

新北市 新泰 國民中學 111 學年度 八 年級第 二 學期部定課程計畫 設計者： 謝依芬

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(20)週，共(20)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 checked="" type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達 <input checked="" type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養 <input checked="" type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養 <input type="checkbox"/> C1道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作 <input checked="" type="checkbox"/> C3多元文化與國際理解	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。 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。 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。 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。 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。 J-B3 具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與表現方式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。 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。 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。

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	節數	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 2/13~2/19	Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2 健康消費行動方案與相關法規、組織。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。	單元一 消費中學堂 第 1 章 Go 購「食」力讚 活動內容： 1. 加工食品的魔法師——食品添加物：以法規來解說食品添加物的定義及使用原則。並提醒正確的使用食品添加物不會影響一般人的身體健康。解說食品添加物違法的種類與案例。 2. JUST DO IT 添加物調查站：請學生拿出事先蒐集的食品外包裝，並依包裝上的標示回答課本問題，並評估這份食品適合推薦給誰。 3. 消費新「食」代：說明標章對食品安全的意義。介紹產銷履歷及查詢方式以及有機食品定義與驗證方式。	1	教科書 習作 投影片 食品包裝袋	上課參與 小組討論 學習單填寫	【環境教育】 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。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 2 週 2/20~2/26	Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2 健康消費行動方案與相關法規、組織。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。	單元一 消費中學堂 第 1 章 Go 購「食」力讚 活動內容： 1. JUST DO IT 有機包打聽：引導學生依照課本內容，填寫生活中可以找到的有機農產品標示，完成後讓學生討論。並進一步請學生探究有機農產品的價格與一般農產品價格差異。 2. 消費新「食」代：說明健康食品定義與迷思，講述保健功效與廣告注意事項。說明健康食品認證方式，選購食品的基本原則，澄清健康食品與保健食品的差異。	1	教科書 習作 投影片 有機與健康食品標誌	上課參與 小組討論 資料蒐集與整理 分組報告 紙筆測驗	【環境教育】 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。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 3 週 2/27~3/5	Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2 健康消費行動方案與相關法規、組織。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。	<p>自編教材:飲食源頭探索趣</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請學生分享自家餐桌上的食材來自哪裡(學習單)。 2. 透過瞭解產地食物生產過程，因應健康與安全需求所應採取的相關規範，引導學生思考選擇產地來源的飲食時，所應留意的相關事項。 3. 介紹農藥、抗生素對食物及健康的關係產生的影響。 4. 教師比較過去與現在食物產製過程的不同，說明”真食物” 5. 介紹真食物的例子：高義英「五星級的養雞達人」、白佩玉「無毒蝦」，引導學生思考科技與食物及健康的關係。 	1	<p>參考網站及資料：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 網站：五星級的養雞達人 ● 作者：白佩玉 	<p>1、觀察：學生對於課堂問題能主動表達自己的意見並能否與同學討論。</p> <p>2、情意：學生能體認飲食除了美味之外，還要兼顧全人類的生存環境。</p>	【環境教育】 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。	

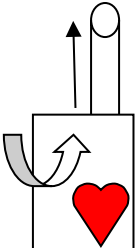
教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/ 學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習內容	學習表現						
第 4 週 3/6~3/12	Ea-IV-1:飲食的源頭管理與健康的外食。 Eb-IV-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。 Eb-IV-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。	1a-IV-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 3b-IV-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。 4a-IV-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	自編教材:飲食源頭探索趣 1. 藉由日常生活中餐桌上的飲食，引導學生認識可以作為參考依據的標章，並嘗試檢視與覺察自身飲食選擇時最主要的決定因素 2. 請同學分享家中蔬果清洗的方訪，並藉由生活事件的連結，引導學生進一步探索選購不同類型飲食時，所應留意的健康與安全注意事項。	1	蔬果清洗 https://www.youtube.com/watch?v=mY0t1T8czHs #食物： 青椒、葡萄、綠色蔬菜、香蕉、苦瓜、蘋果	1、問答： 能具體說出蔬果清洗的方法。 2. 技能： 能演示蔬果清洗方法。	環境教育 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。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 5 週 3/13~3/19	Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2 健康消費行動方案與相關法規、組織。 Eb-IV-3 健康消費問題的解決策略與社會關懷。	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	單元一 消費中學堂 第 2 章 健康消費實踐家 活動內容： 1. 消費者的權利義務:說明知道自己花錢的情況，才能確實掌握自己的消費習慣。在消費過程中，還有五大義務需要去執行，才能逐步養成好的消費習慣。搭配情境介紹消費者五大義務、八大權利。 2. 消費之前要想想:說明該如何分辨自己是「想要」或是「需要」。並引導學生完成 JUST DO IT「我的消費觀」。	1	教科書 習作	上課參與 個人分享	【人權教育】 人 J4 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 6 週 3/20~3/26	Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2 健康消費行動方案與相關法規、組織。 Eb-IV-3 健康消費問題的解決策略與社會關懷	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	單元一 消費中學堂 第 2 章 健康消費實踐家 活動內容： 1. 消費廣告要注意：說明廣告對消費者的影響。播放「15支6秒鐘廣告帶出超速場景簡單地讓你爆笑！」影片。說明廣告的用途，並引導學生完成 JUST DO IT 廣告透視鏡。 2. 消費糾紛要解決：請學生閱讀課本案例。說明當中的疑點以及應對方法以及消費糾紛可以求助的管道。	1	教科書 習作 投影片 消費爭議相關新聞影片 https://www.youtube.com/watch?v=D19ZIJKvoSc 	上課參與 小組討論 個人報告	【人權教育】 人 J4 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。	

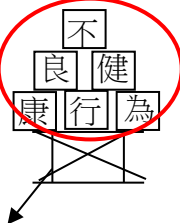
教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/ 學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習內容	學習表現						
第 7 週 3/27~4/2 (第一次段考)	Eb-IV-2: 健康消費行動方案與相關法規、組織。 Eb-IV-3: 健康消費問題的解決策略與社會關懷。	1b-IV-3: 因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。 2b-IV-2: 樂於實踐健康促進的生活型態。 3b-IV-4: 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。 4b-IV-1: 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	<p>自編教材:</p> <p>1. 以現實生活中的例子，引發學生對自己飲食習慣的反省。舉例：臺灣「為水而走」活動，引發學生將關心化為行動，從生活中做得到的地方開始，貢獻自己的力量，世界就會有不同。</p> <p>2. 教師利用「一個漢堡」的製造過程說明當中會產生多少的二氧化碳。</p> <p>3. 說明若以『地球公民』的角度來思考，檢視自己日常生活中飲食行為產生的碳足跡有多少？利用【碳足跡計算器】檢視一天當中哪些食物產生的二氧化碳最多。歸納出現代人常出現產生二氧化碳最多的行為，進一步說明：ex:、吃肉、溝買遠地食物…。</p> <p>5、總結：非洲有句諺語這麼說：「世界各地的小朋友做了許多小事，因而改變了世界的面貌」。所以不要輕忽自己的力量。</p>	1	<p>參考網站及資料：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 網站：ECO2 ● 網站：碳足跡計算器 ● 作者：約翰·雷恩，亞倫·聖鄧寧  <p>#新聞簡報： 「幫非洲貧童找水 6國學生募款」 https://news.ltn.com.tw/news/local/paper/535091</p> 	<p>1、觀察：學生對於課堂問題能主動表達自己的意見並能否與同學討論。</p> <p>2、情意：學生能體認飲食除了美味之外，還要兼顧全人類的生存環境</p>	【環境教育】 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。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 8 週 4/3~4/9	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。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	單元二 慢病驚心 第 1 章 慢性病情報站(上) 1. 介紹疾病分類：急性傳染性疾病、急性非傳染性疾病、慢性傳染性疾病、慢性飛傳染性疾病，並說明何謂『慢性病』的定義。 2. 請學生依定義判斷 2012 年十大死因有哪些是屬於慢性病。並說明從過去到現在疾病的演變過程。以及說明造成慢性病成為國人的主要死因，的因素。 3. 討論並統計【家庭健康筆記本】學習單中，有哪些出現的疾病，進而引導學生認識國人的第一大死因——癌症。 4. 讓學生了解癌症發生的原因是長期日積月累的結果。不同的癌症它的誘發致癌因素不一定相同，但是除了生活習慣上的預防之外，也要定期健康檢查及了解並注意癌症的前兆。	1	學習單-【家庭健康筆記本】	1、問答：能具體說出正確的「慢性病」定義。 2、觀察：學生對於課堂問題能主動表達自己的意見並能否與同學討論。 3、學習單【家庭健康筆記本】完成程度	【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。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 9 週 4/10~4/16	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。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	單元二 慢病驚心 第 1 章 慢性病情報站(上) 1. 複習生物課所上過的內容：心臟的生理結構與功能，讓同學回憶起正常狀況下心臟的功能。 2. 以【鋁箔包及吸管】當模型，認識何謂「血壓」？血壓是心臟（鋁箔包）打到動脈（吸管）的壓力，分為收縮壓與舒張壓。 3. 並以吸管的管徑大小說明血壓高低的改變。 4. 由血液循環系統功能與使血壓增高的因素帶入高血壓，而冠心病與中風亦為高血壓的併發症，讓學生了解心血管疾病是環環相扣的。 5. 介紹新冠肺炎 6. 以致病因素介紹上述疾病的預防方法。	1	教學教具-鋁箔包、吸管（大、中、小）  教具說明： 擠壓鋁箔包，吸管的水位上升；且利用不同管徑吸管進行說明	1、問答：能具體說出正確「高血壓」、「腦中風」、「冠心病」的致病因素及預防方法。 2、觀察：學生對於課堂問題能主動表達自己的意見並能否與同學討論。 3、情意：學生能體認慢性病的自我預防工作是重要且必要的。	【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。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 10 週 4/17~4/23	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。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 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 慢病驚心 第 2 章 慢性病情報站(下) 1. 利用【魚篩網】介紹腎臟的功能。並說明腎臟病的症狀。 2. 尿液是用來判定腎臟健康與否最初步的方式，介紹健康尿液的顏色、尿量、含量。 3. 討論生活中哪些行為容易造成腎造及病的發生。	1		1、問答： 能具體說出正確「腎臟病」的致病因素及預防方法。 2、觀察： 學生對於課堂問題能主動表達自己的意見並能否與同學討論。 3、情意： 學生能體認糖尿病的自我預防工作是重要且必要的。	【品德教育】 品 EJU1 尊重生命 品 J8 理性溝通與問題解決。 【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 11 週 4/24~4/30	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。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 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 慢病驚心 第 2 章 慢性病情報站(下) 1. 教師說明何謂糖尿病。並說明糖尿病的致病機轉→分類→治療方法→預防方法。 2. 請學生審視自己的生活習慣，評估自己是否有需要改進之處，並請四至五位學生，發表結果並提出改進之道。 3. 請學生填寫完「思考與行動」的內容後，再進行「新生活運動」活動，思考解決問題的方法。 4. 教師統整並提醒學生：每個人都必須從年輕時就好好保養自己的身體，將來才不會病痛纏身。	1	糖尿病試紙	1、問答： 能具體說出正確「糖尿病」的致病因素及預防方法。 2、觀察： 學生對於課堂問題能主動表達自己的意見並能否與同學討論。 3、情意： 學生能體認糖尿病的自我預防工作是重要且必要的。	【品德教育】 品 EJU1 尊重生命 品 J8 理性溝通與問題解決。 【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 12 週 5/1~5/7	Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。	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。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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 慢病驚心 第 3 章 愛譜生命最終章 1、 【健康高架塔】教學活動，以 2 種高塔代替年輕與老年 2 種不同的身體組成，如果在年輕的時候有一些不健康的生活習慣延續到老年的時候會對身體嚴重的傷害。 2、 對不健康的生活習慣，教師進行「生活習慣大調查」活動，並介紹生活中容易執行的健康行為。 3、 由自我評估，鼓勵學生改善不良的健康行為，並且建立健康的飲食習慣和運動習慣。 4. 進行「健康計畫大公開」活動，藉由此活動引導學生設計出符合自我的健康計畫，改善不健康的生活形態，並持續維持良好的生活習慣。 5. 教師說明可以透過自我診	1	【健康高架塔】  年輕：支架以木棍製作 老年：支架以紙棍製作 不良健康行為可用鋁箔包(有重量)製作	1、問答：能具體說出 1 種健康的生活習慣。 2、觀察：學生對於課堂問題能主動表達自己的意見並能否與同學討論。 3、情意：學生能體認青少年的健康對老年時期的身體有重大的影響。因此願意培養健康的生活習慣。	【品德教育】 品 J9 知行合一與自我反省。 【生命教育】 生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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						
			<p>斷和擬定計畫的方式，來維持原有的健康行為，並改善舊有的不健康行為，展開較為積極正面的生活，並強調擁有良好的健康，會讓我們有更好的體力和機會去開創自我人生。</p> <p>6. 教師統整：青少年時期的健康狀況是日後強健體魄的根基，所以擁有健康的生活形態才能累積健康的資本，讓你健康過一生。</p>					

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 13 週 5/8~5/14	Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。	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。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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 慢病驚心 第 3 章 愛譜生命最終章 1. 教師提問：當身邊最親近的人或心愛的寵物離開時，你的感受是什麼？鼓勵學生發言。 2. 利用【walking tour】影片，帶領學生了解死亡是每個人一生中最後一定要面對的事，因此更要以健康的心態來面對死亡，體認到死亡並不可怕，可以是很溫馨很有尊嚴的。 3. 搭配【生命列車】的 PPT，讓學生體認到因為人生無常、短暫，要更珍惜生命中在身邊的每個人、每件事，，珍惜、行動要及時。 4. 教師歸納：說明死亡是每個人都會遇到的課題，重要的事當我們面對死亡時，是否能以正面的態度來對待哀傷的過程才是最重要的事。	1	#walking tour http://www.youtube.com/watch?v=MDgzMExxI6k&feature=related  #教學 PPT-- 【生命列車】 http://www.slideshare.net/kweejong/s-s-presentation-583715 	1、觀察：學生對於課堂問題能主動表達自己的意見並能否與同學討論。 2、覺察能體認死亡會隨時出現，要以正向的態度去面對及解決壓力來源。 3、【情緒調適處方簽】活動完成程度	生命教育	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 14 週 5/15~5/21	Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。	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。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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 慢病驚心 第 3 章 愛譜生命最終章 1. 教師帶領學生進行【生命線】活動：利用一小段長條紙，讓學生在長條紙上寫上希望自己可以存活的壽命，然後撕掉現在的年紀的長度→再撕掉 1/3（未來睡眠時間）→然後請學生分享在剩下的時間中最想完成的目標 EX: 當醫生，那需要用多少的時間努力讀書、實習、工作累積經驗……而這些剩下的時間要如何規劃才能達到目標。 2. 請數位學生發表自己的生命線。教師歸納學生發表的結果，引領學生好好的思考自己目前的生活形態，並想想未來自己所希望過的生活形態。 3. 教師說明：人不僅僅只是為了活著而活著，更要懂得活得豐盛、活得有價值，時時保持朝氣蓬勃的	1	# 生命線紙張 活動的紙張可以利用坊間折星星的紙張來進行 # 活個痛快 50/50 (癌症/生命教育) 	1、觀察：學生對於課堂問題能主動表達自己的意見並能否與同學討論。 2、覺察能以正向的態度去面對未來的人生規劃。	生命教育	


教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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						
			人生觀，將會讓你更活出自信與活力。 4. 觀賞影片：活個痛快 50/50					


教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 15 週 5/22~5/28	Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	單元三 安全防護網 第 1 章 扭轉危機保安康 活動內容： 1. 危機意識知多少：分組討論課本各項情境可能潛在的危險，並討論出可行的解決方法。引導學生反思。 2. 說明有近 7 成的學生接觸過校園霸凌，可見霸凌的狀況相當普及。請學生分析情境中不同角色的情緒與想法並進行分享。引導分析三種不同角色的心理影響及人際關係的影響。並完成 JUST DO IT 我的反霸凌宣言。 3. 請學生思考遇到霸凌時如何保護自己。 4. 引導學生閱讀課本情境，並詢問是否曾有類似經驗。說明人人皆有可能是詐騙的受害者，並不分學歷或年齡，因此應培養危機意識，避免成為詐騙的受害者。可透過 3 不 3 要原則，降低被詐騙的風險。	1	教科書 習作 投影片 詐騙相關新聞 https://www.gvm.com.tw/article/96287 「台版柬埔寨」驚全國、台灣為何成詐騙天堂？  https://www.youtube.com/watch?v=IiiWA4D_hg4 	上課參與 平時觀察 經驗分享	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【法治教育】 法 J9 進行學生權利與校園法律之初探。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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						
			5. 請學生閱讀新聞案例，並可由教師或學生分享曾接觸過詐騙的經驗。請學生利用回家的時間蒐集相關新聞案例完成 JUST DO IT。					

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 16 週 5/29~6/4	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。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。	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。	單元三 安全防護網 第 2 章 網住安全 活動內容： 1. 說明隱私的重要性，並強調隱私是主觀的想法。說明隱私遭到侵犯時會感受到不舒服，甚至影響尊嚴與人格發展。 2. 請學生先勾選自己認為的網路隱私項目，完成後與同學比較，檢視是否有其他項。 3. 請學生閱讀課本情境，並思考過去自己有沒有把隱私放上網路的經驗。引導學生完成 JUST DO IT，並分享。 4 詢問學生在使用社群媒體的過程中是否曾有被罵或是罵人的經驗？請學生思考並分享想一想問題。並講解網路雖提供了自由發言的環境，但卻更容易出現偏頗與不實的訊息，應查明後再做反應。網路上雖可匿名，但仍會留下數位	1	教科書 習作 投影片	上課參與 平時觀察 經驗分享	【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。 【法治教育】 法 J9 進行學生權利與校園法律之初探。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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						
			足跡，也容易被他人截圖，因此要避免觸犯相關法律。引導學生完成 JUST DO IT 雲端上的法律。					

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 17 週 6/5~6/11	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	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。	單元三 安全防護網 第 4 章 生命之鏈 1. 說明急救的定義、目的和原則，並知道在急救的過程當中如何保護自己及傷患的安全。 2. 播放【CPR-再見睡美人】影片，並以【自製教具-玩偶+胸部模型】，分解並講述心肺復甦術的處理流程，及有關復甦姿勢的原理。	1	# CPR-再見睡美人 https://www.youtube.com/watch?v=B7pXmzByfvU  # 玩偶+胸部模型	1、問答：能具體說出「CPR 的執行過程及注意事項」。 2、觀察：學生對於課堂問題能主動表達自己的意見並能否與同學討論。 3、情意：學生體認生命無常，學習把握當下、尊重生命。	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 18 週 6/12~6/18	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	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。	單元三 安全防護網 第 4 章 生命之鏈 活動內容： 1. JUST DO IT 救護急先鋒：教師統整學生答案，並說明禮讓救護車輛與即時急救的重要性。 2. 生命之鏈：說明生命之鏈，從一般民眾發現狀況到醫護人員護理處置，每一步都相當重要且缺一不可。可搭配影片或案例說明。 3. 叫叫壓電：搭配 CPR 模型進行步驟教學。 4. 介紹 AED 使用時間及方式	1	教科書 習作 投影片 教學影片 https://www.youtube.com/watch?v=fC-U5r3ngNs 	上課參與 經驗分享 動作檢核	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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 19 週 6/19~6/25	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	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。	單元三 安全防護網 第 4 章 生命之鏈 活動內容： 1. 叫叫壓電：搭配 CPR 模型進行步驟教學並學生實際操作。引導學生完成 JUST DO IT 尋找急救工具。 2. 復甦姿勢：說明患者恢復心跳呼吸後，但神智尚未清楚前，可將對方調整成復甦姿勢，以維持呼吸道暢通。說明操作復甦姿勢的流程。並請學生分組練習。 3. 急救小神通學習單：學習了生命之鏈的流程後，可以利用一簡單的流程圖將過程繪製出來。請學生分組討論並完成流程圖中空白的部分。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 經驗分享 動作檢核 活動學習單 紙筆測驗	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	
第 20 週 6/26~6/30	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	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	1. 複習心肺復甦術的處理流程，及有關復甦姿勢的原理，並強調急救時的注意事項。	1	安妮 校園 AED 採點	問答： 能具體說出「CPR 的執行過程及注意事項」。	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	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						
	Fb-IV-1全人健康概念與健康生活型態。	並修正，持續表現健康技能。				2、觀察： 學生對於課堂問題能主動表達自己的意見並能否與同學討論。 3、情意： 學生體認生命無常，學習把握當下、尊重生命。		

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

