

新北市\_\_\_\_\_國民中學 111 學年度 九 年級第 二 學期部定課程計畫 設計者： 趙珮晟

一、課程類別：

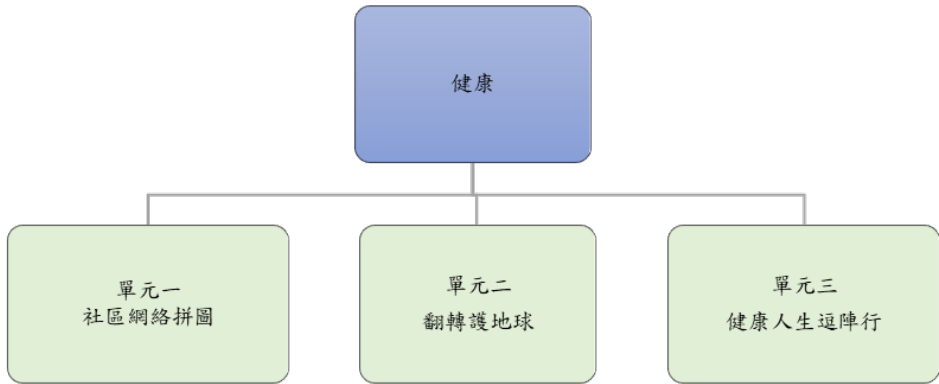
1. ☐國語文 2. ☐英語文 3. ☒健康與體育 4. ☐數學 5. ☐社會 6. ☐藝術 7. ☐自然科學 8. ☐科技 9. ☐綜合活動

二、學習節數：每週( 1 )節，實施( 19 )週，共( 19 )節。

三、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<input checked="" type="checkbox"/> A1 身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2 系統思考與解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> A3 規劃執行與創新應變 <input type="checkbox"/> B1 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3 藝術涵養與美感素養 <input checked="" type="checkbox"/> C1 道德實踐與公民意識 <input type="checkbox"/> C2 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3 多元文化與國際理解	<p>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。</p> <p>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>J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p> <p>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>

四、課程架構：



五、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習內容	學習表現					
第 1 週 02/13-02/19 (註冊、開學、正式上課)	Ba-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 Ba-IV-4 社區環境安全的行動策略。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。	單元一 社區網絡拼圖 第 1 章 社區放大鏡 活動內容： 1. 教師定義「社區」的意義，並請學生分享社區安全對我們自己的重要性。觀看影片，讓學生了解鄰居與我們生活的重要關聯。 2. JUST DO IT 聽聽社區的聲音：是否注意到日常有許多聲音與社區安全息息相關。 3. 社區診斷：練習找出自己社區事故傷害數據，並列出常見事故傷害問題與分析成因。 4 回家觀察-社區診斷：請學生回家觀察社區常見傷害，並分析成因，有脈絡並運用學過的安全知識診斷。	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 活動 經驗 分享	【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。	

第 2 週 02/20-02/26	<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令。</p> <p>Ba-IV-4 社區環境安全的行動策略。</p>	<p>1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。</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>4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。</p>	<p>單元一 社區網絡拼圖 第 1 章 社區放大鏡</p> <p>活動內容：</p> <p>1. 社區安全做伙來：教師說明社區要好，需要我們每個人都能有所作為，要產生有力的行動必須整合相關資源。</p> <p>2. JUST DO IT 找尋有力資源：引導學生參考兩篇故事並觀看相關新聞案例，請同學討論如何處理類似狀況。</p> <p>3. JUST DO IT 社區安全倡議達人：請學生依據倡議技巧和創意，幫自己的社區設計一張公告。</p> <p>4. 回家作業：社區安全我們的事學習單：請學生根據自己課文練習診斷出有問題的項目，完成健康動起來，並分享自己的計畫。</p>	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 活動 經驗 分享	<p>【安全教育】</p> <p>安 J1 理解安全教育的意義。</p> <p>安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。</p>	
第 3 週 02/27-03/05	<p>Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。</p>	<p>2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。</p> <p>4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。</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>單元一 社區網絡拼圖 第 2 章 社區健康營造力</p> <p>活動內容：</p> <p>1. 教師播放社區不和睦時，可能早成的紛爭與困擾。請同學思考健康社區應具備哪些條件？</p> <p>2. 社區健康營造：教師介紹社區健康營造的定義，說明社區健康營造與社區總體營造的差異。</p> <p>3. 健康營造步驟：讓學生認識社區營造的故事，並以里長社區與忠權社區為例子舉例。觀看成功案例的影片。</p>	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 活動 經驗 分享 小組 討論	<p>【環境教育】</p> <p>環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。</p>	
第 4 週 03/06-03/12	<p>Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。</p>	<p>2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。</p> <p>4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。</p>	<p>單元一 社區網絡拼圖 第 2 章 社區健康營造力</p> <p>活動內容：</p> <p>1. 社區健康我也行：教師介紹社區營造的步驟，並舉例說明，了解社區營造需要很多單位配合。</p> <p>2. JUST DO IT 社區營造你我他：請學生將自己對社區健康營造的困難與他人分享並記錄他人的想法。</p>	教科書 教學影片 社區照片 社區照片彙整	上課 參與 平時 觀察 課本 學習 單	<p>【環境教育】</p> <p>環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。</p>	

		4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	3. 營造社區健康學習單：請學生想想自己社區有什麼健康問題，透過社區營造步驟，練習讓自己的社區變得更加健康。讓學生分組討論該居住環境有什麼健康問題？				
第 5 週 03/13-03/19	Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	單元二 翻轉護地球 第 1 章 環境大挑戰 活動內容： 1. 教師播放地球暖化與工業汙染後地球的模樣之影片，讓學生了解目前遇到的問題與提升大家對環境保護的重視。 2 請學生分享目前生活環境是否也受到氣候變遷的影響？ 3. 環境危機對我們的影響：了解人類破壞環境導致的環境危機。森林銳減、氣候暖化、物種加速滅絕、淡水資源危機、酸雨蔓延、垃圾成災、有害廢物越境汙染、噪音充斥。	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 態度 經驗 分享	【環境教育】 環 J8 了解臺灣生態環境及社會發展面對氣候變遷的脆弱性與韌性。 【海洋教育】 海 J18 探討人類活動對海洋生態的影響。 海 J19 了解海洋資源之有限性，保護海洋環境。 海 J20 了解我國的海洋環境問題，並積極參與海洋保護行動。	
第 6 週 03/20-03/26	Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。	單元二 翻轉護地球 第 1 章 環境大挑戰 活動內容： 1. 分析環境危機的原因：請學生完成學習單，留意身邊的環境變化，了解為何環境遭受破壞。 2. 髒兮兮的多「惱」河：教師播放水汙染相關影片，喚醒學生對水汙染的重視，透過情境了解生活中發生的水汙染後，認識水汙染的來源、危害、減少水汙染的行動。	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 態度 經驗 分享	【環境教育】 環 J8 了解臺灣生態環境及社會發展面對氣候變遷的脆弱性與韌性。 【海洋教育】 海 J18 探討人類活動對海洋生態的影響。	

		2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。				海 J19 了解海洋資源之有限性，保護海洋環境。 海 J20 了解我國的海洋環境問題，並積極參與海洋保護行動。	
第 7 週 03/27-04/02	Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	單元二 翻轉護地球 第 1 章 環境大挑戰 活動內容： 1. 灰濛濛的空氣汙染危機：透過情境引導學生認識生活中的空氣汙染情境後，認識空氣汙染的來源、空氣汙染的危害(引發酸雨、形成霾害)、介紹不同懸浮微粒對身體的影響，加速臭氧層破壞。 2. 請學生完成 p34. 檢核表，勾選自己有做到的行為。 3. 鬧哄哄的魔音穿腦：教師介紹耳朵的構造，並預告下周將進行噪音汙染教學。	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 態度 經驗 分享	【環境教育】 環 J8 了解臺灣生態環境及社會發展面對氣候變遷的脆弱性與韌性。	
第 8 週 04/03-04/09	Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。	單元二 翻轉護地球 第 1 章 環境大挑戰 活動內容： 1. 鬧哄哄的魔音穿腦：教師播放不同種的音頻噪音，透過實際體驗感噪音對耳朵的影響。教師說明噪音就是聽了會讓人感到不舒適的聲音。並介紹噪音污染的來源、危害、遠離噪音的護耳妙招。	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 態度 檢核 活動	【環境教育】 環 J8 了解臺灣生態環境及社會發展面對氣候變遷的脆弱性與韌性。	

		<p>2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</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>4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。</p>			經驗分享		
<p>第 9 週</p> <p>04/10-04/16</p>	Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	<p>1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。</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-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</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>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>單元二 翻轉護地球 第 1 章 環境大挑戰</p> <p>活動內容：</p> <p>1. 亂糟糟的垃圾危機：教師播放影片讓同學省思自己一天製造了多少垃圾，討論有無可避免的垃圾。</p> <p>2. 透過情境覺察環境中垃圾汙染問題，討論垃圾汙染的相關問題，介紹垃圾是如何產生及垃圾的處理方法，並請學生思考「垃圾汙染造成的危害」。說明垃圾亂丟的影響，最後透過「垃圾減量 6R」原則來減少垃圾量。</p> <p>2. 守護地球 從我開始學習單：提醒環境汙染的後果必須由全球人類來共同負擔，身為「地球村」的每一份子自不應置身事外，只要我們在日常生活中多關心地球一些，人類與自然自能延續不斷。請學生練習寫出最困擾的環就汙染並探討解決方法。</p>	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 態度 檢核 活動	<p>【環境教育】</p> <p>環 J8 了解臺灣生態環境及社會發展面 對氣候變遷的脆弱性與韌性。</p> <p>【海洋教育】</p> <p>海 J18 探討人類活動對海洋生態的影響。</p> <p>海 J19 了解海洋資源之有限性，保護海洋環境。</p> <p>海 J20 了解我國的海洋環境問題，並積極參與海洋保護行動。</p>	
<p>第 10 週</p> <p>04/17-04/23</p>	Ca-IV-3 環保永續為基礎的綠色生活型態。	<p>1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。</p> <p>1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，尋求解決</p>	<p>單元二 翻轉護地球 第 2 章 綠活行動家</p> <p>活動內容：</p> <p>1. 教師承接上周的污染議題，讓同學想想有何方法能減少對地球的汙染，只要生活中的一點點改變，就能集中大家的力量改變。</p> <p>2. 「食」在好健康：目前政府推出自帶環保杯能有優惠的活動，目的是</p>	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 活動	<p>【環境教育】</p> <p>環 J10 了解天然災害對人類生活、生命、社會發展與經濟產業的衝擊。</p>	



		<p>的健康技能和生 活技能。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>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。</p>	<p>什麼？有什麼優點好處？妳我做不到嗎？請同學完成課本 p. 47 的問題，並檢視自己的生活型態。</p> <p>3. 「衣」同做環保:播放相關影片後，請同學分享家中的舊衣是如何處理的？有無更有環保的做法？請同學完成課本 p. 49 的問題，並檢視自己的衣櫃中衣服，是否有該回收或丟棄的？</p> <p>3. 「住」得好節能:播放相關影片後，給各組水電費的帳單，並教他們如何看懂帳單的資訊，並請同學填寫課本問題。</p>		小組討論 經驗分享		
<p>第 11 週</p> <p>04/24-04/30</p>	<p>Ca-IV-3 環保永續為基礎的綠色生活型態。</p>	<p>1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。</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-3 深切體會健康行動的自覺利益。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>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。</p>	<p>單元二 翻轉護地球 第 2 章 綠活行動家</p> <p>活動內容:</p> <p>1. 「住」得好節能:教師播放智能住宅與使用節能省電電器對家庭的影響，並說明那些行為能協助節能省電。請同學攜帶自己家中的水電帳單，並教學生如何看帳單，比較不同期的帳單內容代表的意義？請同學完成課本 p. 51 的問題</p> <p>2. 「行」動多綠能:教師播放歐洲國家減少碳排放量所實施的交通政策之相關影片，請學生分享在台灣可執行的部分有哪些？說明選擇低碳排放量的交通工具，可減少能源使用降低環境污染，所「行」也能融入環保概念並請同學填寫課本問題。</p>	<p>教科書</p> <p>投影片</p> <p>教學影片</p>	<p>上課</p> <p>參與</p> <p>平時</p> <p>觀察</p> <p>活動</p> <p>小組</p> <p>討論</p> <p>經驗</p> <p>分享</p>	<p>【環境教育】</p> <p>環 J10 了解天然災害對人類生活、生命、社會發展與經濟產業的衝擊。</p>	

第 12 週 05/01-05/07	Ca-IV-3 環保永續為基礎的綠色生活型態。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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。	單元二 翻轉護地球 第 2 章 綠活行動家 活動內容： 1. 「育樂」增綠活：教師請同學檢視自己的文具，是否具有環保標章或碳標籤的文具，對於紙張的運用，是否有浪費的狀況？請同學填寫 p55 課本問題。 2. 小翌一天的綠色生活：教師介紹課本內容讓同學了解如何運用綠色生活原則過一天，並播放影片讓同學了解如何環保過一天(或一周)，並討論這樣的生活方式妳能做到多少？ 3. 同心協力愛地球：說明世界地球日，並介紹 SMART 原則來檢視自己的環保目標是否能夠實現。 4. 守護地球 團結力量大學習單：根據你設計的環保目標，完成綠活行動宣言。	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 活動 小組 討論 經驗 分享	【環境教育】 環 J10 了解天然災害對人類生活、生命、社會發展與經濟產業的衝擊。	
第 13 週 05/08-05/14	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	單元三 健康人生逗陣行 第 1 章 美妙新生命 活動內容： 1. 好「孕」降臨：教師請學生先閱讀課本情境，並分享自己的經驗：如何知道懷孕了？身體出現哪些變化？並說明成功受孕的條件、驗孕的原理、補充不同的人工生殖技術。 2. 好「孕」之旅：教師介紹不同孕期身體的變化，寶寶在媽媽肚子裡各階段的成長重點。 3. 引導學生閱讀課本情境，說明生命列車相關內容、懷孕期的不適症狀。教師特別強調在孕期中的一些習慣都會影響寶寶的健康，提醒孩子懷孕是件神聖的事情，並介紹懷孕的健康照護要點與日常中如何體諒孕婦。	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 經驗 分享		



第 14 週 05/15-05/21	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	單元三 健康人生逗陣行 第 1 章 美妙新生命 活動內容： 1. 教師承接上周的課程，說明孕婦的健康照顧，如何協助媽媽能在孕期間較舒適，也介紹政府機關對孕婦媽媽的協助，並提醒學生看到孕婦應該要注意的事項。 2. 好「孕」醫同行：說明優生保健服務意涵及內容及不同的檢查項目的細項介紹。說明不同分娩方式的內容以及優缺點。不論選擇何種分娩方式，要優先考量孕婦跟胎兒的健康與安全。 3. 好「孕」幸福站學習單：訪問身邊有懷孕經驗的長輩，更加了解懷孕會對生活產生哪些影響。	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 經驗 分享		
第 15 週 05/22-05/28	Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。	單元三 健康人生逗陣行 第 2 章 樂活新旅程 活動內容： 1. 請學生看阿壹家族的各成員互動情況，觀察不同階段的家人會面對那些生活情況。 2. 健康起跑點：說明嬰幼兒時期的成長過程與健康照顧策略。	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 小組 討論 經驗 分享	【生命教育】 生 J2 進行思考時的適當情意與態度	
第 16 週 05/29-06/04	Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。	單元三 健康人生逗陣行 第 2 章 樂活新旅程 活動內容： 1. 健康不轉彎：說明青春期的變化，引導學生填寫「青春的煩惱」。 2. 健康衝刺：介紹成年期、更年期，說明職業傷害、職業病、守護健康的方法。（搭配相關影片） 3. JUST DO IT 工作要健康：訪問正在工作的家人。	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 小組 討論 經驗 分享	【生命教育】 生 J2 進行思考時的適當情意與態度	

第 17 週 06/05-06/11	Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。	單元三 健康人生逗陣行 第 2 章 樂活新旅程 活動內容： 1. 緩步不患病：介紹平均餘命概念及健康老化的方法。說明老化是一項無法避免的情況，可以應用過去所學幫助自己建立好的習慣。 2. 健康守護者學習單：挑選一位家人，也可以是自己，寫下想努力養成的健康生活準則，以及要透過什麼方法達成守護健康的目標。	教科書 投影片 教學影片	上課 參與 平時 觀察 小組 討論 經驗 分享	【生命教育】 生 J2 進行思考時的適當情意與態度	
-----------------------	----------------------------	---	--	--------------------	--	------------------------------	--

六、本課程是否有校外人士協助教學

☒ 否，全學年都沒有(以下免填)

☐ 有，部分班級，實施的班級為：\_\_\_\_\_

☐ 有，全學年實施

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		<input type="checkbox"/> 簡報 <input type="checkbox"/> 印刷品 <input type="checkbox"/> 影音光碟  <input type="checkbox"/> 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明：			

\*上述欄位皆與校外人士協助教學與活動之申請表一致