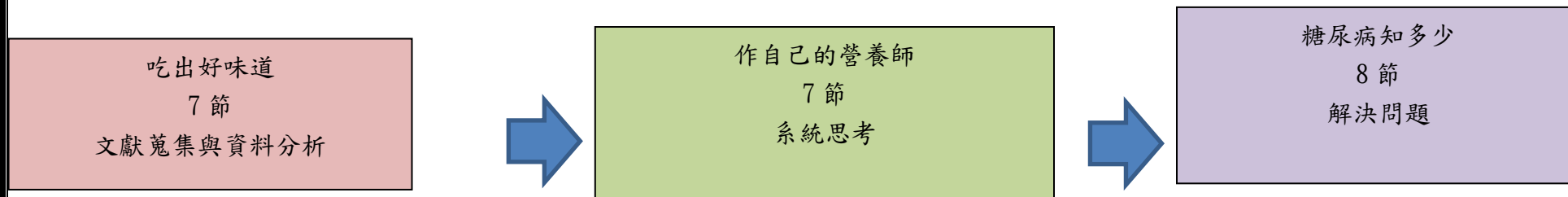


臺南市立白河國民中學 113 學年度第一學期七年級彈性學習生活智慧課程計畫(普通班 體育班)

課程名稱 (與大系統名稱相符)	健康與生活～ 健康隨身聽	實施年級 (班級組別)	七年級	教學節數	本學期共(22)節
彈性學習課程 四類規範	1. <input checked="" type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)				
設計理念	模式與聯結: 透過科學模式結合飲食營養的應用				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A2 具備理解情境全貌, 並做獨立思考與分析的知能, 運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度, 並培育相互合作及與人和諧互動的素養。				
課程目標	學生能理解及運用科學方法, 解決生活疾病問題, 培育健康新生活的素養。				
配合融入之領域或 議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input checked="" type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input checked="" type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input checked="" type="checkbox"/> 科技融入參考指引 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育				
表現任務	健康小達人(上) 1. 學生能口頭發表選用的食材並分享各組的「好味道」, 並完成「吃出好味道學習單」。 2. 學生能口頭發表學生自己的飲食習慣, 並完成「我是小小營養師學習單」。 3. 學生能口頭發表由文章中對糖尿病的認識, 並完成「糖尿病知多少學習單」。				

課程架構脈絡圖



教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
1-7 週	7	吃出好味道	<p>自 ti-IV-1 能依據已知的自然科學知識概念，經由自我或團體探索與討論的過程，想像當使用的觀察方法或實驗方法改變時，其結果可能產生的差異；並能嘗試在指導下以創新思考和方法得到新的模型、成品或結果。</p> <p>自 ai-IV-1 動手實作解決問題或驗證自己想法，而獲得成就感。</p> <p>綜 2C-IV-1 善用各項資源，妥善計畫與執行個人生活中重要事務。</p>	<p>1. 「滲透作用」的原理</p> <p>2. 「滲透作用」適用的材料</p> <p>3. 與人體健康的重要性</p>	<p>1. 能探索「滲透作用」的原理</p> <p>2. 能創新思考如何應用「滲透作用」於選用材料上</p> <p>3. 能動手行作並執行選擇兼顧美味與健康食物的任務。</p>	<p>1. 科普文章閱讀。</p> <p>2. 分組找尋實際應用範例。</p> <p>3. 各組討論決定應用的材料。</p> <p>4. 分享各組的「好味道」。</p> <p>5. 引導學生由科閱讀及分組論程中，完成「吃出好味道學習單」。</p>	<p>1. 各組口頭發表選用的食材並分享各組的「好味道」。</p> <p>2. 完成「吃出好味道學習單」。</p>	吃出好味道學習單
8-14 週	7	作自己的營養師	自 tc-IV-1	1. 食物營	1. 能解釋早	1. 科普文章閱讀。	1. 口頭發	我是小小營養

			<p>能依據已知的自然科學知識與概念，對自己蒐集與分類的科學數據，抱持合理的懷疑態度，並對他人的資訊或報告，提出自己的看法或解釋。</p> <p>健 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>自 ai-IV-2 透過與同儕的討論，分享科學發現的樂趣。</p>	<p>養的重要性</p> <p>2. 適合自己的營養早餐</p> <p>3. 營養早餐的重要性</p>	<p>餐吃的營養對身體的重要性</p> <p>2. 能理解並規劃屬於自己的營養早餐</p> <p>3. 能與他人分享飲食健康習慣並提出自己的看法。</p>	<p>2. 審視自己的飲食習慣。</p> <p>3. 設計規劃「營養滿分早餐組」於「我是小小營養師學習單」上。</p> <p>4. 調查身邊的同學吃後夠營養嗎?並紀錄於「我是小小營養師學習單」。</p>	<p>表學生自己的飲食習慣。</p> <p>2. 完成「我是小小營養師學習單」。</p>	師學習單
15-22 週	8	糖尿病知多少	<p>自 po-IV-2 能辨別適合科學探究或適合以科學方式尋求解決的問題(或假說)，並能依據觀察、蒐集資料、閱讀、思考、討論等，提</p>	<p>1. 糖尿病的成因</p> <p>2. 糖尿病可能引發的疾病</p> <p>3. 飲食對於健康的重要性</p>	<p>1. 能探究糖尿病的症狀</p> <p>2. 能思考並討論糖尿病對身體健康的影響</p> <p>3. 能從生活中注意自己的飲食習慣</p>	<p>1. 科普文章閱讀。</p> <p>2. 分組歸納文章重點。</p> <p>3. 將各組討論結果，紀錄並完成「糖尿病知多少學習單」。</p>	<p>1. 各組口頭發表由文章中對糖尿病的認識。</p> <p>2. 完成「糖尿病知多少學習單」。</p>	糖尿病知多少學習單

C6-1 彈性學習課程計畫(新課綱版)

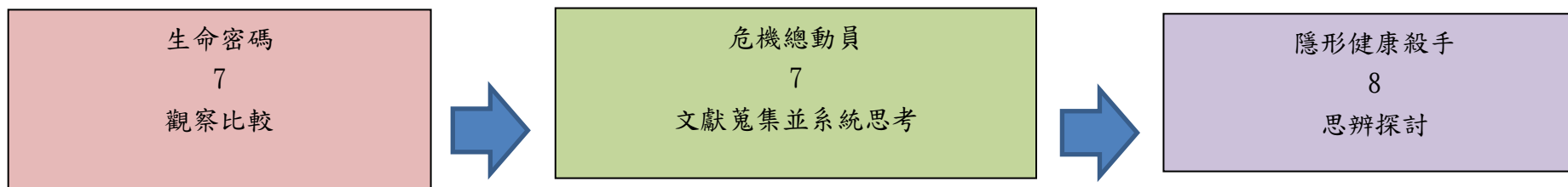
		<p>出適宜探究之問題。</p> <p>自 ai-IV-2 透過與同儕的討論，分享科學發現的樂趣。</p> <p>健 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。</p>		<p>並解決健康問題</p>		
--	--	---	--	----------------	--	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

臺南市立白河國民中學 113 學年度第二學期七年級彈性學習生活智慧課程計畫(普通班 體育班)

課程名稱 (與大系統名稱相符)	健康與生活～ 疾病停看聽	實施年級 (班級組別)	七年級	教學節數	本學期共(22)節
彈性學習課程 四類規範	1. <input checked="" type="checkbox"/> 統整性探究課程 (<input checked="" type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)				
設計理念	模式與聯結:透過科學模式結合生活常見疾病的應用				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A2 具備理解情境全貌,並做獨立思考與分析的知能,運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 J-C1 培養道德思辨與實踐能力,具備民主素養,法治觀念與環境意識,並主動參與公益團體活動,關懷生命倫理議題與生態環境。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度,並培育相互合作及與人和諧互動的素養。				
課程目標	學生能理解及運用科學方法,具備衛生觀念並關懷解決環保議題,培育健康環境新生活。				
配合融入之領域或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input checked="" type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input checked="" type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育				
表現任務	健康小達人(下) 1. 學生能口頭發表「遺傳疾病」影片觀看心得,並完成「生病密碼學習單」。 2. 學生能上台發表傳染病的病因及傳染途徑,並完成「傳染病的任務單」。 3. 學生能上台發表環境與疾病的關聯,並完成「環境與疾病的任務單」。				
課程架構脈絡圖					



教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域 與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
1-7 週	7	生命密碼	<p>自 tr-IV-1 能將所習得的知識正確的連結到所觀察到的自然現象及實驗數據，並推論出其中的關聯，進而運用習得的知識來解釋自己論點的正確性。</p> <p>自 po-IV-1 能從學習活動、日常經驗及科技運用、自然環境、書刊及網路媒體</p>	<p>1. 「性聯遺傳」與遺傳的關係</p> <p>2. 「色盲」的定義</p> <p>3. 遺傳性疾病的認識</p>	<p>1. 能解釋「性聯遺傳」</p> <p>2. 能從影片察覺色盲患者對顏色認知的問題</p> <p>3. 能探索白化症與色盲罹患比率的差異</p>	<p>1. 我們看到顏色都一樣嗎？</p> <p>2. 認識「性聯遺傳」的成因並以「色盲」為例。</p> <p>3. 觀看影片模擬色盲患者所看到的顏色。</p> <p>4. 比較白化症罹患機率是否與性別有關，並完成「生命密碼學習單」。</p>	<p>1. 口頭發表「遺傳疾病」影片觀看心得。</p> <p>2. 完成「生命密碼學習單」。</p>	生命密碼學習單

			<p>中，進行各種有計畫的觀察，進而能察覺問題。</p> <p>自 ai-IV-3 透過所學到的科學知識和科學探索的各種方法，解釋自然現象發生的原因，建立科學學習的自信心。</p>					
8-14 週	7	危機總動員	<p>自 tc-IV-1 能依據已知的自然科學知識與概念，對自己蒐集與分類的科學數據，抱持合理的懷疑態度，並對他人的資訊或報告，提出自己的看法或解釋。</p> <p>自 ai-IV-2 透過與同儕的討論，分享科學發現的樂</p>	<p>1. 新冠肺炎、愛滋病、霍亂、肺結核、香港腳與瘧疾…等疾病的認識。</p> <p>2. 上述疾病的傳染途徑與預防方法的了解。</p>	<p>1. 能蒐集新冠肺炎、愛滋病、霍亂、肺結核、香港腳與瘧疾…等疾病。</p> <p>2. 能討論上述疾病的傳染途徑與預防方法，並分享科學發現的樂趣。</p>	<p>1. 上網查詢，小組討論並完成「傳染病」任務單。</p> <p>2. 分組報告。</p>	<p>1. 完成傳染病任務單。</p> <p>2. 上台發表傳染病的病因及傳染途徑。</p>	傳染病任務單

			趣。					
15-22 週	8	隱形健康殺手	健 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 自 ah-IV-1 對於有關科學發現的報導，甚至權威的解釋(例如：報章雜誌的報導或書本上的解釋)，能抱持懷疑的態度，評估其推論的證據是否充分且可信賴。	1. 各種環境汙染與其所引起疾病的認識。 2. 有效降低環境汙染方法的思考。	1. 能評估各種環境汙染及其所引起的疾病風險。 2. 能解釋降低環境汙染方法，並評估其成效。	1. 觀看「我們的島-對抗黑心汙染」影片(https://youtu.be/mCmgeJQCc8E) 2. 上網查詢痛痛病、烏腳病與水俣病的汙染源及對健康的影響。且思考如何有效降低環境汙染方法，完成學習單，分組討論並上台報告。	1. 完成環境與疾病的任務單。 2. 上台發表環境與疾病的關聯。	環境汙染與疾病的任務單

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。