**新北市 110學年度 第二學期 文山 國民中學七年級健體領域健康科課程計畫表** 設計者：**一**年級團隊

一、學習總目標：

|  |  |
| --- | --- |
| 健康  1.能理解各種傳染病的病原體、傳染途徑、症狀及預防方法。  2.認識健保的意義及一般民眾應有的權利與義務。  3.了解從事醫療消費時應注意的事項。  4.培養維護身體健康的醫療觀念及態度。  5.了解使用成癮物質菸、酒、檳榔對人體心理、生理及社會各健康層面造成的衝擊與風險。  6.面對菸、酒、檳榔的訊息與觀點，能進行批判性思考並做出有利健康的決定。  7.關注菸、酒、檳榔國內法律規範現況與未來趨勢。  8.利用情境演練生活技能，能主動公開表達個人拒絕菸、酒、檳榔立場。  9.認識並改善自己的人際關係，學習理智的面對衝突。  10.學習利用人際關係技巧，促進家庭的良好互動，以及學習如何面對家庭暴力。  11.建立正向且良好的網路內外人際互動。  12.培養正確的人際交往觀念。 | 健康 |

二、課程計畫時程與內容：

| **週次** | **起訖日期** | **單元主題** | **課程名稱** | **核心素養項目** | **核心素養**  **具體內涵** | **學習表現** | **學習內容** | **學習目標** | **教學活動重點** | **節數** | **教學設備/資源** | **評量方式** | **議題融入** | **統整相關領域** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 一 | 2/07-2/11 | 第1單元醫療消費面面觀 | 第1章傳染病的世界 | A1:身心素質與自我精進  A2:系統思考與解決問題 | 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。 | 1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2a-Ⅳ-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 | 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。 | 1.了解傳染病與社會發展的重要性。  2.認識傳染病發生的三大因素。  3.知道臺灣目前常見的傳染病種類與預防方法。 | 1.引起動機：說明傳染病在古今中外對人類的影響，並學習預防傳染病的方法。  2.打造防疫網：認識傳染病三要素，了解各種傳染途徑。  3.認識不同類型的流感，了解流感傳染途徑、病原體、症狀與併發症，學習預防流感方法並在生活中落實。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、影音檔。  2.學習單。  3.各樣活動所需之相關道具：圖卡、字卡、小白板等。 | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【環境教育】  環J1:了解生物多樣性及環境承載力的重要性。  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。 | 綜合活動 |
| 二 | 2/14-2/18 | 第1單元醫療消費面面觀 | 第1章傳染病的世界 | A3:規劃執行與創新應變  B2:科技資訊與媒體素養  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畫，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-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。 | 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-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | 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。 | 1.了解傳染病與社會發展的重要性。  2.認識傳染病發生的三大因素。  3.知道臺灣目前常見的傳染病種類與預防方法。 | 1.打造防疫網：認識傳染病三要素，了解各種傳染途徑與不同病原體，學習因應不同方式打擊傳染病。  2.預防臺灣每年大流行—－流感：認識不同類型的流感，了解流感傳染途徑、病原體、症狀與併發症，學習預防流感方法並在生活中落實。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、影音檔。  2.學習單。  3.各樣活動所需之相關道具：字卡、小白板等。 | 1.認知評量  2.技能評量 | 【環境教育】  環J1:了解生物多樣性及環境承載力的重要性。  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。 | 綜合活動 |
| 三 | 2/21-2/25 | 第1單元醫療消費面面觀 | 第1章傳染病的世界 | 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  B2:科技資訊與媒體素養  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-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畫，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-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。 | 1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2a-Ⅳ-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。  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-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | 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。 | 1.了解傳染病與社會發展的重要性。  2.認識傳染病發生的三大因素。  3.知道臺灣目前常見的傳染病種類與預防方法。 | 1.降低國病感染率—－病毒性肝炎：了解病毒性肝炎的嚴重性，認識不同的病毒性肝炎，了解病毒性肝炎的傳染途徑、病原體與相關症狀，學習正確預防病毒性肝炎的方法並在生活中落實。  2.防治夏季旋風—－登革熱：認識登革熱，了解登革熱的傳染途徑、病原體與相關症狀，學習正確預登革熱的方法並在生活中落實。  3.正視古老疾病的反撲—－肺結核：認識肺結核，了解肺結核的傳染途徑、病原體與相關症狀，學習正確預防肺結核的方法並在生活中落實。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.學習單。  3.各樣活動所需之相關道具：圖卡、字卡、小白板等。 | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【環境教育】  環J1:了解生物多樣性及環境承載力的重要性。  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。 |  |
| 四 | 2/28-3/04 | 第1單元醫療消費面面觀 | 第1章傳染病的世界 | 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  B2:科技資訊與媒體素養  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-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畫，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-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。 | 1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2a-Ⅳ-1:關注健康議題本土、國際現況與趨勢。  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-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | 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。 | 1.了解傳染病與社會發展的重要性。  2.認識傳染病發生的三大因素。  3.知道臺灣目前常見的傳染病種類與預防方法。  4.採取適當的健康自我管理，增加預防傳染病的能力。 | 1.地球村—－境外移入的傳染病：了解國際村概念，因應個人生活情境，採取適當健康技能，以增加預防傳染病的能力。  2.在地防疫總動員：引導學生了解傳染病案例的個別差異情況，探究傳染病影響因素，加強健康自主管理，增加預防傳染病的能力，以實踐健康行動。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.學習單。  3.各樣活動所需之相關道具：圖卡、字卡、小白板等。 | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【環境教育】  環J1:了解生物多樣性及環境承載力的重要性。  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。 |  |
| 五 | 3/07-3/11 | 第1單元醫療消費面面觀 | 第2章醫藥保衛戰 | A2:系統思考與解決問題  B2:科技資訊與媒體素養  C1:道德實踐與公民意識 | 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-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。 | 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。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部分的決策與批判技能。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。 | 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。  Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Fb-Ⅳ-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | 1.了解臺灣全民健保的概念，認識醫療分級和家庭醫師等制度，以有效的運用醫療資源。 | 1.引起動機：說明健保的理念及現今過多的醫療資源浪費帶來的影響。  2.小病看小醫院、大病看大醫院：認識醫療分級制度及家庭醫師核心概念。  3.轉診知多少：了解轉診制度的目的。 | 1 | 全民健保、醫療資源等教學投影片、影音檔相關資料以及電腦設備。 | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【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。 |  |
| 六 | 3/14-3/18 | 第1單元醫療消費面面觀 | 第2章醫藥保衛戰 | A2:系統思考與解決問題  B2:科技資訊與媒體素養  C1:道德實踐與公民意識 | 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-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。 | 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。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部分的決策與批判技能。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。 | 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。  Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Fb-Ⅳ-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | 1.了解臺灣全民健保的概念，認識醫療分級和家庭醫師等制度，以有效的運用醫療資源。  2.養成正確的就醫與用藥習慣並選擇適當的醫療及用藥行為，節省不必要的醫療支出，培養珍惜醫療資源的態度。 | 1.醫藥分工揪甘心：認識處方箋及醫藥分業的合作型態。  2.急診資源聰明用：了解急診的定義並學習如何妥善運用急診資源，以批判性思考辨識正確的使用急診資源行為。 | 1 | 全民健保、醫療資源等教學投影片、影音檔相關資料以及電腦設備。 | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【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。 |  |
| 七 | 3/21-3/25 | 第1單元醫療消費面面觀 | 第2章醫藥保衛戰 | A2:系統思考與解決問題  B2:科技資訊與媒體素養  C1:道德實踐與公民意識 | 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-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。 | 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。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部分的決策與批判技能。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。 | 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。  Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Fb-Ⅳ-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | 1.認識錯誤用藥對於人體的影響、藥品的分類及正確用藥五大核心能力。  2.學習運用批判性思考的生活技能，質疑用藥與醫療迷思，以減少常見不當用藥及醫療行為。  3.養成正確的就醫與用藥習慣並選擇適當的醫療及用藥行為，節省不必要的醫療支出，培養珍惜醫療資源的態度。 | 1.用藥大迷思、正確用藥我最行(一)： 釐清使用藥品的各種迷思，包含濫用抗生素、中西藥混合使用、大量靜脈注射等各種危害，以及認識藥品分級。 | 1 | 全民健保、醫療資源等教學投影片、影音檔相關資料以及電腦設備。 | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【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。 |  |
| 八 | 3/28-4/01 | 第1單元醫療消費面面觀 | 第2章醫藥保衛戰  **【第一次評量週】** | A2:系統思考與解決問題  B2:科技資訊與媒體素養  C1:道德實踐與公民意識 | 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-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。 | 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。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部分的決策與批判技能。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。 | 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。  Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Fb-Ⅳ-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | 1.認識錯誤用藥對於人體的影響、藥品的分類及正確用藥五大核心能力。  2.學習運用批判性思考的生活技能，質疑用藥與醫療迷思，以減少常見不當用藥及醫療行為。  3.養成正確的就醫與用藥習慣並選擇適當的醫療及用藥行為，節省不必要的醫療支出，培養珍惜醫療資源的態度。 | 1.用藥大迷思、正確用藥我最行(一)：釐清使用藥品的各種迷思，包含濫用抗生素、中西藥混合使用、大量靜脈注射等各種危害，以及認識藥品分級。  2.正確用藥我最行(二)：透過學習正確用藥五大核心能力，且運用其選擇藥品，練習做出正確的決定，使用藥的風險降為最低。 | 1 | 全民健保、醫療資源等教學投影片、影音檔相關資料以及電腦設備。 | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【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。 |  |
| 九 | 4/04-4/08 | 第1單元醫療消費面面觀 | 第2章醫藥保衛戰 | A2:系統思考與解決問題  B2:科技資訊與媒體素養  C1:道德實踐與公民意識 | 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-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。 | 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。  3b-Ⅳ-3:熟悉大部分的決策與批判技能。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。 | 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。  Fb-Ⅳ-3:保護性的健康行為。  Fb-Ⅳ-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 | 1.認識錯誤用藥對於人體的影響、藥品的分類及正確用藥五大核心能力。  2.學習運用批判性思考的生活技能，質疑用藥與醫療迷思，以減少常見不當用藥及醫療行為。  3.養成正確的就醫與用藥習慣並選擇適當的醫療及用藥行為，節省不必要的醫療支出，培養珍惜醫療資源的態度。 | 1.正確用藥我最行(二)：透過學習正確用藥五大核心能力，且運用其選擇藥品，練習做出正確的決定，使用藥的風險降為最低。  2.健康存摺一把罩：認識健康存摺，學習如何透過健康存摺查閱自己過去看診紀錄，並運用其功能於生活管理中。 | 1 | 全民健保、醫療資源等教學投影片、影音檔相關資料以及電腦設備。 | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【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。 |  |
| 十 | 4/11-4/15 | 第2單元為青春開一扇窗 | 第1章菸害現形記 | A2:系統思考與解決問題  B1:符號運用與溝通表達  C1:道德實踐與公民意識 | 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-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。 | 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:熟悉大部分的決策與批判技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能， 解決健康問題。  4b-Ⅳ-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | 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。  Bb-Ⅳ-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | 1.了解使用菸品成癮的過程，以及對人體心理、生理及社會各健康層面造成的衝擊與風險。  2.面對各項描述菸品的訊息與觀點，能進行批判性思考並做出有利健康的決定。  3.關注菸品與電子煙在國內外的使用現況與未來趨勢。 | 1.引起動機：藉由情境漫畫中的反菸演唱會，以幾主角人物提及的反菸態度，讓學生意識到反菸是全民的共識。  2.青春談菸大解密：分析吸菸觀點的合理性，學習建構有利健康的立場與想法。  3.菸草裡的祕密：菸品中化學成分對健康的影響。  4.吸進不知名的危險——電子煙：電子煙的健康與安全問題。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.各單元之學習單。  3.各樣活動所需之相關道具：吸菸小瓜呆、菸盒、反菸情境劇演練道具。 | 1.技能評量  2.情意評量 | 【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 十一 | 4/18-4/22 | 第2單元為青春開一扇窗 | 第1章菸害現形記 | A2:系統思考與解決問題  B1:符號運用與溝通表達  C1:道德實踐與公民意識 | 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-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。 | 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:熟悉大部分的決策與批判技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能， 解決健康問題。  4b-Ⅳ-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | 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。  Bb-Ⅳ-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | 1.利用菸害的情境演練生活技能，並能主動公開表達個人拒絕吸菸態度與反對二手菸的立場。  2.關注臺灣對菸品的法律規範內容與現況，以及國際菸害公約規範對臺灣的影響。 | 1.菸「霧」一生—菸的健康傷害：吸菸造成的健康傷害與疾病。  2.吸菸的各種代價：吸菸所造成的生活不便，以及產生人際、經濟和社會等問題。  3.因為愛自己，所以我拒絕：吸菸邀約的拒絕技巧情境模擬演練。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.各單元之學習單。  3.各樣活動所需之相關道具：吸菸小瓜呆、菸盒、反菸情境劇演練道具。 | 1.技能評量  2.情意評量 | 【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 十二 | 4/25-4/29 | 第2單元為青春開一扇窗 | 第1章菸害現形記 | A2:系統思考與解決問題  B1:符號運用與溝通表達  C1:道德實踐與公民意識 | 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-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。 | 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:熟悉大部分的決策與批判技能。  3b-Ⅳ-4:因應不同的生活情境，善用各種生活技能， 解決健康問題。  4b-Ⅳ-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | 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。  Bb-Ⅳ-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | 1.利用菸害的情境演練生活技能，並能主動公開表達個人拒絕吸菸態度與反對二手菸的立場。  2.關注臺灣對菸品的法律規範內容與現況，以及國際菸害公約規範對臺灣的影響。 | 1.二手菸拒絕行動家：二手菸拒絕技巧情境模擬演練。  2.戒菸的好處——身體最知道：戒菸的方法與好處。  3.健康防護罩——菸害防制法：臺灣菸害防制法內容簡介，以及國際反菸公約與國際趨勢。  4.無菸環境好自由：臺灣的無菸環境實施介紹。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.各單元之學習單。  3.各樣活動所需之相關道具：吸菸小瓜呆、菸盒、反菸情境劇演練道具。 | 1.技能評量  2.情意評量 | 【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 十三 | 5/02-5/06 | 第2單元為青春開一扇窗 | 第2章克癮制勝 | A2:系統思考與解決問題  B1:符號運用與溝通表達  C1:道德實踐與公民意識 | 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-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。 | 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-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  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。  4b-Ⅳ-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | 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。  Bb-Ⅳ-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | 1.了解飲酒與嚼食檳榔成癮的過程，以及對人體心理、生理和社會各健康層面造成的衝擊與風險。  2.面對各項邀約飲酒與嚼食檳榔訊息時，能堅持拒絕態度，並做出有利健康的決定。  3.利用情境演練生活技能，公開表達個人拒絕飲酒、酒後駕車與嚼食檳榔的態度及立場。 | 1.引起動機：透過情境內容了解酒和檳榔生活上的功能，以及危害性。  2.酒對健康的危害——酒害上身：酒精成分與人體行為反應，及飲酒的健康影響。  3.拒酒保安康：分析酒廣告與生活飲酒行為的關係。  4.拒酒妙招：透過前一—章的「菸害現形記」課程讓學生練習拒酒的情境演練。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.各單元之學習單。  3.各樣活動所需之相關道具：飲酒模擬眼鏡、檳榔或酒實體教具、情境劇演練道具。 | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 十四 | 5/09-5/13 | 第2單元為青春開一扇窗 | 第2章克癮制勝  **【第二次評量週】** | A2:系統思考與解決問題  B1:符號運用與溝通表達  C1:道德實踐與公民意識 | 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-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。 | 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-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  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。  4b-Ⅳ-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | 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。  Bb-Ⅳ-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | 1.面對各項邀約飲酒與嚼食檳榔訊息時，能堅持拒絕態度，並做出有利健康的決定。  2.利用情境演練生活技能，公開表達個人拒絕飲酒、酒後駕車與嚼食檳榔的態度及立場。 | 1.透過前一章的「菸害現形記」課程讓學生練習拒酒的情境演練。  2.醉不上道——酒駕零容忍：了解酒駕造成的社會問題與法律對酒駕的規範，並勸服家人不要酒後駕車的人際溝通技巧範例。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.各單元之學習單。  3.各樣活動所需之相關道具：飲酒模擬眼鏡、檳榔或酒實體教具、情境劇演練道具。 | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 十五 | 5/16-5/20 | 第2單元為青春開一扇窗 | 第2章克癮制勝 | A2:系統思考與解決問題  B1:符號運用與溝通表達  C1:道德實踐與公民意識 | 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-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。 | 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-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  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。  4b-Ⅳ-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | 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。  Bb-Ⅳ-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | 1.面對各項邀約飲酒與嚼食檳榔訊息時，能堅持拒絕態度，並做出有利健康的決定。  2.利用情境演練生活技能，公開表達個人拒絕飲酒、酒後駕車與嚼食檳榔的態度及立場。  3.關注飲酒、酒後駕車與嚼食檳榔在國內外法律規範的內容與現況。  4.了解酒與檳榔所造成的社會、環境與健康問題，幫助親友遠離酒與檳榔等有害健康的成癮物質。 | 1.醉不上道——酒駕零容忍：了解酒駕造成的社會問題與法律對酒駕的規範，並勸服家人不要酒後駕車的人際溝通技巧範例。  3.「酒酒」不見——戒酒的心路歷程：酒癮所造成的健康與行為問題。  4.檳榔的時代走廊：檳榔的歷史定位與社會現況。  5.致癌小果實——檳榔：檳榔成分與人體生理反應，及檳榔的健康影響。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.各單元之學習單。  3.各樣活動所需之相關道具：飲酒模擬眼鏡、檳榔或酒實體教具、情境劇演練道具。 | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 十六 | 5/23-5/27 | 第2單元為青春開一扇窗 | 第2章克癮制勝 | A2:系統思考與解決問題  B1:符號運用與溝通表達  C1:道德實踐與公民意識 | 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-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。 | 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-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  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。  4b-Ⅳ-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 | 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。  Bb-Ⅳ-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | 1.面對各項邀約飲酒與嚼食檳榔訊息時，能堅持拒絕態度，並做出有利健康的決定。  2.利用情境演練生活技能，公開表達個人拒絕飲酒、酒後駕車與嚼食檳榔的態度及立場。  3.關注飲酒、酒後駕車與嚼食檳榔在國內外法律規範的內容與現況。  4.了解酒與檳榔所造成的社會、環境與健康問題，幫助親友遠離酒與檳榔等有害健康的成癮物質。 | 1.口腔病變追緝令：口腔癌自我檢查並協助家人遠離檳榔。  2.檳榔誤我一生：口腔癌造成的健康與家庭問題，與患者面對疾病的艱辛。  3.檳榔樹與環境：臺灣山坡地種植檳榔樹造成的環境水土保持問題。  4.檳榔大家談：與檳榔相關的各項產業與職業觀察。  5.明智選擇，健康永伴隨：拒絕檳榔演練、遠離成癮物質的生活祕訣。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.各單元之學習單。  3.各樣活動所需之相關道具：飲酒模擬眼鏡、檳榔或酒實體教具、情境劇演練道具。 | 1.情意評量  2.認知評量  3.技能評量 | 【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 十七 | 5/30-6/03 | 第3單元人際健康家 | 第1章健康家庭加加油 | A2:系統思考與解決問題  B1:符號運用與溝通表達  C2:人際關係與團隊合作 | 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-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。 | 1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2b-Ⅳ-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  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。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | Fa-Ⅳ-2:家庭衝突的協調與解決技巧。  Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | 1.理解家庭的健康生活規範意義並肯定其價值，體悟家庭關係的影響性，並能遵守合宜的健康生活規範。  2.分析家庭溝通不良與衝突問題發生的因素，並願意反省修正，嘗試運用策略方法以經營家庭關係。  3.認識家庭暴力的發生因素與相關法規，善用各項社會資源協助自己或他人處理家暴問題。 | 1.引起動機：運用家庭溝通情境，幫助家庭成員雙贏的溝通策略與方法。  2.暢談健康家規：分析並理解家庭健康生活規範的意義，能遵守合宜的健康生活規範。  3.家庭溝通不良事件簿： 分析家庭溝通不良與衝突問題發生的因素，並嘗試反省修正、運用策略改善家庭溝通不良或衝突問題。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.學習單、情境演練道具。 | 1.情意評量 | 【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。  家J5:了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。  【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 十八 | 6/06-6/10 | 第3單元人際健康家 | 第1章健康家庭加加油 | A2:系統思考與解決問題  B1:符號運用與溝通表達  C2:人際關係與團隊合作 | 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-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。 | 1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2b-Ⅳ-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  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。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 | Fa-Ⅳ-2:家庭衝突的協調與解決技巧。  Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | 1.理解家庭的健康生活規範意義並肯定其價值，體悟家庭關係的影響性，並能遵守合宜的健康生活規範。  2.分析家庭溝通不良與衝突問題發生的因素，並願意反省修正，嘗試運用策略方法以經營家庭關係。  3.認識家庭暴力的發生因素與相關法規，善用各項社會資源協助自己或他人處理家暴問題。 | 1.愛家行動拼拼樂：運用愛家方法與行動經營家庭關係。  2.愛要擁抱‧遠離家暴： 認識家庭暴力的發生因素與相關法規，並運用社會資源協助處理。  3.健康除暴家：引導學生思考家暴受害者、施暴者和親友面對家暴事件時，應該如何解決。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.學習單、情境演練道具。 | 1.情意評量 | 【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。  家J5:了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。  【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 十九 | 6/13-6/17 | 第3單元人際健康家 | 第2章人際關係停看聽 | B1:符號運用與溝通表達  B2:科技資訊與媒體素養 | 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。 | 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。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  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。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行動。 | Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | 1.認識各種型態的人際互動關係，分析適合自己的人際互動因素，演練並善用溝通技能與衝突處理策略，解決人際關係問題。 | 1.認識不同交友管道的注意事項，了解好朋友可以傾聽我們的心事、陪伴在我們身邊、彼此互相關心、互相幫忙、給予良好的建議。  2.人際關係紅綠燈：利用案例分析了解人際關係上紅黃綠燈的差異。  3.人際關係再升級：利用良好人際關係特性檢核表分析了解自己的人際關係特性紅綠燈。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.各單元之學習單。  3.各樣活動所需之相關道具：記分板、小白板、圖卡、字卡等。 | 1.情意評量  2.技能評量 |  |  |
| 二十 | 6/20-6/24 | 第3單元人際健康家 | 第2章人際關係停看聽 | B1:符號運用與溝通表達  B2:科技資訊與媒體素養 | 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。 | 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。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  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。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行動。 | Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | 1.認識各種型態的人際互動關係，分析適合自己的人際互動因素，演練並善用溝通技能與衝突處理策略，解決人際關係問題。  2.了解網路交友的注意事項，並願意建立正向而良好的網路內外人際互動。  3.認識霸凌與網路霸凌，了解其相關規範，並且保護自己避免成為霸凌的加害人或受害者。 | 1.人際關係你我他：認識人際關係互動中的衝突處理，練習使用溝通技巧處理衝突達到雙贏的目標。  2.人際的另一章—網路交友：了解網路交友應該注意的事項，讓自己可以在安全合宜的資訊世界中，進行溝通交友。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.各單元之學習單。  3.各樣活動所需之相關道具：記分板、小白板、圖卡、字卡等。 | 1.情意評量  2.技能評量 |  |  |
| 廿一 | 6/27-7/01 | 第3單元人際健康家 | 第2章人際關係停看聽  **【第三次評量週】** | 【第1章健康家庭加加油】  A2:系統思考與解決問題  B1:符號運用與溝通表達  C2:人際關係與團隊合作  【第2章人際關係停看聽】  B1:符號運用與溝通表達  B2:科技資訊與媒體素養 | 【第1章健康家庭加加油】  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-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。  【第2章人際關係停看聽】  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。 | 【第1章健康家庭加加油】  1a-Ⅳ-2:分析個人與群體健康的影響因素。  2b-Ⅳ-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  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。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。  【第2章人際關係停看聽】  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。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  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。  4a-Ⅳ-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。  4a-Ⅳ-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行動。 | 【第1章健康家庭加加油】  Fa-Ⅳ-2:家庭衝突的協調與解決技巧。  Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  【第2章人際關係停看聽】  Fa-Ⅳ-3:有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 | 【第1章健康家庭加加油】  1.理解家庭的健康生活規範意義並肯定其價值，體悟家庭關係的影響性，並能遵守合宜的健康生活規範。  2.分析家庭溝通不良與衝突問題發生的因素，並願意反省修正，嘗試運用策略方法以經營家庭關係。  3.認識家庭暴力的發生因素與相關法規，善用各項社會資源協助自己或他人處理家暴問題。  【第2章人際關係停看聽】  1.認識各種型態的人際互動關係，分析適合自己的人際互動因素，演練並善用溝通技能與衝突處理策略，解決人際關係問題。 | 【第1章健康家庭加加油】  1.運用家庭溝通情境，幫助家庭成員雙贏的溝通策略與方法。  2.暢談健康家規：分析並理解家庭健康生活規範的意義，能遵守合宜的健康生活規範。  3.家庭溝通不良事件簿： 分析家庭溝通不良與衝突問題發生的因素，並嘗試反省修正、運用策略改善家庭溝通不良或衝突問題。  4.愛家行動拼拼樂：運用愛家方法與行動經營家庭關係。  5.愛要擁抱‧遠離家暴： 認識家庭暴力的發生因素與相關法規，並運用社會資源協助處理。  6.健康除暴家：引導學生思考家暴受害者、施暴者和親友面對家暴事件時，應該如何解決。  【第2章人際關係停看聽】  7認識不同交友管道的注意事項，了解好朋友可以傾聽我們的心事、陪伴在我們身邊、彼此互相關心、互相幫忙、給予良好的建議。  8.人際關係紅綠燈：利用案例分析了解人際關係上紅黃綠燈的差異。  9.人際關係再升級：利用良好人際關係特性檢核表分析了解自己的人際關係特性紅綠燈。 | 1 | 【第1章健康家庭加加油】1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  2.學習單、情境演練道具。  【第2章人際關係停看聽】  3.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。  4.各單元之學習單。  5.各樣活動所需之相關道具：記分板、小白板、圖卡、字卡等。 | 【第1章健康家庭加加油】  1.情意評量  【第2章人際關係停看聽】  2.情意評量  3.技能評量 | 【第1章健康家庭加加油】  【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。  家J5:了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。  【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。  【第2章人際關係停看聽】 |  |