

## 高雄市立嘉興國民中學 106 學年度第 2 學期 (三) 年級 (健體-健康) 領域課程教學計畫表

教學總目標：

1. 將健康紓壓落實於日常生活中，並能在必要時，尋求協助。
2. 知道如何利用消費行為幫助改善地球環境，並能在生活中實踐環保行動。
3. 了解職場健康促進策略，並能運用不同策略滿足不同工作者的健康促進需求。

### (三) 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 1 章 與壓力同行	1.能以正向的態度面對壓力。 2.學習各種調適身心的方法，以面對壓力。	6-3-4 6-3-5 6-3-6	1		1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現 4.分組討論	
三	2/26   3/2		第 2 章 與情緒過招	1.能學習情緒管理，成為積極快樂的人。	6-3-4	1		1.觀察 2.紀錄 3.課前準備 4.實作及表現	
四	3/5   3/9		第 2 章 與情緒過招	1.認識異常行為及其防治方法。	6-3-3 6-3-4	1		1.觀察 2.實作及表現	

五	3/12   3/16		第1章 關心我們的生活環境	1.了解人類行為與科技對環境的影響。 2.知道環境問題對人類健康的影響。	7-3-4 7-3-5	1	A	1.課前準備 2.觀察 3.實作及表現 4.紀錄	
六	3/19   3/23		第1章 關心我們的生活環境	1.了解人類行為與科技對環境的影響。 2.知道環境問題對人類健康的影響。	7-3-4 7-3-5	1	A	1.課前準備 2.觀察 3.實作及表現 4.紀錄	
七	3/26   3/30	<b>第一次段考</b>	第1章 關心我們的生活環境	1.了解人類行為與科技對環境的影響。 2.知道環境問題對人類健康的影響。	7-3-4 7-3-5	1	A	1.課前準備 2.觀察 3.實作及表現 4.紀錄	
八	4/2   4/6		第2章 綠色行動	1.認識日常消費行為對環境與人類的影響。	7-3-4 7-3-5	1	G	1.觀察 2.紀錄	
九	4/9   4/13		第2章 綠色行動	1.認識日常消費行為對環境與人類的影響。	7-3-4 7-3-5	1	G	1.觀察 2.紀錄	
十	4/16   4/20		第2章 綠色行動	1.知道利用消費行為幫助改善地球環境，並能實踐在日常生活中。 2.認識碳標籤與環保之間的關係，並了解綠色消費對環境的影響力。	7-3-4 7-3-5	1	G	1.觀察 2.紀錄	
十一	4/23   4/27		第1章 我的未來不是夢	1.了解職業在生涯發展中的意義及重要性。 2.實踐青少年生涯發展的任務。	6-3-4	1	P	1.觀察 2.紀錄	

十二	4/30   5/4		第1章 我的未來不是夢	1.實踐青少年生涯發展的任務。 2.能辨認求職資訊，以維護工作時的人身安全。	6-3-4	1	P	1.觀察 2.紀錄	
十三	5/7   5/11	<b>第二次段考</b>	第2章 職業安全與健康	1.了解職場環境常見的事故傷害與職業病，並能提出對應的健康促進與疾病預防方法。	5-3-2 7-3-1	1		1.觀察 2.紀錄	
十四	5/14   5/18		第2章 職業安全與健康	1.了解職場環境常見的事故傷害與職業病，並能提出對應的健康促進與疾病預防方法。 2.能運用不同策略，滿足不同工作者的健康促進需求。	5-3-2 7-3-1	1		1.觀察 2.紀錄	
十五	5/21   5/25	<b>入班宣導</b>	入班宣導						
十六	5/28   6/1	<b>技職博覽會</b>	技職博覽會						
十七	6/4   6/8	<b>班際活動</b>	班際活動						
十八	6/11   6/15	<b>畢業典禮</b>	畢業典禮						

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

防災教育 Q

品德教育 V

性別平等教育 M

適性輔導 R

交通安全教育 W

保護動物 N

人權教育 S

海洋教育 O

資訊教育 T

生涯教育 P

生命教育 U