故傷
	環境		2. 自我檢視生活環境的	重要性。	Fb-IV-3 保護		害。
			安全狀態,並透過問題	2b-IV-1 堅守健	性的健康行		安 J3 了解日
			解決技能,針對危險持	康的生活規範、	為。		常生活容易發
			續調整與修正。	態度與價值觀。	Ba-IV-1 居		生事故的原
				3a-IV-2 因應不	家、學校、社		因。
				同的生活情境進	區環境潛在危		安 J4 探討日
				行調適並修正,	機的評估方		常生活發生事
				持續表現健康技	法。		故的影響因
				能。			素。
				4a-IV-3 持續地			【防災教育】
				執行促進健康及			防 J8 繪製社
				減少健康風險的			區防災地圖並
				行動。			參與社區防災
							演練。
1/14~1/20	複習全冊	1	1. 配合「健康是多層面	1a-IV-1 理解生	Aa-IV-1 生長	1. 口頭評量	【人權教育】
【第二十一週】	複習全冊		的,個人可以採取有效	理、心理與社會	發育的自我評	2. 紙筆評量	人 J5 了解社

第三次定期評量		的自我照顧方法來增進	各層面健康的概	估與因應策	會上有不同的
1/19 結業式		健康」與「正確認識自	念。	略。	群體和文化,
		己、肯定與接納自己,	1b-Ⅳ-2 認識健	Ba-IV-1 居	尊重並欣賞其
		並且能夠自我實現,是	康技能和生活技	家、學校、社	差異。
		健康心理的基礎」兩大	能的實施程序概	區環境潛在危	【性別平等教
		內涵。「活出青春的光	念。	機的評估方	育】
		彩」透過人物故事讓學	2b-Ⅳ-2 樂於實	法。	性 J4 認識身
		生了解自我概念的意	踐健康促進的生	Ba-IV-2 居	體自主權相關
		義,探討影響自我概念	活型態。	家、學校及社	議題,維護自
		的形成因素,進而引導	4a-Ⅳ-2 自我監	區安全的防護	己與尊重他人
		學生分析自己和他人的	督、增強個人促	守則與相關法	的身體自主
		差異,藉由測驗工具了	進健康的行動,	令。	權。
		解自己的特點,願意發	並反省修正。	Ba-IV-4 社區	性 J11 去除
		揮自己的優點和面對缺		環境安全的行	性別刻板與性
		點,嘗試提升自我價值		動策略。	別偏見的情感
		的方法,學習運用正向		Da-IV-1 衛生	表達與溝通,
		的想法、語言、行動和		保健習慣的實	具備與他人平
		生活經驗,展現自我悅		踐方式與管理	等互動的能
		納和健康樂觀的生活態		策略。	カ。
		度。藉由生活案例,鼓		Da-IV-2 身體	【生涯規劃教
		勵學生設定目標,付諸		各系統、器官	育】
		實際行動,以完成自己		的構造與功	涯 J3 覺察自
		的目標。		能。	己的能力與興
		2. 第二單元透過評估環		Da-IV-3 視	趣。
		境中潛在危險、認識防		力、口腔保健	涯 J4 了解自
		護守則,進而擬定安全		策略與相關疾	己的人格特質
		行動計畫。讓學生具備		病。	與價值觀。
		安全知識、培養安全意		Da-IV-4 健康	涯 J6 建立對
<u>-</u>	I			l l	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

識、展現安全技能與行	姿勢、規律運	於未來生涯的
動,以降低事故傷害所	動、充分睡眠	願景。
带來的健康威脅與危	的維持與實踐	【安全教育】
害,並能積極營造安全	策略。	安 J1 理解安
的生活環境!	Db-IV-1 生殖	全教育的意
	器官的構造、	義。
	功能與保健及	安 J2 判斷常
	懷孕生理、優	見的事故傷
	生保健。	害。
	Db-IV-2 青春	安 J3 了解日
	期身心變化的	常生活容易發
	調適與性衝動	生事故的原
	健康因應的策	因。
	略。	安 J4 探討日
	Fa-IV-1 自我	常生活發生事
	認同與自我實	故的影響因
	現。	素。
	Fa-IV-3 有利	【防災教育】
	人際關係的因	防 J8 繪製社
	素與有效的溝	區防災地圖並
	通技巧。	參與社區防災
	Fb-IV-3 保護	演練。
	性的健康行	防 J9 了解校
	為。	園及住家內各
		項避難器具的
		正確使用方
		式。

臺南市市立大橋國民中學 112 學年度第二學期 七年級 健體(健康) 領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班)

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	七年級	教學節數	每週(1)節,本學期;	共(20)節
課程目標	第二冊健康 1.能理解各種意義 2.認解從事傳義 3.了養維護 4. 容養 4. 好養 5. 了 6. 關注 6. 關注 7. 關注 7. 關注 8. 利用 8. 利用 9. 認 10. 學習 11. 建 12. 培養 12. 培養 12. 培養 12. 培養 13. 持 14. 15. 16. 16. 16. 16. 16. 16. 16. 16	一時應答、訊內能際, 民意觀、訊內能際, 不說, 與之之, 人物 人物 人物 人名	利與義務。 體心理、生理及社會 進行批判性思考並做 與未來趨勢。 表達個人拒絕菸、 智的面對衝突。 內良好互動,以及學	产各健康層面造 效出有利健康的 酉、檳榔的立場	決定。		
該學習階段 領域核心素養	健體-J-A1 具備體育的 意放棄。 健體-J-A2 具備理解 問題。 健體-J-A3 具備善用 健體-J-B1 具備情意 健體-J-B2 具備善用 關係。 健體-J-C1 具備生活 健體-J-C2 具備利他 健體-J-C3 具備敏察	豐育與健康情境的 豐育與健康的資源 雙育與健康的,能對實力,能對於實力。 中有關運動與健康的,能與健康的,能以的	全貌,並做獨立思表,以擬定運動與保候同理心與人溝通互動科技、資訊及媒體,的道德思辨與實踐的	产與分析的知能 建計畫,有效 ,有解體習 以增進學習 是力及環生活中 是一健康生活中	,進而運用 一進發健, 一並發健, 主主 至 動作 動作 動作 人 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一	當的策略,處理與學別人。 學習與創新求變的 概念辨人與科技、 以益團體活動,關 公益人和諧互動的素	解決體育與健康的 能力。 生活中。 資訊、媒體的互動 懷社會。

			課程架	構脈絡			
				學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
2/15~2/17【第一週】	第1單元醫療消費 面觀 第1章傳染病的世界	1	1. 了解傳染病與社會發展的重要性。 2. 認識傳染病發生的三大要素。 3. 知道臺灣目前常見的 傳染病種類與預防方法。	人與群體健康的 影響因素。 2a-IV-1 關注健 康議題本土、國	Fb-IV-3 保護性的健康行為。Fb-IV-4 新興傳染病的防治策略。	1. 認知評量	【環境 14 了的 以 15 有
2/18-2/24【第二週】	第1單元醫療消費 面面觀 第1章傳染病的世界	1	1. 了解傳染病與社會發展的重要性。 2. 認識傳染病發生的三大要素。 3. 知道臺灣目前常見的傳染病種類與預防方法。	人與群體健康的 影響因素。 2a-IV-1 關注健 康議題本土、國	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. 認知評量 3. 技能評量	【環境教育】 環分解 類別 環境 環境 環境 経 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、

				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。			
2/25-3/2	第1單元醫療消費	1	1. 了解傳染病與社會發	1a-IV-2 分析個	Fb-IV-3 保護	1. 情意評量	【環境教育】
【第三週】	面面觀		展的重要性。	人與群體健康的	性的健康行	2. 技能評量	環 J4 了解永
2/28 二二八紀念	第1章傳染病的世		2. 認識傳染病發生的三	影響因素。	為。		續發展的意義
日	界		大要素。	2a-IV-1 關注健	Fb-IV-4 新興		(環境、社
			3. 知道臺灣目前常見的	康議題本土、國	傳染病與慢性		會、與經濟的
			傳染病種類與預防方	際現況與趨勢。	病的防治策		均衡發展)與
			法。	3a-IV-2 因應不	略。		原則。
			4. 採取適當的健康自我	同的生活情境進			
			管理,增加預防傳染病	行調適並修正,			
			的能力。	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。			
3/3-3/9	第1單元醫療消費	1	1. 了解臺灣全民健保的	1a-IV-4 理解促	Bb-IV-1 正確	1. 認知評量	【生命教育】
【第四週】	面面觀		概念,透過認識醫療分	進健康生活的策	購買與使用藥		生 J5 覺察生
	第2章醫藥保衛戰		級、家庭醫師、轉診、	略、資源與規	品的行動策		活中的各種迷
			醫藥分業、急診等制度,	範。	略。		思,在生活作
			以有效運用醫療資源。	2a-IV-2 自主思	Bb-IV-2 家		息、健康促
				考健康問題所造	庭、同儕、文		進、飲食運
				成的威脅感與嚴	化、媒體、廣		動、休閒娱

				重性。	告等傳達的藥		樂、人我關係
				3b-IV-3 熟悉大	品選購資訊。		等課題上進行
				部份的決策與批	Fb-IV-3 保護		價值思辨,尋
				判技能。	性的健康行		求解決之道。
				4a-Ⅳ-3 持續地	為。		
				執行促進健康及	Fb-IV-5 全民		
				減少健康風險的	健保與醫療制		
				行動。	度、醫療服務		
					與資源。		
3/10-3/16	第1單元醫療消費	1	1. 了解臺灣全民健保的	1a-Ⅳ-4 理解促	Bb-IV-1 正確	1. 技能評量	【生命教育】
【第五週】	面面觀		概念,透過認識醫療分	進健康生活的策	購買與使用藥		生 J5 覺察生
	第2章醫藥保衛戰		級、家庭醫師、轉診、	略、資源與規	品的行動策		活中的各種迷
			醫藥分業、急診等制度,	範。	略。		思,在生活作
			以有效運用醫療資源。	2a-IV-2 自主思	Bb-IV-2 家		息、健康促
			2. 養成正確的就醫與用	考健康問題所造	庭、同儕、文		進、飲食運
			藥習慣並選擇適當的醫	成的威脅感與嚴	化、媒體、廣		動、休閒娛
			療及用藥行為,節省不	重性。	告等傳達的藥		樂、人我關係
			必要的醫療支出,培養	3b-IV-3 熟悉大	品選購資訊。		等課題上進行
			珍惜醫療資源的態度。	部份的決策與批	Fb-IV-3 保護		價值思辨,尋
				判技能。	性的健康行		求解決之道。
				4a-Ⅳ-3 持續地	為。		
				執行促進健康及	Fb-IV-5 全民		
				減少健康風險的	健保與醫療制		
				行動。	度、醫療服務		
					與資源。		
3/17-3/23	第1單元醫療消費	1	1. 認識錯誤用藥對於人	1a-Ⅳ-4 理解促	Bb-IV-1 正確	1. 技能評量	【生命教育】
【第六週】	面面觀		體的影響、藥品的分類	進健康生活的策	購買與使用藥		生 J5 覺察生
	第2章醫藥保衛戰			略、資源與規	品的行動策		活中的各種迷

	_						
			及正確用藥五大核心能	範。	略。		思,在生活作
			力。	2a-IV-2 自主思	Bb-IV-2 家		息、健康促
			2. 學習運用批判性思考	考健康問題所造	庭、同儕、文		進、飲食運
			的生活技能,質疑用藥	成的威脅感與嚴	化、媒體、廣		動、休閒娱
			與醫療迷思,以減少常	重性。	告等傳達的藥		樂、人我關係
			見不當用藥方式及醫療	3b-IV-3 熟悉大	品選購資訊。		等課題上進行
			行為。	部份的決策與批	Fb-IV-3 保護		價值思辨,尋
			3. 養成正確的就醫與用	判技能。	性的健康行		求解決之道。
			藥習慣並選擇適當的醫	4a-IV-3 持續地	為。		
			療及用藥行為,節省不	執行促進健康及	Fb-IV-5 全民		
			必要的醫療支出,培養	減少健康風險的	健保與醫療制		
			珍惜醫療資源的態度。	行動。	度、醫療服務		
					與資源。		
3/24-3/30	第1單元醫療消費	1	1. 認識錯誤用藥對於人	1a-IV-4 理解促	Bb-IV-1 正確	1. 情意評量	【生命教育】
【第七週】	面面觀		體的影響、藥品的分類	進健康生活的策	購買與使用藥	2. 認知評量	生 J5 覺察生
第一次定期評量	第2章醫藥保衛戰		及正確用藥五大核心能	略、資源與規	品的行動策		活中的各種迷
			カ。	範。	略。		思,在生活作
			2. 學習運用批判性思考	2a-IV-2 自主思	Bb-IV-2 家		息、健康促
			的生活技能,質疑用藥	考健康問題所造	庭、同儕、文		進、飲食運
			與醫療迷思,以減少常	成的威脅感與嚴	化、媒體、廣		動、休閒娱
			見不當用藥方式及醫療	重性。	告等傳達的藥		樂、人我關係
			行為。	3b-IV-3 熟悉大	品選購資訊。		等課題上進行
			3. 養成正確的就醫與用	部份的決策與批	Fb-IV-3 保護		價值思辨,尋
			藥習慣並選擇適當的醫	判技能。	性的健康行		求解決之道。
			療及用藥行為,節省不	4a-IV-3 持續地	為。		
			必要的醫療支出,培養	執行促進健康及	Fb-IV-5 全民		
			珍惜醫療資源的態度。	減少健康風險的	健保與醫療制		
				行動。	度、醫療服務		

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

					與資源。		
3/31~4/6	第1單元醫療消費	1	1. 認識錯誤用藥對於人	1a-IV-4 理解促	Bb-IV-1 正確	1. 情意評量	【生命教育】
【第八週】	面面觀		體的影響、藥品的分類	進健康生活的策	購買與使用藥	2. 認知評量	生 J5 覺察生
4/4-4/5 清明連假	第2章醫藥保衛戰		及正確用藥五大核心能	略、資源與規	品的行動策		活中的各種迷
			力。	範。	略。		思,在生活作
			2. 學習運用批判性思考	2a-IV-2 自主思	Bb-IV-2 家		息、健康促
			的生活技能,質疑用藥	考健康問題所造	庭、同儕、文		進、飲食運
			與醫療迷思,以減少常	成的威脅感與嚴	化、媒體、廣		動、休閒娱
			見不當用藥方式及醫療	重性。	告等傳達的藥		樂、人我關係
			行為。	3b-IV-3 熟悉大	品選購資訊。		等課題上進行
			3. 養成正確的就醫與用	部份的決策與批	Fb-IV-3 保護		價值思辨,尋
			藥習慣並選擇適當的醫	判技能。	性的健康行		求解決之道。
			療及用藥行為,節省不	4a-IV-3 持續地	為。		
			必要的醫療支出,培養	執行促進健康及	Fb-IV-5 全民		
			珍惜醫療資源的態度。	減少健康風險的	健保與醫療制		
				行動。	度、醫療服務		
					與資源。		
4/7~4/13	第2單元拒絕成癮	1	1. 了解使用菸品成癮的	la-IV-3 評估內	Bb-IV-3 菸、	1. 技能評量	【法治教育】
【第九週】	有妙招		過程,以及對個人心理、	在與外在的行為	酒、檳榔、藥		法 J3 認識法
	第1章菸害現形記		生理及社會各健康層面	對健康造成的衝	物的成分與成		律之意義與制
			造成的衝擊與風險。	擊與風險。	瘾性 ,以及對		定。
			2. 面對各項描述菸品的	2a-IV-1 關注健	個人身心健康		
			訊息與觀點,能進行批	康議題本土、國	與家庭、社會		
			判性思考並做出有利健	際現況與趨勢。	的影響。		
			康的決定。	3b-IV-3 熟悉大	Bb-IV-4 面對		
			3. 關注菸品與電子煙在	部份的決策與批	成癮物質的拒		
			國內外的使用現況與未	判技能。	絕技巧與自我		
			來趨勢。	3b-Ⅳ-4 因應不	控制。		

77 77 TELLIZA	422/F1 = (1) F1 11 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17						
				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。			
4/14~4/20	第2單元拒絕成癮	1	1. 利用菸害的情境演練	1a-Ⅳ-3 評估內	Bb-IV-3 菸、	1. 技能評量	【法治教育】
【第十週】	有妙招		生活技能,並能主動公	在與外在的行為	酒、檳榔、藥		法 J3 認識法
	第1章菸害現形記		開表達個人拒絕吸菸態	對健康造成的衝	物的成分與成		律之意義與制
			度與反對二手菸的立	擊與風險。	瘾性,以及對		定。
			場。	2a-Ⅳ-1 關注健	個人身心健康		
			2. 關注臺灣對菸品的法	康議題本土、國	與家庭、社會		
			律規範內容與現況,以	際現況與趨勢。	的影響。		
			及國際菸害公約規範對	3b-IV-3 熟悉大	Bb-IV-4 面對		
			於臺灣的影響。	部份的決策與批	成癮物質的拒		
				判技能。	絕技巧與自我		
				3b-IV-4 因應不	控制。		
				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。			

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

4/21-4/27 【第十一週】 第2 單元拒絕成態 有妙招 第1 章於常現形記	-							
第 1 章於書現形記	4/21~4/27	第2單元拒絕成癮	1	1. 利用菸害的情境演練	1a-IV-3 評估內	Bb-IV-3 菸、	1. 技能評量	【法治教育】
度與反對二手於的立場。 2a-IV-1 關注健與素題本土、國際規則的之權,與家庭、社會的影響。 2a-IV-1 關注健與與對於。因於影響。 2b-IV-3 熟意大部份的決策與批判技能。 3b-IV-4 因應不同的生活情境,等用各種生活技能,解決健康問題。 4/28-5/4 第2單元拒絕成應 有妙招 (第十二週) 第2單元拒絕成應 成應的過程,以及對人權應所的的數學與政策 (2 章克應制勝 (2 章克應制勝 (2 章克應制度。) (2 章克應制度。) (2 章克應制度。) (2 章克應制度。) (3 章克應制度。) (3 章克應制度。) (4 章 克應制度。) (5 章 克應制度。) (6 章 克應制度。) (6 章 克應制度。) (6 章 克德利度。) (6 章 克格利度。) (6 章 克格利度	【第十一週】	有妙招		生活技能,並能主動公	在與外在的行為	酒、檳榔、藥	2. 情意評量	法 J3 認識法
場。		第1章菸害現形記		開表達個人拒絕吸菸態	對健康造成的衝	物的成分與成		律之意義與制
2. 關注臺灣對於品的法 康議題本土、國 與家庭、社會 的影響。 及國際於客公約規範對 於臺灣的影響。 3b-IV-3 熟悉大 都份的決策與批 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。 4b-IV-1 主動並 公開表明個人對 促進健康的觀點 與立場。 4/28-5/4 【第十二週】 第2單元拒絕成應 有 が招 第2章克瘾制勝				度與反對二手菸的立	擊與風險。	癮性 ,以及對		定。
「中央の				場。	2a-IV-1 關注健	個人身心健康		
及國際菸害公約規範對 於臺灣的影響。 A Was 5/4 [第十二週] 第2 單元拒絕成應 1				2. 關注臺灣對菸品的法	康議題本土、國	與家庭、社會		
新含的影響。 \$\$\frac{\psi}{\psi}\psi\psi\psi\psi\psi\psi\psi\psi\psi\psi				律規範內容與現況,以	際現況與趨勢。	的影響。		
對技能。				及國際菸害公約規範對	3b-IV-3 熟悉大	Bb-IV-4 面對		
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。 2單元拒絕成應 有 如招				於臺灣的影響。	部份的決策與批	成癮物質的拒		
同的生活情境,					判技能。	絕技巧與自我		
本の					3b-IV-4 因應不	控制。		
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。 4/28~5/4 【第十二週】 第2單元拒絕成應有妙招					同的生活情境,			
題。 4b-IV-1 主動並 公開表明個人對 促進健康的觀點 與立場。 4/28~5/4 【第十二週】 第2單元拒絕成癮 有妙招 成應的過程,以及對人 機體心理、生理和社會各 健康層面造成的衝擊與 風險。 2a-IV-1 關注健 康義題本土、國 嚼食檳榔訊息時,能堅 際現況與趨勢。 的影響。					善用各種生活技			
4/28~5/4 第 2 單元拒絕成癮 有妙招 成癮的過程,以及對人 權與人主理和社會各 健康層面造成的衝擊與 壓與風險。 程中,以及對 壓力					能,解決健康問			
公開表明個人對 促進健康的觀點 與立場。					題。			
4/28~5/4 第2單元拒絕成癮 有妙招 第2章克癮制勝 1 1.了解飲酒與嚼食檳榔 成瘾的過程,以及對人 魔心理、生理和社會各 健康層面造成的衝擊與 健康層面造成的衝擊與 健康層面造成的衝擊與 優之a-IV-1 關注健 犯。 1.技能評量 1.技能評量 20 1.技能評量 1.技能評量 1.技能評量 1.技能評量 20					4b-Ⅳ-1 主動並			
4/28~5/4 第 2 單元拒絕成癮 有妙招					公開表明個人對			
4/28~5/4 第 2 單元拒絕成癮 有妙招 有妙招 前應的過程,以及對人 在與外在的行為 實 2 章克癮制勝 1. 了解飲酒與嚼食檳榔 1a-IV-3 評估內 成癮的過程,以及對人 在與外在的行為 暫 2 章克癮制勝 2 章克癮制勝 對健康造成的衝 物的成分與成 穩性,以及對 健康層面造成的衝擊與 擊與風險。 2a-IV-1 關注健 2. 面對各項邀約飲酒與 康議題本土、國 购家庭、社會 的影響。					促進健康的觀點			
【第十二週】 有妙招					與立場。			
第2章克癮制勝 體心理、生理和社會各 對健康造成的衝 物的成分與成	4/28~5/4	第2單元拒絕成癮	1	1. 了解飲酒與嚼食檳榔	1a-Ⅳ-3 評估內	Bb-IV-3 菸、	1. 技能評量	【法治教育】
健康層面造成的衝擊與 擊與風險。 癮性,以及對 反。 風險。 2a-IV-1 關注健 個人身心健康 2. 面對各項邀約飲酒與 康議題本土、國 與家庭、社會 嚼食檳榔訊息時,能堅 際現況與趨勢。 的影響。	【第十二週】	有妙招		成癮的過程,以及對人	在與外在的行為	酒、檳榔、藥		法 J3 認識法
国險。 2a-IV-1 關注健 個人身心健康 2. 面對各項邀約飲酒與 康議題本土、國 與家庭、社會 瞬食檳榔訊息時,能堅 際現況與趨勢。 的影響。		第2章克癮制勝		體心理、生理和社會各	對健康造成的衝	物的成分與成		律之意義與制
2. 面對各項邀約飲酒與 康議題本土、國 與家庭、社會 嚼食檳榔訊息時,能堅 際現況與趨勢。 的影響。				健康層面造成的衝擊與	擊與風險。	瘾性 ,以及對		定。
嚼食檳榔訊息時,能堅 際現況與趨勢。 的影響。				風險。	2a-Ⅳ-1 關注健	個人身心健康		
				2. 面對各項邀約飲酒與	康議題本土、國	與家庭、社會		
持拒絕態度,並做出有 3b-IV-2 熟悉各 Bb-IV-4 面對				嚼食檳榔訊息時,能堅	際現況與趨勢。	的影響。		
				持拒絕態度,並做出有	3b-IV-2 熟悉各	Bb-IV-4 面對		
利健康的決定。 種人際溝通互動 成癮物質的拒				利健康的決定。	種人際溝通互動	成癮物質的拒		

			3. 利用情境演練生活技	技能。	絕技巧與自我		
			能,公開表達個人拒絕		控制。		
			飲酒、酒後駕車與嚼食				
			檳榔的態度與立場。	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。			
5/5~5/11	第2單元拒絕成癮	1	1. 面對各項邀約飲酒與	1a-IV-3 評估內	Bb-IV-3 菸、	1. 情意評量	【法治教育】
【第十三週】	有妙招		嚼食檳榔訊息時,能堅	在與外在的行為	酒、檳榔、藥	2. 技能評量	法 J3 認識法
	第2章克癮制勝		持拒絕態度,並做出有	對健康造成的衝	物的成分與成		律之意義與制
			利健康的決定。	擊與風險。	癮性,以及對		定。
			2. 利用情境演練生活技	2a-Ⅳ-1 關注健	個人身心健康		
			能,公開表達個人拒絕	康議題本土、國	與家庭、社會		
			飲酒、酒後駕車與嚼食	際現況與趨勢。	的影響。		
			檳榔的態度與立場。	3b-IV-2 熟悉各	Bb-IV-4 面對		
				種人際溝通互動	成癮物質的拒		
				技能。	絕技巧與自我		
				3b-Ⅳ-4 因應不	控制。		
				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。			
5/12~5/18	第2單元拒絕成癮	1	1. 面對各項邀約飲酒與	1a-IV-3 評估內	Bb-IV-3 菸、	1. 認知評量	【法治教育】
【第十四週】	有妙招		嚼食檳榔訊息時,能堅	在與外在的行為	酒、檳榔、藥	2. 技能評量	法 J3 認識法
第二次定期評量	第2章克癮制勝		持拒絕態度,並做出有	對健康造成的衝	物的成分與成		律之意義與制
			利健康的決定。	擊與風險。	瘾性,以及對		定。
			2. 利用情境演練生活技	2a-IV-1 關注健	個人身心健康		
			能,公開表達個人拒絕	康議題本土、國	與家庭、社會		
			飲酒、酒後駕車與嚼食	際現況與趨勢。	的影響。		
			檳榔的態度與立場。	3b-IV-2 熟悉各	Bb-IV-4 面對		
			3. 關注飲酒、酒後駕車	種人際溝通互動	成癮物質的拒		
			與嚼食檳榔在國內外法	技能。	絕技巧與自我		
			律規範的內容與現況。	3b-IV-4 因應不	控制。		
			4. 了解酒與檳榔所造成	同的生活情境,			
			的社會、環境與健康問	善用各種生活技			
			題,並幫助親友遠離酒	能,解決健康問			
			與檳榔等成癮物質誘	題。			
			惑。	4b-IV-1 主動並			
				公開表明個人對			
				促進健康的觀點			
				與立場。			
5/19~5/25	第2單元拒絕成癮	1	1. 面對各項邀約飲酒與	1a-IV-3 評估內	Bb-IV-3 菸、	1. 認知評量	【法治教育】
【第十五週】	有妙招		嚼食檳榔訊息時,能堅	在與外在的行為	酒、檳榔、藥	2. 技能評量	法 J3 認識法
	第2章克癮制勝		持拒絕態度,並做出有	對健康造成的衝	物的成分與成		律之意義與制
			利健康的決定。	擊與風險。	瘾性,以及對		定。
			2. 利用情境演練生活技	2a-Ⅳ-1 關注健	個人身心健康		
			能,公開表達個人拒絕	康議題本土、國	與家庭、社會		
			飲酒、酒後駕車與嚼食	際現況與趨勢。	的影響。		
			檳榔的態度與立場。	3b-IV-2 熟悉各	Bb-IV-4 面對		

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

3、關注飲酒、酒後駕車 與人際溝通五動 成應物質的拒 與增食信稱在國內分法 技能。 4. T解酒與稱鄉所造成 內心生活情境, 5月8年經末 2 個,避解功 2 與直屬 2 個,避解 3 單元人際健康 4 個,以 4 個, 4 個, 4 個, 4 個, 4 個, 4 個, 4 個								
#規範的內容與現流。 4. T解酒與橫椰所造成的社會、環境與健康問題與橫椰等或應動類素。 5/26-6/1 [第十六週] 第 3 單元人際健康 [第十六週] 第 1 单健康家庭的健康生活 [第十六週] 第 1 单健康家庭的健康生活 [第十六週] 第 1 中健康家庭的健康生活 [第1 中國 1				3. 關注飲酒、酒後駕車	種人際溝通互動	成癮物質的拒		
4. 了解酒與檳榔所造成的社會、環境與健康問題,追幫助觀友遠離酒與檳榔等成應物質誘題。 4b-IV-1 生動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 1. 理解家庭的健康生活 (第一V-2 家庭 (1) (1) 是對 (1) 是對 (1) 是對 (2)				與嚼食檳榔在國內外法	技能。	絕技巧與自我		
的社會、環境與健康問題,並幫助親友遠離酒與檳榔等成癮物質誘惑。 5/26-6/1 第 3 單元人際健康 1 1.理解家庭的健康生活 公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 1 2 2 3 單元人際健康 2 3 單元人際健康 3 4 5 7 6 7 6 8 7 8 9 7 8 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9				律規範的內容與現況。	3b-IV-4 因應不	控制。		
題,並幫助親友遠離酒與檳榔等成瘾物質誘題。				4. 了解酒與檳榔所造成	同的生活情境,			
題。 4b-IV-1 主動並 公開表明個人對促進健康的觀點 空 場合-IV-2 家庭 (的社會、環境與健康問	善用各種生活技			
意。 40-IV-1 主動並 公開表明個人對 促進健康的觀點 與立場。 1 1.理解家庭的健康生活 的規範意義並肯定其價 值,體悟家庭關係的影 響性,並能遵守合宜的 健康生活規範。 2.分析家庭溝通不良與 衝突問題發生的因素, 並願意反省修正,嘗試 運用策略方法以經營家 庭關係。 3.認識家庭暴力的發生 因素與相關法規,善用 各項社會資源協助自己 或他人處理家暴問題。 40-IV-1 主動並 公開表明個人對 促進健康的觀點 與立場。 「A與群體健康的 新學因協康。 20-IV-1 堅守健 康的生活規範。 養態度與價值觀。 素與有效的溝 通技巧。 3b-IV-2 熟悉各 技能。 3b-IV-4 因應不 同的生活情境, 善用各種生活力。 如此人處理家暴問題。 如此人假				題,並幫助親友遠離酒	能,解決健康問			
\$\frac{5}{26-6/1} \big(\frac{\pi}{3} \) \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\				與檳榔等成癮物質誘	題。			
[第十六週] 第 3 單元人際健康				惑。	4b-IV-1 主動並			
第 3 單元人際健康					公開表明個人對			
1 1.理解家庭的健康生活 由 la-IV-2 分析個 宗 l 章健康家庭加加油					促進健康的觀點			
【第十六週】 家 第 1 章健康家庭加加油 的規範意義並肯定其價 值,體悟家庭關係的影響因素。 2b-IV-I 堅守健康生活規範。 2.分析家庭溝通不良與衛突的因素,並願意反省修正,嘗試運用策略方法以經營家庭關係。 3. 認識家庭暴力的發生因素,其所不可的生活情境, 4. 以經濟學 1. 以經濟學 2. 以經濟學					與立場。			
第 1 章健康家庭加加油 值 ,體悟家庭關係的影響性,並能遵守合宜的健康生活規範。 2. 分析家庭溝通不良與物質與價值觀。 3b-IV-2 熟悉各种 通过方式。	5/26~6/1	第3單元人際健康	1	1. 理解家庭的健康生活	1a-IV-2 分析個	Fa-IV-2 家庭	1. 情意評量	【家庭教育】
加油 響性,並能遵守合宜的 健康生活規範。 2b-IV-1 堅守健 康的生活規範、 2.分析家庭溝通不良與 態度與價值觀。 3b-IV-2 熟悉各 遊運用策略方法以經營家 庭關係。 3b-IV-4 因應不 3. 認識家庭暴力的發生 因素與相關法規,善用 各項社會資源協助自己或他人處理家暴問題。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促	【第十六週】	家		的規範意義並肯定其價	人與群體健康的	衝突的協調與		家 J5 了解與
健康生活規範。 2. 分析家庭溝通不良與 衝突問題發生的因素, 並願意反省修正,嘗試 運用策略方法以經營家 庭關係。 3. 認識家庭暴力的發生 因素與相關法規,善用 各項社會資源協助自己 或他人處理家暴問題。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促		第1章健康家庭加		值,體悟家庭關係的影	影響因素。	解決技巧。		家人溝通互動
2.分析家庭溝通不良與 衝突問題發生的因素, 並願意反省修正,嘗試 運用策略方法以經營家 庭關係。 3.認識家庭暴力的發生 因素與相關法規,善用 各項社會資源協助自己 或他人處理家暴問題。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促		加油		響性,並能遵守合宜的	2b-IV-1 堅守健	Fa-IV-3 有利		及相互支持的
衝突問題發生的因素,並願意反省修正,嘗試運用策略方法以經營家庭關係。 3. 認識家庭暴力的發生因素與相關法規,善用各種生活技格項社會資源協助自己或他人處理家暴問題。 動力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				健康生活規範。	康的生活規範、	人際關係的因		適切方式。
並願意反省修正,嘗試 運用策略方法以經營家 庭關係。 3.認識家庭暴力的發生 因素與相關法規,善用 各項社會資源協助自己 或他人處理家暴問題。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促				2. 分析家庭溝通不良與	態度與價值觀。	素與有效的溝		【法治教育】
運用策略方法以經營家庭關係。 3. 認識家庭暴力的發生因素與相關法規,善善用各種生活技格與不同的生活情境, 各項社會資源協助自己或他人處理家暴問題。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促				衝突問題發生的因素,	3b-IV-2 熟悉各	通技巧。		法 J5 認識憲
庭關係。 3. 認識家庭暴力的發生 因素與相關法規,善期 各項社會資源協助自己 或他人處理家暴問題。 如他人處理家暴問題。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促				並願意反省修正,嘗試	種人際溝通互動			法的意義。
3. 認識家庭暴力的發生 因素與相關法規,善用 各項社會資源協助自己 或他人處理家暴問題。 超。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促				運用策略方法以經營家	技能。			
因素與相關法規,善用 各項社會資源協助自己 或他人處理家暴問題。 超。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促				庭關係。	3b-Ⅳ-4 因應不			
各項社會資源協助自己 能,解決健康問 題。 超。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促				3. 認識家庭暴力的發生	同的生活情境,			
或他人處理家暴問題。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促				因素與相關法規,善用	善用各種生活技			
4a-IV-2 自我監督、增強個人促				各項社會資源協助自己	能,解決健康問			
督、增強個人促				或他人處理家暴問題。	題。			
					4a-IV-2 自我監			
進健康的行動,					督、增強個人促			
					進健康的行動,			

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

				並反省修正。			
6/2~6/8	第3單元人際健康	1	1. 理解家庭的健康生活	1a-IV-2 分析個	Fa-IV-2 家庭	1. 情意評量	【家庭教育】
【第十七週】	家		的規範意義並肯定其價	人與群體健康的	衝突的協調與		家 J5 了解與
	第1章健康家庭加		值,體悟家庭關係的影	影響因素。	解決技巧。		家人溝通互動
	加油		響性,並能遵守合宜的	2b-IV-1 堅守健	Fa-IV-3 有利		及相互支持的
			健康生活規範。	康的生活規範、	人際關係的因		適切方式。
			2. 分析家庭溝通不良與	態度與價值觀。	素與有效的溝		【法治教育】
			衝突問題發生的因素,	3b-IV-2 熟悉各	通技巧。		法 J5 認識憲
			並願意反省修正,嘗試	種人際溝通互動			法的意義。
			運用策略方法以經營家	技能。			
			庭關係。	3b-IV-4 因應不			
			3. 認識家庭暴力的發生	同的生活情境,			
			因素與相關法規,善用	善用各種生活技			
			各項社會資源協助自己	能,解決健康問			
			或他人處理家暴問題。	題。			
				4a-IV-2 自我監			
				督、增強個人促			
				進健康的行動,			
				並反省修正。			
6/9~6/15	第3單元人際健康	1	1. 認識各種型態的人際	1a-IV-2 分析個	Fa-IV-3 有利	1. 情意評量	【生涯規劃教
【第十八週】	家		互動關係,分析適合自	人與群體健康的	人際關係的因	2. 技能評量	育】
6/10 端午節	第2章人際關係停		己的人際互動因素,演	影響因素。	素與有效的溝		涯 J14 培養
	看聽		練並善用溝通技能與衝	2a-IV-2 自主思	通技巧。		並涵化道德倫
			突處理策略,解決人際	考健康問題所造			理意義於日常
			關係問題。	成的威脅感與嚴			生活。
				重性。			【法治教育】
				3b-IV-2 熟悉各			法 J5 認識憲
				種人際溝通互動			法的意義。

				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。			
				4a-Ⅳ-3 持續地			
				執行促進健康及			
				減少健康風險的			
				行動。			
6/16~6/22	第3單元人際健康	1	1. 認識各種型態的人際	1a-IV-2 分析個	Fa-IV-3 有利	1. 情意評量	【生涯規劃教
【第十九週】	家		互動關係,分析適合自	人與群體健康的	人際關係的因	2. 技能評量	育】
	第2章人際關係停		己的人際互動因素,演	影響因素。	素與有效的溝		涯 J14 培養
	看聽		練並善用溝通技能與衝	2a-IV-2 自主思	通技巧。		並涵化道德倫
			突處理策略,解決人際	考健康問題所造			理意義於日常
			關係問題。	成的威脅感與嚴			生活。
			2. 了解網路交友的注意	重性。			【法治教育】
			事項,並願意建立正向	3b-IV-2 熟悉各			法 J5 認識憲
			而良好的網路內外人際	種人際溝通互動			法的意義。
			互動。	技能。			
			3. 認識霸凌與網路霸	3b-IV-4 因應不			
			凌,並了解相關規範,	同的生活情境,			
			保護自己,避免成為霸	善用各種生活技			
			凌的加害人或受害者。	能,解決健康問			

3,7,7,				ı	II.		
				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 持續地			
				執行促進健康及			
				減少健康風險的			
				行動。			
6/23~6/29	第3單元人際健康	1	1. 認識各種型態的人際	1a-IV-2 分析個	Fa-IV-3 有利	1. 認知評量	【生涯規劃教
【第二十週】	家		互動關係,分析適合自	人與群體健康的	人際關係的因	2. 技能評量	育】
第三次定期評量	第2章人際關係停		己的人際互動因素,演	影響因素。	素與有效的溝		涯 J14 培養
6/28 結業式	看聽		練並善用溝通技能與衝	2a-IV-2 自主思	通技巧。		並涵化道德倫
			突處理策略,解決人際	考健康問題所造			理意義於日常
			關係問題。	成的威脅感與嚴			生活。
			2. 了解網路交友的注意	重性。			【法治教育】
			事項,並願意建立正向	3b-IV-2 熟悉各			法 J5 認識憲
			而良好的網路內外人際	種人際溝通互動			法的意義。
			互動。	技能。			
			3. 認識霸凌與網路霸	3b-IV-4 因應不			
			凌,並了解相關規範,	同的生活情境,			
			保護自己,避免成為霸	善用各種生活技			
			凌的加害人或受害者。	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 持續地				
			執行促進健康及				
			減少健康風險的				
			行動。				

- ◎教學期程以每週教學為原則,如行列太多或不足,請自行增刪。
- ◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞),整合為學生本單元應習得的學科本質知能。
- ◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位,清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。
- ◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字,非只有代號,「融入議題實質內涵」亦是。
- ◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施,如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。