

臺北市立瑠公國民中學 113 學年度第二學期親師座談會

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

八 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： 801-806

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

課程目標 Course objectives

【第 1 篇 生命的旅程】

第 1 章 新生命的喜悅

1. 讓學生認識懷孕的生理變化。
2. 讓學生熟悉優生保健的重要。

第 2 章 生長密碼

1. 讓學生明白人生各階段的身心發展任務與個別差異。
2. 讓學生可以自我評估生長發育情形。
3. 讓學生能提出促進生長發育的策略。

第 3 章 樂活老化

1. 能讓學生認識老化的特徵。
2. 讓學生明白健康狀態影響因素與平均餘命的關係。
3. 讓學生檢視自己的生活型態儲備健康老化資本。

第 4 章 用愛說再見

1. 讓學生明白死亡的含義及其衝擊。
2. 讓學生熟悉面對死亡的自我調適技能。

【第 2 篇 沉默的殺手】

第 1 章 慢性病（一）

1. 讓學生了解慢性病對健康的威脅。
2. 讓學生探究常見的慢性病如惡性腫瘤、心血管疾病。

第 2 章 慢性病（二）

1. 讓學生了解糖尿病、腎臟病的成因及嚴重性。
2. 讓學生檢視自己家族的慢性病史。
3. 讓學生為預防慢性病實踐健康生活習慣。

【第 3 篇 即刻救援】

第 1 章 急救最前線

1. 讓學生能夠評估生活中的潛在危機，了解安全的重要。
2. 讓學生熟悉事故傷害處理技巧及傷口照護。
3. 讓學生熟練止血法及簡易包紮技巧。

第 2 章 心肺復甦術

1. 讓學生明白心肺復甦術的使用時機、技巧。
2. 讓學生熟練操作心肺復甦術、復甦姿勢。

課程內容 Course content	課程順序依學生學習與健康需求，彈性調整：		
	一、生命的旅程	二、沉默的殺手	三、即刻救援
	1. 新生命的喜悅 2. 生長密碼 3. 樂活老化 4. 用愛說再見	1. 慢性病（一） 2. 慢性病（二）	1. 急救最前線 2. 心肺復甦術
教學方法 Teaching method	☒ 教師講述 Teacher's narration ☒ 小組討論 group discussion ☒ 小組競賽 group competition ☒ 影片賞析 Video watching ☒ 討論與分享 discussion and sharing ☒ 實作活動 Implementation activities ☐ 其他 others _____		
評量方式 Assessment methods	☒ 小組表現 group performance ☒ 課堂參與 class participation ☐ 口頭報告 Oral report ☒ 平時評量 Daily evaluation ☒ 學習單完成度 Study sheet completion ☒ 作品/作業成績 Homework results ☒ 期末測驗 final exam ☐ 其他 others _____		
教學要求 Teaching requirements	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 Parental assistance matters	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！		

臺北市立瑤公國民中學 113 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 114.02.11

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、生命的旅程	二、沉默的殺手	三、即刻救援
1. 新生命的喜悅	1. 慢性病（一）	1. 急救最前線
2. 生長密碼	2. 慢性病（二）	2. 心肺復甦術
3. 樂活老化		
4. 用愛說再見		

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	25%：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	20%：期末測驗（25 題=5 題閱讀測驗+20 題選擇題）
五、健康技能	10%：急救技能，心肺復甦術
六、學習檔案	20%
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 Semester 2025

Grade 8: HEALTH EDUCATION Syllabus

Teacher: Wang, Chun-Hao (Mr. Wang/ Sir/ James) 2025.02.11

Classroom Location: Zhi Shan Building 3F

Office Location: Subject Teachers' Office 2F

Part I. Course Topics

01	02	03
From Birth to Death: A Journey of Health	Chronic Disease	First Aid: CPR

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 25%:** For each week of late submission, five points are deducted.
Better late than Never!
- 03. Test 15%:** In-class quiz
- 04. Final exam 20%:** 20 multiple-choice questions and 5 reading comprehension.
- 05. Health Skills 10%:** First Aid and CPR
- 06. Academic portfolio 20%:** 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.

Top 10 News Stories of 2024

一、預測十大新聞		二、繪製一項事件的圖像	三、該事件與健康的關聯
編號	事件內容		