

新北市丹鳳高級中學(國中部)113學年度九年級第2學期部定課程計畫 設計者：李銘珠

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(**18**)週，共(**18**)節。

四、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
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)。 ☒ A1身心素質與自我精進	請依各領域(科目)綱要核心素養具體內涵填寫，例如： 國-J-A1 透過國語文的學習，認識生涯及生命的典範，建立正向價值觀，提高語文自學的興趣。 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。

☒ A2系統思考與解決問題 ☐ A3規劃執行與創新應變 ☒ B1符號運用與溝通表達 ☒ B2科技資訊與媒體素養 ☐ B3藝術涵養與美感素養 ☒ C1道德實踐與公民意識 ☐ C2人際關係與團隊合作 ☐ C3多元文化與國際理解	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-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。
--	---

五、課程架構：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)

單元	單元名	章名
第一單元	「性」福方程式	第1章 青春「性」福頌
		第2章 性病防護網
第二單元	綠色生活愛地球	第1章 全民總動員
		第2章 做個有型的地球人
第三單元	健康生活實踐家	第1章 健康我最行
		第2章 朗朗健康路

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 02/10~02/14	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	Db-IV-2 青春身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。 Db-IV-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 Db-IV-7 健康性價值觀的建立，色情的辨識與色情訊息的批判能力。	第1章青春「性」福頌 1. 引起動機、悸動的青春：透過課文中的情境內容，引導學生覺察自己進入青春期後可能產生的性衝動等身體感受，理解並接受這是一種本能表現，且此本能表現對生活的影響程度是因人而異的。 【性別平等教育】 2. 青春欲望大家談：帶領學生進行「Go 健康：我是欲望的主人」活動，透過檢視生活中可能引發性衝動的情境因素，評估這些因素對生活的干擾程度，針對容易引發性衝動的原因，找出可能的解決方案，最後依據實際經驗找出最有效的因應方式等步驟，學習如何以理性管理自己的欲望。	1	教學資源： 電腦、投影機、教學PPT。 學習策略： 1. 專心聽講並完成課本練習「Go 健康」 2. 踴躍參與討論	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 練習課本P. 7-我是欲望的主人。	【性別平等教育】 性J6 探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。	2/11 開學
第二週 02/17~02/21	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	Db-IV-2 青春身心變化的調適與性衝動健康	第1章青春「性」福頌 【性別平等教育】 【生命教育】	1	教學資源： 電腦、投影機、教學PPT。 學習策略：	1. 課堂觀察 2. 口語問答	【性別平等教育】 性J6 探究各種符號中的	2/19、20 模考

	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	康因應的策略。 Db-IV-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 Db-IV-7 健康性價值觀的建立，色情的辨識與色情訊息的批判能力。	1. 色情陷阱的真相：教師說明色情的定義，並引導學生思考色情訊息可能會對青少年的生活與健康造成哪些影響。帶領學生進行「Go 健康：打破迷思不迷惘」活動，針對色情訊息中的錯誤資訊進行批判與澄清。 2. 引起動機：利用圖片情境讓學生思考並分享 30 歲懷孕與 15 歲懷孕的心情感受與原因，進一步引導學生思考不同心情感受的原因-年齡，希望學生在面臨性衝動時能做出正確的選擇。 3. 「性」福太早來敲門、人生選擇題：引導學生思考未成年未婚懷孕所要面臨的困擾與問題，以及做決定時需要考量的各項問題，並說明可以求助的資源。		1. 專心聽講並完成課本練習「Go 健康」 2. 踴躍參與討論	3. 練習課本 P.10-打破迷思不迷惘。	性別意涵及人際溝通中的性別問題。 【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。	
第三週 02/24~02/28	1a-IV-3 評估內在與外在的	Db-IV-8 愛滋病及其它性病	第 2 章性病防護網	1	教學資源：	1. 課堂觀察 2. 口語問答		2/28 和平紀念日

	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。 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。	的預防方法與關懷。	1. 引起動機、「性病」與我們的距離：透過青少年感染性病之新聞內容，配合「想一想」的問題思考，提升學生對於感染性傳染病的風險覺察，肯定唯有透過適當的自我防護措施才能避免感染，不要心存僥倖。 2. 性病知多少、性病點點名：認識性傳染病的特性與傳染途徑。介紹由細菌引發的性傳染病，包括淋病、非淋菌性尿道炎、梅毒等。介紹由病毒所引發的性傳染病，包括尖形溼疣、生殖器疱疹。		電腦、投影機、教學PPT。 學習策略： 1. 專心聽講			
第四週 03/03~03/07	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。	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。	第2章性病防護網 1. 認識愛滋：介紹愛滋病的感染現況，認識其傳染途徑、特性及治療方法。 【人權教育】 2. 終止歧視・預防愛滋：澄清愛滋相關錯誤觀念，並了解歧視愛滋感染者可能造成的防疫缺口及人權	1	教學資源： 電腦、投影機、教學PPT。 學習策略： 1. 專心聽講並完成課本練習「Go 健康」 2. 踴躍參與討論	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 練習課本P. 25-關懷愛滋，我可以！	【人權教育】 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。	

	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。		議題，鼓勵曾發生高風險行為者主動進行愛滋篩檢，以達成西元 2030 年「零感染、零死亡、零歧視」的目標。另外，透過「Go 健康：關懷愛滋，我可以！」活動，讓學生實際參與及倡議愛滋關懷行動。					
第五週 03/10~03/14	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。 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。	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。	第 2 章性病防護網 【人權教育】 1. 正視性病不逃避：總結社會上普遍存在對於性傳染病的迷思與錯誤知識，進行澄清與說明，建立對於性傳染病防治的正確觀念，亦即面對性傳染病時能保持警覺、及早就醫，並遵從醫囑。 2. 性病防護，青春無悔：透過「Go 健康：預防性病，我可以！」，帶學生演練預防性病的自我健康管理方法「健康青春 ABC」守則。	1	教學資源： 電腦、投影機、教學 PPT。 學習策略： 1. 專心聽講並完成課本練習「Go 健康」 2. 踴躍參與討論	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 練習課本 P. 29-預防性病，我可以！	【人權教育】 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。	

第六週 03/17~03/21	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-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 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。	Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。 Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	第1章全民總動員 【國際教育】 1. 引起動機、地球的呼救：以全球各地近年的極端氣候作為引導，說明人類從事哪些活動造成環境的汙染，進而引起環境問題，並讓學生思考臺灣近幾年的氣候狀況。 【環境教育】 2. 不再平靜的生活：以臺灣北、中、南、東部降雨情形的差異為例，引導學生覺察近年氣候變遷對於環境的影響，並作為後續課程的開端。	1 教學資源： 電腦、投影機、教學PPT。 學習策略： 1. 專心聽講並完成課本練習「Go 健康」 2. 踴躍參與討論	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 練習課本P. 35-環境問題搜查隊。	【國際教育】 國 J1 理解我國發展和全球之關聯性。 國 J10 了解全球永續發展之理念。 國 J12 探索全球議題，並構思永續發展的在地行動方案。 【環境教育】 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。 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。 環 J9 了解氣候變遷減緩與調適的涵義，以及臺灣因應氣候變遷調適的政策。	
第七週 03/24~03/28	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-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 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。	Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。 Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	【第一次評量週】 第 1 章全民總動員 【國際教育】 【環境教育】 1. 安心飲水的幸福：說明臺灣目前的水汙染問題，並探討水汙染對人類健康的影響。 2. 拒絕垃圾危害的挑戰：說明臺灣目前的垃圾汙染問題現況與改善的方式。	1	教學資源： 電腦、投影機、教學 PPT。 學習策略： 1. 專心聽講並完成課本練習「Go 健康」 2. 踴躍參與討論	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 練習課本 P. 39-生活汙水大追查、 P. 41-用行動捍衛地球、 P. 42-垃圾減量一起來。	【國際教育】 國 J1 理解我國發展和全球之關聯性。 國 J10 了解全球永續發展之理念。 國 J12 探索全球議題，並構思永續發展的在地行動方案。 【環境教育】	3/25、26 段考

							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。 環 J5 了解聯合國推動永續發展的背景與趨勢。 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。 環 J9 了解氣候變遷減緩與調適的涵義，以及臺灣因應氣候變遷調適的政策。	
第八週 03/31~04/04	1a-IV-3 評估 內在與外在的	Ca-IV-1 健康 社區的相關問	第 1 章全民總動員 【環境教育】	1	教學資源：	1. 課堂觀察 2. 口語問答	【國際教育】	4/3 調整放假

	行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 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。	題改善策略與資源。 Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	1. 呼吸清淨空氣的權利：說明臺灣面對空氣汙染問題的現況，並探討空氣汙染對於人類健康的影響。 【國際教育】 【環境教育】 2. 永續家園的使命：透過聯合國的永續發展目標，讓學生了解環境問題為全球各地皆重視的課題，再透過活動演練讓學生思考在自己的社區或城市，可以採取哪些措施以緩解環境問題。 3. 「校園防毒守門員」入班宣導：新興濫用藥物特色介紹（多樣化的偽裝、多種成分混用）及反毒演練		電腦、投影機、教學PPT。 學習策略： 1. 專心聽講並完成課本練習「Go 健康」 2. 踴躍參與討論。	3. 練習課本P. 46-掌握空氣品質保健、P. 48-永續城市人人有責。	國 J1 理解我國發展和全球之關聯性。 國 J10 了解全球永續發展之理念。 國 J12 探索全球議題，並構思永續發展的在地行動方案。 【環境教育】 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。 環 J5 了解聯合國推動永續發展的背景與趨勢。 環 J8 了解臺灣生態環境	4/4 兒童節及民族掃墓節「校園防毒守門員」入班宣導
--	---	---	---	--	--	--	--	-----------------------------------

							及社會發展 面對氣候變遷的脆弱性與韌性。 環 J9 了解氣候變遷減緩與調適的涵義，以及臺灣因應氣候變遷調適的政策。	
第九週 04/07~04/11	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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。 4b-IV-3 公開進行健康倡	Ca-IV-3 環保永續為基礎的綠色生活型態。 Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。	第 2 章做個有型的地球人 【國際教育】 【環境教育】 1. 引起動機：透過情境對話，引導學生思考綠色消費對於環境維護的重要性。 2. 小小改變，大大影響 (一)：了解不過度飲食消費及選擇友善海洋漁獲對於環境維護的重要性。	1	教學資源： 電腦、投影機、教學 PPT。 學習策略： 1. 專心聽講並完成課本練習「Go 健康」 2. 踴躍參與討論	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 練習課本 P.52- 小行動，愛地球 (一)、P.53- 小行動，愛地球(二)。	【國際教育】 國 J10 了解全球永續發展之理念。 國 J12 探索全球議題，並構思永續發展的在地行動方案。 【環境教育】 環 J4 了解永續發展的意義（環境、	

	導，展現對他人促進健康的信念或行為的影響力。						社會、與經濟的均衡發展) 與原則。 環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。	
第十週 04/14~04/18	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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。 4b-IV-3 公開進行健康倡導，展現對他	Ca-IV-3 環保永續為基礎的綠色生活型態。 Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。	第 2 章做個有型的地球人 【國際教育】 【環境教育】 1. 小小改變，大大影響(二)：環境友善少吃肉及吃當地、食當季對於環境維護的重要性。 2. 掌握標章・自在消費：學習認識環保標章，並了解如何運用於生活中選購環保產品。 3. 生活環保最有型：引導學生覺察生活中飲食之外，在其他層面可以執行的綠色行動。	1	教學資源： 電腦、投影機、教學 PPT。 學習策略： 1. 專心聽講並完成課本練習「Go 健康」 2. 踴躍參與討論	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 練習課本 P.54- 小行動，愛地球(三)、P.55- 小行動，愛地球(四)、P.61-綠色生活行動家。	【國際教育】 國 J10 了解全球永續發展之理念。 國 J12 探索全球議題，並構思永續發展的在地行動方案。 【環境教育】 環 J4 了解永續發展的意義(環境、社會、與經	4/17、18 模考

	人促進健康的信念或行為的影響力。						濟的均衡發展)與原則。 環 J6 了解世界人口數量增加、糧食供給與營養的永續議題。 環 J15 認識產品的生命週期，探討其生態足跡、水足跡及碳足跡。	
第十一週 04/21~04/25	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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	第 1 章健康我最型 【生命教育】 1. 引起動機、健康自造計畫：透過調查引發學生對自身健康生活習慣之覺察，解釋健康生活指標意義，說明在日常生活中保持好習慣對於維護健康的重要性。透過省思與討論引導學生透過自我覺察了解自身的健康需求，以及	1	教學資源： 電腦、投影機、教學 PPT。 學習策略： 1. 專心聽講並完成課本練習「Go 健康」 2. 踴躍參與討論。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 練習課本 P.66-運動齊步走。	【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	

	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-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。		在健康規畫中找到方式解決困難以促進健康行動。熟悉問題解決技能，分析自我健康情境中遇到的問題解決方法之阻力與助力，了解合適的方法有助於計畫成功。 2. 健康行不行：透過問題引導認識建立健康行為的歷程，並能思考自身在進行健康行為的樣態，擬定適合自己的健康習慣目標。				值思辨，尋求解決之道。	
第十二週 04/28~05/02	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-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	Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	【畢業考評量週】 第1章健康我最型 1. 健康 Up!：了解健康行為落實情形會因人而異、認識行為改變的各個階段，以及建立行為過程中找到合適方法的重要性。回顧國中階段學過的生活技能，了解如何靈活運用生活技能解決健康行動遇到的問題。 【生命教育】	1	教學資源：電腦、投影機、教學PPT。 學習策略： 1. 專心聽講並完成課本練習「Go 健康」 2. 踴躍參與討論	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 練習課本 P. 71-健康行為 Let's Go	【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	4/30、5/1 九年級畢業考

	生活技能，解決健康問題。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。		2. 校園健康寫真：回顧自我在國中階段所建立的健康習慣，省思自己在生活中健康習慣實踐情形與所遇到的障礙，並且能找到合適的生活技能加以因應。				求 解 決 之 道。	
第十三週 05/05~05/09	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	第2章朗朗健康路 1. 引起動機、夢想起飛：透過情境人物檢視自己父親生活與健康關係，了解健康包含生理、心理與健康多面向，建立健康是人生重要資源的概念。 2. 夢想距離我們有多遠：探討壓力對健康造成的影響，並找出解決之道，幫助自己重新建立良好的健康習慣。	1	教學資源： 電腦、投影機、教學PPT。 學習策略： 1. 專心聽講 2. 踴躍參與討論	1. 課堂觀察 2. 口語問答		5/7、8 段考
第十四週 05/12~05/16	1a-IV-4 理解促進健康生活	Aa-IV-2 人生各階段的身心發	第2章朗朗健康路	1	教學資源： 電腦、投影機、教學PPT。	1. 課堂觀察 2. 口語問答	【生涯規劃教育】	5/17 教育會考

	的策略、資源與規範。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	展任務與個別差異。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	1. 實踐夢想的資本：如何透過有效的方法，重新找回實踐夢想的健康資本。 2. 夢想實踐家：了解現代社會對健康的需求與脈絡，覺察生活中的健康意象，思考如何將健康納入自我人生資本中，並且從現在開始儲備健康。 【生涯規劃教育】 3. 幸福人生的最佳配備：分享自我人生目標，規畫夢想實踐藍圖，以及如何透過健康行動計畫滿足健康需求。		學習策略： 1. 專心聽講並完成課本練習「Go 健康」 2. 踴躍參與討論	3. 練習課本 P. 79-幸福築夢去。	涯 J6 建立對於未來生涯的願景。	
第十五週 05/19~05/23	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。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	快樂運動少傷害-運動傷害【安全教育】 1. 引起動機，請學生回想過去，是否曾有在校園中發生運動傷害的經驗？請學生分享。 2. 針對圖片情境，逐一介紹情境中導致運動傷害的人為及環境因素，引導學生思考每一情境可能造成的運動傷害。	1	教學資源：電腦、投影機、教學 PPT。 學習策略： 1. 專心聽講 2. 分享生活經驗	1. 課堂觀察 2. 口語問答	【安全教育】 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。	5/18 教育會考

	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-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。		3. 說明運動傷害的定義及分類。					
第十六週 05/26~05/30	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。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 2a-IV-2 自主思考健康問題	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	快樂運動少傷害-運動傷害【安全教育】 1. 運用圖片情境，引導學生思考運動時須特別注意場所的那些地方，以避免運動傷害的發生。 2. 瞭解常見的急性運動傷害的種類及其成因、症狀。 3. 了解急性運動傷害的處理方法-「PRICE，保護、	1	教學資源： 電腦、投影機、教學PPT。 學習策略： 1. 專心聽講 2. 分享生活經驗	1. 課堂觀察 2. 口語問答	【安 全 教 育】 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。	5/30 調整放假 5/31 端午節

	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-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。		休息、冰敷、加壓、抬高」。 4. 說明扭傷、拉傷的定義與處理方式。 3. 複習一般外傷的處理方法-「沖、擦、敷、看」。					
第十七週 06/02~06/06	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-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	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	快樂運動少傷害-熱傷害 【安全教育】 1. 講解熱傷害症狀，釐清熱衰竭與熱中暑的差異。 2. 講解運動前、中及後如何藉由水分補充策略、合適的服裝選擇與運動時間的安排，預防熱傷害的發生。 3. 說明熱傷害的處置方式並叮嚀與提醒學生，一旦發生緊急性運動傷害，應即刻尋求專業人士的協助，例如：健康中心、衛	1	教學資源： 電腦、投影機、教學PPT。 學習策略： 1. 專心聽講 2. 分享生活經驗	1. 課堂觀察 2. 口語問答	【安全教育】 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。	

	生活技能，解決健康問題。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。		生保健組、119 緊急醫療救護。 4. 播放運動暖身影片，帶領學生一起動一動。					
第十八週 06/09~06/13	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-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-2 自我監督、增強個人促進健康的	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	快樂運動少傷害-運動傷害 1. 克服運動傷害有秘訣：平時適當飲食、充足睡眠、運動前充分暖身、注意運動場地的安全性，不逞強、不過度運動，皆能降低運動傷害的產生。 2. 播放相關急救影片，複習傷口處理步驟。	1	教學資源： 電腦、投影機、教學PPT。 學習策略： 1. 專心聽講 2. 分享生活經驗	1. 課堂觀察 2. 口語問答		

	行動，並反省修正。							
--	-----------	--	--	--	--	--	--	--

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
113 學年度下學期	➢ 新北市政府教育局「校園防毒守門員」入班宣導。 依據行政院新世代反毒行動綱領 2.0 及教育局 113 年防制學生藥物濫用校園宣講實施計畫辦理。	☒ 簡報 蒐集近年新興毒品流行案例與政府反毒作為宣導政策。 ☐ 印刷品 ☐ 影音光碟 ☒ 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明： 卡牌、氣球、搶答鈴、學習單。	➢ 新興濫用藥物特色介紹： ● 多樣化的偽裝。 ● 多種成分混用。 ● 組織性行銷。 ➢ 瞭解自己獨特的優勢劣勢，擬定屬於自己的「防毒頑張」。 ➢ 反毒說書人(以桌遊遊戲化方式進行特定情境下人我感受的體驗)： 1. 透過圖板題目的解讀活動，增加對生活中潛藏毒害的情境認識。 2. 透過卡片的選擇活動，提升自我覺	➢ 使學生知曉新興濫用藥物特色 ➢ 讓學生設計一種獨特的防毒頑張。 ➢ 桌遊化：社會領域公民部分人我觀察與互動。 ➢ 本案為教育部	協助同學分組、搶答、桌遊規則說明與學習單回收。

			察的能力與對人我 差異的理解。	年度督 考訪視 重要指 標。 建議宣 導 時間：114 年3月底 第一次段 考後起迄4 月中(6月 底成效報 局核備)。	
--	--	--	--------------------	--	--

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。