**新北市文山國民中學110學年度 8 年級第1學期 健康教育 課程計畫 設計者：＿＿廖信榮＿＿＿＿**

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( 21 )週，共( 21 )節。

三、課程內涵：(學習總目標)

1.了解並維護自己與他人的身體界線與自主權。

2.運用生活技能或策略面對與性別或性行為議題。

3.知道性騷擾與性行為相關的法律規範，以正確資訊來思考抉擇拒絕性騷擾、性別歧視及婚前性行為的立場。

4.熟悉人際溝通互動技能合宜邀約，以及學習情感結束的原則與因應策略。

5.認識情感發展的階段，了解愛需要透過學習來維持。

6.學習生活技能以因應各種情感議題。

7.認識情感發展潛藏的危機，學習自保。

8.認識食物選擇、營養、衛生與健康的關係。

9.認識食物中毒的種類、發生原因，以及預防方法。

10.學習如何正確飲食，為自己的飲食安全把關。

11.建立分辨毒害的能力。

12.了解藥物濫用定義與毒品對個人生理、心理、社會等層面健康所造成之衝擊。

13.認識生活上常見的誘毒情境中展現毒品拒絕拒巧，培養個人的拒毒能力。

14.運用課程內容，展現個人宣示反毒理念之能力。

|  |  |
| --- | --- |
| 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 | 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。  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。  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。  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。  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。  J-B3:具備審美與表現的能力，了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。  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。  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。  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。 |

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：(打V處為本課程計畫達成之素養指標)

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

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 |
| 第一週  8/30-9/3  (開學日未定) | 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。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  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。 | Aa-Ⅳ-1:生長發育的自我評估與因應策略。  Db-Ⅳ-3:多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。  Db-Ⅳ-4:愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。  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。  Db-Ⅳ-6:青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 | 第1單元歌詠青春合奏曲  第1章飛揚青春擁抱愛  1.引起動機─透過體育課的身體接觸之情境，引起學生對於身體接觸感受不同的想法。  2.我的身體我感受：碰觸的意義—理解身體接觸的意義，以及每個人對身體接觸的差異性，並透過「恆河猴實驗」，理解擁抱及碰觸與生物心靈健康的重大關聯。  3.我的身體，我決定：身體界線與自主權—透過前述課程中提到的身體差異性，延伸出身體界線及自主權之課程內容。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【性別平等教育】  性J1:接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。  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，運用資源解決問題。  【人權教育】  人J5:了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。  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。 |  |
| 第二週  9/6-9/10 | 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。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  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。 | Aa-Ⅳ-1:生長發育的自我評估與因應策略。  Db-Ⅳ-3:多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。  Db-Ⅳ-4:愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。  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。  Db-Ⅳ-6:青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 | 第1單元歌詠青春合奏曲  第1章飛揚青春擁抱愛  1.我的身體我保護：性騷擾的因應與處理——理解不同類型的性騷擾事件的發生情境與相關法律問題。  2.性別友善大家談——延伸前述課程中的「事件三-校園性騷擾」，並透過情境人物角色的反思，帶出平等尊重每個不同個體的特質。 | **1** | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【性別平等教育】  性J1:接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。  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，運用資源解決問題。  【人權教育】  人J5:了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。  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。 |  |
| 第三週  9/13-9/17 | 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。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  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。 | Aa-Ⅳ-1:生長發育的自我評估與因應策略。  Db-Ⅳ-3:多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。  Db-Ⅳ-4:愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。  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。  Db-Ⅳ-6:青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 | 第1單元歌詠青春合奏曲  第1章飛揚青春擁抱愛  1.突破刻板，消弭歧視——延伸「性別友善大家談」中尊重不同個體之課程，進行同性戀迷思之破除。。  2.性別友善、反性騷擾衣起來——認識世界各國的性別友善行動，並設計出反對性騷擾或性別歧視圖文T恤 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【性別平等教育】  性J1:接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。  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，運用資源解決問題。  【人權教育】  人J5:了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。  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。 |  |
| 第四週  9/20-9/24 | 1b-IV-4:提出健康自主管理的行動策略。  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。  4b-Ⅳ-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。 | 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。  Db-Ⅳ-6:青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 | 第1單元歌詠青春合奏曲  第2章青春愛的練習曲  1.引起動機──透過情境探討青少年對愛情的期待。  2.愛的真諦：愛人愛己——探討愛的元素，以案例來說明，愛並非只是某一方的責任，而是應該由雙方一起負責任的經營。  3.愛的序曲：好感與吸引——說明好感的來源主要來自生活情境中主觀的感受與客觀的觀察，並介紹好感的來源，並說明各種吸引力可能都會出現，但是心理的吸引力較生理的吸引力來得長久。 | 1 | 1.設計課程相關的學習活動單、小卡與問題討論題目。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【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。 |  |
| 第五週  9/27-10/1 | 1b-IV-4:提出健康自主管理的行動策略。  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。  4b-Ⅳ-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。 | 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。  Db-Ⅳ-6:青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 | 第1單元歌詠青春合奏曲  第2章青春愛的練習曲  1.愛的初體驗：抉擇與告白——說明情感表達的抉擇與留意事項，並透過三種表達行為引導學生思考合宜的情感表達方式。  2.你有情我無意：該怎麼拒絕呢？──透過案例與技能演練，說明面對拒絕他人的追求時，宜透過自我肯定的拒絕技巧表明立場。3.我有情你無意：被拒絕了，怎麼辦？──說明面對情感失落情境時，應採取的態度以及可以調適心情的作法。 | 1 | 1.設計課程相關的學習活動單、小卡與問題討論題目。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【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。 |  |
| 第六週  10/4-10/8 | 1b-IV-4:提出健康自主管理的行動策略。  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。  4b-Ⅳ-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。 | 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。  Db-Ⅳ-6:青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 | 第1單元歌詠青春合奏曲  第2章青春愛的練習曲  1.愛的進行式——說明約會的型態與功能，作為學生未來約會安排之考量，以及青春期不宜發生性行為的原因，鼓勵學生在青少年階段的交往應著重在培養心理層面的親密，並透過協商技巧達成不發生性行為的共識。  2.分手，是為了讓彼此更好——透過範例說明合宜的分手方式應該是透過協議達成，以達到你好我也好的結果，並透過澄清迷思，說明面對分手時應保持的態度與可行的調適方式。 | 1 | 1.設計課程相關的學習活動單、小卡與問題討論題目。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【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。 |  |
| 第七週  10/11-10/15  (段考週暫定) | 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-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。 | 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。  Db-Ⅳ-7:健康性價值觀的建立，色情的辨識與媒體色情訊息的批判能力。 | 第1單元歌詠青春合奏曲  第3章青春變奏曲  1.引起動機──透過章扉頁情境設計，引起學生學習動機。  2.當關係變成危險時：危險情人──透過辨識危險情人，說明面對要提出分手時應採取的計畫。透過案例說明拍攝親密照片可能潛藏的危機，並教導學生避免成為被害人與加害人的實際做法。 | 1 | 1.設計課程相關的學習活動單、多媒體教材與問題討論題目。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【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。 |  |
| 第八週  10/18-10/22 | 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-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。 | 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。  Db-Ⅳ-7:健康性價值觀的建立，色情的辨識與媒體色情訊息的批判能力。 | 第1單元歌詠青春合奏曲  第3章青春變奏曲  1.變調的約會─約會強暴—透過案例澄清約會強暴並非只出現在網友之間或是男女朋友之間，並針對不同交友程度的邀約，提醒學生應該要留意的部分。  2.愛是一生的學習─以「多元與協商」、「自由與責任」、「自主與尊重」、「隱私與公開」四個面向，說明真愛是一段負責、尊重、關懷，並且幫助彼此成長的歷程。 | 1 | 1.設計課程相關的學習活動單、多媒體教材與問題討論題目。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【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。 |  |
| 第九週  10/25-10/29 | 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-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。  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。 | Ea-Ⅳ-1:飲食的源頭管理與健康的外食。  Eb-Ⅳ-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。 | 第2單元健康飲食生活家  第1章飲食源頭探索趣  1.引起動機──引導學生閱讀課文內容與情境故事，以學生經驗引起學習興趣。  2.產地裡的食物風貌——透過瞭解產地食物生產過程，因應健康與安全需求所應採取的相關規範，引導學生思考選擇產地來源的飲食時，所應留意的相關事項。  3.食材選擇有方法(一)—藉由日常生活中餐桌上的飲食，引導學生認識可以作為參考依據的標章，並嘗試檢視與覺察自身飲食選擇時最主要的決定因素。 | 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：食品包裝、咖哩飯圖卡等。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【家庭教育】  家J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 |  |
| 第十週  11/1-11/5 | 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-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。  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。 | Ea-Ⅳ-1:飲食的源頭管理與健康的外食。  Eb-Ⅳ-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。  Eb-Ⅳ-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。 | 第2單元健康飲食生活家  第1章飲食源頭探索趣  1.食材選擇有方法(二)——藉由生活事件的連結，引導學生進一步探索選購不同類型飲食時，所應留意的健康與安全注意事項。  2.食品包裝學問大(一)——透過直觀的購買零食時的情境，引導學生探索與解讀食品包裝上的資訊，以做為健康外食選擇的參考。 | 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：食品包裝、咖哩飯圖卡等。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【家庭教育】  家J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 |  |
| 第十一週  11/8-11/12 | 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-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。  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。 | Ea-Ⅳ-1:飲食的源頭管理與健康的外食。  Eb-Ⅳ-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。  Eb-Ⅳ-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。 | 第2單元健康飲食生活家  第1章飲食源頭探索趣  1.食品包裝學問大(二)——引導學生解讀食品包裝上有關營養標示、食品添加物的資訊，並反思食品添加物在現代飲食型態下的利與弊。  2.「食」在安心——運用批判性思考的生活技能，藉由不同情境的步驟演練，引導學生反思面對現代科技進步的情況下，較為健康安全且符合自身需求的飲食選擇方式。 | 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：食品包裝、咖哩飯圖卡等。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【家庭教育】  家J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 |  |
| 第十二週  11/15-11/19 | 1a-Ⅳ-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  2b-Ⅳ-2:樂於實踐健康促進的生活型態。  4a-Ⅳ-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。 | Ea-Ⅳ-2:飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。 | 第2單元健康飲食生活家  第2章安全衛生飲食樂  1.引起動機、外食衛生調查團──引導學生閱讀課文內容與情境故事，以學生經驗引起學習興趣，同時引導學生覺察生活當中，容易引發食品中毒的習慣及行為。  2.食品中毒知多少(一)──藉由真實生活中的新聞案例，讓學生瞭解食品中毒的定義，同時認識常見的食物中毒類型，細菌性食物中毒及其發生的原因。 | 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：課本第52、53頁的情境圖卡、「急性食品中毒處理」各步驟圖卡。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【家庭教育】  家J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 |  |
| 第十三週  11/22-11/26 | 1a-Ⅳ-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。  2b-Ⅳ-2:樂於實踐健康促進的生活型態。  4a-Ⅳ-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。 | Ea-Ⅳ-2:飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。 | 第2單元健康飲食生活家  第2章安全衛生飲食樂  1.食品中毒知多少(二)、(三)——藉由真實生活中的新聞案例，讓學生瞭解食品中毒的定義，同時認識常見的食物中毒類型，天然毒素食物中毒、化學性食物中毒及其發生的原因。  2.急性食品中毒的處理——認識急性食品中毒的可能症狀，以及安全、正確的處理步驟。  3.居家食物中毒預防──瞭解預防食品中毒的預防措施，並引導學生配合課文，重新檢視家庭中的飲食習慣。 | 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：課本第52、53頁的情境圖卡、「急性食品中毒處理」各步驟圖卡。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【家庭教育】  家J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 |  |
| 第十四週  11/29-12/3  (段考週暫定) | 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-2:樂於實踐健康促進的生活型態。  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。 | Eb-Ⅳ-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。  Eb-Ⅳ-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。 | 第2單元健康飲食生活家  第3章食品安全行動派  1.引起動機、食安事件異言堂──引導學生閱讀、探討課文中近年臺灣食品安全事件的背景，以不同角色立場作為思考維護食品安全所必需執行的要素。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【家庭教育】  家J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 |  |
| 第十五週  12/6-12/10 | 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-2:樂於實踐健康促進的生活型態。  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。 | Eb-Ⅳ-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。  Eb-Ⅳ-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。 | 第2單元健康飲食生活家  第3章食品安全行動派  1.消費者權益不打折──由消費者角度瞭解現行法令規範中，消費者享有的權利及義務，並藉由倡議生活技能的學習與演練，引導學生嘗試主動公開表達自己維護食品安全的觀點與立場，鼓勵良好廠商、督促待改進廠商，以共同營造良好的食品消費環境。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【家庭教育】  家J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 |  |
| 第十六週  12/13-12/17 | 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。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  4b-Ⅳ-2:使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。 | Aa-Ⅳ-1:生長發育的自我評估與因應策略。  Bb-Ⅳ-5:拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。 | 第3單元無毒青春健康行  第1章致命的迷幻世界  1.引起動機、識毒視窗—從常見的生活情境中探討毒品的定義與迷思，省思藥物對人體一體兩面之影響，進而認識法律與自身之影響。  2.青春不染毒—說明青少年常見濫用之毒品與自身生活情境遭遇毒害之機率，進而思索如何遠離毒害。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【品德教育】  品J2:重視群體規範與榮譽。  【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第十七週  12/20-12/24 | 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。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  4b-Ⅳ-2:使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。 | Aa-Ⅳ-1:生長發育的自我評估與因應策略。  Bb-Ⅳ-5:拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。 | 第3單元無毒青春健康行  第1章致命的迷幻世界  1.與毒品的拉鋸、開始沉淪的人生、被毒品控制的人生——從毒品受害者與毒品拉鋸20年的生命故事中，探究毒品的使用機制、成癮原因、以及吸毒後發生的身心影響，了解選擇毒品對個人生命的深遠影響，並且能夠珍惜生命，遠離毒品。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【品德教育】  品J2:重視群體規範與榮譽。  【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第十八週  12/27-12/31 | 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。  3b-Ⅳ-2:熟悉各種人際溝通互動技能。  4b-Ⅳ-2:使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。 | Aa-Ⅳ-1:生長發育的自我評估與因應策略。  Bb-Ⅳ-5:拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。 | 第3單元無毒青春健康行  第1章致命的迷幻世界  1.翻轉被害的人生——了解使用毒品者的相關法律規定與輔導措施，並且省思建立遠離毒害環境除了刑罰更必須有縝密的社會輔導計畫，方能讓用毒者遠離毒害。  2.反毒路上我陪你——辨識吸毒者的徵兆，了解學校對毒品使用的輔導措施，並且透過書寫個人反毒宣言再次驗證自我的反毒理念。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【品德教育】  品J2:重視群體規範與榮譽。  【法治教育】  法J3:認識法律之意義與制定。 |  |
| 第十九週  1/3-1/7 | 1b-Ⅳ-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。  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。 | 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。 | 第3單元無毒青春健康行  第2章成為毒害絕緣體  1.引起動機、毒品偽裝更難防——認識新興毒品常以不易覺察的偽裝方式誘人上癮，進而讓學生對常見的邀約進行覺察練習，進而辨識毒品的判斷依據。  2.毒品成分更複雜——說明毒品因為要躲避追緝，常常變換製程，並且有任意混用情形，有時還會添加有害物質，危害性更高。  3.毒品誘惑更多元——引導學生運用批判性思考技巧，破解誘毒者常用招式。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【生涯規劃教育】  涯J6:建立對於未來生涯的願景。 |  |
| 第二十週  1/10-1/14 | 1b-Ⅳ-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。  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。 | 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。 | 第3單元無毒青春健康行  第2章成為毒害絕緣體  1.成為毒害終結者——從毒害誘惑越趨多元思考避免毒害的可行作法，拒絕毒害的妙計，以及若是自己不小心遭受毒害時如何自救。  2.做自己生命的貴人——為自己建立杜絕毒害環境，如何運用生活技能設定可以達成的反毒目標，建立自己的拒毒人生。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【生涯規劃教育】  涯J6:建立對於未來生涯的願景。 |  |
| 第二十一週  1/17-1/21  (段考週暫定；寒假未定) | 1b-Ⅳ-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。  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。 | 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。 | 第3單元無毒青春健康行  第2章成為毒害絕緣體  1.成為毒害終結者——從毒害誘惑越趨多元思考避免毒害的可行作法，拒絕毒害的妙計，以及若是自己不小心遭受毒害時如何自救。  2.做自己生命的貴人——為自己建立杜絕毒害環境，如何運用生活技能設定可以達成的反毒目標，建立自己的拒毒人生。 | 1 | 1.相關電子設備、電腦、音箱、相關教學投影片、影音檔。 | 1.口頭評量  2.紙筆評量 | 【生涯規劃教育】  涯J6:建立對於未來生涯的願景。 |  |

六、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 |
|  |  | □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與活動之申請表一致