# 新北市 文山 國民中學 114 學年度 7 年級第 1 學期部定課程計畫 設計者:健體教學團隊

### 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

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
■ A1 身心素質與自我精進	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
■ A2 系統思考與解決問題	積極實踐,不輕言放棄。

- 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-A3 具備善用體育與健康的資源,以擬定運動與保健計劃,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。

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-B3 具備審美與表現的能力,瞭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。

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。

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。

健體-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。

#### 万、課程架構:

### 第一單元青春快樂頌

- 1.介紹全人健康的概念與內容,並認識身體的器官和系統運作機制,在認識自己之後,學習提升自己健康的各種方法。
- 2.介紹視力、口腔與聽力,說明這三者的重要性,進而培養相關保健的自主策略。

- 3.介紹性別的特色與差異,及成長過程中會遇到的變化,瞭解青春期身心變化,並學習調適與保健策略。
- 4.瞭解青春期在心理發展階段的特性,覺察青春期會遇到的心理煩惱與問題,學習面對因青春期產生的心理變化、探索自我並規劃未來。

### 第二單元 人際停看聽

- 1.認識四種人際互動模式與人際關係發展進程,學習溝通技巧並應用在人際互動上,再進一步瞭解網路交友時應注意的重要事項。
- 2.學習身體自主權的維護與表達,並瞭解性騷擾的資訊及相關應對策略,以及色情媒體的誤區與對青少年身心的危害。

# 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	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	動內容						
第一週 114/09/01   114/09/05	1a-IV-1 生與面念 2 2 健土沉 2 b-IV-1	體各系統、 器官的能。 Fa-IV-1 自自認可用。 Fb-IV-1 全人健康概念	第1單元青春快樂頌 第1章健康的基礎 1.說明課堂規則與成績 計算方式。 2.利用漫畫情境與提問 引導進入課程,再說明 影響健康最主要的因素 是生活型態。 3.介紹人體的器官與系 統以及它們的關聯。	1	電電板資體圖子影、官器、白音人拼	題	1.歷程性評量:課 堂踴躍回答問題。 2.總結性評量:能 說明人體器官與系 統。 3.紙筆測驗:完成 Let's do it!與健 康好行。	性 月接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。	學(需另申請授
	與價值觀。								
第二週 114/09/08   114/09/12	1a-IV-1 理解 生理、心理 與社會各層	體各系統、	第1單元青春快樂頌 第1章健康的基礎 1.介紹建立自我認同的 方法,再帶領學生進行		電子書、電子白板、空白紙張	找出屬性	1.歷程性評量:課 堂踴躍回答問題。 2.學生自我檢核: 透過勾選「生活保	性 月接納自我與尊重他人的性傾向、	□實施跨領域或 跨科目協同教 學(需另申請授 課鐘點費者)

	面健康的概念。 2a-IV-1關注健康、選數學。 2b-IV-1以生,以與實質學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學	認同與自我 實現。 Fb-IV-1全人 健康概念與	課本活動「特質氣球」,說明擁有更好的特質的方式。 2.說明落實健康生活的步驟應先找出首要改進的健康行為當作目標, 再循序漸進改善習慣。 3.請學生完成健康好行。				健法」的行為檢核自己的健康行為。 3.紙筆測驗:完成 Let's do it!與健 康好行。	性別特質與性別認同。	1.協同科目: 2.協同節數:
第三週 114/09/15   114/09/19	3a-IV-1 精熟 地技作。 3a-IV-2 同境 3a-IV-2 同境並續 時度 4a-IV-2 的進並續 4a-IV-2 增	保健習慣的 實踐方式與 管理策略。 Da-IV-3 視 力、口腔保	第1單元青春快樂頌 第2章健康檢查站 1.學生閱讀課前漫畫並 思考下方的四個問題。 2.說明健康檢查的重要 性,並依照健康檢查報 告逐一說明檢查項目的 用意,再延伸強調視力 檢查的重要性。 3.介紹眼球內部構造, 再說明正常眼軸、假性	1	電子自板電子白板	題	回答問題。 2.總結性評量: (1)能瞭解眼球內部構造。 (2)能簡述正常眼軸、假性近視眼軸	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	學(需另申請授 課鐘點費者) 1.協同科目: ————

	個人促進健 康的行動 · 並 反 省 修	近視眼軸與近視眼軸的 區別。					
	正。 4a-IV-3持續 地執行促進 健康及減少						
	健康風險的 行動。 1b-IV-1 分析						
	健康技能和 生活技能對 健康維護的						
	重要性。1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實						
	施程序概念。						
第四週 114/09/22 	3a-IV-1 精熟 地操作健康 技能。	第1單元青春快樂頌 第2章健康檢查站	1	電子書、電子白	概念性問 題	【生命教育】 生 J5 覺察生活中 的各種迷思·在生	<b>□</b> 實施跨領域或 跨科目協同教

			1		I	1	
114/09/26	3a-IV-2 因	實踐方式與	1.播放高度近視防治宣	板、影音	2.總結性評量:	活作息、健康促	學(需另申請授
	應不同的生	管理策略。	導影片引導學生思考視	播放設備	(1)能簡述視力相關	進、飲食運動、休	課鐘點費者)
	活情境進行	Da-IV-3 視	力的重要性。		的疾病成因與症	閒娛樂、人我關係	1.協同科目:
	調適並修	力、口腔保	2.介紹視力相關的疾病		狀。	等課題上進行價值	
	正,持續表	健策略與相	的成因與症狀。		(2)能瞭解護六招	思辨,尋求解決之	2.協同節數:
	現健康技	關疾病。	3.說明習慣與視力有		式。	道。	
	能。		關,請學生盤點日常習		3.學生自我檢核:		
	4a-IV-2 自我		慣看是否已對視力造成		盤點視力相關的日		
	監督、增強		威脅。		常習慣。		
	個人促進健		4.講解護眼六招式,強				
	康的行動,		調護眼的重要性。				
	並反省修						
	正。						
	4a-IV-3 持續						
	地執行促進						
	健康及減少						
	健康風險的						
	行動。						
	1b-IV-1 分析						
	健康技能和						
	生活技能對						
	健康維護的						

	重要性。1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。	Da-IV-1衛生	第1單元青春快樂頌		電子書、	概念性問	1.歷程性評量:	【生命教育】	□實施跨領域或
第五週 114/09/29   114/10/03	地技 3a-IV-2 同境 · 健。 IV-2 同境 · 持康 · 日本 · 人的 反。 化 · 人的 选 · 人。 任 · 人的 · 人。 任 · 人的 · 人。 任 · 人。 任 · 人。 自增 進 動 省 · 人。 日本 · 人。 自增 進 動 省 · 人。 日本 · 人。 自增 建 · 人。 自由 · 人。 《 · 人。 · 人。	實踐方式與管理策略。 Da-IV-3 視力、口腔保	第2章健康檢查站 1.說明齲齒引變學生過一步,與一個的人類的大學的人類的人類的人類的人類的人類的人類的人類的人類的人類的人類的人類的人類的人類的	1	電板線刷子、牙牙)		積極回答問題。 (2)依據指示實際 演練使用牙線。 (3)依據指示實際 演練貝氏刷牙法。	生 J5 覺察生活中的	學(需另申請授 課鐘點費者) 1.協同科目: ————

	4a-IV-3 行及風。 1b-IV-1技技維性認能能 1b-IV-1技技維性認能能 序類 分能能護 1 識和的序 1b-IV-1 放							
第六週 114/10/06   114/10/10	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	保健習慣的 實踐方式與 管理策略。	第1單元青春快樂頌 第2章健康檢查站 1.藉由通勤戴耳機這一 不妥行為切入,說明聽 力的原理與耳朵構造。	1	電子書、電子白板	回答問題。 2.總結性評量:	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	學(需另申請授 課鐘點費者) 1.協同科目: ———

正,持續表	健策略與相	2.強調音量、音調與健		(2)能簡述極端音	思辨・尋求解決之	
現健康技	關疾病。	康之間的關係,並說明		量、音調與不當使	道。	
能。		保護耳朵的方法。		用耳朵對聽力的危		
4a-IV-2 自我		3.強調應注意使用耳機		害。		
監督、增強		的音量和時間。		(3)能理解並能運		
個人促進健		4.引導學生思考如何運		用巧推的概念。		
康的行動,		用巧推在視力、口腔與		3.紙筆測驗:完成		
並反省修		聽力保健方面,並請學		健康好行。		
正。		生完成健康好行。				
4a-IV-3 持續						
地執行促進						
健康及減少						
健康風險的						
行動。						
1b-IV-1 分析						
健康技能和						
生活技能對						
健康維護的						
重要性。1b-						
IV-2 認識健						
康技能和生						
活技能的實						
	1			•		

	施程序概念。								
第七週 114/10/13   114/10/17	1a促活資範 3應活調正現能 4適資與定策IV-4健策。 IV 同境 持	殖造保生保識D春化性因略D元質不的器、健理健。IV身調動應。IV性角性的能懷優的 2 心適健的 3 別色傾重的能懷優的 2 心適健的 3 別色傾重構與孕生認 青變與康策 多特與向態	3.通過特色猜測性別的 活動·引導學生思考生 理性別與個人特質是否	1	電電板條子子小	題	動。 (2) 分組討論觀察。 2.總結性評量: (1)能說明性染色體對胚胎分化造成的影響。 (2) 能明白生理性別與社會性別之差異。	涯 J5 探索性別與生涯規劃的關係。 【性別平等教育】 性 J1 接納自我與尊 重他人的性傾向、 性別特質與性別認	學(需另申請授 課鐘點費者) 1.協同科目:  2.協同節數: 

	1b-IV-1 分析 健康技能 生活技能 健康性。 2b- IV -2 跨度 健康 企業 企業 企業 企業 企業 企業 企業 企業 企業 企業 企業 企業 企業	Fa-IV-1 自我認同與自我實現。	Let's do it!「徵才博 覽會」。				閱 J5 活用文本 · 認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。 閱 J7 小心求證資訊來源 · 判讀文本知識的正確性。	
第八週 114/10/20   114/10/24	1a-IV-4 實節 3 應活調正現能理嫌策與 2 的進並續康解生、規 因生行修表技	殖造保生保識 D春化性常分子 W B B B B B B B B B B B B B B B B B B	2.介紹男女青春期不同 的身體變化·並請學生	1	電子書、電子白板	極參與課堂活動。 2.總結性評量:能簡述青春期的定義。 3.紙筆測驗:完成 Let's do it。	涯 J5 探索性別與	學(需另申請授 課鐘點費者) 1.協同科目: ————

	4a-IV-1的、務康。 1b健生健重 2於促型運健產,行 分能能護。 2 健生用康品擬動 析和對的 樂康活		4.講解「性早熟」的情況,及介紹生長板。			閱 J4 除鄉學閱讀之選擇,適當之選擇,適當資子,與國際不可的與一個的學問,與一個的學可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可	
第九週 114/10/27   114/10/31	1a-IV-4 理解 促進健康生 活的策與 範。 3a-IV-2 医 應不同的生	殖器官的構 造、功能與 保健及懷孕 生理、優生	第1單元青春快樂頌 第3章成長的喜悅 1.使用字卡對對碰幫助 學生認識女性生殖器 官,並說明各器官的功 能。	電電板生與配卡子女器能對月	動。 (2)分組討論觀察。 2.總結性評量:	【生涯規劃教育】 涯 J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。 涯 J5 探索性別與 生涯規劃的關係。 【性別平等教育】	學(需另申請授課鐘點費者)

_	 						
	活情境進行	Db-IV-2 青	2.說明月經的由來以及	照護用品	(1)能正確說明女性	性J1接納自我與尊	
	調適並修	春期身心變	教導該如何計算月經週	的字卡與	生殖器官與對應功	重他人的性傾向、	
	正,持續表	化的調適與	期。	圖片	能。	性別特質與性別認	
	現健康技	性衝動健康	3.配合簡報或字卡展示		(2)知道如何調適月	□ ∘	
	能。	因 應 的 策	生理用品,請學生配		經期間的身心不	【閱讀素養教育】	
	4a-IV-1 運用	略。	對。		適。	閱 J4 除紙本閱讀	
	適切的健康	Db-IV-3 多	4.請學生完成 Let' s		3.紙筆測驗:完成	之外,依學習需求	
	資訊、產品	元的性別特	do it「月經週期演算		Let′s do it∘	選擇適當的閱讀媒	
	與服務,擬	質、角色與	法」。			材,並了解如何利	
	定健康行動	不同性傾向	5.說明經期的身心不適			用適當的管道獲得	
	策略。	的尊重態	與調整方法,並請學生			文本資源。	
	1b-IV-1 分析	度。	紀錄自己的月經週期以			閱 J5 活用文本,	
	健康技能和	Fa-IV-1 自我	及身體狀況。			認識並運用滿足基	
	生活技能對	認同與自我	6.帶領學生認識乳房構			本生活需求所使用	
	健康維護的	實現。	造,介紹青春期適合的			之文本。	
	重要性。		內衣與內衣穿著技巧。			閱 J7 小心求證資	
	2b-IV-2 樂					訊來源・判讀文本	
	於實踐健康					知識的正確性。	
	促進的生活						
	型態。						
			1	ī l	Ī.		

	T		I		I				1	
	1a-IV-4 理解	Db-IV-1 生	第1單元青春快樂頌		電子書	`	概念性問	1.歷程性評量:觀	【生涯規劃教育】	□實施跨領域或
	促進健康生	殖器官的構	第3章成長的喜悅		電子	白	題、任務	察並回答問題。	涯 J4 了解自己的	跨科目協同教
	活的策略、	造、功能與	1.說明男性生殖器官的		板、男	性	分析	2.總結性評量:能	人格特質與價值	學(需另申請授
	資源與規	保健及懷孕	構造與功能・並利用男		生殖器	官		正確說明男性生殖	觀。	課鐘點費者)
	範。	生理、優生	性生殖器官與功能字卡		與功能	配		器官與對應功能。	涯 J5 探索性別與	1.協同科目:
	3a- IV -2 因	保健的認	讓學生進行練習。		對字卡			3.學生自我檢核:	生涯規劃的關係。	
	應不同的生	識。	2.分組討論 Let's do it!					完成 Let's do	【性別平等教育】	2.協同節數:
	活情境進行	Db-IV-2 青	「男孩青春妙招」並分					it!。	性 J1 接納自我與尊	
	調適並修	春期身心變	字。						重他人的性傾向、	
第十週	正・持續表	化的調適與	3.配合 Let's do it! 「小						性別特質與性別認	
114/11/03	現健康技	性衝動健康	鼎的煩惱」讓學生討論	1					□。	
	能。	因 應 的 策	青春期時男生的煩惱。	I					【閱讀素養教育】	
114/11/07	4a-IV-1 運用	略。	4.說明男性在青春期應						閱 J4 除紙本閱讀	
	適切的健康	Db-IV-3 多	該要注意的事項。						之外,依學習需求	
	資訊、產品	元的性別特							選擇適當的閱讀媒	
	與服務,擬	質、角色與							材,並了解如何利	
	定健康行動	不同性傾向							用適當的管道獲得	
	策略。	的 尊 重 態							文本資源。	
	1b-IV-1 分析	度。							閱 J5 活用文本,	
	健康技能和	Fa-IV-1 自我							認識並運用滿足基	
	生活技能對	認同與自我							本生活需求所使用	
		實現。							之文本。	
<u> </u>					I					

<u> </u>	健康維護的 重要性。 2b- IV -2 樂							閱 J7 小心求證資 訊來源・判讀文本 知識的正確性。	
1	於實踐健康 促進的生活 型態。								
第十一週 / 114/11/10   114/11/14   1   1   1   1   1   1   1   1   1	1a-IV-4 質範 3a 應活調正現能 4a 適資與IV-4 健策	殖造保生保識D春化性因略B、健理健。 IV-3的能懷優的 2心適健的 Db-IV-3構與孕生認 青變與康策 多	第1單元青春充電站 1.以八帶領土 1.以子學生性。 2.介紹學生性。 2.介紹學生性。 3.請學生以,與一個人 2.介紹, 3.請學生以,與一個人 3.請學生, 4.介紹, 4.介紹, 4.介紹, 4.介紹, 4.介紹 4.介紹 4.介紹 4.介紹 4.介紹 4.介紹 4.介紹 4.介紹	1	電電板構海子盆乳毛子,、造報、、、巾書、と聞、小洗乾、、白膚或鏡臉面淨	題、模擬	2.總結性評量: (1)能簡述皮膚的功能與構造。 (2)能瞭解 解 解 解 解 所 不 在 的 不 在 的 不 在 的 的 在 的 是 的 不 在 的 是 的 不 在 的 是 的 不 在 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 的	涯 J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。 涯 J5 探索性別與 生涯規劃平等的數方 性別接納的質與 性別特質的性質的 性別特質與性別別認 同。 【閱讀素養教育】 閱 J4 除紙	學(需另申請授課鐘點費者)

	定錄。 1b-IV-1 技技維	的 尊 重 態 度。 Fa-IV-1 自我	化·以及避免青春痘惡化的方法。 5.介紹洗臉的方法與產品,帶領學生檢視自己的洗臉產品成分與功效。 6.說明正確的洗臉步驟與原則,並請學生在座位上按步驟洗臉。				用適當的管道獲得 文本資源。 閱 J5 活用文本, 認識並運用滿足基 本生活需求所使用 之文本。 閱 J7 小心求證資 訊來源,光難資文本 知識的正確性。	
第十二週 114/11/17   114/11/21	1a-IV-4 建的源。 3a-IV-2 健策與 2 的進並續期 2 的進並續期 2 的進並續期 2 的進並續	殖器、健健、的。 上理健。。 Db-IV-2。 各期身	第1單元青春快樂頌 第3章青春充電站 1.介紹體臭的種類與改善體臭的方法。 2.說明適當曬太陽的好處、紫外線的種類,以 及過度曝晒可能對皮膚的傷害。 3.說明防晒係數的意義 以及防晒產品的選購要	1	電電板產書,防	言。 (2)觀察並回答問題。 2.總結性評量: (1)能瞭解體臭的種類與改善方法。 (2)能瞭解防晒產	涯 J5 探索性別與 生涯規劃的關係。 【性別平等教育】 性J1接納自我與尊	學(需另申請授 課鐘點費者) 1.協同科目: ———— 2.協同節數: ————

	現能 4 a i l V - 1 以訊 服健略 I V - 1 读	點,認識不同的防晒產品。					【閱 J4 ,	
第十三週 114/11/24   114/11/28	1a-IV-2 分析 個人與群體 健康的影響 因素。	第1單元青春快樂頌 第4章青春充電站 1.帶領學生閱讀課前漫 畫並思考下方的問題。	1	電子書、電子白板	任務分析	課堂討論。	【生命教育】 生 J2 探討完整的 人的各個面向,包 括身體與心理、理 性與感性、自由與	課鐘點費者)

			_				
2a-IV-2 自主	Fa-IV-1 自我	2.介紹青春期的任務・			2.學生自我檢核:	命定、境遇與嚮	
思考健康問	認同與自我	並完成 Let's do it!			檢視個人在青春期	往,理解人的主體	2.協同節數:
題所造成的	實現。	「猜猜我是誰」。			的現象。	能動性,培養適切	
威脅感與嚴		3.介紹渡邊直美的故			3.紙筆測驗:完成	的自我觀。	
重性。		事,並完成 Let's do			Let′s do it∘	生 J5 覺察生活中	
2b-IV-3充分		it! 「 渡 邊 直 美 觀 後				的各種迷思,在生	
地肯定自我		感」。				活作息、健康促	
健康行動的		4.檢視個人青春期現				進、飲食運動、休	
信心與效能		象,介紹青春期的前中				閒娛樂、人我關係	
感。		後期的狀況。				等課題上進行價值	
						思辨・尋求解決之	
						道。	
						【生涯規劃教育】	
						涯 J4 了解自己的	
						人格特質與價值	
						觀。	
						【家庭教育】	
						家 J5 了解與家人	
						溝通互動及相互支	
						持的適切方式。	

	10 11/2 /\+r	^	<b>~ 1 22 三 丰 夫 bb 始</b> / 5		雨フ⇒	## <del></del> } XЖ	1 薛和州如县、初	【什么数去】	一角花坛石井士
	1a-IV-2 分析		第1單元青春快樂頌		電子書、	模式獵人	1.歷程性評量:認		■實施跨領域或
	個人與群體		第4章青春充電站		電子白板			生 J2 探討完整的	
	健康的影響	評估與因應	1.說明在遇到青春期的				課堂討論。	人的各個面向,包	學(需另申請授
	因素。	策略。	挑戰或困擾時,可以使				2.總結性評量:能	括身體與心理、理	課鐘點費者)
	2a-IV-2 自主	Fa-IV-1 自我	用「三要一不」化解,				說明「三要一	性與感性、自由與	1.協同科目:
	思考健康問	認同與自我	並完成 Let's do it!				不」。	命定、境遇與嚮	
	題所造成的	實現。	「青春處方箋」。				3.紙筆測驗:完成	往,理解人的主體	2.協同節數:
	威脅感與嚴		2.引導學生探索自我,				Let's do it!與健	能動性,培養適切	
	重性。		並請學生完成 Let's				康好行。	的自我觀。	
第十四週	2b-IV-3充分		do it!「青年活動快樂					生 J5 覺察生活中	
114/12/01	地肯定自我		Go」∘					的各種迷思・在生	
	健康行動的		3.學生完成健康好行,	1				活作息、健康促	
114/12/05	信心與效能		練習自我覺察的生活技					進、飲食運動、休	
	感。		知 別 日					   開娛樂、人我關係	
								等課題上進行價值	
								思辨,尋求解決之	
								道。	
								之 【生涯規劃教育】	
								涯 J4 了解自己的	
								人格特質與價值	
								觀。	
								【家庭教育】	

							家 J5 了解與家人 溝通互動及相互支 持的適切方式。	
第十五週 114/12/08   114/12/12	2a-IV-2 思題威重 2b 地健信感 3b 各適 3b 各通能 2b-IV-3 定行與 1V-1 自能 2b 上 1 上 1 上 1 上 1 上 1 上 1 上 1 上 1 上 1 上	認同與自我 實現。 Fa-IV-3 有利 人際關係的 因素與有效 的 溝 通 技	第2單元人際停看聽第1章友誼來敲門 1.帶領學生觀看課前漫畫,並分享個人想法。 2.介紹人際互動的四個模式。 3.請學生分組完成 Let's do it!「互動模式連連看」。	1	電子書板	堂認真聽講並踴躍發言。 2.總結性評量:能瞭解人際互動的四個模式。 3.紙筆測驗:完成Let's do it。	【閱讀素學別別 類別 問題 類別 題 問題 的 題 的 題 的 的 注 記 的 主 動 , 的 主 動 。 之 之 。 。 。 的 育 ) 的 会 自 。 。 的 育 ) 的 、 的 有 。 的 , 的 的 。 的 。 的 的 。 的 。 的 的 。 的 。 的 。	跨科目協同教 學(需另申請授 課鐘點費者) 1.協同科目:

第十六週 114/12/15   114/12/19	2a-IV-2 思題威重 2b地健信感 3b各適 3b各通能 1V-2 健造感。 2b-IV-1 自能 互。自康成與 充自動效 熟我。熟際動主問的嚴 分我的能 悉調 悉溝技	認同與自我 實現。 Fa-IV-3 有利 人際關係的 因素與有效	第2單元人際停看聽 第1章友誼來敲門 1.以學生過往經驗引導 進入人際地圖的介紹, 並請學生在空白處寫下 可能發生的對話。 2.以課本中的五種情節 說明溝通上可能遇到的 問題,請學生思考後在 課本上寫下適當的建議 或回應。	1	電子自板、電子白板、	任務分析	發言。 2.總結性評量:學習溝通技巧並能有效解決溝通問題。 3.紙筆測驗:完成課本上的問答。	閱 J8 在學習上遇到問題時,願意尋找課外資料,解決困難。 閱 J10 主動尋求多	學(需另申請授 課鐘點費者) 1.協同科目: ———— 2.協同節數: ————
第十七週 114/12/22   114/12/26	2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	認同與自我 實現。 Fa-IV-3 有利	第2單元人際停看聽 第1章友誼來敲門 1.請學生在便利貼上寫 下自己的經驗或網路上 不適宜的溝通行為,再		電子書、電子 白板、便利貼	問題延伸	發言。 2.紙筆測驗:完成	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇 到問題時,願意尋 找課外資料,解決 困難。	學(需另申請授

	2b-IV-3充分 地健信感 3b-IV-1 自動效 3b-IV-2 自動数 3b-IV-2 外 種 類 3b-IV-2 外 種 系 為 為 形 種 系 為 為 一 以 , 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、	因素與有效的 溝 通 技 巧。	請學生討論這些情況的解決辦法。 2.介紹網路溝通會遇到的各種狀況。 3.請學生閱讀健康好行中的心情日記,透過日記內容完成問題。					閱 J10 主動尋求多元的詮釋·並嘗試表達自己的想法。 【品德教育】 品 J5 資訊與媒體的公共性與社會責任。	
第十八週 114/12/29   115/01/02	1a-IV-3 評估 內在與對類 身對的 多 3a-IV-2 的 情 道 節 後 所 造 順 以 的 的 時 時 時 時 時 時 時 時 時 時 時 時 時 時 時 時 時	體護達以會略 的行交全略 Db-IV-6 少年	第2單元人際停看聽第2章尊重他人珍愛自己 1.帶領學生觀看課前漫畫,以此瞭解學生對性騷擾的先備知識。 2.介紹身體界線。 3.介紹界線紅綠燈,並請學生完成 Let's doit!「界線紅綠燈」。	1	電板播放設備、白音	題、任務分析	發言。 2.總結性評量:能 瞭解身體界線的定 義。	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。性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態,運用資	學(需另申請授 課鐘點費者) 1.協同科目: ————

	持康 2b - IV-12 健規與 3b 悉決技 3b 應活用技健續	擇。 Db-IV-7 健	4.播放教育部性別平等 影片·討論公開場合中 親密關係的合理性·引 導學生進行思考。				性 J7 傳聽 思【生 人括 性命 往 能的 化 是 J2 各體與定 , 動自 的 的 是 要的 , 、 由 的 色理 與 主 通 的 包 理 與 響體 切	
第十九週 115/01/05   115/01/09	1a-IV-3 評估 內在與外在 的行為對健 康造成的衝 擊與風險。	體自主權維 護的立場表 達與行動·	第2單元人際停看聽 第2章尊重他人珍愛 自己 1.配合課本上的例子, 警示學生校園性騷擾也 有吃上官司的例子,強	1	電子書、 電子白板、3C產品	發言。	性 J4 認識身體自主權相關議題,維護自己與尊重他人	學(需另申請授

3a-IV-2 因應 不同的生活 情境進行調 Db-IV-6 青 適並修正 · 少年性行為 持續表現健 康技能 · 與明智	1			1		1	7	
Db-IV-6	3a-IV-2 因應	會安全策	調尊重他人身體界線的			(2)認識#ME TOO	性 J5 辨識性騷	2.協同節數:
適並修正, 持續表現健 康技能。 2と-IV-1堅守 健康的生活 規範、態度 與價值觀。 3.介紹「#ME TOO 活 動」,請學生上網搜尋 相關案例並分享各自想 康性價值觀。 3.分別「#ME TOO 活 動」,請學生上網搜尋 相關案例並分享各自想 法。 的建立,色 情的辨識與 懸大部份的 決策與批判 技能。 3b-IV-4 因 應不同的生 活情境,善 用各種生活 技能,解決	不同的生活	路。	重要。			活動並能舉出相關	擾、性侵害與性霸	
持續表現健	情境進行調	Db-IV-6 青	2.說明性騷擾不僅限於			案例。	凌的樣態,運用資	
康技能。	適並修正,	少年性行為	身體觸碰,還有語言、				源解決問題。	
Zb-IV-1堅守  健康的生活	持續表現健	之法律規範	視覺騷擾的形式。				性 J7 解析各種媒	
健康的生活	康技能。	與明智抉	3.介紹「#ME TOO 活				體所傳遞的性別迷	
規範、態度 康性價值觀 法。	2b-IV-1堅守	擇。	動 」,請學生上網搜尋				思、偏見與歧視。	
與價值觀。 的建立,色	健康的生活	Db-IV-7 健	相關案例並分享各自想				【生命教育】	
3b- IV-3 熟     情的辨識與       悉大部份的     媒體色情訊       決策與批判     息的批判能       3b- IV-4 因     1       應不同的生     活情境・善用各種生活技能・解決	規範、態度	康性價值觀	法。				生 J2 探討完整的	
悉大部份的       媒體色情訊         決策與批判       息的批判能         技能。       力。         3b- IV -4 因       能動性・培養適切         應不同的生       活情境・善         用各種生活       技能・解決	與價值觀。	的建立,色					人的各個面向,包	
決策與批判       息的批判能力。         技能。       力。         3b- IV -4 因應不同的生活情境,善用各種生活技能,解決       60	3b-IV-3 熟	情的辨識與					括身體與心理、理	
技能。     力。       3b-IV-4 因     能動性,培養適切的自我觀。       應不同的生活情境,善用各種生活技能,解決     指數性,培養適切的自我觀。	悉大部份的	媒體色情訊					性與感性、自由與	
3b- IV -4 因       能動性,培養適切         應不同的生       的自我觀。         活情境,善用各種生活       技能,解決	決策與批判	息的批判能					命定、境遇與嚮	
應不同的生 活情境,善 用各種生活 技能,解決	技能。	力。					往,理解人的主體	
活情境, 善用各種生活       技能, 解決	3b-IV-4 因						能動性,培養適切	
用各種生活       技能,解決	應不同的生						的自我觀。	
技能,解決	活情境,善							
	用各種生活							
健康問題。	技能,解決							
	健康問題。							

							T	
1a-IV-3 評估	Db-IV-5 身	第2單元人際停看聽		電子書、	社會性戲	1.歷程性評量:	【性別平等教育】	□實施跨領域或
內在與外在	體自主權維	第 2 章尊重他人 珍愛		電子白板	劇	(1)課堂認真聽講並	性 J4 認識身體自	跨科目協同教
的行為對健	護的立場表	自己				踴躍發言。	主權相關議題,維	學(需另申請授
康造成的衝	達與行動,	1.說明性騷擾的加害者				(2)積極參與上臺	護自己與尊重他人	課鐘點費者)
擊與風險。	以及交友約	必須付出的法律責任,				演練。	的身體自主權。	1.協同科目:
3a-IV-2 因應	會安全策	以及受害者可以如何因				2.總結性評量:能	性 J5 辨識性騷	
不同的生活	略。	應。				瞭解如何因應性騷	擾、性侵害與性霸	2.協同節數:
情境進行調	Db-IV-6 青	2.請學生分組演練各種				擾的情況。	凌的樣態,運用資	
適並修正,	少年性行為	騷擾情況的因應方式。					源解決問題。	
持續表現健	之法律規範						性 J7 解析各種媒	
康技能。	與 明 智 抉		1				體所傳遞的性別迷	
2b-IV-1堅守	擇。		ı				思、偏見與歧視。	
健康的生活	Db-IV-7 健						【生命教育】	
規範、態度	康性價值觀						生 J2 探討完整的	
與價值觀。	的建立,色						人的各個面向,包	
3b-IV-3 熟	情的辨識與						括身體與心理、理	
悉大部份的	媒體色情訊						性與感性、自由與	
決策與批判	息的批判能						命定、境遇與嚮	
技能。	力。						往,理解人的主體	
3b-IV-4 因							能動性,培養適切	
應不同的生							的自我觀。	
活情境,善								
	內的康擊 3a不情適持康 2b健規與 3b 悉決技 3b 應在行造與 IV 同境並續技 IV 康範價 - 大策能 - 不與為成風 22 的進修表能 V-1 的、值 V 部與。 V 同外對的。因生行正現。 堅生態觀 3 份批 4 的不健衝。應活調,健一守活度。熟的判 因生	內的原擊 3a-IV-2 6 行規 2b-IV-1 9 1 9 1 9 1 9 1 9 1 9 1 9 1 9 1 9 1 9	内在與外在 的行為對健 應造成的衝 擊與風險。       體自主權維 護的立場表 達與行動。       第 2 章尊重他人珍愛 自己         1.說明性騷擾的加害者 必須付出的法律責任。         以及交友約 會安全策 以及受害者可以如何因 應。       以及受害者可以如何因 應。         精進行調 適並修正。 持續表現健 康技能。       2.請學生分組演練各種 整 提情況的因應方式。         持續表現健 康技能。       2と法律規範 與明智抉 之法律規範 與價值觀。         成數・態度 與價值觀。 3b-IV-3 熟 悉大部份的 決策與批判 技能。       實性價值觀 的建立。 情的辨識與 媒體色情訊 息的批判能 力。         技能。 3b-IV-4 因 應不同的生       力。	內在與外在的行為對健護的立場表達與行動,以及交友約。 3a-IV-2因應 會安全策不同的生活情違進行調適並修正,持續表現健康技能。 2b-IV-1堅守健康的生活 助建立, 2b-IV-3 熟 無大部份的決策與批判技能。 3b-IV-4 因應不同的生	カモ與外在   體自主權維   第 2 章尊重他人 珍愛   自己   1.說明性騷擾的加害者   以及交友約   公須付出的法律責任・   以及受害者可以如何因   應。   日から下で、	内在與外在 的行為對健 康造成的衝 襲與風險。 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。 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。 3b-IV-4 因 應不同的生       第 2 章尊重他人珍愛自己 1.說明性騷擾的加害者 必須付出的法律責任・ 以及受害者可以如何因 應。 2.請學生分組演練各種 騷擾情況的因應方式。         方       之法律規範 與明 智 致價值觀。 3b-IV-3 熟 療大部份的 決策與批判 技能。 3b-IV-4 因 應不同的生       1	内在與外在 的行為對健 護的立場表 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 · 少年性行為 持續表現健 康技能。 2b-IV-1堅守 健康的生活 規範(直觀) 分字と 健康的生活 別か理立 · 色 3b-IV-3 熟 情的辨識與 然大部份的 決策與批判 表方IV-4 因 應不同的生       第 2 章尊重他人珍愛 自己 1.說明性騷擾的加害者 必須付出的法律責任 · 2.讀學生分組演練各種 類握情況的因應方式。 之法律規範 與明智 抉 2b-IV-1堅守 健康的生活 規範、態度 與價值觀。 的建立 · 色 3b-IV-3 熟 情的辨識與 媒體色情訊 息的批判能 力。 3b-IV-4 因 應不同的生       1	カース

	用各種生活 技能,解決 健康問題。							
第二十一週 115/01/19   115/01/23	1a-N的康擊 3不情適持康 2健規與 3悉決技以 4 不行造與 1 同境並續技 1 人的、值 V 新與為成風 2 的進修表能 V 的、值 V 部與。評外對的。因生行正現。堅生態觀 3 份批评人 2 的 2 的 2 的 2 的 2 的 3 的 4 的 4 的 5 的 6 的 8 的 9 的 9 的 1 的 6 的 1 的 9 的 9 的 9 的 9 的 9 的 9 的 9 的 9 的 9	體護達以會略 D少之與擇自的與及安。 Db-IV-6 行規智 Db-IV-7 開射 Db-IV-7	第2章重他人際停看聽 第2章重他人際停看 事一人際停看 事一人際停看 事一一人。 一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个	1	電 電子 子 白	發言。 2.紙筆測驗:完成 Let's do it!與健 康好行。	【性主護的性擾凌源性體思【生人括性命往性 J4 相己體 5 性樣決 7 傳偏命探個與定,都分身題重權 識與運。各性歧】整向理自與的育體,他。性性用 種別視 數, 由嚮主則 自維人 騷霸資 媒迷。	學(需另申請授 課鐘點費者) 1.協同科目: ———— 2.協同節數:

3b- IV -4 因 應不同的生				能動性·培養適切 的自我觀。	
活情境,善					
用各種生活					
技能,解決					
健康問題。					

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
		□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。