

新北市 福營 國民中學 **113** 學年度 8 年級第 **2** 學期 部定 課程計畫 設計者： 黃凱煜

一、課程類別：

1. ☐ 國語文 2. ☐ 英語文 3. ☒ 健康與體育 4. ☐ 數學 5. ☐ 社會 6. ☐ 藝術 7. ☐ 自然科學 8. ☐ 科技 9. ☐ 綜合活動
10. ☐ 閩南語文 11. ☐ 客家語文 12. ☐ 原住民族語文：_____ 族 13. ☐ 新住民語文：_____ 語 14. ☐ 臺灣手語

二、課程內容修正回復：

當學年當學期課程審閱意見	對應課程內容修正回復

✍ 上述表格自 113 學年度第 2 學期起正式列入課程計畫備查必要欄位。

☆ 本局審閱意見請至新北市國中小課程計畫備查資源網下載。

⊙ 當學期課程審查後，請將上述欄位自行新增並填入審查意見及課程內容修正回復。

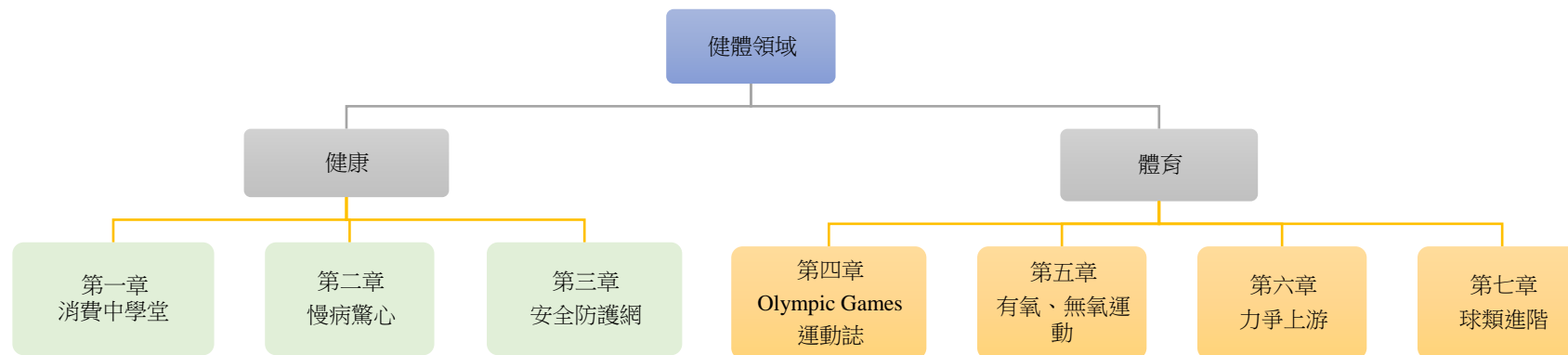
三、學習節數：每週(1)節，實施(21)週，共(21)節。

四、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養

<p>依總綱核心素養項目及具體 內涵勾選(以主要指標為主，勿過多)。</p> <p> <input checked="" type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2系統思考與解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變 <input type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達 <input checked="" type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養 <input checked="" type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養 <input type="checkbox"/> C1道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作 <input checked="" type="checkbox"/> C3多元文化與國際理解 </p>	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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>J-B3 具備審美與表現的能力，了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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>
---	---

五、課程架構：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)



六、 素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
第一週 02/11~02/15	Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2 健康消費行動方案與相關法規、組織。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	單元一 消費中學堂 第1章 Go購「食」力讚 活動內容: 1. 食品選擇想一想。 2. 添加物調查站。 3. 有機包打聽。 4. 健康行動家學習單。	1	教科書 習作 投影片 教學影片 食品添加物相關新聞與外 包裝有機與健康食品標誌	上課參與 小組討論 資料蒐集與整理 分組報告	【品德教育】 品 J5 資訊與媒體的公共性與社會責任。	2/11 開學

第二週 02/16~02/22	Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2 健康消費行動方案與相關法規、組織。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	單元一 消費中學堂 第1章 Go購「食」力讚 活動內容: 1.食品選擇想一想。 2.添加物調查站。 3.有機包打聽。 4.健康行動家學習單。	1	教科書 習作 投影片 教學影片 食品添加物相關新聞與外 包裝 有機與健康食品標誌	上課參與 小組討論 資料蒐集與整理 分組報告 紙筆測驗	【品德教育】 品 J5 資訊與媒體的公共性與社會責任。	2/19、2/20 九年級第三次複習考 進行線上演練
第三週 02/23~03/01	Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2 健康消費行動方案與相關法規、組織。 Eb-IV-3 健康消費問題的解決策略與社會關懷	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	單元一 消費中學堂 第2章 健康消費實踐家 活動內容: 1.消費經驗談。 2.飲食消費大調查。 3.廣告透視鏡。 4.聰明消費實踐家學習單。	1	教科書 習作 投影片 教學影片 消費爭議相關新聞	上課參與 小組討論 分組報告	【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。	2/28 228 紀念日放假一天
第四週 03/02~03/08	Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2 健康消費行動方案與相關法規、組織。 Eb-IV-3 健康消費問題的解決策略與社會關懷	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	單元一 消費中學堂 第2章 健康消費實踐家 活動內容: 1.消費經驗談。 2.飲食消費大調查。 3.廣告透視鏡。 4.聰明消費實踐家學習單	1	教科書 習作 投影片 教學影片 消費爭議相關新聞	上課參與 小組討論 分組報告 紙筆測驗	【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。	

第五週 03/09~03/15	Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。 Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	單元二 慢病驚心 第1章 慢性病危機與轉機(上) 活動內容: 1.查出生病真相。 2.健康生活習慣自我評估學習單。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 小組討論 分組報告	【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。	
第六週 03/16~03/22	Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。 Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	單元二 慢病驚心 第1章 慢性病危機與轉機(上) 活動內容: 1.查出生病真相。 2.健康生活習慣自我評估學習單。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 小組討論 分組報告	【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。	
第七週 03/23~03/29	Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。 Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	第一次段考 單元二 慢病驚心 第1章 慢性病危機與轉機	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 小組討論 分組報告	【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	3/26、3/27 第一次段考

	醫療服務與資源。	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	(上)				樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第八週 03/30~04/05	Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	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-4 提出健康自主管理的行動策略。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	單元二 慢病驚心 第2章 慢性病危機與轉機(下) 活動內容: 1.慢性病聊天室學習單。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 平時觀察	【品德教育】 品 EJU1 尊重生命 品 J8 理性溝通與問題解決。 【家庭教育】 家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。 家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	4/3~4/6 清明連假
第九週 04/06~04/12	Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	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-4 提出健康自主管理的行動策略。	單元二 慢病驚心 第2章 慢性病危機與轉機(下) 活動內容: 1.慢性病聊天室學習單。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	【品德教育】 品 EJU1 尊重生命 品 J8 理性溝通與問題解決。 【家庭教育】 家 J3 了解人際交往、親密關	

		<p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</p>					<p>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 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p>	
<p>第十週</p> <p>04/13~04/19</p>	<p>Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</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>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</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>	<p>單元二 慢病驚心 第3章 銀髮新態度</p> <p>活動內容:</p> <p>1.圓滿人生計畫表學習單。</p>	1	<p>教科書</p> <p>習作</p> <p>投影片</p> <p>教學影片</p>	<p>上課參與</p> <p>平時觀察</p> <p>紙筆測驗</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J9 知行合一與自我反省。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 J6 察覺知性與感性的衝突，尋求知、情、意、行統整之途徑。</p> <p>【家庭教育】</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 J4 探討人際交往、約會、婚姻與家庭建立的歷程。</p>	

第十一週 04/20~04/26	Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	單元三 安全防護網 第1章 人身安全線 活動內容: 1.我的反霸凌行動。 2.危機事件想一想。 3.聰明判讀遠離詐騙。 4.危機應變知識王學習單。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 平時觀察 經驗分享	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【法治教育】 法 J9 進行學生權利與校園法律之初探。	
第十二週 04/27~05/03	Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	單元三 安全防護網 第1章 人身安全線 活動內容: 1.我的反霸凌行動。 2.危機事件想一想。 3.聰明判讀遠離詐騙。 4.危機應變知識王學習單。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 平時觀察 經驗分享	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【法治教育】 法 J9 進行學生權利與校園法律之初探。	
第十三週 05/04~05/10	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。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	單元三 安全防護網 第2章 虛擬搜查線 活動內容: 1.隱私停看聽。 2.雲端上的法律。 3.我的隱私我做主學習單。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 平時觀察 經驗分享	【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。 【法治教育】	5/6、5/7 9 年級第二次段考

							法 J9 進行學生權利與校園法律之初探。	
第十四週 05/11~05/17	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。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	第二次段考 單元三 安全防護網 第 2 章 虛擬搜查線	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 平時觀察 經驗分享		5/13、5/14 7、8 年級第二次段考 5/17、5/18 教育會考
第十五週 05/18~05/24	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。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	單元三 安全防護網 第 2 章 虛擬搜查線 活動內容: 1.隱私停看聽。 2.雲端上的法律。 3.我的隱私我做主學習單。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 平時觀察 經驗分享	【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。 【法治教育】 法 J9 進行學生權利與校園法律之初探。	
第十六週 05/25~05/31	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。	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。	單元三 安全防護網 第 3 章 馬路如虎口 活動內容: 1.交通安全急轉彎學習單。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 平時觀察 小組討論 實作評量	【品德教育】 品 J2 重視群體規範與榮譽。 【安全教育】 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。	5/30~6/1 端午連假

	Fb-IV-3 保護性的健康行為。							
第十七週 06/01~06/07	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。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。	單元三 安全防護網 第 3 章 馬路如虎口 活動內容: 1.交通安全急轉彎學習單。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 平時觀察 小組討論 實作評量	【品德教育】 品 J2 重視群體規範與榮譽。 【安全教育】 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。	預計 9 年級課程結束
第十八週 06/08~06/14	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。	單元三 安全防護網 第 4 章 生命之鏈 活動內容: 1.救護急先鋒。 2.尋找急救工具。 3.CPR 大考驗。 4.急救小神通學習單。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 經驗分享	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	
第十九週 06/15~06/21	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。	單元三 安全防護網 第 4 章 生命之鏈 活動內容: 1.救護急先鋒。 2.尋找急救工具。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 經驗分享	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	

			3.CPR 大考驗。 4.急救小神通學習單。					
第二十週 06/22~06/28	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。	第三次段考 單元三 安全防護網 第4章 生命之鏈	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 經驗分享	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	6/26、6/27 7、8 年級第三次段考
第二十一週 06/29~06/30	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。	第三次段考 單元三 安全防護網 第4章 生命之鏈	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 經驗分享	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	6/30 休業式

七、本課程是否有校外人士協助教學：(本表格請勿刪除。)

☒ 否，全學年都沒有(以下免填)。

☐ 有，部分班級，實施的班級為：_____。

☐ 有，全學年實施。

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		<input type="checkbox"/> 簡報 <input type="checkbox"/> 印刷品			

		<input type="checkbox"/> 影音光碟 <input type="checkbox"/> 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明： <hr/>			

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。