

高雄市立嘉興國民中學 106 學年度第 2 學期 (二) 年級 (健體-健康) 領域課程教學計畫表

教學總目標：

- 一. 提升學生的自我覺察能力，並且能調適自身壓力和發展自我興趣，進而實現自我和突破自我。
- 二. 能夠體會生命的可貴，認識生命逝去的過程和悲傷，並能自我調適。
- 三. 能夠預防生活中各種常見傳染病的傳染源，並有足夠的應對能力。
- 四. 主動探索人生不同階段的發展與健康的關係，了解慢性病對健康的威脅，學習有效延遲發病時間及降低得病的風險。
- 五. 了解台灣的醫療現況，並且能珍惜醫療資源和正確使用藥物。
- 六. 認識各種性病和預防方法。
- 七. 有正確的性別觀念，可以尊重不同性別的人，並且能辨識危險因子，遠離性侵害和性騷擾

(二) 年級第 2 學期課程教學內容：

週次	日期	學校行事	教學進度	學習目標	對應能力指標	授課節數	重大議題融入課程	評量方式	備註
二	2/21 2/23	2/21 正式上課	第一篇優質少年 第 1 章青春有我	1. 認識如何突破自我。 2. 認識如何實現自我。	6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。	1		1. 問答：是否能認真回應教師的問題。 2. 觀察：是否認真參與討論。 3. 實作：是否確實針對自己的狀況來記錄。	
三	2/26		第一篇優質少年 第 2 章調適好心情	1. 明白壓力對身心的影響。 2. 學習面對壓力調適之道。	6-3-4 尋求資源並發展策略以調適	1		1. 問答：是否能認真回應教師的問	

	 3/2				人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。			題。 2.觀察：是否認真參與討論。 3.實作：是否確實回答活動中的問題。	
四	3/5 3/9		第一篇優質少年 第2章調適好心情	1.了解生活中的各種壓力來源。 2.學習面對壓力。	6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。	1		1.問答：能說出生活中壓力的來源。 2.觀察：熱烈參與討論並踴躍發言。	
五	3/12 3/16		第一篇優質少年 第3章尊重生命	1.了解生命的可貴。 2.認識面對失落與悲傷的技巧，並能有效調適悲傷的情緒。	6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。	1	U	1.觀察：能熱烈的參與討論。 2.問答：能說出處理情緒的方式。	
六	3/19 3/23		第一篇優質少年 第3章尊重生命	1.學習面對自傷的正確態度，以及認識愛惜生命的體驗活動。 2.明白生命的意義與存在價值。 3.學習積極面對人生困境。	6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。	1	U	1.觀察：是否能熱烈參與討論並踴躍發言。 2.問答：能正確說出面對逆境處理方法。	
七	3/26 3/30	第一次段考	第二篇為健康把關 第1章遠離傳染病	1.知道構成傳染病發生的三大因素。 2.知道消滅病原體、管制傳染途徑等預防傳染病的方法。	7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1	E	1.問答：能夠說出構成傳染病發生的三要素。 2.觀察：能踴躍發表自己想法。 3.問答：能清楚表達管制傳染途徑的方法。	

八	4/2 4/6		第二篇為健康把關 第1章遠離傳染病	1.認識登革熱、肺結核、病毒性肝炎。 2.了解登革熱、肺結核、病毒性肝炎的預防之道。 3.認識腸病毒。 4.了解腸病毒的預防之道。	7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1	E	1.問答：能說出預防登革熱、結核病及病毒性肝炎的方法。 2.自評：確實做到預防登革熱、肺結核及病毒性肝炎傳染的方法。 3.發表：能說出腸病毒的傳染方式與常見症狀。 4.實做：能確實填寫活動並澈底落實正確洗手的習慣。	
九	4/9 4/13		第二篇為健康把關 第2章擺脫慢性病	1.認識健康檢查的重要性。 2.認識健康檢查的內容。	7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1		1.問答：能說出健康檢查的主要項目。 2.觀察：是否熱烈參與討論。	
十	4/16 4/20		第二篇為健康把關 第2章擺脫慢性病	1.認識慢性病。 2.認識癌症及預防方法。 3.認識心血管疾病。 4.認識高血壓與冠心病。 5.認識糖尿病及慢性病的預防方法。	7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1		1.問答：能說出罹患慢性病的症狀及預防方式。 2.觀察：是否熱烈參與討論。 3.問答：能說出罹患高血壓、冠心病的原因、症狀。 4.問答：能說出罹患糖尿病的原	

								因、症狀。	
十一	4/23 4/27		第二篇為健康把關 第 2 章擺脫慢性病	1.認識腎臟病。	7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1		1.問答：是否能說出腎臟病五大徵兆。 2.觀察：是否專心聆聽與踴躍發表意見。 3.實作：是否確實填寫活動。	
十二	4/30 5/4		第二篇為健康把關 第 3 章正確使用醫療資源	1.學習正確的就醫方式。	7-3-2 選擇適切的健康資訊、服務及產品，以促成健康計畫的執行。	1		1.問答：能說出國內的醫療資源。 2.問答：能說出全民健保對我們在日常生活上的影響。	
十三	5/7 5/11	第二次段考	第三篇青春性事 第 1 章揭開色情面紗	1.認識不同的社會文化所存在的性觀念差異性。 2.學習面對色情的健康態度。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。	1		1.問答：能說出面對色情時，該具備的健康觀念及態度。 2.觀察：能熱烈的參與討論。	
十四	5/14 5/18		第三篇青春性事 第 1 章揭開色情面紗	認清色情媒體對青少年帶來的不良影響，並學習利用批判性思考能力的技巧來解讀色情的真相。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。	1		1.問答：能說出面對色情時，該具備的健康觀念及態度。 2.觀察：能熱烈的參與討論。	

十五	5/21 5/25		第三篇青春性事 第 2 章性病知多少	1.學習正確性知識。 2.認識非淋病性尿道炎、淋病、梅毒、軟性下疳、生殖器疱疹、尖形溼疣及愛滋病。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1	C	問答：能具體說出梅毒、軟性下疳、生殖器疱疹、尖形溼疣及愛滋病傳染方式及性病的預防方法。
十六	5/28 6/1		第三篇青春性事 第 2 章性病知多少	1.學習正確性知識。 2.認識非淋病性尿道炎、淋病、梅毒、軟性下疳、生殖器疱疹、尖形溼疣及愛滋病。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1	C	問答：能具體說出梅毒、軟性下疳、生殖器疱疹、尖形溼疣及愛滋病傳染方式及性病的預防方法。
十七	6/4 6/8		第三篇青春性事 第 2 章性病知多少	1.認識愛滋病。 2.學習正確預防性病的方法。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1	C	1.問答：熱烈參與討論及認真填寫課本活動。 2.觀察：能具體說出愛滋病傳染方式及性病的預防方法。
十八	6/11 6/15		第三篇青春性事 第 3 章終結性侵犯	1.學習如何預防性侵害。 2.認識性侵害的應變方式。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。	1		1.問答：熱烈參與討論及認真填寫課本活動。 2.觀察：能具體說出如何預防性侵害以及其應變方式。
十九	6/18 		第三篇青春性事 第 3 章終結性侵犯	1.學習如何預防性侵害。 2.認識性侵害的應變方式。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及	1		1.問答：熱烈參與

	6/22		暴		其影響。			討論及認真填寫課本活動。 2.觀察：能具體說出如何預防性侵害以及其應變方式。
二十	6/25 6/29	第三次段考 6/29 課程結束	第三篇青春性事 第 3 章 終結性侵害 暴	1.學習如何預防性侵害。 2.認識性侵害的應變方式。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。	1		1.問答：熱烈參與討論。 2.觀察：能具體說出如何預防性侵害以及其應變方式。

融入「重大議題」的代表記號：

環境教育 A 水域安全宣導 B 愛滋病、肺結核宣導 C 飲食教育 D 登革熱防治 E
 家庭暴力防治 F 低碳環境教育 G 反毒認知教學 H 急救教育 I 全民國防教育 J
 家庭教育 L

金融基礎教育 K 性別平等教育 M 保護動物 N 海洋教育 O 生涯教育 P
 防災教育 Q 適性輔導 R 人權教育 S 資訊教育 T 生命教育 U
品德教育 V 交通安全教育 W