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

	□國語文□英語文□數學□社會(□歷史□地理□公民與社會)□自然科學(□理化□生物□地球科學)						
領域/科目	□藝術(□音	樂□視覺藝術□表演藝術)□綜合活動	(□家政	□童軍□輔導)□科技(□資訊科技□生活科技)			
	■健康與體	健康與體育(■健康教育□體育)					
	■7年級 □8	年級 □9年級					
實施年級	■上學期■	■上學期 ■下學期 (若上下學期均開設者,請均註記)					
*/- - -	■選用教科:	書:奇鼎版	<i>/-/-</i> : #-/-				
教材版本	 □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)			
	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。					
領域核心素養	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,能以同理心具	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	建體-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			

	驗。						
	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。						
	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。						
	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。						
課程目標	9. 能瞭解各種食材與食品添加物的源頭及管理方式。						
休住日保 	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。						
	學習重點						

						議題融	跨領域/
學	習進度	單元/主題	學習	學習	 評量方法	入實質	科目協
2	週次	名稱	表現	内容	計里刀/公 	八貝貝	竹田 励
						內涵	同教學
				Da-IV-2身體各系統、器官的	 1.歷程性評量		
			 各層面健康的概念。	 構造與功能。	2.總結性評量		
	第一週	1-1:健康的	 2a-IV-1關注健康議題本土、國	Fa-IV-1自我認同與自我實現。	3.學生自我檢核		
	另一 <u></u>	基礎	際現況與趨勢。	Fb-IV-1全人健康概念與健康生	4.紙筆測驗		
			2b-IV-1堅守健康的生活規範、	活型態。			
			態度與價值觀。				
			la-IV-1理解生理、心理與社會	Da-IV-2身體各系統、器官的	1.歷程性評量		
第一			各層面健康的概念。	構造與功能。	2.總結性評量		
學期	第二週	1-1:健康的	2a-IV-1關注健康議題本土、國	Fa-IV-1自我認同與自我實現。	3.學生自我檢核		
字规	为	基礎	際現況與趨勢。	Fb-IV-1全人健康概念與健康生	4.紙筆測驗		
			2b-IV-1堅守健康的生活規範、	活型態。			
			態度與價值觀。				
			1a-IV-4理解促進健康生活的策	Db-IV-1生殖器官的構造、功	1.歷程性評量		
		1-2:成長的	略、資源與規範。	能與保健及懷孕生理、優生保	2.總結性評量		
	第三週		1b-IV-1分析健康技能和生活技	健。	3.學生自我檢核		
		喜悅	能對健康維護的重要性。	Db-IV-2青春期身心變化的調	4.紙筆測驗		
			2b-IV-2樂於實踐健康促進的生	適與性衝動健康因應的策略。			

				ı	1	
		活型態。	Db-IV-3多元的性別特質、角			
		3a-IV-2因應不同的生活情境進	色與不同性傾向的尊重態度。			
		行調適並修正,持續表現健康	Fa-IV-1自我認同與自我實現。			
		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。				
		1a-IV-4理解促進健康生活的策	Db-IV-1生殖器官的構造、功	1.歷程性評量		
		略、資源與規範。	能與保健及懷孕生理、優生保	2.總結性評量		
		1b-IV-1分析健康技能和生活技	健。	3.學生自我檢核		
		能對健康維護的重要性。	Db-IV-2青春期身心變化的調	4.紙筆測驗		
		2b-IV-2樂於實踐健康促進的生	適與性衝動健康因應的策略。			
第四週	1-2:成長的	活型態。	Db-IV-3多元的性別特質、角			
AUE	喜悅	3a-IV-2因應不同的生活情境進	色與不同性傾向的尊重態度。			
		行調適並修正,持續表現健康	Fa-IV-1自我認同與自我實現。			
		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。				
	1 2 . 武臣65	1a-IV-4理解促進健康生活的策	Db-IV-1生殖器官的構造、功	1.歷程性評量		
第五週	1-2:成長的 喜悅	略、資源與規範。	能與保健及懷孕生理、優生保	2.總結性評量		
		1b-IV-1分析健康技能和生活技	健。	3.學生自我檢核		

		能對健康維護的重要性。	Db-IV-2青春期身心變化的調	4.紙筆測驗	
		 2b-IV-2樂於實踐健康促進的生	 適與性衝動健康因應的策略。		
		活型態。	Db-IV-3多元的性別特質、角		
		3a-IV-2因應不同的生活情境進	色與不同性傾向的尊重態度。		
		行調適並修正,持續表現健康	Fa-IV-1自我認同與自我實現。		
		技能。			
		4a-IV-1運用適切的健康資訊、			
		 産品與服務・擬定健康行動策			
		略。			
		1a-IV-4理解促進健康生活的策	Db-IV-1生殖器官的構造、功	1.歷程性評量	
		略、資源與規範。	能與保健及懷孕生理、優生保	2.總結性評量	
		1b-IV-1分析健康技能和生活技	健。	3.學生自我檢核	
		能對健康維護的重要性。	Db-IV-2青春期身心變化的調	4.紙筆測驗	
		2b-IV-2樂於實踐健康促進的生	適與性衝動健康因應的策略。		
第六週	1-2:成長的	活型態。	Db-IV-3多元的性別特質、角		
7137 (22	喜悅	3a-IV-2因應不同的生活情境進	色與不同性傾向的尊重態度。		
		行調適並修正,持續表現健康	Fa-IV-1自我認同與自我實現。		
		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。			
第七週	1-2:成長的	la-IV-4理解促進健康生活的策	Db-IV-1生殖器官的構造、功	1.歷程性評量	

	喜悅	略、資源與規範。	能與保健及懷孕生理、優生保	2.總結性評量	
		1b-IV-1分析健康技能和生活技	健。	3.學生自我檢核	
		能對健康維護的重要性。	Db-IV-2青春期身心變化的調	4.紙筆測驗	
		2b-IV-2樂於實踐健康促進的生	適與性衝動健康因應的策略。		
		活型態。	Db-IV-3多元的性別特質、角		
		3a-IV-2因應不同的生活情境進	色與不同性傾向的尊重態度。		
		行調適並修正,持續表現健康	Fa-IV-1自我認同與自我實現。		
		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。			
		1a-IV-4理解促進健康生活的策	Db-IV-1生殖器官的構造、功	1.歷程性評量	
		略、資源與規範。	能與保健及懷孕生理、優生保	2.總結性評量	
		1b-IV-1分析健康技能和生活技	健。	3.學生自我檢核	
		能對健康維護的重要性。	Db-IV-2青春期身心變化的調	4.紙筆測驗	
	 1-2:成長的	2b-IV-2樂於實踐健康促進的生	適與性衝動健康因應的策略。		
第八週	I-2 . /X 区内 喜悅	活型態。	Db-IV-3多元的性別特質、角		
	一一ル	3a-IV-2因應不同的生活情境進	色與不同性傾向的尊重態度。		
		行調適並修正,持續表現健康	Fa-IV-1自我認同與自我實現。		
		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。			
第九週	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	
第十週	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	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	

		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	1-3:健康好	1b-IV-2 認識健康技能和生活	Fa-IV-1 自我認同與自我實	1.歷程性評量	
+-	1-3 . 健尿灯 行	技能的實施程序概念。	現。	2.總結性評量	
	1] 	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互	Fa-IV-3 有利人際關係的因素	3.學生自我檢核	
週	凹埋	動技能。	與有效的溝通技巧。	4.紙筆測驗	
第	1-3:健康好	1b-IV-2 認識健康技能和生活	Fa-IV-1 自我認同與自我實	1.歷程性評量	
+=	1-3 . 健康知 行覺察與	技能的實施程序概念。	現。	2.總結性評量	
	同理	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互	Fa-IV-3 有利人際關係的因素	3.學生自我檢核	
週		動技能。	與有效的溝通技巧。	4.紙筆測驗	
		1a-IV-2分析個人與群體健康的	Aa-IV-1生長發育的自我評估	1.歷程性評量	
		影響因素。	與因應策略。	2.總結性評量	
		1b-IV-3因應生活情境的健康需	Aa-IV-2人生各階段的身心發	3.學生自我檢核	
第		求,尋求解決的健康技能和生	展任務與個別差異。	4.紙筆測驗	
十三	2-1: 青春健	活技能。	Ea-IV-4正向的身體意象與體重		
	康飲食	3a-IV-2因應不同的生活情境進	控制計畫。		
週		行調適並修正,持續表現健康	Fb-IV-2健康狀態影響因素分析		
		技能。	與不同性別者平均餘命健康指		
		4a-IV-1運用適切的健康資訊、	標的改善策略。		
		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。			
		1a-IV-2分析個人與群體健康的	Aa-IV-1生長發育的自我評估	1.歷程性評量	
		影響因素。	與因應策略。	2.總結性評量	
		1b-IV-3因應生活情境的健康需	Aa-IV-2人生各階段的身心發	3.學生自我檢核	
		求,尋求解決的健康技能和生	展任務與個別差異。	4.紙筆測驗	
4-6-		活技能。	Ea-IV-4正向的身體意象與體重		
第	2-1: 青春健 康飲食	3a-IV-2因應不同的生活情境進	控制計畫。		
十四		行調適並修正,持續表現健康	Fb-IV-2健康狀態影響因素分析		
週		技能。	與不同性別者平均餘命健康指		
		4a-IV-1運用適切的健康資訊、	標的改善策略。		
		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。			
		1a-IV-2分析個人與群體健康的	Aa-IV-2人生各階段的身心發	1.歷程性評量	
第		影響因素。	展任務與個別差異。	2.總結性評量	
十五	2-2:生命期	1b-IV-3因應生活情境的健康需	Ea-IV-4正向的身體意象與體重	3.學生自我檢核	
'	營養	求,尋求解決的健康技能和生	控制計畫。	4.紙筆測驗	
週		活技能。	Fb-IV-2健康狀態影響因素分析		
		2a-IV-2自主思考健康問題所造	與不同性別者平均餘命健康指		

		成的威脅感與嚴重性。	標的改善策略。		
		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、			
		産品與服務・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。			
		1a-IV-2分析個人與群體健康的	Aa-IV-2人生各階段的身心發	1.歷程性評量	
		影響因素。	展任務與個別差異。	2.總結性評量	
		1b-IV-3因應生活情境的健康需	Ea-IV-4正向的身體意象與體重	3.學生自我檢核	
		求,尋求解決的健康技能和生	控制計畫。	4.紙筆測驗	
<u> </u>		活技能。	Fb-IV-2健康狀態影響因素分析		
第	2-2:生命期	2a-IV-2自主思考健康問題所造	與不同性別者平均餘命健康指		
十六	2-2 . 土卯知 營養	成的威脅感與嚴重性。	標的改善策略。		
週	呂 食 	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。			
		1a-IV-2分析個人與群體健康的	Aa-IV-2人生各階段的身心發	 1.歷程性評量	
		影響因素。	展任務與個別差異。	2.總結性評量	
		^^ -	Ea-IV-4正向的身體意象與體重		
		求,尋求解決的健康技能和生	控制計畫。	3.	
				- 1・ハレ - / 六・リ 阿 / 人	
			PO-1 V-2 陸塚		
第		2a-IV-2自主思考健康問題所造			
	2-2: 牛命期	成的威脅感與嚴重性。	標的改善策略。		
++	營養	3a-IV-2因應不同的生活情境進			
週	呂食	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。			
		1a-IV-2分析個人與群體健康的	Aa-IV-2人生各階段的身心發	1.歷程性評量	
第	// ^ #5	影響因素。	 展任務與個別差異。	2.總結性評量	
十八	2-2:生命期 營養	 1b-IV-3因應生活情境的健康需	 Ea-IV-4正向的身體意象與體重	3.學生自我檢核	
週		求,尋求解決的健康技能和生	控制計畫。	4.紙筆測驗	
		活技能。	Fb-IV-2健康狀態影響因素分析		

	第十九週	2-3:健康好 行—做決定 與覺察	2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 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。 1b-IV-2認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	與不同性別者平均餘命健康指標的改善策略。 Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。	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	2-3:健康好 行—做決定 與覺察	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。	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	第一週	1-1:健康檢 查站	1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 1b-IV-2認識健康技能和生活技	Da-IV-1衛生保健習慣的實踐 方式與管理策略。 Da-IV-3視力、口腔保健策略	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核	

學期			能的實施程序概念。	與相關疾病。	4.紙筆測驗	
			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。			
			4a-IV-2自我監督、增強個人促			
			進健康的行動,並反省修正。			
			4a-IV-3持續地執行促進健康及			
			減少健康風險的行動。			
			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	
			能對健康維護的重要性。	方式與管理策略。	2.總結性評量	
			1b-IV-2認識健康技能和生活技	Da-IV-3視力、口腔保健策略	3.學生自我檢核	
			能的實施程序概念。	與相關疾病。	4.紙筆測驗	
			3a-IV-1精熟地操作健康技能。			
	第二週	1-1:健康檢	3a-IV-2因應不同的生活情境進			
	为—妲	查站	行調適並修正,持續表現健康			
			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。			
			4a-IV-3持續地執行促進健康及			
			減少健康風險的行動。			
	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			2.總結性評量	
	<i>—</i> ₩	1b-IV-2認識健康技能和生活技	Da-IV-3視力、口腔保健策略	3.學生自我檢核	
			- 11 - 17 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 -		
		能的實施程序概念。	與相關疾病。	4.紙筆測驗	
		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。			
		4a-IV-2自我監督、增強個人促			
		進健康的行動,並反省修正。			
		4a-IV-3持續地執行促進健康及			
		減少健康風險的行動。			
		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	
		能對健康維護的重要性。	方式與管理策略。	2.總結性評量	
		1b-IV-2認識健康技能和生活技	Da-IV-3視力、口腔保健策略	3.學生自我檢核	
		能的實施程序概念。	與相關疾病。	4.紙筆測驗	
		3a-IV-1精熟地操作健康技能。			
第四週	1-1:健康檢	3a-IV-2因應不同的生活情境進			
	查站	行調適並修正,持續表現健康			
		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。			
		4a-IV-3持續地執行促進健康及			

			減少健康風險的行動。			
	第五週		1a-IV-3評估內在與外在的行為	Aa-IV-3老化與死亡意義的探	1.歷程性評量	
		1-2:生命旅	對健康造成的衝擊與風險。	究與自我調適。	2.總結性評量	
	71175	程	2a-IV-3深切體會健康行動的自		3.學生自我檢核	
			覺利益與障礙。		4.紙筆測驗	
			1a-IV-3評估內在與外在的行為	Aa-IV-3老化與死亡意義的探	1.歷程性評量	
	第六週	1-2:生命旅	對健康造成的衝擊與風險。	究與自我調適。	2.總結性評量	
	71/ (J	程	2a-IV-3深切體會健康行動的自		3.學生自我檢核	
			覺利益與障礙。		4.紙筆測驗	
			1a-IV-3評估內在與外在的行為	Aa-IV-3老化與死亡意義的探	1.歷程性評量	
	第七週	1-2:生命旅	對健康造成的衝擊與風險。	究與自我調適。	2.總結性評量	
		程	2a-IV-3深切體會健康行動的自		3.學生自我檢核	
			覺利益與障礙。		4.紙筆測驗	
			1a-IV-4理解促進健康生活的策	Ea-IV-2飲食安全評估方式、改	1.歷程性評量	
			略、資源與規範。	善策略與食物中毒預防處理方	2.總結性評量	
		2-1:在家好	2a-IV-2自主思考健康問題所造	法。	3.學生自我檢核	
	第八週	好吃	成的威脅感與嚴重性。		4.紙筆測驗	
		79 112	2a-IV-3深切體會健康行動的自			
			覺利益與障礙。			
			4 T T T T T T T T T T T T T T T T T T T			
	第九週	2-1:在家好	1a-IV-4理解促進健康生活的策	Ea-IV-2飲食安全評估方式、改	1.歷程性評量	
		好吃	略、資源與規範。	善策略與食物中毒預防處理方	2.總結性評量	

		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。	法。	3.學生自我檢核4.紙筆測驗	
第十週	2-2: 食品消 費新趨勢	2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-4因應不同的生活情境,善善用各種生活技能,解決健康問題。 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。	Ea-IV-1飲食的源頭管理與健康的外食。 Ea-IV-3從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Eb-IV-2健康消費行動方案與相關法規、組織。	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 十一 週	2-2: 食品消 費新趨勢	2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-4因應不同的生活情境,善善用各種生活技能,解決健康問題。 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。	Ea-IV-1飲食的源頭管理與健康的外食。 Ea-IV-3從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Eb-IV-2健康消費行動方案與相關法規、組織。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	

			T	T	,	
			1a-IV-4理解促進健康生活的策	Eb-IV-1媒體與廣告中健康消	1.歷程性評量	
			略、資源與規範。	費資訊的辨識策略。	2.總結性評量	
	<i>f=f=</i>		2a-IV-1關注健康議題本土、國	Eb-IV-3健康消費問題的解決	3.學生自我檢核	
	第	2-3:食材好	際現況與趨勢。	策略與社會關懷。	4.紙筆測驗	
	+=		2a-IV-3深切體會健康行動的自			
	週	好買	覺利益與障礙。			
			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。			
	第		1a-IV-4理解促進健康生活的策	Eb-IV-1媒體與廣告中健康消	1.歷程性評量	
		2-3:食材好	略、資源與規範。	費資訊的辨識策略。	2.總結性評量	
			2a-IV-1關注健康議題本土、國	Eb-IV-3健康消費問題的解決	3.學生自我檢核	
			際現況與趨勢。	策略與社會關懷。	4.紙筆測驗	
	十三	2-3 . 良彻划 好買	2a-IV-3深切體會健康行動的自			
	週	以 貝	覺利益與障礙。			
			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。			
	第		1a-IV-3評估內在與外在的行為	Ba-IV-1居家、學校、社區環境	1.歷程性評量	
	十四	3-1:安全裝	對健康造成的衝擊與風險。	潛在危機的評估方法。	2.總結性評量	
		備總體檢	2a-IV-3 深切體會健康行動的	Ba-IV-2居家、學校及社區安全	3.學生自我檢核	
	週		自覺利益與障礙。	的防護守則與相關法令。	4.紙筆測驗	

	第 十五 週	3-1:安全裝 備總體檢	4a-IV-3 持續地執行促進健康 及減少健康風險的行動 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	

 		1			1	
			1b-IV-2認識健康技能和生活技	Ba-IV-3緊急情境處理與止血、	1.歷程性評量	
	第		能的實施程序概念。	包紮、CPR、復甦姿勢急救技	2.總結性評量	
		3-2:急救技	1b-IV-3因應生活情境的健康需	術。	3.學生自我檢核	
	十八	能養成術	求,尋求解決的健康技能和生		4.紙筆測驗	
	週		活技能。			
			3a-IV-1精熟地操作健康技能。			
			1b-IV-2認識健康技能和生活技	Ba-IV-3緊急情境處理與止血、	1.歷程性評量	
	第		能的實施程序概念。	包紮、CPR、復甦姿勢急救技	2.總結性評量	
	•	3-2:急救技	1b-IV-3因應生活情境的健康需	術。	3.學生自我檢核	
	十九	能養成術	求・尋求解決的健康技能和生		4.紙筆測驗	
	週	מין אלין אלין	活技能。			
			3a-IV-1精熟地操作健康技能。			
			1b-IV-2認識健康技能和生活技	Ba-IV-3緊急情境處理與止血、	1.歷程性評量	
	第		能的實施程序概念。	包紮、CPR、復甦姿勢急救技	2.總結性評量	
		◎健康	1b-IV-3因應生活情境的健康需	術。	3.學生自我檢核	
	二十	3-2:急救技	求,尋求解決的健康技能和生		4.紙筆測驗	
	週	能養成術	活技能。			
			3a-IV-1精熟地操作健康技能。			
14	(X2 + D) /					
教	學設施	1.教學投影片	`youtube 健康頻道、相關電腦設	備。		
設位	備需求	2.教材相關配	套、教具。			
		1				

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!