

新竹市立竹光國民中學114學年度第1學期健體領域/健康教育科目課程計畫

領域/ 科目	☐ 國語文 ☐ 本土文/臺灣手語/新住民語文 ☐ 英語文 ☐ 數學 ☐ 社會（ ☐ 歷史 ☐ 地理 ☐ 公民） ☐ 自然科學（ ☐ 理化 ☐ 生物 ☐ 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>奇鼎</u> 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-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計劃，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 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-B3 具備審美與表現的能力，瞭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。 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。 健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。		

課程 目標	第一單元 青春快樂頌 1.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，在認識自己之後，學習提升自己健康的各種方法。 2.介紹視力、口腔與聽力，說明這三者的重要性，進而培養相關保健的自主策略。 3.介紹性別的特色與差異，及成長過程中會遇到的變化，瞭解青春期身心變化，並學習調適與保健策略。 4.瞭解青春期在心理發展階段的特性，覺察青春期會遇到的心理煩惱與問題，學習面對因青春期產生的心理變化、探索自我並規劃未來。 第二單元 人際停看聽 1.認識四種人際互動模式與人際關係發展進程，學習溝通技巧並應用在人際互動上，再進一步瞭解網路交友時應注意的重要事項。 2.學習身體自主權的維護與表達，並瞭解性騷擾的資訊及相關應對策略，以及色情媒體的誤區與對青少年身心的危害。
-------------------------	--

新竹市立竹光國民中學114學年度第1學期健體領域/健康教育科目課程計畫

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	第1單元青春快樂頌 第1章健康的基礎	1a-IV-1 2a-IV-1 2b-IV-1	Da-IV-2 Fa-IV-1 Fb-IV-1	1.歷程性評量：課堂踴躍回答問題。 2.總結性評量：能說明人體器官與系統。 3.紙筆測驗：完成Let's do it!與健康好行。	【性別平等教育】 1.性J1接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。	
第2週	第1單元青春快樂頌 第1章健康的基礎	1a-IV-1 2a-IV-1 2b-IV-1	Da-IV-2 Fa-IV-1 Fb-IV-1	1.歷程性評量：課堂踴躍回答問題。 2.學生自我檢核：透過勾選「生活保健法」的行為檢核自己的健康行為。 3.紙筆測驗：完成Let's do it!與健康好行。	【性別平等教育】 性J1接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。	
第3週	第1單元青春快樂頌 第2章健康檢查站	3a-IV-1 3a-IV-2 4a-IV-2 4a-IV-3	Da-IV-1 Da-IV-3	1.歷程性評量：課堂認真聆聽並積極回答問題。 2.總結性評量： (1)能瞭解眼球內部構造。 (2)能簡述正常眼軸、假性近視眼軸與近視眼軸的區別。	【生命教育】 生J5覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第4週	第1單元青春快樂頌 第2章健康檢查站	3a-IV-1 3a-IV-2 4a-IV-2 4a-IV-3	Da-IV-1 Da-IV-3	1.歷程性評量：課堂認真聆聽並積極回答問題。	【生命教育】 生J5覺察生活中的各種迷思，在生	

				2. 總結性評量： (1)能簡述視力相關的疾病成因與症狀。 (2)能瞭解護六招式。 3. 學生自我檢核：盤點視力相關的日常習慣。	活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第5週	第1單元青春快樂頌 第2章健康檢查站	3a-IV-1 3a-IV-2 4a-IV-2 4a-IV-3	Da-IV-1 Da-IV-3	1. 歷程性評量： (1)課堂認真聆聽並積極回答問題。 (2)依據指示實際演練使用牙線。 (3)依據指示實際演練貝氏刷牙法。 2. 總結性評量： (1)能瞭解牙齒疾病形成原因。 (2)能正確使用牙線。 (3)能正確使用貝氏刷牙法刷牙。	【生命教育】 生J5覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第6週	第1單元青春快樂頌 第2章健康檢查站	3a-IV-1 3a-IV-2 4a-IV-2 4a-IV-3	Da-IV-1 Da-IV-3	1. 歷程性評量：課堂認真聆聽並積極回答問題。 2. 總結性評量： (1)能瞭解聽力的原理與耳朵的構造。 (2)能簡述極端音量、音調與不當使用耳朵對聽力的危害。 (3)能理解並能運用巧推的概念。 3. 紙筆測驗：完成健康好行。	【生命教育】 生J5覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第7週	第1單元青春快樂頌	1a-IV-4 3a-IV-2	Db-IV-1 Db-IV-2	1. 歷程性評量：	【生涯規劃教育】	

【第一次 段考】	第3章成長的喜悅	4a-IV-1 1b-IV-1 2b-IV-2	Db-IV-3 Fa-IV-1	(1)積極參與課堂活動。 (2)分組討論觀察。 2. 總結性評量： (1)能說明性染色體對胚胎分化造成的影響。 (2)能明白生理性別與社會性別之差異。 3. 紙筆測驗：完成Let' s do it。	涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 【性別平等教育】 性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。 【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。 閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。	
第8週	第1單元青春快樂頌 第3章成長的喜悅	1a-IV-4 3a-IV-2 4a-IV-1 1b-IV-1 2b-IV-2	Db-IV-1 Db-IV-2 Db-IV-3 Fa-IV-1	1. 歷程性評量：積極參與課堂活動。 2. 總結性評量：能簡述青春期的定義。 3. 紙筆測驗：完成Let' s do it。	【生涯規劃教育】 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 【性別平等教育】 性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。 【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本	

					閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。 閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。	
第9週	第1單元青春快樂頌 第3章成長的喜悅	1a-IV-4 3a-IV-2 4a-IV-1 1b-IV-1 2b-IV-2	Db-IV-1 Db-IV-2 Db-IV-3 Fa-IV-1	1. 歷程性評量： (1) 積極參與課堂活動。 (2) 分組討論觀察。 2. 總結性評量： (1) 能正確說明女性生殖器官與對應功能。 (2) 知道如何調適月經期間的身心不適。 3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【生涯規劃教育】 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 【性別平等教育】 性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。 【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。 閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。	

					確性。	
第10週	第1單元青春快樂 第3章成長的喜悅	1a-IV-4 3a-IV-2 4a-IV-1 1b-IV-1 2b-IV-2	Db-IV-1 Db-IV-2 Db-IV-3 Fa-IV-1	1. 歷程性評量：觀察並回答問題。 2. 總結性評量：能正確說明男性生殖器官與對應功能。 3. 學生自我檢核：完成Let' s do it!。	【生涯規劃教育】 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 【性別平等教育】 性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。 【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。 閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。	
第11週	第1單元青春快樂 第3章成長的喜悅	1a-IV-4 3a-IV-2 4a-IV-1 1b-IV-1 2b-IV-2	Db-IV-1 Db-IV-2 Db-IV-3 Fa-IV-1	1. 歷程性評量：認真參與課堂活動。 2. 總結性評量： (1)能簡述皮膚的功能與構造。 (2)能瞭解青春痘的成因與分辨青春痘的種類。 (3)能學會正確的洗臉步驟。 3. 學生自我	【生涯規劃教育】 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 【性別平等教育】 性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。	

				檢核：完成 Let' s do it!「你會洗臉嗎」檢視自己的臉部狀況。	【閱讀素養教育】 閱 J4除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。 閱 J7小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。	
第12週	第1單元青春快樂頌 第3章成長的喜悅	1a-IV-4 3a-IV-2 4a-IV-1 1b-IV-1 2b-IV-2	Db-IV-1 Db-IV-2 Db-IV-3 Fa-IV-1	1. 歷程性評量： (1)課堂上踴躍發言。 (2)觀察並回答問題。 2. 總結性評量： (1)能瞭解體臭的種類與改善方法。 (2)能瞭解防晒產品的選購要點。 3. 紙筆測驗：完成健康好行。	【生涯規劃教育】 涯 J4了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J5探索性別與生涯規劃的關係。 【性別平等教育】 性 J1接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。 【閱讀素養教育】 閱 J4除紙本閱讀之外，依學習需求選擇適當的閱讀媒材，並了解如何利用適當的管道獲得文本資源。 閱 J5活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。 閱 J7小心求	

					證資訊來源，判讀文本知識的正確性。	
第13週	第1單元青春快樂頌 第4章青春充電站	1a-IV-2 2a-IV-2 2b-IV-3	Aa-IV-1 Fa-IV-1	1. 歷程性評量：認真聽講且積極參與課堂討論。 2. 學生自我檢核：檢視個人在青春期的現象。 3. 紙筆測驗：完成Let' s do it。	【生命教育】 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。 生 J5覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【生涯規劃教育】 涯 J4了解自己的人格特質與價值觀。 【家庭教育】 家 J5了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	
第14週 【第二次段考】	第1單元青春快樂頌 第4章青春充電站	1a-IV-2 2a-IV-2 2b-IV-3	Aa-IV-1 Fa-IV-1	1. 歷程性評量：認真聽講且積極參與課堂討論。 2. 總結性評量：能說明「三要一不」。 3. 紙筆測驗：完成Let' s do it!與健康好行。	【生命教育】 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。	

					生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【生涯規劃教育】 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 【家庭教育】 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。	
第15週	第2單元人際停看聽 第1章友誼來敲門	2a-IV-2 2b-IV-3 3b-IV-1 3b-IV-2	Fa-IV-1 Fa-IV-3	1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2. 總結性評量：能瞭解人際互動的四個模式。 3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。 【品德教育】 品 J5 資訊與媒體的公共性與社會責任。	
第16週	第2單元人際停看聽 第1章友誼來敲門	2a-IV-2 2b-IV-3 3b-IV-1 3b-IV-2	Fa-IV-1 Fa-IV-3	1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2. 總結性評量：學習溝通技巧並能有效解決溝通問題。 3. 紙筆測驗：完成課本上的問答。	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。	

					【品德教育】 品 J5 資訊與媒體的公共性與社會責任。	
第17週	第2單元人際停看聽 第1章友誼來敲門	2a-IV-2 2b-IV-3 3b-IV-1 3b-IV-2	Fa-IV-1 Fa-IV-3	1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2. 紙筆測驗：完成健康好行。	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。 【品德教育】 品 J5 資訊與媒體的公共性與社會責任。	
第18週	第2單元人際停看聽 第2章尊重他人珍愛自己	1a-IV-3 3a-IV-2 2b-IV-1 3b-IV-3 3b-IV-4	Db-IV-5 Db-IV-6 Db-IV-7	1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2. 總結性評量：能瞭解身體界線的定義。 3. 學生自我檢核：完成 Let' s do it! 「界線紅綠燈」檢視自己的身體界線接受程度。	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 【生命教育】 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19週	第2單元人際停看聽 第2章尊重他人 珍愛自己	1a-IV-3 3a-IV-2 2b-IV-1 3b-IV-3 3b-IV-4	Db-IV-5 Db-IV-6 Db-IV-7	1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2. 總結性評量： (1)能簡述歸類於性騷擾的行為。 (2)認識#METOO活動並能舉出相關案例。	【性別平等教育】 性 J4認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J5辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 性 J7解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 【生命教育】 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20週	第2單元人際停看聽 第2章尊重他人 珍愛自己	1a-IV-3 3a-IV-2 2b-IV-1 3b-IV-3 3b-IV-4	Db-IV-5 Db-IV-6 Db-IV-7	1. 歷程性評量： (1)課堂認真聽講並踴躍發言。 (2)積極參與上臺演練。 2. 總結性評量：能瞭解如何因應性騷擾的情況。	【性別平等教育】 性 J4認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J5辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 性 J7解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 【生命教育】 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。	

					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21週 【第三次 段考】	第2單元人際停 看聽 第2章尊重他人 珍愛自己	1a-IV-3 3a-IV-2 2b-IV-1 3b-IV-3 3b-IV-4	Db-IV-5 Db-IV-6 Db-IV-7	1.歷程性評 量：課堂認 真聽講並踊 躍發言。 2.紙筆測驗： 完成 Let's do it!與健康好 行。	【性別平等 教育】 性 J4認識身 體自主權相 關議題，維 護自己與尊 重他人的身 體自主權。 性 J5辨識性 騷擾、性侵 害與性霸凌 的樣態，運 用資源解決 問題。 性 J7解析各 種媒體所傳 遞的性別迷 思、偏見與 歧視。 【生命教育】 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。	
教學資源	1.電子書。 2.電子白板。 3.影音設備。 4.牙刷。 5.牙膏。 6.牙線。 7.小紙條。 8.女性生殖器官與功能的配對字卡。 9.月經照護用品的字卡與圖片。 10.男性生殖器官與功能配對字卡。 11.皮膚構造圖或海報。					

	12.鏡子。 13.小臉盆。 14.洗面乳。 15.乾淨毛巾。 16.防晒產品。 17.便利貼。 18. 3C 產品。
備註	

新竹市立竹光國民中學114學年度第2學期健體領域/健康教育科目課程計畫

領域/ 科目	☐ 國語文 ☐ 本土文/臺灣手語/新住民語文 ☐ 英語文 ☐ 數學 ☐ 社會（ ☐ 歷史 ☐ 地理 ☐ 公民） ☐ 自然科學（ ☐ 理化 ☐ 生物 ☐ 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：奇鼎版本 ☐ 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-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-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	第一單元 癮藏的秘密 1. 認識各式菸品對健康的危害狀況，理解禁菸規範的目的與意義，以批判性思考模式看待生活中的相關訊息。 2. 認識酒、檳榔的成分及對人體的危害，及所造成的社會問題。 3. 認識毒品的運作機制，並學習如何拒絕毒品的誘惑。 4. 認識法律規範及拒絕與遠離成癮物質。 第二單元 疫病調查局 1. 瞭解傳染病致病因素，學習打造防治傳染病的健康防疫網，並認識臺灣常見傳染病的病原體、傳染途徑、症狀與防治方法。 2. 認識新興傳染病以及隨著全球化傳播所導致的嚴重性，學習面對疫情的心境調適與旅遊防疫的相關技能。		

新竹市立竹光國民中學114學年度第2學期健體領域/健康教育科目課程計畫

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1-3週	第1單元癮藏的秘密 第1章菸害保衛戰	1a-IV-3 1a-IV-4 2a-IV-2 2b-IV-2	Bb-IV-3 Eb-IV-1 Fb-IV-3	1.歷程性評量： (1)積極參與課程並踴躍發表想法。 (2)認真聆聽教師解說。 2.總結性評量： (1)能認識菸害物質。 (2)能反思吸菸不僅危害自己身體，也影響到他人。 (3)瞭解新型菸品的危害。 (4)能辨別媒體宣傳的真偽，打破迷思。	【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第4週	第1單元癮藏的秘密 第1章菸害保衛戰	1a-IV-3 1a-IV-4 2a-IV-2 2b-IV-2	Bb-IV-3 Eb-IV-1 Fb-IV-3	1.歷程性評量： (1)參與課堂上的討論。 2.總結性評量： (1)認識菸害防制法的規定。 (2)能以健康的立場討論吸菸相關議題。 (3)瞭解哪些公共場所禁菸。 (4)完成 Let's do it! 「無菸環境在哪裡？」	【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第5週	第1單元癮藏的秘密	1a-IV-3 1a-IV-4	Bb-IV-3 Eb-IV-1	1.歷程性評量：	【生命教育】	

	第1章菸害保衛戰	2a-IV-2 2b-IV-2	Fb-IV-3	(1)積極參與課堂活動。 2.總結性評量： (1)能使用批判思考的技巧，幫助自己分析資訊，形成健康主張。	生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第6週	第1單元癮藏的秘密 第2章透視酒與檳榔	1a-IV-3 1a-IV-4 2a-IV-2 2b-IV-2 4b-IV-1 4b-IV-2	Bb-IV-3 Fb-IV-3	1.歷程性評量： (1)上課專心聆聽老師教課。 2.總結性評量： (1)能夠知道酒精對人體的危害。 (2)瞭解酒後造成的社會問題相關罰則。	【品德教育】 品 J5 資訊與媒體的公共性與社會責任。	
第7週 【第一次段考】	第1單元癮藏的秘密 第2章透視酒與檳榔	1a-IV-3 1a-IV-4 2a-IV-2 2b-IV-2 4b-IV-1 4b-IV-2	Bb-IV-3 Fb-IV-3	1.歷程性評量： (1)上課專心聆聽老師教課。 (2)踴躍分享個人想法。 2.總結性評量： (1)能理解檳榔對個人、家庭、社會造成的危害。 (2)能反思嚼檳榔的嚴重性。	【品德教育】 品 J5 資訊與媒體的公共性與社會責任。	
第8週	第1單元癮藏的秘密 第2章透視酒與檳榔	1a-IV-3 1a-IV-4 2a-IV-2 2b-IV-2	Bb-IV-3 Fb-IV-3	1.歷程性評量： (1)踴躍分享個人想法。	【品德教育】 品 J5 資訊與媒體的公共	

		4b-IV-1 4b-IV-2		(2)小組分工合作。 2.總結性評量： (1)能試著宣導反酒或反檳榔的觀念。	性與社會責任。	
第9週	第1單元癮藏的秘密 第3章毒家秘密	1a-IV-3 2a-IV-2 3b-IV-2 4b-IV-1	Bb-IV-3 Bb-IV-4 Bb-IV-5	1.歷程性評量：課堂認真聆聽並積極回答問題。 2.總結性評量： (1)能瞭解毒品對個人、家庭與社會的影響。 (2)能辨別不同種類的毒品。	【生命教育】 生 J5覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第10週	第1單元癮藏的秘密 第3章毒家秘密	1a-IV-3 2a-IV-2 3b-IV-2 4b-IV-1	Bb-IV-3 Bb-IV-4 Bb-IV-5	1.歷程性評量： (1)課堂認真聆聽。 (2)各組熱烈討論。 2.總結性評量： (1)能瞭解毒品對中樞神經的影響。 (2)能簡述有哪些產品屬於新興毒品。 (3)瞭解臺灣的毒品分級。	【生命教育】 生 J5覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第11週	第1單元癮藏的秘密 第3章毒家秘密	1a-IV-3 2a-IV-2 3b-IV-2 4b-IV-1	Bb-IV-3 Bb-IV-4 Bb-IV-5	1.歷程性評量： (1)課堂認真聆聽並積極回答問題。 (2)各組熱烈討論與演練。 2.總結性評量： (1)能探究接觸毒品的因素。 (2)做轉念思	【生命教育】 生 J5覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	

				考練習。		
第12週	第1單元癮藏的秘密 第3章毒家秘密	1a-IV-3 2a-IV-2 3b-IV-2 4b-IV-1	Bb-IV-3 Bb-IV-4 Bb-IV-5	1.歷程性評量： (1)課堂認真聆聽並積極回答問題。 (2)各組熱烈討論。 2.總結性評量：能善用做決定的技巧，抉擇出好的選擇。	【生命教育】 生 J5覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第13週 【第二次段考】	第1單元癮藏的秘密 第4章反癮真英雄	1a-IV-4 1b-IV-3 2b-IV-1 3b-IV-3 3b-IV-4	Bb-IV-4 Bb-IV-5	1.歷程性評量：課堂認真聆聽並積極回答問題。 2.總結性評量： (1)能瞭解臺灣菸、酒、檳榔相關法律與對販售者的規範。 (2)能簡述耐受性與戒斷症狀。 (3)能瞭解戒癮管道與戒癮方法。	【人權教育】 人 J3探索各種利益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。 【家庭教育】 家 J5了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 【生命教育】 生 J5覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【法治教育】 法 J3認識法律之意義與制定。	
第14週	第1單元癮藏的秘密 第4章反癮真英雄	1a-IV-4 1b-IV-3 2b-IV-1	Bb-IV-4 Bb-IV-5	1.歷程性評量：課堂認真聆聽並積極	【人權教育】 人 J3探索各	

	雄	3b-IV-3 3b-IV-4		極回答問題。 2.總結性評量： (1)能善用拒絕技巧，以達到人際和拒癮雙贏局面。 (2)熟練拒癮八大招。	種利益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。 【家庭教育】 家 J5了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 【生命教育】 生 J5覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【法治教育】 法 J3認識法律之意義與制定。	
第15週	第1單元癮藏的秘密 第4章反應真英雄	1a-IV-4 1b-IV-3 2b-IV-1 3b-IV-3 3b-IV-4	Bb-IV-4 Bb-IV-5	1.歷程性評量：課堂認真聆聽並積極回答問題。 2.總結性評量： (1)熟練拒絕技巧並實際應用。	【人權教育】 人 J3探索各種利益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。 【家庭教育】 家 J5了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 【生命教	

					育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【法治教育】 法 J3 認識法律之意義與制定。	
第16週	第2單元疫病調查局 第1章常見傳染病	1a-IV-4 4a-IV-3 1b-IV-1 1b-IV-2 1b-IV-4	Fb-IV-4	1. 歷程性評量： (1) 課堂認真聆聽並積極回答問題。 (2) 各組熱烈討論。 2. 總結性評量：能簡述傳染病三要素 3. 紙筆測驗：分析疾病類別。	【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第17週	第2單元疫病調查局 第1章常見傳染病	1a-IV-4 4a-IV-3 1b-IV-1 1b-IV-2 1b-IV-4	Fb-IV-4	1. 歷程性評量：課堂認真聆聽並積極回答問題。 2. 總結性評量：能簡述流行性感、腸病毒、登革熱的病原體、傳染途徑、症狀以及預防方法。 3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第18週	第2單元疫病調查局 第1章常見傳染病	1a-IV-4 4a-IV-3 1b-IV-1 1b-IV-2 1b-IV-4	Fb-IV-4	1. 歷程性評量：課堂認真聆聽並積極回答問題。 2. 總結性評量：能簡述	【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲	

				病毒性肝炎與肺結核的病原體、傳染途徑、潛伏期、症狀、特色與預防方法。 3. 紙筆測驗：完成健康好行。	食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第19週	第2單元疫病調查局 第2章新興傳染病	1a-IV-4 2a-IV-1 4a-IV-3 1b-IV-1 1b-IV-2 1b-IV-4	Fb-IV-4	1. 歷程性評量：課堂認真聆聽並積極回答問題。 2. 總結性評量： (1)能瞭解新興傳染病的歷史。 (2)能簡述新興傳染病的定義。	【生命教育】 生 J5覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【國際教育】 國 J12探索全球議題，並構思永續發展的在地行動方案。	
第20週 【第三次段考】	第2單元疫病調查局 第2章新興傳染病	1a-IV-4 2a-IV-1 4a-IV-3 1b-IV-1 1b-IV-2 1b-IV-4	Fb-IV-4	1. 歷程性評量：課堂認真聆聽並積極回答問題。 2. 總結性評量： (1)能說明疫情對生活造成的影響。 (2)能使用「臺灣傳染病標準化發生率地圖」查詢當地的傳染病。 3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【生命教育】 生 J5覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【國際教育】 國 J12探索全球議題，並構思永續發展的在地行動方案。	
第21週	第2單元疫病調查局 第2章新興傳染病	1a-IV-4 2a-IV-1 4a-IV-3 1b-IV-1 1b-IV-2	Fb-IV-4	1. 歷程性評量：課堂認真聆聽並積極回答問題。	【生命教育】 生 J5覺察生活中的各種迷思，在生	

		1b-IV-4		2. 總結性評量： (1) 能簡述旅遊健康包所需物品。 (2) 能使用「國際旅遊處方箋」查詢國外疫情現況。 3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it! 與健康好行。	活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【國際教育】 國 J12 探索全球議題，並構思永續發展的在地行動方案。	
教學資源	1. 電子書。 2. 電子白板。 3. 影音播放設備。 4. 牙刷。 5. 牙膏。 6. 牙線。 7. 海報紙。 8. 白紙。 9. 3C 產品。					
備註						