

臺北市立瑠公國民中學 113 學年度第一學期學校日

Taipei Municipal Liu Gong Junior High School's first semester Parent's day in the 113 academic year

七年級 健康教育 科 教學計劃 teaching plan

授課教師 teacher： 王君豪 授課班級 class： 701-707

聯繫方式 contact information： (02)2726-1481#262

<p>課程目標 Course objectives</p>	<p>【第 1 單元 青春快樂頌】 第 1 章 健康的基礎 本章將介紹全人健康的概念與內容，並認識身體的器官和系統運作機制，讓你在認識自己之後，學習提升自己健康的各種方法。 第 2 章 成長的喜悅 本章將介紹性別的特色與差異，及成長過程中會遇到的變化，讓你瞭解青春身心變化，並學習調適與保健策略。 第 3 章 青春充電站 本章將帶領你瞭解青春在心理發展階段的特性，陪伴你覺察青春會遇到的心理煩惱與問題，學習面對因青春產生的心理變化、探索自我並規劃未來。 【第 2 單元 「食」在很健康】 第 1 章 懂吃懂買大贏家 認識食品中毒對於健康的危害及威脅，延伸學習重視處理食材的相關程序與流程，並從多元的角度切入飲食消費的選擇，探索消費背後中隱含的現象與議題，讓我們從自己做起，試著透過飲食消費行為來影響世界。 第 2 章 食品消費新趨勢 能瞭解健康飲食的內涵與選擇策略並認識食品的標示、標章，重新認識食品，進而瞭解自己所需以及選擇的切入點，培養對於食品的關心與態度。</p>								
<p>課程內容 Course content</p>	<p>課程順序依學生學習與健康需求，彈性調整：</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%; text-align: center;">一、青春快樂頌</th> <th style="width: 50%; text-align: center;">二、「食」在很健康</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1. 健康的基礎</td> <td style="text-align: center;">1. 懂吃懂買大贏家</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2. 成長的喜悅</td> <td style="text-align: center;">2. 食品消費新趨勢</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3. 青春充電站</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	一、青春快樂頌	二、「食」在很健康	1. 健康的基礎	1. 懂吃懂買大贏家	2. 成長的喜悅	2. 食品消費新趨勢	3. 青春充電站	
一、青春快樂頌	二、「食」在很健康								
1. 健康的基礎	1. 懂吃懂買大贏家								
2. 成長的喜悅	2. 食品消費新趨勢								
3. 青春充電站									
<p>教學方法 Teaching method</p>	<p> <input checked="" type="checkbox"/> 教師講述 Teacher's narration <input checked="" type="checkbox"/> 小組討論 group discussion <input checked="" type="checkbox"/> 小組競賽 group competition <input checked="" type="checkbox"/> 影片賞析 Video watching <input checked="" type="checkbox"/> 討論與分享 discussion and sharing <input checked="" type="checkbox"/> 實作活動 Implementation activities <input type="checkbox"/> 其他 others _____ </p>								

<p>評量方式 Assessment methods</p>	<p> <input checked="" type="checkbox"/> 小組表現 group performance <input checked="" type="checkbox"/> 課堂參與 class participation <input type="checkbox"/> 口頭報告 Oral report <input checked="" type="checkbox"/> 平時評量 Daily evaluation <input checked="" type="checkbox"/> 學習單完成度 Study sheet completion <input checked="" type="checkbox"/> 作品/作業成績 Homework results <input checked="" type="checkbox"/> 期末測驗 final exam <input type="checkbox"/> 其他 others _____ </p>
<p>教學要求 Teaching requirements</p>	<ol style="list-style-type: none"> 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！
<p>家長協助事項 Parental assistance matters</p>	<ol style="list-style-type: none"> 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 113 學年度 第 1 學期

七年級 健康教育科 課程大綱

健康教育科 王君豪老師 113.08.29

健康教室位置：至善樓 3 樓

辦公室位置：專任辦公室

壹、本學期預計學習內容：

一、青春快樂頌	二、「食」在很健康
1. 健康的基礎	1. 懂吃懂買大贏家
2. 成長的喜悅	2. 食品消費新趨勢
3. 青春充電站	

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 30%：遲交每星期扣該次成績 5 分以此類推
- 三、平時測驗 15%：學習內容單元小考
- 四、學期測驗 25%：期末測驗（25 題=5 題閱讀測驗+20 題選擇題）
- 五、學習檔案 20%
- 六、其他加分項目

參、重要規定

- 一、課前準備健康課本與文具，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，七年_____班_____號_____

家長簽名：_____

Taipei Municipal Liu Gong Bilingual School, Autumn Semester 2024

Grade 7: HEALTH EDUCATION Syllabus

Teacher: Wang, Chun-Hao (Mr. Wang/ Sir/ James) 2024.08.29

Classroom Location: Zhi Shan Building 3F

Office Location: Subject Teachers' Office 2F

Part I. Course Topics

01 Health, Growth and Puberty	02 Food and Nutrition
<ul style="list-style-type: none"> • Health definition • Human body • Adolescent • Skin care 	<ul style="list-style-type: none"> • Food poisoning • Food consumption • Food trends

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 30%: For each week of late submission, five points are deducted.
Better late than Never!

03. Test 15%: In-class quiz

04. Final exam 25%: 20 multiple-choice questions and 5 reading comprehension.

05. Academic portfolio 20%: Keep a record of your learning process.

06. 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 : _____