

臺北市成淵高中國中部 111 學年度健體領域/健教科目課程計畫-九年級

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(科目對開請說明, 例: 家政與童軍科上下學期對開)
領域核心素養	<p>健康(上)</p> <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。 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。 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。</p> <p>健康(下)</p> <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。 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。 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-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。</p>		
課程目標	<p>健康(上)</p> <ol style="list-style-type: none"> 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。 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。 3. 了如何達到健康體型。能訂定出自己的健康體管理計畫。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 <p>健康(下)</p> <ol style="list-style-type: none"> 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。 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。 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。 		

		<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>					
學習進度 週次		單元/主題	學習重點		評量方法	議題融入 實質內涵	跨領域/科目協同教學
		名稱 可分單元 合併數週 整合敘寫 或依各週 次進度敘 寫。	學習 表現	學習 內容			
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	1b-IV-4提出健康自主管理的行動策略。	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		

		第三章 健康我最「型」	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。		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。 品 J8理性溝通與問題解決。		
第7週 第一次段考週	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。 品 J8理性溝通與問題解決。		
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	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	性 J11去除性別刻板與性別偏見的情		

		<p>互動技能。</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>		單 紙筆測驗	<p>感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。</p> <p>品 J8理性溝通與問題解決。</p>	
第9週	<p>單元二 人際新觀點</p> <p>第二章 我們這一家</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-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</p> <p>平時觀察</p> <p>態度檢核</p> <p>小組討論</p>	<p>家 J2探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。</p> <p>家 J3了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。</p> <p>家 J5了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J10參與家庭與社區的相關活動。</p> <p>家 J11規劃與執行家庭的各種活動（休閒、節慶等）。</p>	
第10週	<p>單元二 人際新觀點</p>	<p>1b-IV-3因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康</p>	<p>Fa-IV-2家庭衝突的協調與解決技巧。</p>	<p>上課參與</p> <p>平時觀察</p>	<p>家 J3 家人的情感</p>	

	第二章 我們這一家	<p>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>	Fa-IV-3有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	<p>態度檢核</p> <p>活動學習單</p> <p>紙筆測驗</p>	<p>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>	
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。	<p>上課參與</p> <p>平時觀察</p> <p>態度檢核</p> <p>活動學習單</p> <p>經驗分享</p>	<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資訊與媒體的公共性與社會責任。</p>	
第12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。	<p>上課參與</p> <p>平時觀察</p> <p>態度檢核</p> <p>上課問答</p> <p>紙筆測驗</p>	<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資訊與媒體的公共性與社會責任。</p>	
第13週	單元三 心	1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與	Fa-IV-4情緒與壓力因應與調適的方案。	上課參與	生 J2探討	

	情點播站 第一章 釋 放壓力鍋	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-5心理健康的促進方 法與異常行為的預防方 法。	平時觀察 經驗分享 小組討論	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。	
第14週 第二次段考 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， 理解人的 主體能動 性，培養 適切的自 我觀。	
第15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	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 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	

		動。			主體能動性，培養適切的自我觀。	
第16週	單元三 心情點播站 第二章 EQ 「心」世界	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。 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-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 活動學習 單 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，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。	
第17週	單元三 心情點播站 第二章 EQ 「心」世界	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。 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-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 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。	
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。	
	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 紙筆測驗	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。	
	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。	
	第21週 第三次段考週	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。	
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。	
	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。	
	第3週	單元一 社區網絡拼	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	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	環 J4了解永續發展	

		圖 第二章 社 區健康營 造力	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。		經驗分享 小組討論	的意義 (環境、 社會、與 經濟的均 衡發展) 與原則。	
	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。	
	第5週	單元二 翻 轉護地球 第一章 環 境大挑戰	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-1關注健康議題本 土、國際現況與趨勢。 2a-IV-2 自主思考健康問 題所造成的威脅感與嚴重 性。 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-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	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。 海 J18 探討人類 活動對海 洋生態的 影響。 海 J19了 解海洋資 源之有限 性，保護 海洋環 境。 海 J20了 解我國的 海洋環境 問題，並 積極參與 海洋保護 行動。	

	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>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</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>	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>
	第7週 第一次段考週	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>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</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>	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</p>

						解海洋資源之有限性，保護海洋環境。 海 J20了解我國的海洋環境問題，並積極參與海洋保護行動。
第8週	單元二 翻轉護地球 第一章 環境大挑戰	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-1關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 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-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	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。 海 J18 探討人類活動對海洋生態的影響。 海 J19了解海洋資源之有限性，保護海洋環境。 海 J20了解我國的海洋環境問題，並積極參與海洋保護行動。	
第9週	單元二 翻轉護地球	1a-IV-2分析個人與群體健康的影響因素。	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	環 J8了解臺灣生態	

		第一章 環境大挑戰	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-1關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4b-IV-1主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。		紙筆測驗	環境及社會發展面對氣候變遷的脆弱性與韌性。 海 J18 探討人類活動對海洋生態的影響。 海 J19了解海洋資源之有限性，保護海洋環境。 海 J20了解我國的海洋環境問題，並積極參與海洋保護行動。	
	第10週	單元二 翻轉護地球 第二章 綠活行動家	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-3 深切體會健康行動的自覺利益。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。 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。	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。	
	第11週	單元二 翻轉護地球 第二章 綠活行動家	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	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	

			<p>技能和生活技能。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益。</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>			命、社會發展與經濟產業的衝擊。	
第12週	單元三 健康人生逗陣行 第一章 美妙新生命	<p>1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</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。	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	<p>1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗			
第14週 第二次段考週	單元三 健康人生逗陣行 第一章 美妙新生命	<p>1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗			
第15週	單元三 健康人生逗陣行 第二章 樂活新旅程	<p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</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>	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	<p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健</p>	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	生 J2 進行 思考時的 適當情意 與態度。		

		活新旅程	康行動策略。		經驗分享		
	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 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。	
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							