

新北市金山高級中學 **112** 學年度 八 年級 第二 學期 **部定** 課程計畫 設計者：鍾育倫

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、學習節數：每週 (1) 節，實施(20)週，共 (20) 節。

三、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<ul style="list-style-type: none"> <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 type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變 <input checked="" type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養 <input checked="" type="checkbox"/> C1道德實踐與公民意識 <input type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3多元文化與國際理解 	<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。</p> <p>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。</p> <p>健體-J-B1 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。</p> <p>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>

四、課程架構：(自行視需要決定是否呈現)

五、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 1 週 2/15-2/17	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。 Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。 Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	一、永續經營健康路 【美妙的生命】 1. 認識自然受孕、人工受孕與試管嬰兒的過程。 2. 說明懷孕的症狀、身體與心理的變化以及懷孕的風險。 3. 認識超音波檢查與簡介產檢項目。 4. 介紹各階段的孕期並瞭解胎兒的生長情形、孕期應補充的營養與飲食禁忌。 5. 說明自然產與剖腹產的流程與優缺點，並體會生命誕生的奧妙。 6. 介紹優生保健法中的各種健康服務：婚前健康檢查、孕期產檢、嬰幼兒健康服務內容。	2	康軒版課本 自編教學簡報 *影片:生產	1. 課前準備 2. 實作及表現	【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。 人 J9 認識教育權、工作權與個人生涯發展的關係。 【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。	2/16(五)開學日 2/17(六)補班課 2/15(四)
第 2 週 2/18-2/24	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺							

	<p>利益與障礙。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</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-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p>						
<p>第3週 2/25-3/2</p>	<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-2 分析個人與群體健康的影響因素。</p>	<p>Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。</p> <p>Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。</p> <p>Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。</p>	<p>【成長的旅程】</p> <ol style="list-style-type: none"> 藉由學生分享自己小時候及長大的照片，說明人生不同階段的發展情形各不同。 說明人生各期的發展重點及主要的人生任務，並請學生完成習作我的學習紀錄，鼓勵學生從現在開始養成良好的生活習慣。 藉由健康曲線教學活動，引入人生每個不同的階段，若能順利發 	<p>3 康軒版課本</p> <p>自編教學簡報</p> <p>*「人生階段變變變」學習活動單</p>	<ol style="list-style-type: none"> 觀察 紀錄 實作及表現 	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。</p>	<p>2/28 休假</p>

<p>第 4 週 3/3-3/9</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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。</p>		<p>展，都是奠定下階段健康狀態的基礎，並說明健康曲線圖的閱讀方式、影響健康曲線的因素。</p> <p>【慢老樂活】</p> <p>1. 討論：只要是人都一定會面臨老化的問題，我們現在所做的決定都會影響我們老年的生活，每個人都都不喜歡臥床或疾病纏身，那要怎麼做才能避免呢？</p>	<p>*「人生賓果」學習活動單</p> <p>*「健康曲線大不同」學習單</p> <p>*「珍惜每一刻」學習單</p>		<p>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。</p>	
<p>第 5 週 3/10-3/16</p>	<p>2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減</p>						

	少健康風險的行動。						
第 6 週 3/17-3/23	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。	Fb-IV-2 健康狀態影響因素分析與不同性別者平均餘命健康指標的改善策略。 Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	第 2 單元慢性病的世界 1. 藉由十大死因的轉變，說明慢性病已成為國人的主要死因，探討其改變的因素。 2. 介紹國人十大死因第一名— 癌症 ，並了解不同癌症的致癌因素及預防方法。 3. 介紹十大死因中的 心血管疾病 ，包含：高血壓、冠心病、腦中風。 4. 介紹心血管疾病的預防方法。	3	康軒版課本 自編教學簡報 * 動畫：癌細胞生長 * 影片：心血管疾病	1. 觀察 2. 課前準備 3. 紀錄 4. 實作及表現	【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 3/24-3/30	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。						3/26-27 第一次段考
第 8 週 3/31-4/6	4a-IV-3 持續地執行促進健康及減						4/4-4/7 清明連假四天

	少健康風險的行動。						
第 9 週 4/7-4/13	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。	Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。 Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	1. 藉由說明尿液篩檢的重要，引導學生進入本章主題。 2. 介紹 腎臟病 病因、讓學生了解腎臟病變的前兆及預防腎臟病的保養之道。	1	康軒版課本 自編教學簡報 *影片:泌尿系統與腎臟病 *動畫:糖尿病	1. 觀察 2. 實作及表現 3. 分組練習	【生命教育】 生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。 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 10 週 4/14-4/20	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。		1. 介紹 糖尿病 的定義、症狀、高危險族群特徵及預防糖尿病的保養之道。	1			
第 11 週 4/21-4/27	4a-IV-3 持續地執行促進健康及減		1. 說明檢視 自我生活型態 的重要性及方法。 2. 疾病是生命的導師— 藉由角色扮演活動，讓學生體會病人、主要照顧者與探病者的心	2			

第 12 週 4/28-5/4	少健康風險的行動。		理，最後總結健康生活型態的重要性。				
第 13 週 5/5-5/11			期中總複習 (第一次評量)				5/09-10 第二次段考
第 14 週 5/12-5/18	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	第 3 單元千鈞一髮覓生機 1. 以介紹急救箱引導學生進入本章主題。 2. 說明急救的定義、目的和原則，並知道在急救的過程當中，如何保護自己及傷患的安全。 3. 介紹止血法。 4. 介紹包紮法中的環狀、螺旋狀、網狀、懸臂吊帶法及踝關節三角巾包紮法、徒手搬運法。	3 康軒版課本 自編教學簡報 * 家用急救箱 * 影片：簡易急救-止血法 * 影片：簡易急救-包紮法	1. 實作及表現 2. 觀察 3. 紀錄	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。 安 J11 學習創傷救護技能。 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。	5/18(六)、 5/19(日) 國中教育會考

<p>第 15 週 5/19-5/25</p>	<p>行動的自覺 利益與障 礙。 2b-IV-3 充 分地肯定自 我健康行動 的信心與效 能感。 3a-IV-1 精 熟地操作健 康技能。 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。</p>							
<p>第 16 週 5/26-6/1</p>	<p>4b-IV-2 使 用精確的資 訊來支持自 己健康促進 的立場。</p>							

<p>第 17 週 6/2-6/8</p>	<p>1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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>Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。</p>	<p>【心肺復甦術】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 說明心肺復甦術的原則概念與步驟。 2. 學會心肺復甦術的實施過程，並能在適當、正確的情境下使用。 3. 演練心肺復甦術 4. 了解遇到緊急事故時，唯有冷靜面對，才能做好正確的應變措施。 5. 介紹一些臺灣地區的救難機構做總結，讓學生了解我們身邊有許多無私奉獻的人們，希望大家心存感恩的心情。 	<p>3 康軒版課本 自編教學簡報 *影片：CPR</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 實作及表現 2. 觀察 	<p>【安全教育】</p> <p>安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。 安 J11 學習創傷救護技能。 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。</p>	<p>6/7(五) 畢業典禮</p>
<p>第 18 週 6/9-6/15</p>	<p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。</p>						<p>6/10 端午節</p>
<p>第 19 週 6/16-6/22</p>	<p>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 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。</p>						

	4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。						
第 20 週 6/23-6/29			期末總複習 (第二次評量)				6/26-27 第三次段考 6/28(五) 休業式

六、本課程是否有校外人士協助教學

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： _____			

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。