

高雄市立嘉興國民中學 107 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：

- 1.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。
- 2.學習急救技巧，並可以在危難時做出正確的處置方式。
- 3.安全的運用社區休閒資源，針對社區環境提出維護與改善的環境計畫，促進環境健康。
- 4.藉由居家身體活動的可近性，提升個人落實多運動於日常生活中的意義與實踐

(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
一	2/11 2/15	2/11 正式上課	1 美妙的生命	1.認識自然受孕、人工受孕或試管嬰兒的過程。 2.能知道懷孕的症狀、身體與心裡產生的變化。 3.了解胎兒在母體內的生長情形。	1-3-3 7-3-1	1	T	1.課前準備 2.實作及表現	
二	2/18 2/22		1 美妙的生命	1.了解胎兒在母體內的生長情形。 2.認識不同生產方法的優點與缺點。 3.學習體會孕婦與照顧新生兒的辛苦與不便，明白當父母的辛苦與責任。 4.能知道優生保健的工作內容，以預防新生兒先天性異常的發生。	1-3-3 7-3-1	1	T	1.課前準備 2.實作及表現	
三	2/25 3/1		2 生命的軌跡	1.能知道人生可能經歷的階段及主要的發展任務。	1-3-2 6-3-4	1	P	1.觀察 2.紀錄	

				2.能了解每個人的成長經驗、健康狀態不同且珍貴，學習尊重他人的生命經驗。	7-3-1			3.實作及表現	
四	3/4 3/8		2 生命的軌跡	1.能知道影響身體健康狀態的可能因素。 2.面對老化或其他階段身心變化的心路歷程及如何做好心理調適。	1-3-2 6-3-4 7-3-1	1	P	1.觀察 2.紀錄	
五	3/11 3/15		3 認識慢性病 (一)	1.知道慢性病是國人主要的死亡原因，並了解其中的影響因素。	2-3-2 6-3-4 7-3-1	1	U	1.觀察 2.實作及表現	
六	3/18 3/22		3 認識慢性病 (一)	1.認識臺灣第一大死因——癌症，並了解不同癌症的致癌因素及預防方法。	2-3-2 6-3-4 7-3-1	1	U	1.觀察 2.課前準備 3.紀錄 4.實作及表現	
七	3/25 3/29	第一次段考	3 認識慢性病 (一)	1.認識心血管疾病之高血壓、冠心病、腦中風的成因及預防方法。 2.能夠關心家人與自己的健康狀態。	2-3-2 6-3-4 7-3-1	1	U	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現	
八	4/1 4/5		4 認識慢性病 (二)	1. 認識腎臟病及其病變的因素、前兆，並學習注意自己的身體變化。	2-3-2 6-3-4 6-3-6 7-3-1	1	U	1.觀察 2.實作及表現	
九	4/8 4/12		4 認識慢性病 (二)	1. 認識常見糖尿病的種類及預防方法。	2-3-2 6-3-4 6-3-6 7-3-1	1	U	1.觀察 2.課前準備 3.分組練習	

十	4/15 4/19		4 認識慢性病 (二)	1.能夠關心家人與自己的健康狀態。 2.學習面對病患的技巧與安慰病患的方式。	2-3-2 6-3-4 6-3-6 7-3-1	1	U	1.課前準備 2.觀察 3.分組練習	
十一	4/22 4/26		1 健康休閒家	1.建立正確的休閒觀念，了解休閒對生活的重要性。 2.認識各類休閒活動，從事適合自己能力及興趣的休閒活動。	4-3-2 6-3-2 7-3-3	1		1.觀察 2.實作及表現	
十二	4/29 5/3		1 健康休閒家	1.選擇適切的休閒資訊、裝備與場所，以實踐健康的休閒生活。 2.規畫及參與個人、家庭的休閒活動。	4-3-2 6-3-2 7-3-3	1		1.觀察 2.實作及表現	
十三	5/6 5/10	第二次段考	2 安全百分百	1.建立正確的急救觀念，並認識簡單的原則及急救方法。 2.學會各種急救方式。 3.靈活運用不同的急救法於不同情境之中。	5-3-3 6-3-6	1		1.實作及表現 2.觀察 3.紀錄 4.實作及表現	
十四	5/13 5/17		2 安全百分百	1.學會各種急救方式。 2.靈活運用不同的急救法於不同情境之中。 3.了解不同的救難機構，並建立正確的人生價值觀。	5-3-3 6-3-6	1		1.觀察 2.分組討論 3.紀錄 4.實作及表現	
十五	5/20 5/24		3 急救一瞬間	1.建立正確的水上安全觀念。 2.了解心肺復甦術的原則概念及步驟。 3.學會正確的心肺復甦術與自動體外心臟電擊去顫器實施過程，並能使用於正確的情境之下。	5-3-3	1		1.觀察 2.紀錄	

十六	5/27 5/31		3 急救一瞬間	1.了解心肺復甦術的原則概念及步驟。 2.學會正確的心肺復甦術與自動體外心臟電擊去顫器實施過程，並能使用於正確的情境之下。	5-3-3	1		1.觀察 2.紀錄 3.分組討論 4.實作及表現	
十七	6/3 6/7		1 健康社區面面觀	1.能檢視健康生活型態，了解健康社區的內涵。 2.能主動發現問題，並執行改善社區的行動力。 3.學習以實際行動促進社區環境健康。 4.擬定小組的社區改善計畫。	5-3-1 5-3-2 7-3-5	1		1.觀察 2.實作及表現 3.分組討論	
十八	6/10 6/14	畢業典禮 6/10	2 安全好社區	1.認識社區安全相關法律規定。 2.針對社區環境環境問題提出維護與改善的計畫。	5-3-1 5-3-2	1	W	1.課前準備 2.實作及表現 3.紀錄	
十九	6/17 6/21		2 安全好社區	1.針對社區環境環境問題提出維護與改善的計畫。	5-3-1 5-3-2	1	W	1.課前準備 2.觀察	
二十	6/24 6/28	第三次段考 6/29 課程結束	複習全冊	1.能知道懷孕的症狀、身體與心裡產生的變化。 2.面對老化或其他階段身心變化的心路歷程及如何做好心理調適。 3.認識社區安全相關的法令規定，針對社區環境環境問題提出維護與改善的計	1-3-2 1-3-3 3-3-1 3-3-4 4-3-3 5-3-1	1		1.觀察 2.問卷調查 3.紀錄 4.實作及表現 5.分組討論	

				畫。	5-3-2				
				4.體認身體活動的重要性，並知道如何增進自我的身體活動量。	5-3-3				
					5-3-5				
				5.認識終生運動對自我健康管理的重要性。	6-3-2				
					6-3-3				
					6-3-4				
					7-3-1				

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 性侵害防治教育課程 X