

新竹市立竹光國民中學113學年度第一學期領域/科目課程計畫

領域/ 科目	☐ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☐ 社會（ ☐ 歷史 ☐ 地理 ☐ 公民） ☐ 自然科學（ ☐ 生物 ☐ 理化 ☐ 地球科學） ☐ 藝術（ ☐ 音樂 ☐ 視覺藝術 ☐ 表演藝術） ☐ 綜合領域（ ☐ 家政 ☐ 童軍 ☐ 輔導） ☐ 科技（ ☐ 資訊科技 ☐ 生活科技）■健康與體育（■健康教育 ☐ 體育）		
實施 年級	☐ 一年級 ☐ 二年級 ☐ 三年級 ☐ 四年級 ☐ 五年級 ☐ 六年級 ☐ 七年級 ■八年級 ☐ 九年級 ■上學期 ☐ 下學期		
教材 版本	■選用教材書： <u>南一</u> 版本 ☐ 自編教材（經課發會通過）	節數	每週 <u>1</u> 節，本學期共 <u>22</u> 節
對應 領域 核心 素養	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-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-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	1.能辨別欣賞、喜歡與愛，了解健康的邀約、安全的約會方式，並學習情感維持與正確的結束方法。 2.體認維護身體自主權的重要，建立性價值觀，認識性傳染病及預防方式。 3.了解臺灣全民健保；破解國人就醫迷思，分析健保醫療浪費的原因。 4.確的就醫流程；養成正確用藥態度與習慣；醫藥分業的注意事項。 5.濫用常見原因與種類；藥物濫用對社會的危害。 6.的拒絕技巧與原則，了解藥物濫用的戒治資源。		

新竹市立竹光國民中學113學年度第一學期健康領域/科目課程計畫

學習 進度週次	單元/主題	學習重點		評量方法	議題融入	跨領域/科 目協同教學
		學習表現	學習內容			
第 1 週	單元 1 愛，這件事 第 1 章 歌頌情誼	1a-IV-2 2b-IV-1 3b-IV-2	Db-IV-4 Db-IV-5	上課參與 平時觀察	性 J11 涯 J4	
第 2 週	單元 1 愛，這件事 第 1 章 歌頌情誼	1a-IV-2 2b-IV-1 3b-IV-2	Db-IV-4 Db-IV-5	上課參與 平時觀察	性 J11 涯 J4	
第 3 週	單元 1 愛，這件事 第 1 章 歌頌情誼	1a-IV-2 2b-IV-1 3b-IV-2	Db-IV-4 Db-IV-5	上課參與 平時觀察 小組討論	性 J11 涯 J4	
第 4 週	單元 1 愛，這件事 第 2 章 珍愛自我	1a-IV-3 2b-IV-1	Db-IV-5 Db-IV-6 Db-IV-7	上課參與 平時觀察 小組討論	性 J4 性 J5 性 J6	
第 5 週	單元 1 愛，這件事 第 2 章 珍愛自我	1a-IV-3 2b-IV-1	Db-IV-5 Db-IV-6 Db-IV-7	上課參與 平時觀察 小組討論	性 J4 性 J5 性 J6	
第 6 週	單元 1 愛，這件事 第 2 章 珍愛自我	1a-IV-3 2b-IV-1 3b-IV-4	Db-IV-5 Db-IV-6 Db-IV-7	技能測驗	性 J4 性 J5 性 J6	
第 7 週	單元 1 愛，這件事 第 3 章 「性」福 「保」典	1a-IV-3 3a-IV-1	Db-IV-8	上課參與 平時觀察	法 J2	
第 8 週 第一次段 考	單元 1 愛，這件事 第 3 章 「性」福 「保」典	1a-IV-3 3a-IV-1	Db-IV-8	上課參與 平時觀察	法 J2	
第 9 週	單元 1 愛，這件事 第 3 章 「性」福 「保」典	1a-IV-3 3a-IV-1 4b-IV-1	Db-IV-8	上課參與 平時觀察 小組討論	性 J11 性 J12	
第 10 週	單元 2	1a-IV-4 2b-IV-2	Fb-IV-5	上課參與	品 J1	

	一生「醫」 世 第 1 章 臺灣「醫」 級棒	3b-IV-2 4a-IV-2		平時觀察	品 J8	
第 11 週	單元 2 一生「醫」 世 第 1 章 臺灣「醫」 級棒	1a-IV-4 2b-IV-2 3b-IV-2 4a-IV-2	Fb-IV-5	上課參與 平時觀察	品 J1 品 J8	
第 12 週	單元 2 一生「醫」 世 第 1 章 臺灣「醫」 級棒	1a-IV-4 2b-IV-2 3b-IV-2 4a-IV-2	Fb-IV-5	上課參與 平時觀察	品 J1 品 J8	
第 13 週	單元 2 一生「醫」 世 第 2 章 正確用藥好 安心	1b-IV-3 2b-IV-1 3b-IV-2 4a-IV-1 4a-IV-3	Bb-IV-1 Bb-IV-2	上課參與 平時觀察 小組討論	品 J1 品 J8	
第 14 週 第二次段 考	單元 2 一生「醫」 世 第 2 章 正確用藥好 安心	1b-IV-3 2b-IV-1 3b-IV-2 4a-IV-1 4a-IV-3	Bb-IV-1 Bb-IV-2	技能測驗	品 J1 品 J8	
第 15 週	單元 3 「癮」爆新 觀點 第 1 章 青春要玩不 藥丸	1a-IV-3 2a-IV-2 2a-IV-3 2b-IV-1	Bb-IV-3	上課參與 平時觀察	品 EJU1	
第 16 週	單元 3 「癮」爆新 觀點 第 1 章 青春要玩不 藥丸	1a-IV-3 2a-IV-2 2a-IV-3 2b-IV-1	Bb-IV-3	上課參與 平時觀察	品 EJU1	
第 17 週	單元 3 「癮」爆新 觀點	1a-IV-3 2a-IV-2 2a-IV-3	Bb-IV-3	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	品 EJU1 法 J4	

	第 1 章 青春要玩不 藥丸	2b-IV-1				
第 18 週	單元 3 「癮」爆新 觀點 第 2 章 毒來不毒往	2a-IV-3 2b-IV-1 2b-IV-3 4b-IV-3	Bb-IV-4 Bb-IV-5	上課參與 平時觀察 小組討論	法 J4	
第 19 週	單元 3 「癮」爆新 觀點 第 2 章 毒來不毒往	2a-IV-3 2b-IV-1 2b-IV-3 4b-IV-3	Bb-IV-4 Bb-IV-5	技能測驗	法 J4	
第 20 週	單元 3 「癮」爆新 觀點 第 2 章 毒來不毒往	2a-IV-3 2b-IV-1 2b-IV-3 4b-IV-3	Bb-IV-4 Bb-IV-5	技能測驗	法 J4	
第 21 週 第三次段 考	健康期末考	1a-IV-2 1a-IV-3 1a-IV-4 1b-IV-3 2a-IV-2 2a-IV-3 2b-IV-1 2b-IV-2 2b-IV-3 3a-IV-1 3b-IV-2	Db-IV-4 Db-IV-5 Db-IV-6 Db-IV-7 Db-IV-8 Bb-IV-1 Bb-IV-2 Bb-IV-3 Bb-IV-4 Bb-IV-5	紙筆測驗		
第 22 週 休業式	健康期末考	1a-IV-2 1a-IV-3 1a-IV-4 1b-IV-3 2a-IV-2 2a-IV-3 2b-IV-1 2b-IV-2 2b-IV-3 3a-IV-1 3b-IV-2	Db-IV-4 Db-IV-5 Db-IV-6 Db-IV-7 Db-IV-8 Bb-IV-1 Bb-IV-2 Bb-IV-3 Bb-IV-4 Bb-IV-5	紙筆測驗		
教學資源	教科書、習作、投影片、教學影片					
備註						

※本表格請自行增刪

新竹市立竹光國民中學113學年度第二學期領域/科目課程計畫

領域/ 科目	☐ 國語文 ☐ 英語文 ☐ 本土語 ☐ 數學 ☐ 社會 (☐ 歷史 ☐ 地理 ☐ 公民) ☐ 自然科學 (☐ 生物 ☐ 理化 ☐ 地球科學) ☐ 藝術 (☐ 音樂 ☐ 視覺藝術 ☐ 表演藝術) ☐ 綜合領域 (☐ 家政 ☐ 童軍 ☐ 輔導) ☐ 科技 (☐ 資訊科技 ☐ 生活科技) ☒ 健康與體育 (☒ 健康教育 ☐ 體育)		
實施 年級	☐ 一年級 ☐ 二年級 ☐ 三年級 ☐ 四年級 ☐ 五年級 ☐ 六年級 ☐ 七年級 ☒ 八年級 ☐ 九年級 ☐ 上學期 ☒ 下學期		
教材 版本	☒ 選用教材書：南一版本 ☐ 自編教材（經課發會通過）	節數	每週 1 節，本學期共 21 節
對應 領域 核心 素養	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-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。 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	1. 認識食品添加物，辨識媒體廣告行銷手法，能在生活中實踐消費者權利與義務。 2. 分析慢性病對臺灣人的健康威脅；體認並分析臺灣首要死因中各項癌症及心血管疾病的威脅程度，並懂得檢視自己的健康狀態。 3. 覺察對老人化的刻板觀念，培養知老敬老的態度；覺知老化是人生必經過程，了解健康老化的原則和方法，了解對死亡的感受與看法，降低對死亡的恐懼與疑慮。 4. 了解危機意識，並能評估生活中潛在危機；認識校園霸凌狀況，詐騙時的處理方式及保護自己的方式。 5. 隱私外洩可能帶來的影響，了解網路使用保護隱私的方法。		

- | | |
|--|---|
| | <p>6. 交通安全守則，認識基本路權概念。</p> <p>7. AED 與 CPR 的重要性並了解如何操作。</p> |
|--|---|

新竹市立竹光國民中學113學年度第二學期健康領域/科目課程計畫

學習 進度週次	單元/主題	學習重點		評量方法	議題融入	跨領域/科 目協同教學
		學習表現	學習內容			
第 1 週	單元 1 消費中學堂 第 1 章 GO 購 「食」力讚	1a-IV-2 1a-IV-3 1a-IV-4	Ea-IV-3 Eb-IV-1 Eb-IV-2	上課參與 平時觀察	環 J4	
第 2 週	單元 1 消費中學堂 第 1 章 GO 購 「食」力讚	1a-IV-2 1a-IV-3 1a-IV-4	Ea-IV-3 Eb-IV-1 Eb-IV-2	上課參與 平時觀察	環 J4	
第 3 週	單元 1 消費中學堂 第 1 章 GO 購 「食」力讚	1a-IV-2 1a-IV-3 1a-IV-4	Ea-IV-3 Eb-IV-1 Eb-IV-2	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	環 J4	
第 4 週	單元 1 消費中學堂 第 2 章 健康消費實 踐家	2b-IV-2 4b-IV-1	Eb-IV-1 Eb-IV-2 Eb-IV-3	小組討論 資料蒐集 與整理	人 J4	
第 5 週	單元 1 消費中學堂 第 2 章 健康消費實 踐家	2b-IV-2 4b-IV-1	Eb-IV-1 Eb-IV-2 Eb-IV-3	小組討論 資料蒐集 與整理	人 J4	
第 6 週	單元 2 慢病驚心 第 1 章 慢性病情報 站(上)	1a-IV-3 1b-IV-2 2a-IV-2 3a-IV-1 4a-IV-2	Fb-IV-3 Fb-IV-4	上課參與 平時觀察 小組討論	生 J5	
第 7 週 第一次段 考	單元 2 慢病驚心 第 1 章 慢性病情報 站(上)	1a-IV-3 1b-IV-2 2a-IV-2 3a-IV-1 4a-IV-2	Fb-IV-3 Fb-IV-4	上課參與 平時觀察 小組討論	生 J5	
第 8 週	單元 2 慢病驚心 第 2 章 慢性病情報 站(下)	1a-IV-3 1b-IV-4 2a-IV-2 3b-IV-2 4a-IV-2	Fb-IV-3 Fb-IV-4	上課參與 平時觀察 小組討論	品 EJU1 品 J8 家 J5 家 J6	

		4b-IV-3				
第 9 週	單元 2 慢病驚心 第 2 章 慢性病情報 站(下)	1a-IV-3 1b-IV-4 2a-IV-2 3b-IV-2 4a-IV-2 4b-IV-3	Fb-IV-3 Fb-IV-4	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	品 EJU1 品 J8 家 J5 家 J6	
第 10 週	單元 2 慢病驚心 第 3 章 愛譜生命最 終章	1a-IV-1 2a-IV-2 2b-IV-1 4b-IV-1	Aa-IV-3	上課參與 平時觀察	品 J9 生 J3 涯 J6	
第 11 週	單元 2 慢病驚心 第 3 章 愛譜生命最 終章	1a-IV-1 2a-IV-2 2b-IV-1 4b-IV-1	Aa-IV-3	上課參與 平時觀察 小組討論	品 J9 生 J3 涯 J6	
第 12 週	單元 3 安全防護網 第 1 章 扭轉危機保 安康	2a-IV-2 3b-IV-2 4b-IV-1	Ba-IV-2 Ca-IV-1 Fa-IV-3	上課參與 平時觀察	品 J1 法 J9	
第 13 週	單元 3 安全防護網 第 2 章 網住安全	2a-IV-2 2b-IV-1	Db-IV-5 Eb-IV-1 Fb-IV-1	上課參與 平時觀察	性 J4 法 J9 資 J6 資 J7 資 J11	
第 14 週 第二次段 考	單元 3 安全防護網 第 2 章 網住安全	2a-IV-2 2b-IV-1	Db-IV-5 Eb-IV-1 Fb-IV-1	上課參與 平時觀察 小組討論	性 J4 法 J9 資 J6 資 J7 資 J11	
第 15 週	單元 3 安全防護網 第 3 章 馬路如虎口	2a-IV-3 3a-IV-2	Ba-IV-1 Ba-IV-2 Fb-IV-3	上課參與 平時觀察	品 J2 安 J4 法 J3 法 J4	
第 16 週	單元 3 安全防護網 第 3 章 馬路如虎口	2a-IV-3 3a-IV-2	Ba-IV-1 Ba-IV-2 Fb-IV-3	上課參與 平時觀察 小組討論	品 J2 安 J4 法 J3 法 J4	
第 17 週	單元 3 安全防護網 第 4 章 生命之鏈	3a-IV-1 3a-IV-2	Ba-IV-3 Fb-IV-1	上課參與 平時觀察	安 J10	

第 18 週	單元 3 安全防護網 第 4 章 生命之鏈	3a-IV-1 3a-IV-2	Ba-IV-3 Fb-IV-1	技能測驗	安 J10	
第 19 週	單元 3 安全防護網 第 4 章 生命之鏈	3a-IV-1 3a-IV-2	Ba-IV-3 Fb-IV-1	技能測驗 小組討論	安 J10	
第 20 週 第三次段 考	健康期末考	1a-IV-4 1a-IV-3 1a-IV-2 1a-IV-1 1b-IV-4 1b-IV-2 2a-IV-3 2a-IV-2 2b-IV-2 2b-IV-1 2b-IV-1 3a-IV-2 3a-IV-1 3b-IV-2	Aa-IV-3 Ba-IV-1 Ba-IV-2 Ba-IV-3 Ca-IV-1 Db-IV-5 Ea-IV-3 Eb-IV-1 Eb-IV-2 Fa-IV-3 Fb-IV-1 Fb-IV-3 Fb-IV-4	紙筆測驗		
第 21 週 休業式	健康期末考	1a-IV-4 1a-IV-3 1a-IV-2 1a-IV-1 1b-IV-4 1b-IV-2 2a-IV-3 2a-IV-2 2b-IV-2 2b-IV-1 2b-IV-1 3a-IV-2 3a-IV-1 3b-IV-2	Aa-IV-3 Ba-IV-1 Ba-IV-2 Ba-IV-3 Ca-IV-1 Db-IV-5 Ea-IV-3 Eb-IV-1 Eb-IV-2 Fa-IV-3 Fb-IV-1 Fb-IV-3 Fb-IV-4	紙筆測驗		
教學資源	教科書、習作、投影片、教學影片					
備註						

※本表格請自行增刪