

新北市文山國民中學 112 學年度八年級第二學期 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

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
<p><input checked="" type="checkbox"/>A1 身心素質與自我精進</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>A2 系統思考與解決問題</p> <p><input type="checkbox"/>A3 規劃執行與創新應變</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>B1 符號運用與溝通表達</p> <p><input type="checkbox"/>B2 科技資訊與媒體素養</p> <p><input type="checkbox"/>B3 藝術涵養與美感素養</p> <p><input type="checkbox"/>C1 道德實踐與公民意識</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>C2 人際關係與團隊合作</p> <p><input type="checkbox"/>C3 多元文化與國際理解</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-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 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。</p> <p>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。</p>

四、課程架構：

第四冊健康

科目	單元	單元名	章名
健康	第一單元	永續經營健康路	美妙的生命
			生命的軌跡
			伴生命共老
	第二單元	慢性病的世界	健康人生，少「糖」少「癌」
			小心謹「腎」，「慢」不經「心」
			「慢慢」長路不孤單
	第三單元	千鈞一髮覓生機	安全百分百
			急救一瞬間

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
	學習內容	學習表現						
一 2/12-2/17	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。	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。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	第1章美妙的生命 1. 新生命的開始：探討並引導理解受孕的原理，包含試管嬰兒和人工受孕。 2. 孕育新生命：透過了解懷孕時的生理和心理變化，培養學生感受及體會懷孕的辛勞與不便。進一步引導學生思考家人如何一同因應孕期生理和心理變化。	1	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 體驗懷孕的設備，例如：氣球、雞蛋等。 4. 便利貼。	1. 認知評量	【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。	<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者） 1. 協同科目： 2. 協同節數：
二 2/19-2/23	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。	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。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	第1章美妙的生命 1. 迎接好孕：清楚優生保健的內涵及目的，並探究婚前健康檢查的實施考量因素與介紹孕期產檢之相關內容。了解將為人父母的心理變化，可透過向醫生諮詢得到幫助，而親友平時也可適時協助與關心。 2. 一同護孕：理解國家社會為保障孕婦權利和提升便利性所增設的資源，並鼓勵搜尋和發想更多的相	1	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。 3. 體驗懷孕的設備，例如：氣球、雞蛋等。 4. 便利貼。	1. 認知評量	【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。	<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者） 1. 協同科目： 2. 協同節數：

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
	學習內容	學習表現						
			關資源，培養學生思考生育的準備和家庭工作的平衡。 3. 新生兒與家庭：從養育新生兒的各種情境，了解新生命對家庭生活的改變，並探討面對各種狀況的解決方法。					
三 2/26-3/01	Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 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-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	第2章生命的軌跡 1. 成長的旅程(一)：藉由過年家族合照與日誌，探討人從出生至死亡可能經歷的不同階段。解說人生不同時期(嬰兒期、幼兒期、兒童前期、兒童期)的階段任務和發展特色。	1	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	1. 認知評量 2. 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。	<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者) 1. 協同科目： 2. 協同節數：
四 3/04-3/08	Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。	第2章生命的軌跡 1. 成長的旅程(二)：解說人生不同時期(青少年期、成年期、老年期)的階段任務和發展特色。	1	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。	1. 認知評量 2. 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	<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者) 1. 協同科目：

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
	學習內容	學習表現						
		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-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	2. 踏穩腳步，健康鋪路：引導學生思考現階段在生理、心理、社會上遇到的問題，並強調奠定健康基礎的重要性。透過解決問題技能演練，學習分析遇到的健康問題、尋求解決方案，於執行後評價。		2. 各單元之學習單。		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. 協同節數：
五 3/11-3/15	Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	第3章伴生命共老 1. 老化的可能改變：藉由和家中老年人的對話，引導學生思考面臨及經歷老化的生理和心理變化。解說老化的意涵及在生理和心理上的改變。透過不同老年人的生活情境，了解影響老化的諸多因素，而其中是有人為可以著力改變的。 2. 健康生活型態：介紹影響老化的因素，並漸進式引導學生思考預備健康老化可以建立的生活型態，並從日常生活中列舉相關改善方法的例子。	1	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	1. 認知評量 2. 技能評量	<b>【生涯規劃教育】</b> 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 <b>【生命教育】</b> 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。	<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者） 1. 協同科目： 2. 協同節數：

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
	學習內容	學習表現						
			3. 健康護老：因應老化現象，適時調整生活型態，使老年生活更自主。					
六 3/18-3/22	Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	第3章伴生命共老 1. 樂活銀髮族：正向看待老化的生命歷程，保持充足的學習力，建立有價值、有夢想的生活。 2. 面對失落：探討死亡的意涵和可能造成的失落情緒，並透過自我覺察技能的教學，引導學生感受失落，進一步解說調適失落的可能方法。 3. 攜手伴老，健康不老：從邁入高齡社會的數據，引導學生思考學習老化與死亡議題的意義。 4. 悅納老化，友善生活：藉由不同的高齡友善社會的措施，探討與老化和平共處的態度和積極作為。	1	1. 相關電子設備、電腦、相關教學投影片、影音檔。 2. 各單元之學習單。	1. 認知評量 2. 技能評量	【生涯規劃教育】 涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力。 【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。	<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者） 1. 協同科目： 2. 協同節數：
七 3/25-3/29	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。	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。	第1章健康人生，少「糖」少「癌」 【第一次評量週】 1. 引起動機：透過課前調查周圍是否有人罹患慢性	1	1. 慢性病(惡性腫瘤、糖尿病)教學簡報、影片相關資料以及電腦設備。	1. 認知評量 2. 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	<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者） 1. 協同科目：

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
	學習內容	學習表現						
	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	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-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	病，讓學生了解慢性病已經逐漸侵入現代人的生活。 2. 現代人的慢性病：藉由十大死因的轉變，說明慢性病已成為國人的主要死因，探討其改變因素。		2. 各單元之學習單。		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. 協同節數：
八 4/01-4/05	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。	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。 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-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	第 1 章健康人生，少「糖」少「癌」 1. 惡性腫瘤：介紹惡性腫瘤的形成原因及種類，以及可能罹癌的警訊。 2. 早期發現，早期治療：介紹政府提供的癌症篩檢補助。 3. 糖尿病(一)：介紹糖尿病的形成原因。	1	1. 慢性病(惡性腫瘤、糖尿病)教學簡報、影片相關資料以及電腦設備。 2. 各單元之學習單。	1. 認知評量 2. 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。	<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者) 1. 協同科目： 2. 協同節數：
九 4/08-4/12	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。	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。 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。	第 1 章健康人生，少「糖」少「癌」 1. 糖尿病(二)：介紹糖尿病形成的類型，說明預防罹患糖尿病的方法。 2. 改變從現在開始：引導學生利用自我管理生活技	1	1. 慢性病(惡性腫瘤、糖尿病)教學簡報、影片相關資料以及電腦設備。 2. 各單元之學習單。	1. 認知評量 2. 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	<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者) 1. 協同科目： 2. 協同節數：

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
	學習內容	學習表現						
		正，持續表現健康技能。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	能來改變不健康的生活習慣。				辨，尋求解決之道。	
十 4/15-4/19	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。	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。 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-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	第 2 章小心謹「腎」，「慢」不經「心」 1. 高血壓：利用血壓機測量學生血壓，引起學生對血壓所代表的意義感到好奇。介紹循環系統及心血管疾病高血壓，提醒學生不健康的生活習慣對循環系統的影響，並說明預防高血壓的方法。 2. 腦中風：介紹腦中風，並說明腦中風的徵兆及處理方式。	1	1. 相關電子設備、慢性病(心血管疾病、腎臟病)教學投影片。 2. 各單元之學習單。 3. 教學所需相關器具：血壓機、試管與試管架。	1. 情意評量 2. 認知評量	【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。	<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者) 1. 協同科目： 2. 協同節數：
十一 4/22-4/26	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。	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。 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。	第 2 章小心謹「腎」，「慢」不經「心」 1. 冠心病：介紹冠心病，並說明目前的治療方法。 2. 腎臟病：介紹泌尿系統及腎臟病，提醒學生不健康的生活習慣對腎臟的影響，並說明保養腎臟的方法。	1	1. 相關電子設備、慢性病(心血管疾病、腎臟病)教學投影片。 2. 各單元之學習單。 3. 教學所需相關器具：血壓機、試管與試管架。	1. 情意評量 2. 認知評量	【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	<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者) 1. 協同科目： 2. 協同節數：

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
	學習內容	學習表現						
		4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。					辨，尋求解決之道。	
十二 4/29-5/03	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。	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。 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-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	第 2 章小心謹「腎」，「慢」不經「心」 1. 遠離慢性病九招：說明健康生活習慣的重要性，並介紹生活中能夠維持健康、預防慢性病的九項健康習慣招式。 2. 家庭健康新生活：引導學生覺察並關懷家人的健康狀況，並向家人宣導健康生活型態。	1	1. 相關電子設備、慢性病(心血管疾病、腎臟病)教學投影片。 2. 各單元之學習單。 3. 教學所需相關器具：血壓機、試管與試管架。	1. 情意評量 2. 認知評量	【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。	<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者) 1. 協同科目： 2. 協同節數：
十三 5/06-5/10	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	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。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。	第 3 章「慢慢」長路不孤單 【第二次評量週】 1. 引起動機：利用罹患慢性病患者心路歷程分享影片引起動機，並請學生分享罹患慢性病的親戚朋友當時的感受及治療過程。 2. 面對重大疾病的心理反應階段：介紹當一名病患得知罹患重大疾病時，可	1	1. 相關電子設備、教學投影片。 2. 各單元之學習單。 3. 影片：罹患慢性病患者的心路歷程分享。	1. 情意評量 2. 認知評量	【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。	<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者) 1. 協同科目： 2. 協同節數：

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
	學習內容	學習表現						
		4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	能會經歷的五種心理階段。					
十四 5/13-5/17	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	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。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	第3章「慢慢」長路不孤單 1. 身為病患的主要照顧者，你可以：透過小組討論，引導學生思考，擔任病患的主要照顧者的注意事項。 2. 身為病患的親戚、朋友，你可以：透過小組討論，引導學生思考探病者的注意事項。	1	1. 相關電子設備、教學投影片。 2. 各單元之學習單。 3. 影片：罹患慢性病病患的心路歷程分享。	1. 情意評量 2. 認知評量	【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。	<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者) 1. 協同科目： 2. 協同節數：
十五 5/20-5/24	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	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 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	第1章安全百分百 1. 面對傷害發生的那一刻：請學生分享自己接受幫助和助人的經驗，引導學生了解急救的目的，以及急救是一種能夠自助助人的重要技能。 2. 危急時刻：說明急救的原則，帶領學生演練尋求支援的正確方式。	1	1. 相關電子設備、電腦、教學投影片。 2. 各樣活動所需之相關教具：紗布塊、各式繃帶、三角巾、急救箱等。	1. 認知評量 2. 技能評量	【安全教育】 安 J11 學習創傷救護技能。	<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者) 1. 協同科目： 2. 協同節數：

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
	學習內容	學習表現						
		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。						
十六 5/27-5/31	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	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。	第1章安全百分百 1.急救寶典：介紹一般傷口照護的方式並帶領學生認識家中應常備的急救用品。 2.傷口照護新觀念：澄清常見的傷口照護錯誤觀念。 3.止血包紮一把罩～止血法：介紹各種常用止血法的適用時機及關鍵步驟，並指導學生演練。	1	1. 相關電子設備、電腦、教學投影片。 2. 各樣活動所需之相關教具：紗布塊、各式繃帶、三角巾、急救箱等。	1. 認知評量 2. 技能評量	【安全教育】 安 J11 學習創傷救護技能。	<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者) 1. 協同科目：  2. 協同節數：
十七 6/03-6/07	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	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。	第1章安全百分百 1.止血包紮一把罩～包紮法的適用時機及關鍵步驟，並指導學生演練。 2.救急我第一，急救我最行：引導學生運用本章所	1	1. 相關電子設備、電腦、教學投影片。 2. 各樣活動所需之相關教具：紗布塊、各式繃	1. 認知評量 2. 技能評量	【安全教育】 安 J11 學習創傷救護技能。	<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者) 1. 協同科目：  2. 協同節數：

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
	學習內容	學習表現						
		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。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	學，回答並演示情境所需使用的急救技術。		帶、三角巾、急救箱等。			
十八 6/10-6/14	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	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。	第2章急救一瞬間 1. 14歲的勇氣：從新聞案例說明施行急救者適用法律免責規定。 2. 心肺復甦術與自動體外心臟電擊去顫器：教師示範心肺復甦術施行步驟及關鍵注意事項。	1	1. 相關電子設備、電腦、教學投影片。 2. 各樣活動所需之相關教具：復甦安妮模型、消毒酒精棉、保鮮膜、CPR 面膜、AED 模擬訓練機等。 3. 確認學生是否有不適合演練心肺復甦術的狀況，例如感染肺結核，或無法進行胸外心臟按壓動作者。	1. 情意評量 2. 技能評量	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	<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者) 1. 協同科目： 2. 協同節數：

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
	學習內容	學習表現						
十九 6/17-6/21	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	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。	第2章急救一瞬間 1. 心肺復甦術與自動體外心臟電擊去顫器：學生演練心肺復甦術，教師針對常見錯誤再做澄清說明。 2. 維持復甦姿勢：老師說明傷患恢復呼吸後，協助傷患維持復甦姿勢時要遵守的原則。	1	1. 相關電子設備、電腦、教學投影片。 2. 各樣活動所需之相關教具：復甦安妮模型、消毒酒精棉、保鮮膜、CPR 面膜、AED 模擬訓練機等。 3. 確認學生是否有不適合演練心肺復甦術的狀況，例如感染肺結核，或無法進行胸外心臟按壓動作。	1. 情意評量 2. 技能評量	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	<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者） 1. 協同科目： 2. 協同節數：
廿 6/24-6/28	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	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 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	第2章急救一瞬間 【第三次評量週】 【課程結束】 1. 你的需要，我的決定：引導學生借由新聞案例情境，練習做決定生活技能歷程。 2. 歡喜做甘願受的天使：以臺灣的救難機構及社會上默默行善、無私奉獻的案例，激勵學生效法，好	1	1. 相關電子設備、電腦、教學投影片。 2. 各樣活動所需之相關教具：復甦安妮模型、消毒酒精棉、保鮮膜、CPR 面膜、AED 模擬訓練機等。	1. 情意評量 2. 技能評量	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	<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者） 1. 協同科目： 2. 協同節數：

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
	學習內容	學習表現						
		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。	好學習急救技術，未來貢獻一己之力。		3. 確認學生是否有不適合演練心肺復甦術的狀況，例如感染肺結核，或無法進行胸外心臟按壓動作者。			

新北市文山國民中學 112 學年度 八 年級第 二 學期部定課程計畫(體育) 設計者： 吳宣平

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

二、學習節數：每週( 2 )節，實施( 20 )週，共(40)節。

三、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
<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 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 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	<p>J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</p> <p>J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。</p> <p>J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>

四、課程架構：(自行視需要決定是否呈現)

五、本學期達成之學生圖像素養指標：(每向度勾選1-2個即可)

圖像	向度	素養指標			
		正向		健康	
陽光	正向健康	1.關懷尊重		1.身心平衡	
		2.正面思考	√	2.快樂生活	√
飛鷹	宏觀卓越	宏觀		卓越	
		1.溝通表達	√	1.靈活創新	
碧水	適性學習	2.放眼國際		2.追求榮譽	√
		適性		學習	
獅子	領導勇敢	1.欣賞接納		1.終身學習	√
		2.適性揚才		2.活學活用	√
		領導		勇敢	
		1.解決問題	√	1.自信創新	
		2.獨立思考	√	2.勇於承擔	

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 (建議至多融入3項)	備註
	學習內容	學習表現						
第一週 2/16-17 (2/16(五) 開學; 2/17(六) 補班補課)	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。	籃球-籃球上籃(原地基本運球練習)	2	(康軒)學習籃球投籃與上籃 -每人籃球1顆  -角標數個	-互相討論  -課堂問答  -上課表現  -參與態度	【安全教育】 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。 (上完籃不要撞到籃球架)	<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) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第二週 2/19~2/23	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。	籃球-籃球上籃(移動基本運球練習)	2	-每人籃球1顆  -角標數個	-互相討論  -課堂問答  -上課表現  -參與態度		
第三週 2/26~3/1 2/28(三) 放假一天)	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。	籃球-籃球上籃(上籃腳步練習)	2	-每人籃球1顆  -角標數個	-上課表現  -參與態度		

第四週 3/4~3/8	Hb-IV-1 陣地攻守性 球類運動動 作組合及團 隊戰術。	1d-IV-1 了解 各項運動技能 原理。 1d-IV-2 反思 自己的運動技 能。	籃球-籃球上籃(籃下擦板 練習)	2	-每人籃球 1 顆  -角標數個	-互相討論  -課堂問答		
第五週 3/11~3/15	Hb-IV-1 陣地攻守性 球類運動動 作組合及團 隊戰術。	。 1d-IV-2 反思 自己的運動技 能。	籃球-籃球上籃(籃下擦板 練習)	2	-每人籃球 1 顆  -角標數個	-互相討論  -課堂問答		
第六週 3/18~3/22	Hb-IV-1 陣地攻守性 球類運動動 作組合及團 隊戰術。	1d-IV-1 了解 各項運動技能 原理。 1d-IV-2 反思 自己的運動技 能。	籃球-籃球上籃(上籃動作 整合)	2	-每人籃球 1 顆  -角標數個	-互相討論  -課堂問答		
第七週 3/25~3/29	Hb-IV-1 陣地攻守性 球類運動動 作組合及團 隊戰術。	3c-IV-1 表現 局部或全身性 的身體控制能 力，發展專項 運動技能。	籃球-籃球上籃(上籃動作 測驗) 五個點上籃測驗(男生進四 女生進三)	1	-每人籃球 1 顆  -角標數個	籃球上籃測 驗		線上教學
第八週 4/1~4/5 (4/5(五) 彈性放 假；	Ha-IV-1 網/牆性球 類運動動作 組合及團隊 戰術。	1d-IV-1 了解 各項運動技能 原理。	排球-排球低手練習(高手 基本動作講解及練習)	1	-每人籃球 1 顆  -角標數個	-互相討論  -課堂問答		

4/4(二)兒童節放假		1d-IV-2 反思自己的運動技能。				-上課表現 -參與態度		
第九週 4/8~4/12	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。	排球-排球低手練習(高手基本動作講解及練習)	2	(康軒)學習排球低手發球技巧並認識接發球隊形。  -每2人排球1顆	-互相討論 -課堂問答 -上課表現 -參與態度		
第十週 4/15~4/19	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	排球-排球低手練習(兩人高手推傳練習)	2	-每2人排球1顆	-上課表現 -參與態度	【性別平等教育】 性J11:去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。	
第十一週 4/22~4/26	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與	排球-排球低手練習(兩人高手推傳練習)	2	-每2人排球1顆	-上課表現 -參與態度	【性別平等教育】 性J11:去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。	

		他人理性溝通與和諧互動。						
第十二週 4/29~5/3	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	排球-排球低手測驗 男生連續20球及格 女生連續12球及格	2	-每1人排球1顆	-互相討論 -課堂問答		
第十三週 5/6~5/10	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	排球-排球低手測驗 男生連續20球及格 女生連續12球及格	2	-每1人排球1顆	排球低手測驗	【性別平等教育】 性J11:去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。	
第十四週 5/13~5/17 (5/18(六) -19(日)教育會考)	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。	排球-排球低手測驗 男生連續20球及格 女生連續12球及格	1	-每1人排球1顆	排球低手測驗	【性別平等教育】 性J11:去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。	線上教學
第十五週 5/20~5/24	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	桌球-正手發球練習(講解球拍握法及基本揮拍動作)	2	(康軒)學習桌球正手發球、反手推擋及正手平擊球技術。	-上課表現 -課堂問答		

	組合及團隊戰術。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。			-每人一支球拍 -每1人桌球1顆			
第十六週 5/27~5/31	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。	桌球-正手發球練習(正手發球腳步及揮拍練習)	2	-每人一支球拍 -每1人桌球1顆	-互相討論 -上課表現		
第十七週 6/3~6/7 (預計畢業週)	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與和諧互動。	桌球-反手推球練習(兩人反手推球練習)	2	-每人一支球拍 -每2人桌球1顆	-互相討論 -上課表現		
第十八週 6/10~6/14 (6/10(一) 端午節放假)	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。	桌球-反手推球練習(兩人反手推球練習)	2	-每人一支球拍 -每2人桌球1顆	-上課表現 -參與態度		
第十九週 6/17~6/21	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	桌球-正手擊球練習(兩人正手練習)	2	-每人一支球拍 -每2人桌球1顆	-上課表現 -參與態度		

	組合及團隊戰術。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。						
第二十週 6/24~6/28 (6/28 休業式)	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	桌球-兩人對打練習	1	-每人一支球拍 -每2人桌球1顆	-互相討論 -課堂問答 -上課表現 -參與態度		線上教學

七、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與活動之申請表一致