

臺北市瑠公國民中學110學年度 健康教育與體育/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 type="checkbox"/> 7年級 <input type="checkbox"/> 8年級 <input checked="" 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>南一版</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18週)
領域核心素養	<p>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。</p> <p>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，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>		

	健體-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。 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。				
課程目標	<p><b>【第一學期】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.能夠瞭解何謂健康體型。對於媒體中的體態相關訊息能有批判性思考的能力。</li> <li>2.能夠藉由各項數據檢驗自己的體型是否符合健康標準，體型不良對健康造成的影響。</li> <li>3.了如何達到健康體型。能訂定出自己的健康體管理計畫。</li> <li>4.了解提升人際關係的策略，習運用「我」訊息表達情緒。認識衝突解決的原則，用不同方法處理人際問題。</li> <li>5.了解家庭的不同功能，識促進家庭關係的方法。了解發生衝突的解決方法，識家庭暴力及處理方式。</li> <li>6.了解網路交友與一般交友的差異及全注意事項。認識網友見面的安全守則及我保護的重要性。</li> <li>7.評估與思考壓力帶來的健康問題。認識與善用紓壓及抗壓能力，以解決與預防生活中健康問題。</li> <li>8.評估與思考情緒的影響與相關問題。認識與善用情緒調適技能，持續地執行情緒調適、促進心理健康的方法。</li> <li>9.運用自我調適技能以預防自我傷害與促進心理健康。提升堅守珍愛生命的態度與價值觀。</li> <li>10.認識休閒活動的意涵與方法。學習運用相關資訊擬定自我的休閒計畫以促進身心健康。</li> </ol> <p><b>【第二學期】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.學習評估社區安全潛在危機的方法。運用健康知識、法令、人力各項資源，擬定社區安全行動策略。</li> <li>2.理解社區健康營造定義與流程。運用健康知識與各項資源，擬定社區健康營造行動策略。</li> <li>3.分析人類的行為與科技發展對自然環境的危害。體認臺灣各項重要環境汙染問題，並願意負起維護環境的責任。</li> <li>4.體會人與環境是生命共同體的關係，環境被破壞也會危害人類健康，進而建立積極的環保態度和行動。</li> <li>5.了解綠色生活型態的意義、相關名詞和運用。學習日常生活中可實踐的各種環保行動，以達綠色生活型態。</li> <li>6.了解懷孕過程生理的變化，體認生理變化會影響心理狀態。了解孕期相關保健知識並養成同理與關懷的態度。</li> <li>7.理解人生各個階段有不同的健康促進重點。體認不同階段所會遇到的健康問題。</li> </ol>				
學習進度	單元/主題	學習重點	評量方法	議題融入實	跨領域/

週次	名稱	學習 表現	學習 內容		質內涵	科目協 同教學	
第一 學期	第1週	單元一 體型 由我塑 第一章 體型 覺醒	1a-IV-2分析個人與群體健康的 影響因素。 2a-IV-2自主思考健康問題所造 成的威脅感與嚴重性。 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。 Eb-IV-1媒體與廣告中健康消 費資訊的辨識策略。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	性 J7 解析 各種媒體所 傳遞的性別 迷思、偏見 與歧視。	
	第2週	單元一 體型 由我塑 第二章 體型 方程式	1a-IV-3評估內在與外在的行為 對健康造成的衝擊與風險。 2b-IV-2樂於實踐健康促進的生 活型態。	Aa-IV-1生長發育的自我評估 與因應策略。 Fb-IV-3保護性的健康行為。	上課參與 平時觀察 健康狀況自 評表或檢核 表 分組討論	人 J6 正視 社會中的各 種歧視，並 採取行動來 關懷與保護 弱勢。	
	第3週	單元一 體型 由我塑 第二章 體型 方程式	1a-IV-3評估內在與外在的行為 對健康造成的衝擊與風險。 2b-IV-2樂於實踐健康促進的生 活型態。	Aa-IV-1生長發育的自我評估 與因應策略。 Fb-IV-3保護性的健康行為。	上課參與 平時觀察 活動學習單 分組討論	人 J6 正視 社會中的各 種歧視，並 採取行動來 關懷與保護 弱勢。	

第4週	單元一 體型 由我塑 第三章 健康 我最「型」	1b-IV-4提出健康自主管理的行動策略。 2b-IV-3充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 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-4正向的身體意象與體重控制計畫。	上課參與 平時觀察 健康狀況自評表或檢核表 分組討論		
第5週	單元一 體型 由我塑 第三章 健康 我最「型」	1b-IV-4提出健康自主管理的行動策略。 2b-IV-3充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 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-4正向的身體意象與體重控制計畫。	上課參與 平時觀察 小組報告 活動學習單		
第6週	單元二 人際 新觀點 第一章 青春 情誼	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。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。 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。	Fa-IV-3有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	上課參與 平時觀察 分組討論 經驗分享	性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。	輔導

						品 J8理性 溝通與問題 解決。	
第7週	第一次段考 週	課程統整復習與重要概念回 顧！					
第8週	單元二 人際 新觀點 第一章 青春 情誼	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。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動 技能。 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。	Fa-IV-3有利人際關係的因素與 有效的溝通技巧。	上課參與 平時觀察 分組討論 活動學習單 紙筆測驗	性 J11去除 性別刻板與 性別偏見的 情感表達與 溝通，具備 與他人平等 互動的能 力。 品 J8理性 溝通與問題 解決。	輔導	

	第9週	單元二 人際 新觀點 第二章 我們 這一家	<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>2b-IV-3充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。</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>Fa-IV-2家庭衝突的協調與解決技巧。</p> <p>Fa-IV-3有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p>	<p>上課參與 平時觀察 態度檢核 小組討論</p>	<p>家 J3 家人的情感支持。</p> <p>家 J4 對家人愛與關懷的表達。</p> <p>家 J5 國中階段的家庭責任。</p> <p>家 J6 參與家庭活動。</p> <p>家 J12 家庭生活中的性別角色與分工。</p>	輔導
--	-----	--------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------	----------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

	第10週	單元二 人際 新觀點 第二章 我們 這一家	<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>2b-IV-3充分地肯定自我健康行 動的信心與效能感。</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>Fa-IV-2家庭衝突的協調與解決 技巧。</p> <p>Fa-IV-3有利人際關係的因素與 有效的溝通技巧。</p>	上課參與 平時觀察 態度檢核 活動學習單 紙筆測驗	<p>家 J3 家人 的情感支 持。</p> <p>家 J4 對家 人愛與關懷 的表達。</p> <p>家 J5 國中 階段的家庭 責任。</p> <p>家 J6 參與 家庭活動。</p> <p>家 J12 家庭 生活中的性 別角色與分 工。</p>	輔導
	第11週	單元二 人際 新觀點 第三章 雲端 停看聽	<p>2b-IV-1堅守健康的生活規範、 態度與價值觀。</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>	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。	上課參與 平時觀察 態度檢核 活動學習單 經驗分享	<p>性 J7解析 各種媒體所 傳遞的性別 迷思、偏見 與歧視。</p> <p>品 J5資訊 與媒體的公</p>	輔導 資訊

						共性與社會責任。	
第12週	單元二 人際 新觀點 第三章 雲端 停看聽	2b-IV-1堅守健康的生活規範、 態度與價值觀。 4a-IV-3持續地執行促進健康及 減少健康風險的行動。	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。	上課參與 平時觀察 態度檢核 上課問答 紙筆測驗	性 J7解析 各種媒體所 傳遞的性別 迷思、偏見 與歧視。 品 J5資訊 與媒體的公 共性與社會 責任。	輔導 資訊	
第13週	單元三 心情 點播站 第一章 釋放 壓力鍋	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。 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-3持續地執行促進健康及 減少健康風險的行動。	Fa-IV-4情緒與壓力因應與調適 的方案。 Fa-IV-5心理健康的促進方法與 異常行為的預防方法。	上課參與 平時觀察 經驗分享 小組討論	生 J2探討 完整的人的 各個面向， 包括身體與 心理、理性 與感性、自 由與命定、 境遇與嚮 往，理解人	輔導	



						的主體能動性，培養適切的自我觀。	
第14週	第二次段考週		課程統整復習與重要概念回顧！				
第15週	單元三 心情 點播站 第一章 釋放 壓力鍋	<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>1b-IV-2認識健康技能和生活技能的實施程序概念。</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>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-3持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>Fa-IV-4情緒與壓力因應與調適的方案。</p> <p>Fa-IV-5心理健康的促進方法與異常行為的預防方法。</p>	上課參與 平時觀察 經驗分享 紙筆測驗	生 J2探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。	輔導	

	第16週	單元三 心情 點播站 第二章 EQ 「心」世界	<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>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-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>Fa-IV-4情緒與壓力因應與調適的方案。</p> <p>Fa-IV-5心理健康的促進方法與異常行為的預防方法。</p>	<p>上課參與 平時觀察 活動學習單 經驗分享 小組討論</p>	<p>生 J2探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。</p>	輔導
	第17週	單元三 心情 點播站 第二章 EQ 「心」世界	<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>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-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>Fa-IV-4情緒與壓力因應與調適的方案。</p> <p>Fa-IV-5心理健康的促進方法與異常行為的預防方法。</p>	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>	<p>生 J2探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人</p>	輔導

						的主體能動性，培養適切的自我觀。	
第18週	單元三 心情 點播站 第三章 守住 珍貴生命	2b-IV-1堅守健康的生活規範、 態度與價值觀。 3b-IV-1熟悉各種自我調適技 能。	Fa-IV-5心理健康的促進方法與 異常行為的預防方法。	上課參與 平時觀察 活動學習單 小組討論	生 J7面對 並超越人生 的各種挫折 與苦難，探 討促進全人 健康與幸福 的方法。	輔導	
第19週	單元三 心情 點播站 第三章 守住 珍貴生命	2b-IV-1堅守健康的生活規範、 態度與價值觀。 3b-IV-1熟悉各種自我調適技 能。	Fa-IV-5心理健康的促進方法與 異常行為的預防方法。	上課參與 平時觀察 活動學習單 小組討論	生 J7面對 並超越人生 的各種挫折 與苦難，探 討促進全人 健康與幸福 的方法。	輔導	

	第20週	單元三 心情 點播站 第四章 休閒 「心」生活	1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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。	Fa-IV-5心理健康的促進方法與異常行為的預防方法。	上課參與 平時觀察 經驗分享 紙筆測驗	涯 J3覺察 自己的能力 與興趣。	綜合
第二 學期	第1週	單元一 社區 網絡拼圖 第一章 社區 放大鏡	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。	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。	上課參與 平時觀察 活動學習單 經驗分享	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。	公民
	第2週	單元一 社區 網絡拼圖 第一章 社區 放大鏡	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。	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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	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。	公民

	第3週	單元一 社區 網絡拼圖 第二章 社區 健康營造力	2b-IV-3充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 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。 4b-IV-1主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	Ca-IV-1健康社區的相關問題 改善策略與資源。	上課參與 平時觀察 經驗分享 小組討論	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。	公民
	第4週	單元一 社區 網絡拼圖 第二章 社區 健康營造力	2b-IV-3充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 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。 4b-IV-1主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	Ca-IV-1健康社區的相關問題 改善策略與資源。	上課參與 平時觀察 活動學習單 紙筆測驗	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。	公民

	第5週	單元二 翻轉 護地球 第一章 環境 大挑戰	<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>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>4b-IV-2使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</p>	Ca-IV-2全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	上課參與 平時觀察 態度檢核 活動學習單 經驗分享	<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 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>	自然
--	-----	--------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------	---------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

	第6週	單元二 翻轉 護地球 第一章 環境 大挑戰	<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技能。</p> <p>2a-IV-1關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</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>4b-IV-2使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</p>	Ca-IV-2全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	上課參與 平時觀察 態度檢核 活動學習單 經驗分享	<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 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>	自然
--	-----	--------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------	---------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

第7週	第一次段考週	課程統整復習與重要概念回顧！				
第8週	單元二 翻轉 護地球 第一章 環境 大挑戰	<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>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>4b-IV-2使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</p>	Ca-IV-2全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	上課參與 平時觀察 態度檢核 活動學習單 經驗分享	<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 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</p>	自然



						海洋保護行動。	
--	--	--	--	--	--	---------	--

	第9週	單元二 翻轉 護地球 第一章 環境 大挑戰	<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>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>4b-IV-2使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</p>	Ca-IV-2全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	<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 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>	自然
--	-----	--------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------	----------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

	第10週	單元二 翻轉 護地球 第二章 綠活 行動家	<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>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>	Ca-IV-3環保永續為基礎的綠色生活型態。	上課參與 平時觀察 活動學習單 小組討論 經驗分享	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。	自然
	第11週	單元二 翻轉 護地球 第二章 綠活 行動家	<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>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>	Ca-IV-3環保永續為基礎的綠色生活型態。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	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。	自然

第12週	單元三 健康 人生逗陣行 第一章 美妙 新生命	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。	Db-IV-1生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	上課參與 平時觀察 經驗分享		
第13週	單元三 健康 人生逗陣行 第一章 美妙 新生命	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。	Db-IV-1生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗		
第14週	第二次段考 週	課程統整復習與重要概念回顧！				
第15週	單元三 健康 人生逗陣行 第二章 樂活 新旅程	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。	Aa-IV-2人生各階段的身心發展任務與個別差異。	上課參與 平時觀察 活動學習單 經驗分享	生 J2進行 思考時的適當 情意與態度。	
第16週	單元三 健康 人生逗陣行 第二章 樂活 新旅程	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。	Aa-IV-2人生各階段的身心發展任務與個別差異。	上課參與 平時觀察 活動學習單 經驗分享	生 J2進行 思考時的適當 情意與態度。	

	第17週	單元三 健康 人生逗陣行 第二章 樂活 新旅程	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。	Aa-IV-2人生各階段的身心發展任務與個別差異。	上課參與 平時觀察 活動學習單 紙筆測驗	生 J2進行 思考時的適當情意與態度。	
	第18週	總複習/畢業 典禮	國中三年健康教育課程回顧與心得分享				
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！