

高雄市立嘉興國民中學108學年度第2學期七年級部定(領域)課程 (健康與體育-健康)領域計畫

週次	單元/主題 名稱	對應領域 核心素養指標	教學/學習重點		評量方式	跨領域統整或 協同教學規劃 (無則免填)	議題融入
			學習內容	學習表現			
第 1 週 2/10~2/14 (2/11正式上課)	課程說明、規範及分組(準備週)						
第 2 週 2/17~2/21	單元1 「癮」形大危機 第1章 菸誤人生	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。 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。	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。 Bb-IV-5拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。	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。 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。	上課參與 平時觀察		

<p>第 3 週 2/24~2/28 (2/28 和平紀念 日放假)</p>	<p>單元1 「癮」形大危 機 第1章 菸誤人生</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。 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>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。 Bb-IV-5拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</p>	<p>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-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。</p>	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>		
<p>第 4 週 3/2~3/6</p>	<p>單元1 「癮」形大危 機 第2章 酒後誤「世」</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。 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>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。 Bb-IV-5拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</p>	<p>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。 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。 4a-IV-3持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>上課參與 平時觀察</p>		

<p>第 5 週 3/9~3/13</p>	<p>單元1 「癮」形大危機 第2章 酒後誤「世」</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。 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>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。 Bb-IV-5拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</p>	<p>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。 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。 4a-IV-3持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>		
<p>第 6 週 3/16~3/20</p>	<p>單元1 「癮」形大危機 第3章 紅脣危機</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。 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>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。 Bb-IV-5拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</p>	<p>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-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-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。</p>	<p>上課參與 平時觀察</p>		
<p>第 7 週 3/23~3/27 (第一次段考週)</p>	<p>第一次段考週</p>						

<p>第 8 週 3/30~4/3 (4/3補放假)</p>	<p>單元1 「癮」形大危機 第3章 紅脣危機</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>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。</p> <p>Bb-IV-4面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。</p> <p>Bb-IV-5拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</p>	<p>1a-IV-3評估內在與外在的行為為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>		
<p>第 9 週 4/6~4/10 (4/6補放假)</p>	<p>單元1 「癮」形大危機 第4章 青春不迷「網」</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>Da-IV-4健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。</p> <p>Fb-IV-3保護性的健康行為。</p>	<p>1a-IV-3評估內在與外在的行為為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>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。</p> <p>4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p>	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>		

<p>第 10 週 4/13-4/17</p>	<p>單元2 全境擴散 第1章 傳染病情報站</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。 健體-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。</p>	<p>Da-IV-1衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-4新興傳染病與慢性病的防治策略。</p>	<p>1a-IV-2分析個人與群體健康的影響因素。 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。</p>	<p>上課參與 平時觀察</p>		<p style="text-align: center;">登</p>
<p>第 11 週 4/20-4/24</p>	<p>單元2 全境擴散 第1章 傳染病情報站</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。 健體-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。</p>	<p>Da-IV-1衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-4新興傳染病與慢性病的防治策略。</p>	<p>1a-IV-2分析個人與群體健康的影響因素。 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。</p>	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>		<p style="text-align: center;">登</p>

<p>第 12 週 4/27~5/1</p>	<p>單元2 全境擴散 第2章 打擊傳染病</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>Da-IV-1衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-4新興傳染病與慢性病的防治策略。</p>	<p>1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 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-1關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</p>	<p>上課參與 平時觀察</p>		<p>登</p>
<p>第 13 週 5/4~5/8 (第二次段考週)</p>	<p>(第二次段考週)</p>						
<p>第 14 週 5/11~5/15 (5/16、17國中 會考)</p>	<p>單元2 全境擴散 第2章 打擊傳染病</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>Da-IV-1衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-4新興傳染病與慢性病的防治策略。</p>	<p>1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 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-1關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</p>	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>		<p>登</p>
<p>第 15 週 5/18~5/22</p>	<p>單元3 安全守護神 第1章 安全伴我行</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>Ba-IV-1居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>1a-IV-2分析個人與群體健康的影響因素。 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。 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。</p>	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>		

<p>第 16 週 5/25-5/29</p>	<p>單元3 安全守護神 第2章 急救得來速</p>	<p>健體-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。 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>Ba-IV-3緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。</p>	<p>1b-IV-1分析健康技能和生技能對健康維護的重要性。 1b-IV-2認識健康技能和生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技能。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。</p>	<p>上課參與 平時觀察</p>		<p>水</p>
<p>第 17 週 6/1-6/5</p>	<p>單元3 安全守護神 第2章 急救得來速</p>	<p>健體-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。 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>Ba-IV-3緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。</p>	<p>1b-IV-1分析健康技能和生技能對健康維護的重要性。 1b-IV-2認識健康技能和生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技能。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。</p>	<p>上課參與 平時觀察</p>		<p>水</p>

<p>第 18 週 6/8-6/12 (畢業典禮週)</p>	<p>單元3 安全守護神 第2章 急救得來速</p>	<p>健體-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。 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>Ba-IV-3緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。</p>	<p>1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 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。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。</p>	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>		
<p>第 19 週 6/15-6/20 (6/20補課)</p>	<p>單元3 安全守護神 第3章 防災御守</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。 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。 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>	<p>Ba-IV-2居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 Ba-IV-4社區環境安全的行動策略。</p>	<p>1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 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。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。 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。</p>	<p>上課參與 平時觀察</p>		<p style="text-align: center;">全</p>

<p>第 20 週 6/22-6/26 (6/25端午節； 6/26彈性放假) (第三次段考週)</p>	<p>單元3 安全守護神 第3章 防災御守</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>	<p>Ba-IV-2居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。</p> <p>Ba-IV-4社區環境安全的行動策略。</p> <p>第三次段考週</p>	<p>1b-IV-1分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>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。</p> <p>3a-IV-1精熟地操作健康技能。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>上課參與 平時觀察 紙筆測驗</p>		<p>全</p>
<p>第 21 週 6/29-6/30 6/30課程結束</p>	<p>課程結束</p>						

註1：若為一個單元或主題跨數週實施，可合併欄位書寫。

註2：議題融入代號(例：法定/課綱：領域-領域-(議題實質內涵代碼)-時數)

生：生涯發展教育、性：性別平等教育、侵：性侵害防治教育課程、環：環境教育課程、碳：低碳環境教育課程、登：登革熱防治教育、健：健康飲食教育、愛：愛滋病宣導、水：水域安全教育、

交：交通安全教育、反：反毒認知教學、全：全民國防教育、暴：家庭暴力防治、家：家庭教育、海：海洋教育

金：金融基礎教育、動：保護動物、災：防災教育、適：適性輔導、人：人權教育、資：資訊教育、命：生命教育、品：品德教育

■法定課程議題：性別平等教育、環境教育課程、海洋教育、家庭教育、生涯發展教育（含職業試探、生涯輔導課程）、性侵害防治教育課程、低碳環境教育、水域安全宣導教育課程、交通安全教育、家庭暴力防治、登革熱防治教育、健康飲食教育、愛滋病宣導、反毒認知教學、全民國防教育。

■課綱議題：性別平等、環境、海洋、家庭教育、人權、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育

註3：下學期須規劃學生畢業考後或國中會考後至畢業前課程活動之安排