

臺北市立瑠公國民中學 112 學年度第二學期親師座談會

八 年級 健康教育 科教學計劃

授課教師：王君豪

授課班級：802、804

聯繫方式：(02)2726-1481#300；489@lkjh.tp.edu.tw

課程目標

第一單元、消費中學堂

1. 以消費者角度關心不同的飲食類別、內涵及選購要點，如：產銷履歷、有機農產品、健康食品。
2. 辨識媒體廣告的行銷策略，評估自身需求，選擇合適的飲食。
3. 能在生活當中實踐消費者權利與義務。
4. 能解讀媒體廣告的行銷手法。

第二單元、慢病驚心

1. 分析慢性病對臺灣人健康威脅的嚴重性，並了解慢性病的各項影響因素。
2. 體認臺灣首要死因中各項癌症的威脅程度，並分析不同癌症的症狀、致病因素和預防方法。
3. 體認心血管疾病中各項疾病的威脅程度，並分析其症狀、致病因素和預防方法。
4. 懂得檢視和分析自己的健康狀態和罹患慢性病的可能性，並適當調整健康的生活型態。
5. 體認糖尿病的威脅性，並分析其症狀、致病因素和預防方法。
6. 分析腎臟病及其病變的嚴重程度，並了解其症狀、致病因素和預防方法。
7. 了解代謝症候群的成因，以及對健康的威脅情況，並分析預防方法。
8. 能統整遠離慢性病的各項重要預防策略，並落實執行於日常生活中。
9. 能夠關懷和願意照護慢性病親屬。
10. 覺察對老化的刻板觀念，培養知老和敬老的態度。
11. 覺知老化是人生必經過程，瞭解健康老化原則和方法，培養愛老的態度。
12. 體會身體老化形成的生活不便，養成助老的習慣。
13. 覺察對死亡的感受與看法，降低對死亡的恐懼與疑慮。
14. 體認死亡是人生必經過程，感受生命意義和價值，進而對自我生命有所規劃。

第三單元、安全防護網

1. 了解危機意識，並能評估生活中潛在的危機。

課程目標	2. 認識校園常見的霸凌狀況，並透過同理心與了解霸凌的影響，進而能像校園霸凌說不。 3. 了解遭遇攻擊事件時，保護自己的方式。 4. 認識遭遇詐騙時的處理方式，並避免自己成為詐騙的受害者或加害人。 5. 認識隱私及隱私外洩可能帶來的影響。 6. 了解網路使用上保護隱私的方法。 7. 體認網路上留言與發文時注意事項的重要性。 8. 體認自拍與散播裸照帶來的影響。 9. 了解交通安全四守則。 10. 認識基本路權概念。 11. 能表現遵守交通規則的行為。 12. 了解生命之鏈及其內涵。 13. 體認 CPR 與 AED 的重要性。 14. 能操作 CPR 與 AED。 15. 願意提供相關急救措施。											
課程內容	課程順序依學生學習與健康需求，彈性調整： <table><tr><td>一、消費中學堂</td><td>二、慢病驚心</td><td>三、安全防護網</td></tr><tr><td>1. Go 購「食」力讚 2. 健康消費實踐家</td><td>1. 慢性病情報站（上） 2. 慢性病情報站（下） 3. 愛譜生命最終章</td><td>1. 扭轉危機保安康 2. 網住安全 3. 馬路如虎口 4. 生命之鏈</td></tr></table>			一、消費中學堂	二、慢病驚心	三、安全防護網	1. Go 購「食」力讚 2. 健康消費實踐家	1. 慢性病情報站（上） 2. 慢性病情報站（下） 3. 愛譜生命最終章	1. 扭轉危機保安康 2. 網住安全 3. 馬路如虎口 4. 生命之鏈			
一、消費中學堂	二、慢病驚心	三、安全防護網										
1. Go 購「食」力讚 2. 健康消費實踐家	1. 慢性病情報站（上） 2. 慢性病情報站（下） 3. 愛譜生命最終章	1. 扭轉危機保安康 2. 網住安全 3. 馬路如虎口 4. 生命之鏈										
教學方法	<table><tr><td>☒教師講述</td><td>☒小組討論</td><td>☒小組競賽</td></tr><tr><td>☒班級討論與分享</td><td>☒實作活動</td><td>☒影片賞析 ☐其他_____</td></tr></table>			☒ 教師講述	☒ 小組討論	☒ 小組競賽	☒ 班級討論與分享	☒ 實作活動	☒ 影片賞析 ☐ 其他_____			
☒ 教師講述	☒ 小組討論	☒ 小組競賽										
☒ 班級討論與分享	☒ 實作活動	☒ 影片賞析 ☐ 其他_____										
評量方式	<table><tr><td>☒小組表現</td><td>☒課堂參與</td><td>☒作品/作業成績</td></tr><tr><td>☒學習單完成度</td><td>☐報告</td><td>☒期末測驗</td></tr><tr><td>☒平時評量</td><td colspan="2">☐其他_____</td></tr></table>			☒ 小組表現	☒ 課堂參與	☒ 作品/作業成績	☒ 學習單完成度	☐ 報告	☒ 期末測驗	☒ 平時評量	☐ 其他_____	
☒ 小組表現	☒ 課堂參與	☒ 作品/作業成績										
☒ 學習單完成度	☐ 報告	☒ 期末測驗										
☒ 平時評量	☐ 其他_____											
教學要求	1. 課前準備健康課本與文具並提早出發，鈴響結束前抵達健康教室就坐。 2. 發言前請舉手，經教師許可後表述；未經許可勿擅自離開及更換座位。 3. 有任何狀況務必通知教師！											
家長協助事項	1. 叮囑孩子要為自己及他人的健康負責。 2. 多與孩子討論與分享健康教育課程內容與健康資訊，落實、遷移至實際生活中。 3. 對於課程有任何建議與疑問，麻煩與我聯繫，謝謝！											

臺北市立瑠公國民中學 112 學年度 第 2 學期

八年級 健康教育科 課程大綱

健康教育科 王君豪老師 113.02.15

健康教室位置：至善樓 3 樓

辦公室位置：學生事務處

壹、本學期預計學習內容：

一、消費中學堂	二、慢病驚心	三、安全防護網
1. Go 購「食」力讚	1. 慢性病情報站（上）	1. 扭轉危機保安康
2. 健康消費實踐家	2. 慢性病情報站（下）	2. 網住安全
	3. 愛譜生命最終章	3. 馬路如虎口
		4. 生命之鏈

貳、成績計算

- | | |
|----------|------------------------------|
| 一、學習態度 | 10%：精神狀況、課堂常規與課堂發言（至少一次） |
| 二、學習單 | 20%：遲交每星期扣該次成績 5 分以此類推 |
| 三、急救技術考核 | 25%：心肺復甦術技能操作(15%)與技能口試(10%) |
| 四、平時測驗 | 10%：學習內容單元小考（也許有些不同） |
| 五、學期測驗 | 20%：期末測驗 |
| 六、學習檔案 | 15% |
| 七、其他加分項目 | |

參、重要規定

- 一、課前準備健康課本與文具，並提早從教室出發，鈴響時抵達健康教室集合。
- 二、發言前請舉手經許可後表述；未經許可勿擅自離開及更換座位。
- 三、有特殊狀況必通知教師！

我已詳細閱讀上述內容，八年_____班_____號_____

家長簽名：_____

Taipei Municipal Liu Gong Bilingual School, SPRING 2024

Grade 8: HEALTH EDUCATION Syllabus

Teacher: Wang, Chun-Hao (Mr. Wang/ Sir/ James) 2024.02.15

Classroom Location: Zhi Shan Building 3F

Office Location: Student Affairs Office

Part I. Course Topics

01 Health Consumption	02 Diseases Prevention	03 Safety Education
• Consumption Principles • Information Interpretation • Response Processing • Social Care	• Cancer • Cardiovascular disease • Diabetes, DM • Chronic Kidney Disease	• Safety Awareness • Safety Rules • First Aid Skills • Emergency Management • Safety Promotion

Part II. Grading Plan

01. Learning attitude 10%: Keep awake, follow the class rules and share your opinion (at least once a semester).

02. Worksheet 20%: For each week of late submission, five points are deducted.
Better late than Never!

03. First aid skills 25%: Cardiopulmonary resuscitation(15%) and Oral exam(10%)

04. Test 10%: It might be something different...

05. Final exam 20%: 20 multiple-choice questions and 5 reading comprehension.

06. Academic portfolio 15%: Keep a record of your learning process.

07. Others: Extra points

Part III. Class Rules

01. Be prepared for class and Be on time.

02. Raise your hand to speak; Do not switch seats.

03. If you encounter any problems, inform your teacher immediately.

I have read and understood this semester's syllabus

Class: _____; Number: _____; Name: _____

Parent's signature : _____