

臺北市瑠公國民中學110學年度 健康教育與體育領域/健康教育科 課程計畫

領域/科目	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會(<input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民與社會) <input type="checkbox"/> 自然科學(<input type="checkbox"/> 理化 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學) <input type="checkbox"/> 藝術(<input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 視覺藝術 <input type="checkbox"/> 表演藝術) <input type="checkbox"/> 綜合活動(<input type="checkbox"/> 家政 <input type="checkbox"/> 童軍 <input type="checkbox"/> 輔導) <input type="checkbox"/> 科技(<input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 生活科技) <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育(<input checked="" type="checkbox"/> 健康教育 <input type="checkbox"/> 體育)		
實施年級	<input checked="" type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級 <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期 (若上下學期均開設者，請均註記)		
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書: <u>奇鼎 版</u> <input type="checkbox"/> 自編教材 (經課發會通過)	節數	學期內每週 1 節(上學期20週，下學期20週)
領域核心素養	健體-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。 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，進而運用適當的略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-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。 健體-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。 健體-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。 健體-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		

	<p>驗。</p> <p>健體-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。</p> <p>健體-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。</p>					
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識眼睛和牙齒的基本構造，並且分析自己的生活習慣對於視力與口腔保健的影響。 2. 因應家中與在校情境，尋求視力與口腔保健的助力，並且能降低或解決有害因子。 3. 依照個人生活習慣及需求，規畫視力與口腔的自主保健行動策略。 4. 描述人生各階段發展任務及個體間的發展差異，並能表現接納與尊重。 5. 能解釋老化的身心變化及死亡的意義。 6. 能識別老化及死亡對生命的影響並認識自我調適的方法。 7. 關心相關的食品中毒事件，並從中學習預防食品中毒。 8. 瞭解冰箱與食品中毒的關聯性，瞭解冰箱的功用，以及食材保存管理的辦法與重要性。 9. 能瞭解各種食材與食品添加物的源頭及管理方式。 10. 能評估食品安全問題對健康的影響。 11. 瞭解消費陷阱。 12. 瞭解與飲食相關的議題。 13. 評估環境與人為因素對居家安全、學校安全、環境安全的影響與衝擊。 14. 體會遵守居家安全、學校安全與環境安全的防護守則對健康的好處與困難。 15. 能在日常生活中持續檢視並解決造成居家、學校、環境的危險狀況。 16. 透過不同類型事故傷害的處理原則與程序，依據生活情境選擇適合的急救技能。 17. 因應生活情境執行緊急狀況的止血與包紮技術。 18. 因應生活情境實際操作 CPR 的程序與技能。 					
	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td data-bbox="394 1321 600 1398"></td> <td data-bbox="600 1321 1505 1398">學習重點</td> <td data-bbox="1505 1321 1751 1398"></td> <td data-bbox="1751 1321 1904 1398"></td> <td data-bbox="1904 1321 2051 1398"></td> </tr> </table>		學習重點			
	學習重點					

學習進度 週次		單元/主題 名稱	學習 表現	學習 內容	評量方法	議題融 入實質 內涵	跨領域/ 科目協 同教學
第一 學期	第一週	1-1：健康的 基礎	1a-IV-1理解生理、心理與社會 各層面健康的概念。 2a-IV-1關注健康議題本土、國 際現況與趨勢。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、 態度與價值觀。	Da-IV-2身體各系統、器官的 構造與功能。 Fa-IV-1自我認同與自我實現。 Fb-IV-1全人健康概念與健康生 活型態。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗		
	第二週	1-1：健康的 基礎	1a-IV-1理解生理、心理與社會 各層面健康的概念。 2a-IV-1關注健康議題本土、國 際現況與趨勢。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、 態度與價值觀。	Da-IV-2身體各系統、器官的 構造與功能。 Fa-IV-1自我認同與自我實現。 Fb-IV-1全人健康概念與健康生 活型態。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗		
	第三週	1-2：成長的 喜悅	1a-IV-4理解促進健康生活的策 略、資源與規範。 1b-IV-1分析健康技能和生活技 能對健康維護的重要性。 2b-IV-2樂於實踐健康促進的生	Db-IV-1生殖器官的構造、功 能與保健及懷孕生理、優生保 健。 Db-IV-2青春期身心變化的調 適與性衝動健康因應的策略。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗		

		活型態。 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。 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。	Db-IV-3多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。 Fa-IV-1自我認同與自我實現。			
第四週	1-2：成長的喜悅	1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。 1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。 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。 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。	Db-IV-1生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。 Db-IV-2青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。 Db-IV-3多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。 Fa-IV-1自我認同與自我實現。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗		
第五週	1-2：成長的喜悅	1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。 1b-IV-1分析健康技能和生活技	Db-IV-1生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核		

		<p>能對健康維護的重要性。</p> <p>2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>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。</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>Db-IV-2青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。</p> <p>Db-IV-3多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</p> <p>Fa-IV-1自我認同與自我實現。</p>	<p>4.紙筆測驗</p>		
第六週	1-2：成長的喜悅	<p>1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>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。</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>Db-IV-1生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。</p> <p>Db-IV-2青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。</p> <p>Db-IV-3多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</p> <p>Fa-IV-1自我認同與自我實現。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		
第七週	1-2：成長的	<p>1a-IV-4理解促進健康生活的策</p>	<p>Db-IV-1生殖器官的構造、功</p>	<p>1.歷程性評量</p>		

	喜悅	<p>略、資源與規範。</p> <p>1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>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。</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>能與保健及懷孕生理、優生保健。</p> <p>Db-IV-2青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。</p> <p>Db-IV-3多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</p> <p>Fa-IV-1自我認同與自我實現。</p>	<p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		
第八週	1-2：成長的喜悅	<p>1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>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。</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</p>	<p>Db-IV-1生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。</p> <p>Db-IV-2青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。</p> <p>Db-IV-3多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</p> <p>Fa-IV-1自我認同與自我實現。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		

		略。				
第九週	1-2：成長的喜悅	<p>1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>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。</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>Db-IV-1生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。</p> <p>Db-IV-2青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。</p> <p>Db-IV-3多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</p> <p>Fa-IV-1自我認同與自我實現。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		
第十週	1-2：成長的喜悅	<p>1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>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</p>	<p>Db-IV-1生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。</p> <p>Db-IV-2青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。</p> <p>Db-IV-3多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</p> <p>Fa-IV-1自我認同與自我實現。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		

		技能。 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。				
第十一週	1-3：健康好行——覺察與同理	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	Fa-IV-1 自我認同與自我實現。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗		
第十二週	1-3：健康好行——覺察與同理	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	Fa-IV-1 自我認同與自我實現。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗		
第十三週	2-1：青春健康飲食	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。 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。 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策	Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。 Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。 Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。 Fb-IV-2 健康狀態影響因素分析與不同性別者平均餘命健康指標的改善策略。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗		

		略。 4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。				
第十四週	2-1：青春健康飲食	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。 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。 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。 4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	Aa-IV-1生長發育的自我評估與因應策略。 Aa-IV-2人生各階段的身心發展任務與個別差異。 Ea-IV-4正向的身體意象與體重控制計畫。 Fb-IV-2健康狀態影響因素分析與不同性別者平均餘命健康指標的改善策略。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗		
第十五週	2-2：生命期營養	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-2自主思考健康問題所造	Aa-IV-2人生各階段的身心發展任務與個別差異。 Ea-IV-4正向的身體意象與體重控制計畫。 Fb-IV-2健康狀態影響因素分析與不同性別者平均餘命健康指	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗		

		<p>成的威脅感與嚴重性。</p> <p>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。</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>4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p>	標的改善策略。			
第 十六 週	2-2：生命期 營養	<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-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>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。</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>Aa-IV-2人生各階段的身心發展任務與個別差異。</p> <p>Ea-IV-4正向的身體意象與體重控制計畫。</p> <p>Fb-IV-2健康狀態影響因素分析與不同性別者平均餘命健康指標的改善策略。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		

		4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。				
第十七週	2-2：生命期營養	<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-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>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。</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>4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p>	<p>Aa-IV-2人生各階段的身心發展任務與個別差異。</p> <p>Ea-IV-4正向的身體意象與體重控制計畫。</p> <p>Fb-IV-2健康狀態影響因素分析與不同性別者平均餘命健康指標的改善策略。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		
第十八週	2-2：生命期營養	<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>Aa-IV-2人生各階段的身心發展任務與個別差異。</p> <p>Ea-IV-4正向的身體意象與體重控制計畫。</p> <p>Fb-IV-2健康狀態影響因素分析</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</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>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。</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>4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p>	與不同性別者平均餘命健康指標的改善策略。			
	第十九週	<p>2-3：健康好行——做決定與覺察</p> <p>1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p>	Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		
	第二十週	<p>2-3：健康好行——做決定與覺察</p> <p>1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p>	Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		
第二	第一週	<p>1-1：健康檢查站</p> <p>1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>1b-IV-2認識健康技能和生活技</p>	<p>Da-IV-1衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。</p> <p>Da-IV-3視力、口腔保健策略</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p>		

學期			<p>能的實施程序概念。</p> <p>3a-IV-1精熟地操作健康技能。</p> <p>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。</p> <p>4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p> <p>4a-IV-3持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	與相關疾病。	4.紙筆測驗		
	第二週	1-1：健康檢查站	<p>1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>1b-IV-2認識健康技能和生活技能的實施程序概念。</p> <p>3a-IV-1精熟地操作健康技能。</p> <p>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。</p> <p>4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p> <p>4a-IV-3持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>Da-IV-1衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。</p> <p>Da-IV-3視力、口腔保健策略與相關疾病。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		
	第三週	1-1：健康檢	1b-IV-1分析健康技能和生活技	Da-IV-1衛生保健習慣的實踐	1.歷程性評量		

		查站	<p>能對健康維護的重要性。</p> <p>1b-IV-2認識健康技能和生活技能的實施程序概念。</p> <p>3a-IV-1精熟地操作健康技能。</p> <p>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。</p> <p>4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p> <p>4a-IV-3持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>方式與管理策略。</p> <p>Da-IV-3視力、口腔保健策略與相關疾病。</p>	<p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		
第四週	1-1：健康檢查站	<p>1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>1b-IV-2認識健康技能和生活技能的實施程序概念。</p> <p>3a-IV-1精熟地操作健康技能。</p> <p>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。</p> <p>4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p> <p>4a-IV-3持續地執行促進健康及</p>	<p>Da-IV-1衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。</p> <p>Da-IV-3視力、口腔保健策略與相關疾病。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>			

			減少健康風險的行動。				
第五週	1-2：生命旅程	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。	Aa-IV-3老化與死亡意義的探究與自我調適。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗			
第六週	1-2：生命旅程	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。	Aa-IV-3老化與死亡意義的探究與自我調適。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗			
第七週	1-2：生命旅程	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。	Aa-IV-3老化與死亡意義的探究與自我調適。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗			
第八週	2-1：在家好好吃	1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2a-IV-3深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	Ea-IV-2飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗			
第九週	2-1：在家好好吃	1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。	Ea-IV-2飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方	1.歷程性評量 2.總結性評量			

		<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>2a-IV-3深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p>	法。	<p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		
第十週	2-2：食品消費新趨勢	<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>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>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>Ea-IV-1飲食的源頭管理與健康的外食。</p> <p>Ea-IV-3從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。</p> <p>Eb-IV-2健康消費行動方案與相關法規、組織。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		
第十一週	2-2：食品消費新趨勢	<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>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>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>Ea-IV-1飲食的源頭管理與健康的外食。</p> <p>Ea-IV-3從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。</p> <p>Eb-IV-2健康消費行動方案與相關法規、組織。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		

第十二週	2-3：食材好好買	<p>1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2a-IV-1關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</p> <p>2a-IV-3深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</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>Eb-IV-1媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。</p> <p>Eb-IV-3健康消費問題的解決策略與社會關懷。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		
第十三週	2-3：食材好好買	<p>1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2a-IV-1關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</p> <p>2a-IV-3深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</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>Eb-IV-1媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。</p> <p>Eb-IV-3健康消費問題的解決策略與社會關懷。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		
第十四週	3-1：安全裝備總體檢	<p>1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p>	<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>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>		

			4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動				
第十五週	3-1：安全裝備總體檢	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。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動	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。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗			
第十六週	3-2：急救技能養成術	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗			
第十七週	3-2：急救技能養成術	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗			

	第十八週	3-2：急救技能養成術	1b-IV-2認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗		
	第十九週	3-2：急救技能養成術	1b-IV-2認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗		
	第二十週	◎健康 3-2：急救技能養成術	1b-IV-2認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗		
教學設施 設備需求		1.教學投影片、youtube 健康頻道、相關電腦設備。 2.教材相關配套、教具。					

備 註	
-----	--

※ 實際教學內容會依學生學習需求、身心發展狀況進行課程進度挪移與授課節數調整，並適時融入重大健康教育議題！