

新北市溪崑國民中學 **114** 學年度 七 年級第 **2** 學期 **部定** 課程計畫 設計者： 張顯霓 老師

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
<p>【修正後通過】 請檢視融入議題與課程主題活動的相關性,例如：第 18-20 週。</p>	<p>已根據委員建議修正。18週【生涯規劃教育】涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。19週【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。20週【生涯規劃教育】涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。</p>

◎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。 **七八年級 21 週、九年級 18 週**

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 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 </p>	<p>請依各領域(科目)綱要核心素養具體內涵填寫</p> <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-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>

總綱核心素養	學習領域核心素養
<input 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 type="checkbox"/> C3多元文化與國際理解	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。

五、課程架構：(自行視需要決定是否呈現，但不可刪除。)

七下	致命的吸引力	拒菸我最行
		酒、檳榔的世界
		無毒人生
	防疫總動員	新興傳染病
		認識常見傳染病放大鏡
	醫療新世代	用藥安全
		我愛健保

★★★提醒老師：

1. 課程計畫內容若為自編請以紅色字呈現，若引用廠商部份則以黑色字呈現。

2. 若有實施跨領域，學習重點(學習表現及學習內容)也需要同時呈現，否則至少會被列入「修正後通過」。

3. 若有融入議題，一定要摘錄實質內涵，實質內涵放置於學習重點或融入議題欄位均可，但務必於「單元/主題名稱與活動內容」欄位需呈現相關議題之教學設計，否則至少會被列入「修正後通過」。

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							
呈現週及起訖時間 例如： 第一週 02/23~02/27			例如： 單元一 活動一： (活動重點之詳略由各校自行斟酌決定)	1			例如： 1. 觀察記錄 2. 學習單 3. 參與態度 4. 合作能力	例如： 性別平等、人權、環境品德、生命生涯規劃等	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 甲協同科目： 乙協同節數：
第 1 週 0211-0214 (1/21~1/23)	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	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。	【菸品的前世今生】 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	1	教學影片 翰林電子教	反思與自我評量，鼓勵學生檢視自己的生活型態。	認真聆聽踴躍發言	【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。	1/21-1/23 補行上課

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							
	威脅感與嚴重性。		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。		科書 董氏基金會官網				
第 2 週 0215-0221									春節週放假
第 3 週 0222-0228	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。	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。	【新興菸品的危害】 1.請同學分享是否有看過家人、朋友使用電子煙呢？是否認為電子煙比較健康？ 2.說明電子煙中的成分，也包含了傳統菸中的尼古丁、甲醛、乙醛等成分。反而更容易上癮以及傷害身體。 3.說明加熱煙品和加味菸也是同樣會造成嚴重傷害的危險物品。	1	教學影片 翰林電子教科書	反思與自我評量，鼓勵學生檢視自己的生活型態，設定健康目標。	參與態度實作表現	【生涯規劃教育】 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。 【法治教育】 法J7 理解少年的法律地位。	23 開始上課 27-28 和平紀念日

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 4 週 0301-0307	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。	Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。	【吸菸的代價】 1.藉由畫臉活動，使學生了解吸菸對於人體外觀的影響。 2.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.如果親友想要戒菸，除了可以利用戒菸藥局、戒菸門診、戒菸班等資源外，家人的支持更是讓他們成功戒菸的關鍵呵。	1	翰林電子教科書 黑板作畫	小組討論與合作學習，透過遊戲互動產生完整健康概念。	參與態度實作表現	【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。	3-4 九年級第 3 次複習考 5 寒假作業抽查
第 5 週 0308-0314	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。	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。	【把酒言『害』】 1.影片觀賞--『酒精對人體的危害』，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	教學影片 翰林電子教科書	反思與自我評量，鼓勵學生檢視自己的生活型態，設定健康目標。	認真聆聽踴躍發言	【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。	9 第八節開始 9-13 校內語文競賽 10-12 國英數補行評量 12 寒假作業補抽查 14 英語演說及作文競賽(漳和)

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 6 週 0315-0321	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。	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。	【遺失的微笑---紅脣族】 1.介紹檳榔歷史，並以健康電臺引導，說明檳榔與所產生的社會問題。 2.說明檳榔對人體的健康及環境危害的影響。 3. 影片觀賞--『陽光下的檳榔樹』，觀後感心得分享。	1	教學影片 翰林電子教科書	小組討論與合作學習，透過討論、互動來建立支持與共感。	認真聆聽 踴躍發言	【環境教育】 環J11 了解天然災害的人為影響因子。	17-19 社自藝能科補行評量
第 7 週 0322-0328	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。	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。	【成癮藥物知多少】 1.說明藥物濫用會有耐藥性、心理、生理依賴。 2.介紹常見的成癮藥物： 中樞神經抑制劑：FM2、K他命、海洛英 中樞神經興奮劑：搖頭丸、安非他命（MDMA） 中樞神經迷幻劑：大麻	1	翰林電子教科書	情境式學習，把課程內容與生活情境連結。	參與態度 實作表現	【法治教育】 法J9 進行學生權利與校園法律之初探。	23 溪崑文學獎、視覺藝術展收件截止
第 8 週 0329-0404	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的	Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。	【無毒青春，我最行PART1】 1. 影片觀賞--『K 他命交響曲』，觀後感心得分享。	1	教學影片	反思與自我評量，鼓勵學生檢視自己的生活型	認真聆聽 踴躍發言	【法治教育】 法J7 理解少年的法律地位。	31-1 第 1 次定期評量 3-6 兒童節、清明節

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							
	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。	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。	2. 說明一旦碰觸毒品，便很難戒治成功，多的是進出勒戒所多次的煙毒犯，是因為毒品有生理、心理、社會三方面的影響。		翰林電子教科書	態，設定健康目標。			
第 9 週 0405-0411	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。	Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 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。	【無毒青春，我最行 PART2】 1.毒品會以果凍、糖果、茶包、咖啡包的形式流通，所以同學對於來路不明的飲料或是零食都要抱持著懷疑的態度，使用批判性思考小技巧來避免誤觸毒品。 2.介紹新興毒品，如：喪屍煙彈，以及毒駕危害等議題。	1	教學影片 翰林電子教科書	反思與自我評量，鼓勵學生檢視自己的生活型態。	參與態度實作表現	【法治教育】 法J7 理解少年的法律地位。 【生涯規劃教育】 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	7 英語繪本創作競賽初賽(雙溪) 11 校慶(暫訂)
第 10 週 0412-0418	3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 3b-IV-4 因應不同的生	Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主	【天龍八『不』】 『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。	1	教學影片	情境式學習，把課程內容與生活情境連結。	分組競賽合作能力	【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。	13 校慶補假 14 英語歌曲演唱競賽(三和) 16 第 1 次作業抽查

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							
	活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。	行動與支持性規範、戒治資源的運用。	2.介紹八種拒絕技巧，並兩人一組，上台抽籤實際演練。		自製教具				
第 11 週 0419-0425	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。	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。	【Mario Bros 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	翰林電子教科書 自製教具	圖像輔助，引導討論學習課題。	參與態度實作表現	【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。	23 第 1 次作業補抽查 21-22 九年級第 4 次複習考
第 12 週 0426-0502	2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	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。	【防疫工作無國界】 1.介紹新興傳染病的反撲，例如：SARS、茲卡病毒、H1N1、MERS、新冠肺炎。 2.說明法定傳染病？什麼是隔離？什麼是檢疫？ 3.了解出國的注意事項	1	教學影片 翰林電子教	情境式學習，把課程內容與生活情境連結。	參與態度實作表現	【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。	30 九年級課輔及學扶結束 1 勞動節

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							
					科書				
第 13 週 0503-0509	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	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。	【蚊子的逆襲—登革熱】 1.影片觀賞--『打擊登革熱，SS 級任務』，觀後感心得分享。 2.預防登革熱的三不政策：不讓斑蚊繁殖、不讓斑蚊進屋、不讓斑蚊叮咬。 3.說明“巡、倒、清、刷”預防四字訣。	1	教學影片 翰林電子教科書	小組討論與合作學習，透過討論、互動來建立支持與共感。	認真聆聽 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。	7-8 九年級第 2 次定期評量 8 溪崑文學獎暨視覺藝術展頒獎典禮
第 14 週 0510-0516	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	【流感-“感”流行】 1.影片觀賞--『流感重症之人體大冒險』，觀後感心得分享。 2.說明流感是由流感病毒引起的急性呼吸道感染疾病。流感病毒有 A~D 型，A 型及 B 型流感病毒可以引起季節性流感流行。 3.介紹腸病毒及預防方法。	1	教學影片 翰林電子教	情境式學習，把課程內容與生活情境連結。	認真聆聽 踴躍發言		14-15 七八年級第 2 次定期評量 15 第 7 節九年級停課查看考場 16-17 教育會考

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							
					科書				
第 15 週 0517-0523	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	【唉呀!我的肺】 1.播放衛福部肺結核相關衛教影片。 2.說明肺結核的症狀，若有不明原因咳嗽長達兩個星期以上就要盡快就醫，並學習利用「七分篩檢法」進行自我檢測。 3.提升自身免疫力、注射卡介苗、減少進去公共場所等都是預防肺結核的好方法。	1	教學影片 翰林電子教科書	圖像輔助，引導討論學習課題。	參與態度實作表現		18-22 七年級詩詞吟唱走位 19 九年級補行評量 21 數學金頭腦
第 16 週 0524-0530	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	【肝病三部曲】 1.說明肝炎三部曲及病毒性肝炎的傳染方式。 2.介紹肝炎三部曲及病毒性肝炎的傳染方式。 3.病毒性肝炎的預防與治療。	1	翰林電子教科書	圖像輔助，引導討論學習課題。	認真聆聽踴躍發言		26-28 七年級詩詞吟唱總彩排 29 詩詞吟唱比賽
第 17 週 0531-0606	3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調	Fb-IV-3 保護性的健康行為。	【傳染病大 K.O---分組闖關】	1	翰林電	小組討論與合作學習，透過遊戲互	分組競賽		4 第 2 次作業抽查 2-4 七八年級

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							
	適並修正，持續表現健康技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	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。		子教科書	動產生完整健康概念。	合 作能力		學習扶助篩選測驗
第 18 週 0607-0613	3b-IV-3 熟悉大部分的決策與批判技能。 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。	Bb-IV-1 正確購買與使用藥品的行動策略。 Bb-IV-2 家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。	【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	教學影片 翰林電子教科書	小組討論與合作學習，透過討論、互動來建立支持與共感。	認 真聆聽、踴躍發言	【生涯規劃教育】 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	5-12 畢業週 11 第 2 次作業補抽查 12 第八節結束
第 19 週 0614-0620	3b-IV-3 熟悉大部分的決策與批判技能。	Bb-IV-1 正確購買與使用藥品的行動策略。 Bb-IV-2 家庭、同儕、文化、	【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。	1	教學影片	反思與自我評量，鼓勵學生檢視自己的生活型態。	參 與態度實作表現	【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	18 地理知識競賽 19 端午節

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							
	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。	媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。	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		自製道具			我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第 20 週 0621-0627	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	【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.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	教學影片 翰林電子教科書	生活化學學習，讓學生連結生活經驗與身體知識。	參與態度 實作表現	【生涯規劃教育】 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	22 七年級小隊旗設計與製作競賽止 26 藝能科期末評量
第 21 週 0628-0630	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 4a-IV-1 運用適切的健	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	【健保資源要珍惜】 1.請學生分組上網查出目前常見的健保資源濫用案例。 2.以分組報告的方式將查到的資料與同學分享。	1	教學影片 翰林	反思與自我評量，鼓勵學生檢視自己的生活型態。	認真聆聽 踴躍發言	【家庭教育】 家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。	29-30 第 3 次定期評量

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							
	康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。		3.請學生一同討論是否曾經聽過這些情形，並討論如何預防這些情況的發生。 4.教師與學生探討目前全民健保所面臨的困境，及全民應有的正確使用醫療資源的態度。		電子教科書				

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： _____			

☆上述欄位皆與校外人士協助教學及活動之申請表一致。