**新北市 溪崑 國民中學113學年度 八 年級第一學期部定課程計畫 設計者：＿ 張顥霓＿＿**

1. **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

1. **學習節數：**每週( **1** )節，實施(22 )週，共(22)節。
2. **課程內涵：**

|  |  |
| --- | --- |
| **總綱核心素養** | **學習領域核心素養** |
| **□** A1身心素質與自我精進  **□** 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-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-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 |

1. **課程架構：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)**

|  |  |
| --- | --- |
| 擁抱青春相信愛 | 愛的真諦 |
| 我的身體我做主 |
| 約會的事 |
| 防疫總動員 | 新興傳染病 |
| 認識臺灣傳染病 |
| 致命的吸引力 | 拒菸我最行 |
| 酒、檳榔的世界 |
| 無毒人生 |

1. **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  8/25-8/31 | Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維 持、結束的原則與因應方法。  Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 | **【愛的真諦-喜歡V.S迷戀】**  1.寫出心中喜歡的一個對象，  看”戀愛小測驗-如何區別喜  歡和愛”，並做影片中的測  驗。  2.迷戀(暈船)—討論不該愛上  的對象(吸毒、家暴、花  心……)。 | 1 | 1.教學影片  2.翰林健體(三) 1-1愛的真諦 | 1.觀察記錄  2.踴躍發言 | **【生命教育】**  生J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。  **【生涯規劃教育】**  涯J4 了解自己的人格特質與價值觀。 | 30開學 |
| 第二週 9/1-9/7 | Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維 持、結束的原則與因應方法。  Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 | **【維持人際好關係】**  1.請同學共同討論，找出班上  人際關係最好的人，為什麼  大家喜歡和她 （他）親近  呢？請學生踴躍發言。  2.配合課本歸納說明：人緣好的同學通常具備以下四個特質  具有同理心  有好的情緒管理  有效溝通能力  擁有正向思維 | 1 | 翰林健體(三) 1-1愛的真諦電子書 | 1.觀察記錄  2.踴躍發言 | **【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。  **【生涯規劃教育】**  涯J4 了解自己的人格特質與價值觀。 | 0903-0904九年級第一次複習考 |
| 第三週 9/8-9/14 | 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。 | 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。  4b-Ⅳ-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | **【性騷擾知多少】**  1.請學生發表根據看到的新聞  案例，你認為怎麼樣會構成  性騷擾？  2.觀看性平影片-性騷擾學生自  我保護微電影  3.綜合說明性騷擾種類及常見迷思等**。**性騷擾的常見迷思，在法律上都有明確的規範與罰則，若遭受性騷 擾，一定要勇敢說出來並求助。 | 1 | 1.教學影片  2.翰林健體(三)1-2我的身體我做主電子書 | 1.觀察記錄  2.踴躍發言 | **【性別平等教育】**  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。 | 0910-0912八九年級國英數科補考 |
| 第四週  9/15-9/21 | 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。 | 1a-IV-4 理解促進健康生活的策、資源與規範。  4b-Ⅳ-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | **【維護身體自主權】**  1.觀看影片-身體我做主(性別教育篇)、語言中的性別意涵  2.針對案例中之情況進行腦力激盪，想出有效的解決方法。  學生發表討論結果。教師以課本範例說明看到性騷擾發生時，可以採用的處理方式。 | 1 | 1.教學影片  2.翰林健體(三)1-2我的身體我做主 | 1.主動分享  2.踴躍發言 | **【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。 | 0917中秋節放假 0918-0919八九年級社自科補考 |
| 第五週 9/22-9/28 | 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。  Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | 3b-IV-1 熟悉各自我調適技能。  4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | **【青春四人行】**  **1.**請問同學邀約過別人一起出遊嗎？你通常會如何邀約呢？  發表：請一到兩位同學分享。  2.觀看-青春四人行影片  **3.練習影片中的”邀約技巧”**:用欣賞代替喜歡、先用團體活動替代單獨約會。  4.**練習影片中的”拒絕邀約技巧”**；教師對於學生表演的內容給予適當指導與建議。 | 1 | 1.教學影片  2.翰林健體(三)1-3 約會的事 | 1.參與態度  2.合作能力 | **【家庭教育】**  家J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。 | 0923學習扶助、課輔、族語班、晚自習開始 |
| 第六週  9/29-10/5 | 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。  Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | 3b-IV-1 熟悉各自我調適技能。  4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | **【愛情平衡木】**  1.看”愛情平衡木”影片  2.學生上台接受約會相關價值觀訪問。  3.統整約會時應該注意的事項:約會地點、約會的形式、  約會的費用、衝突化解方式等。清楚表達「我的訊息」  、同理心與傾聽、 尊重對方。 | 1 | 1.Youtube影片  2.翰林健體(三)1-3 約會的事 | 1.主動分享  2.踴躍發言 | **【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。 |  |
| 第七週 10/6-10/12 | Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。  Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | 3b-IV-1 熟悉各自我調適技能。  4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | **【好好說再見】**  1.觀看影片-“好好說分手”  說明分手小技巧：  釐清分手的原因 、事先準備好分手的理由、親自理性的提出分手、當面溝通比簡訊好 。  **2.觀看影片-“失戀必經五階段”，說明分手後的自我調適:**  接受才能放下、允許自己悲傷、轉移失戀情緒、重心放在自己身上，重新生活。 | 1 | 1.教學影片  2.翰林健體(三)1-3 約會的事 | 1.觀察記錄  2.踴躍發言 | **【生命教育】**  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。  **【人權教育】**  人J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 | 1008-1009第一次定期評量1010國慶日放假 |
| 第八週  10/13-10/19 | 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。 | 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。  4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | **【瑪俐兄弟冒險記】**  1.了解傳染病與非傳染病的差異。  2.了解傳染病在臺灣的發展史，說明傳染病發生的三大要素與法定傳染病的意義。  3.介紹傳染病：『瑪俐兄弟冒險記』。  瑪俐兄弟：抵抗力弱的人  庫巴火龍：病原體  小怪群：四大傳染途徑 |  | 1.自製教具  2.翰林健體(三)2-1 新興傳染病 | 1.認真聆聽  2.參與態度 | **【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。 |  |
| 第九週  10/20-10/26 | 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。 | 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。  4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | **【傳染疾病On-line1】**  1.介紹登革熱、腸病毒、病毒性肝炎。  2.觀看『疾病防範短片』。  3.綜合說明症狀及預防方法。 | 1 | 1.教學影片  2.翰林健體(三)2-2 認識台灣傳染病 | 1.認真聆聽  2.參與態度 | **【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。 |  |
| 第十週  10/27-11/2 | 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。 | 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。  4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | **【傳染疾病On-line2】**  1.介紹肺結核、流行性感冒，並指導學生如何預防傳染病。  2.觀看『疾病防範短片』。  3.綜合說明症狀及預防方法。 | 1 | 1.教學影片  2.翰林健體(三)2-2 認識台灣傳染病 | 1.認真聆聽  2.參與態度 | **【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。 |  |
| 第十一週11/3-11/9 | 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。 | **【傳染病大K.O---分組闖關】**  1.將全班分成六小隊，進行傳染病相關知識、技能之闖關遊戲。  2.綜合說明、小隊頒獎。 | 1 | 翰林健體(三)2-2 認識台灣傳染病 | 1.參與態度  2.合作能力 | **【戶外教育】**  戶J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。 | 1104-1108英語文競賽 |
| 第十二週  11/10-11/16 | 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。 | **【全民健保e起來】**  1.了解醫療層級、家庭醫師、處方箋及醫藥分業等相關的健保制度，並連結至自己的生活經驗。  2. 全 2.健保的含義及便利性。  3.明白如何使用健保IC卡。  4.介紹外國醫療概況。 | 1 | 1.教學影片  2.教用版電子書 | 1.參與態度  2.認真聆聽 | **【人權教育】**  人J4 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。 | 3九年級課輔、學習扶助、族語班結束 |
| 第十三週11/17-11/23 | Fb-IV-3 保護性的健康行為。 | 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  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。 | 【**藥物大觀園**】  1.教師準備不同的藥物圖片類型，例如：針劑、粉劑、丸狀。  2.教師介紹不同藥物的型態影響吸收的狀況。  3.正確使用藥物的習慣探討。  4.討論常見的藥物錯誤使用習慣。 | 1 | 1.教學影片  2.教用版電子書 | 1.認真聆聽  2.踴躍發言 | **【環境教育】**  環J1 了解生物多樣性及環境承載力的重要性。 |  |
| 第十四週11/24-11/30 | 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。  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。 | **【用藥安全知多少】**  1.請學生分組討論並發表吃藥前注意事項，再由教師做觀念澄清。  2.教師拿出課前準備的藥袋及藥物使用說明書，指導學生如何看懂藥袋或藥物使用說明書。  3.觀看教學影片：如何正確用藥 | 1 | 1.教學影片  2.教用版電子書 | 1.主動分享  2.參與態度 | **【環境教育】**  環J1 了解生物多樣性及環境承載力的重要性。 | 1127-1128第二次定期評量 |
| 第十五週12/1-12/7 | Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 | 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。 | **【菸害開講--限時批】**  1.以課本漫畫與教學影片介紹菸品歷史，帶領學生了解青少年吸菸原因及心理因素。  2.介紹『董氏基金會--菸害防制網』，說明菸對人體全身健康的危害，以及吸菸會導致金錢花費增加與容貌的改變。  3.『警示圖文網站』觀後心得分享。 | 1 | 1.董氏基金會官網  2.翰林健體(三)3-1 拒菸我最行 | 1.認真聆聽  2.參與態度 | **【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。 |  |
| 第十六週12/8-12/14 | Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 | 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。 | **【菸害變臉記】**  1.藉由畫臉活動，使學生了解吸菸對於人體外觀的影響。  2.認識菸及電子菸的成分與危害，帶入菸對呼吸系統的影響  3.說明菸及電子菸對人體全身健康的危害，以及吸菸會導致金錢花費增加與容貌的改變。 | 1 | 翰林健體(三)3-1 拒菸我最行 | 1.認真聆聽  2.參與態度 | **【法治教育】**  法J3 認識法律之意義與制定。 |  |
| 第十七週12/15-12/21 | Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 | 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。 | **【遺失的微笑---紅脣族】**  1.介紹檳榔歷史，並以健康電台引導，說明檳榔與所產生的社會問題。  2.說明檳榔對人體的健康影響。  3.影片觀賞--『遺失的微笑』（上） | 1 | 1.教學影片  2.翰林健體(三)3-2 酒、檳榔的世界 | 1.認真聆聽  2.參與態度 | **【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。 | 1219-1220九年級第二次複習考 |
| 第十八週12/22-12/28 | Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 | 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。 | **【把酒言『害』】**  1.影片觀賞--『遺失的微笑』（下）觀後感心得分享  2.說明酒對人體的多種傷害，以及酒精在人體中的吸收與代謝情形。  3.討論酒駕問題，並簡介成癮物質的意義及危害。 | 1 | 1.教學影片  2.翰林健體(三)3-2 酒、檳榔的世界 | 1.主動分享  2.參與態度 | **【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。 | 1227英語歌唱比賽 |
| 第十九週12/29-1/4 | Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 | 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。 | **【無毒人生--成癮藥物知多少】**  說明常見的成癮藥物分為中樞神經興奮劑、中樞神經抑制劑、中樞神經迷幻劑三大類。  1.中樞神經抑制劑：FM2、K他命、海洛英  2.中樞神經興奮劑：搖頭丸、安非他命 ﹙MDMA﹚  3.中樞神經迷幻劑：大麻  總結：成癮物質不僅會對個人身體造成危害，也會拖垮家人及社會大眾的安全，千萬不可輕易嘗試。 | 1 | 翰林健體(三)3-3 無毒人生電子書 | 1.認真聆聽  2.觀察記錄 | **【生涯規劃教育】**  涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。  **【法治教育】**  法J3 認識法律之意義與制定。 | 0101元旦假0103藝能科評量、學習扶助、課輔、族語班結束 |
| 第二十週1/5-1/11 | Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 | 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。 | **【無毒青春，我最行】**  1.毒家大講堂：藥物濫用定義、身心症狀  2.毒家對對碰：毒品圖片及名稱配對遊戲 | 1 | 翰林健體(三)3-3 無毒人生 | 1.合作能力  2.參與態度 | **【法治教育】**  法J4 理解規範國家強制力之重要性。  **【品德教育】**  品EJU4 自律負責。 | 0110九年級藝能科評量 |
| 第二十一週1/12-1/18 | Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與 自我控制。 | 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。 | **【只要青春，不要害】**  --『演練天龍八不之拒絕技巧』  1.分析需要拒絕的情境，了解拒絕過程須運用的溝通技巧。  2.介紹八種拒絕技巧並實際演練。 | 1 | 1.自製教具  2.翰林健體(三)3-3 無毒人生 | 1.合作能力  2.參與態度 | **【品德教育】**  品EJU4 自律負責。  **【生涯規劃教育】**  涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。 | 0117-0120第三次定期評量 |
| 第二十二週1/19-1/25 | Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與 支持性規範、戒治資源的運 用。 | 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。 | **【健康生活家】**  請學生以身作則，向家人、親友宣導毒品的危害，及宣誓不會觸碰毒品。 | 1 | 翰林健體(三)3-3 無毒人生 | 1.主動分享  2.參與態度 | **【生涯規劃教育】**  涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。 | 0120休業式、校務會議(13：30) |

1. **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** |
|  |  | □簡報  □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：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

✰**上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。**