

新北市中正國民中學113學年度\_8\_年級第\_1\_學期部定課程計畫

設計者：王筱君

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 22 週，共( 22 )節。第22週為結業式無課務

三、課程內涵：

總綱核心素養	學習目標
<input type="checkbox"/> A1身心素質與自我精進 <input checked="" type="checkbox"/> A2系統思考與解決問題 <input type="checkbox"/> A3規劃執行與創新應變 <input checked="" type="checkbox"/> B1符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3藝術涵養與美感素養 <input type="checkbox"/> C1道德實踐與公民意識 <input checked="" type="checkbox"/> C2人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3多元文化與國際理解	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-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-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。

四、課程架構：(自行視需要決定是否呈現)

五、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	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。	1a-IV-2分析個人與群體健康的影響因素。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。	單元1 愛，這件事 第1章 歌頌情誼  活動內容： 1.JUST DO IT 欣賞筆記簿:請同學寫出自己欣賞的人的特質，包含外在條件及個性，彼此分享討論，藉由欣賞他人，也可以更瞭解自己擁有的特質，以及還有哪些值得學習的特質。 2.JUST DO IT 規畫 前奏曲:規畫約會時，要以安全為優先，也要考量自己還是學生的經濟情況。 想像自己即將邀請一個有好感的對象，試想該說些什麼，決定邀約時機以及想嘗試的邀約策略，並寫下各策略的優缺點。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 小組討論	【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。 【生涯發展教育】 涯 J4 了 解自己 的人格 特質 與價值 觀。 涯15探 索性別 與生涯 規劃的 關係	<input type="checkbox"/> 實施跨領域或跨科目 協同教學 (需另申請 授課鐘點 費) 1. 協同科目： —— —— 2. 協同節數： —— 08/30開學
第二週 09/02-09/06	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。	1a-IV-2分析個人與群體健康的影響因素。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。	單元1 愛，這件事 第1章 歌頌情誼  活動內容： 1.請學生思考，雙方要如何表示真誠的情感，並不讓對方感到厭惡。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 小組討論	【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	

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						
			<p>2.情感溝通協奏曲:說明衝突產生的原因，若不處理衝突，會有什麼後果？</p> <p>3.分手快樂:提醒學生，分手不是世界末日。冷靜下來後，反省這段感情當中學到了什麼，收拾好心情，才有機會再迎接下一段更好的戀情。</p>				<p>備與他人平等互動的能力。</p> <p>【生涯發展教育】</p> <p>涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。</p> <p>涯15探索性別與生涯規劃的關係</p>	
<p>第三週</p> <p>09/09-09/13</p>	<p>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。</p> <p>Db-IV-6青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</p> <p>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。</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。</p> <p>2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p>	<p>單元一 愛，這件事</p> <p>第2章 珍愛自我</p> <p>活動內容：</p> <p>1.說明身體自主權的重要性。透過題目引導學生練習表達自己的感受，並從行為人的角度去做適當的道歉與回應。</p> <p>2.說明性騷擾的定義，進行性騷擾迷思的解析。</p>	1	<p>教科書</p> <p>習作</p> <p>投影片</p> <p>教學影片</p>	<p>上課參與</p> <p>課堂問</p> <p>答</p> <p>小組討</p> <p>論</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>性 J6探究各種符號中的性別意涵及人</p>	

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						
							際溝通中的性別問題。 <b>【生涯發展教育】</b> 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯15探索性別與生涯規劃的關係	
第四週 09/16-09/20	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。 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。	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-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	單元一 愛，這件事 第2章 珍愛自我 活動內容： 1.以小組討論並回答問題。提醒情侶交往時，身體接觸是一種情感的表達，卻常遭到誤會是性行為的暗示。說明未成年性行為對彼此及生理、心理、社會層面的影響。說明未成年懷孕的因應方法。讓學生比較各種方法的優缺。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 課堂問 答 小組討論	<b>【性別平等教育】</b> 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。 性 J6探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中	

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						
							的性別問題。【生涯發展教育】 涯 J4 了解自己的 人格特質 與價值 觀。 涯15探索 性別與生 涯規劃的 關係	
第五週 09/23-09/27	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。 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。	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-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	單元一 愛，這件事 第2章 珍愛自我 活動內容： 1.說明預防約會性侵害發生的原則。提醒學生，不管跟網友見面或是和熟人碰面，都一定要再三小心。說明遭遇性侵害後的因應方法，以及可尋求的資源。 2.:澄清色情資訊與現實的差異。色情資訊會帶來的影響。 3.要如何在安全、不傷害彼此的情況下保護自己的身體自主權，是需要練習思考的。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 課堂問答 小組討論 活動學習單 紙筆測驗	【性別平等教育】 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。 性 J6探究 各種符號中的 性別意涵及人 際溝通	

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						
							中的性別問題。 【生涯發展教育】 涯 J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。 涯15探索性別與生 涯規劃的關係	
第六週 09/30~10/04	Db-IV-8愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。	1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。	單元一 愛，這件事 第3章 「性」福「保」典  活動內容： 1.說明性傳染病之主要傳染途徑。 2.澄清一般的日常行為不會造成性傳染病的傳播。 3.判斷有無性傳染病的感染不能只從外觀，性傳染病的初期症狀不明顯，因此還是需要定期的健康檢查，發現有異狀也該就醫治療。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 小組討論 紙筆測驗	【法治教育】 法 J2避免歧視。	
第七週 10/07~10/11	第一次段考		單元一 愛，這件事 第3章 「性」福「保」典  活動內容： 1.性病百科:教師說明性傳染病病原體的特徵，介紹非淋菌性尿道炎、淋病，梅毒、尖形濕疣、生殖器疱疹、愛滋病等。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 小組討論 紙筆測驗	【法治教育】 法 J2避免歧視。	

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						
<b>第八週</b> 10/14~10/18	Db-IV-8愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。	1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。	複習之前所學，檢討習作。	1	教科書 習作			<b>10/15~10/16第 一次段考</b>
第九週 10/21~10/25	Db-IV-8愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。	1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。	單元一 愛，這件事 第3章 「性」福「保」典  活動內容： 1.說明性傳染病的預防方法，及保險討的使用步驟。 2.講解不光是愛滋病，各類性傳染病都需要被重視與獲得關懷。 3.對性傳染病患應有的「同理心」概念，希望別人怎麼對待自己，就如何對待他人。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 小組討 論 紙筆測 驗	【法治教育】 法 J2避 免歧 視。	
第十週 10/28~11/01	Fb-IV-5全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。 4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	單元二 一生「醫」世 第1章 臺灣「醫」級棒  活動內容： 1.說明：健保是守護全民健康很重要的制度，永續經營非常重要。說明臺灣全民健保的運作方式 a.全民按照「量能付費」。 b.說明健保 IC 卡 的功能及用途。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	【品德教育】 品 J1溝通合作與和諧人際關係 品 J8理性溝通與問題解決。 【全民國防教育】 5-3-3 規劃並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。	



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11週 11/04~11/08	Fb-IV-5全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。 4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	單元二 一生「醫」世 第1章 臺灣「醫」級棒  活動內容： 1.急診室給緊急病患使用，必非任意就可以濫用，且有傷病分級制度。 2.說明正確就醫就醫5招流程。 3.強調「全民健保」是臺灣之光，要珍惜健保有限的資源，浪費醫療資源將可能使健保破產、倒閉。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	【品德教育】 品 J1溝通合作與和諧人際關係 品 J8理性溝通與問題解決。 【全民國防教育】 5-3-3 規劃並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。	
第12週 11/11~11/15	Bb-IV-1正確購買與使用藥品的行動策略。 Bb-IV-2家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。	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-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。 4a-IV-3持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	單元二 一生「醫」世 第2章 正確用藥好安心  活動內容： 1.醫藥分業很放心說明「醫藥分業」觀念的重要性。 2.請學生對照所帶的實物學習分析。說明買藥品時，可透過「用藥五問」來為自己的健康把關。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 平時觀察 小組討論	【品德教育】 品 J1溝通合作與和諧人際關係。 品 J8理性溝通與問題解決。	
第13週 11/18~11/22	Bb-IV-1正確購買與使用藥品的行動策略。 Bb-IV-2家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。	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-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	單元二 一生「醫」世 第2章 正確用藥好安心  活動內容：	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 平時觀察 小組討論	【品德教育】 品 J1溝通合作與和諧人際關係。	

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						
		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。 4a-IV-3持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	1.錯誤購藥 很擔心:說明各種常見的錯誤藥物消費觀念。因此，購買藥品應至有藥師執業的藥局買才安心。 2.用藥五力 很定心:說明正確用藥五大核心能力。			活動學習單 紙筆測驗	品 J8理性溝通與問題解決。	
第14週 11/25~11/29	第二次段考		複習之前所學，檢討習作。	1	教科書 習作	紙筆測驗		11/28-29第二次段考週
第15週 12/02~12/06	Bb-IV-1正確購買與使用藥品的行動策略。 Bb-IV-2家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。	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-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。 4a-IV-3持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	單元二 一生「醫」世 第2章 正確用藥好安心  活動內容: 1.學習單:引導學生閱讀和了解活動題目。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 平時觀察 小組討論 活動學習單 只筆測驗	【品德教育】 品 J1溝通合作與和諧人際關係。 品 J8理性溝通與問題解決。	
第16週 12/09~12/13	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。	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。 2a-IV-3深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	單元三 「癮」爆新觀點 第1章 青春要玩不藥丸  活動內容: 1.藥物濫用的常見原因:說明青少年藥物濫用的常見原因可分為四類。 2.藥物濫用的種類:說明藥與毒只有一線之隔。衛生福利部依藥物不同的特性可以分為：中樞神經興奮劑、中樞神經抑制劑、中樞神經迷	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 小組討論	【品德教育】 品 EJU1 尊重生命。	

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						
			幻劑、吸入性濫用物質與新興影響精神物質。					
第17週 12/16~12/20	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。	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。 2a-IV-3深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	單元三 「癮」爆新觀點 第1章 青春要玩不藥丸  活動內容： 1.說明不同的藥物對神經系統產生影響，當停止使用時會造成戒斷作用，且身體會有藥物耐受性產生，而會使用越來越重。 2.說明藥物濫用不僅對個人身體造成傷害，對周遭的親友與社會皆會帶來嚴重的負面影響。 3.揭開新興毒品的陷阱:說明新興毒品常見的偽裝手法。 4.引導學生透過「做決定」生活技能建立遇到來路不明的藥物，要有拒絕的想法。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 小組討論	【品德教育】 品 EJU1 尊重生命。	
第18週 12/23~12/27	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。	2a-IV-3深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-IV-3充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 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。	單元三 「癮」爆新觀點 第2章 毒來不毒往  活動內容： 1.引導學生運用批判性思考，拒絕他人的不當邀約。 2.利用課情境，同學間輪流角色扮演，進行拒絕原則的演練。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 小組討論	【法治教育】 法 J4理解規範國家強制力之重要性。	
第19週 12/30~01/03	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。	2a-IV-3深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-IV-3充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。	單元三 「癮」爆新觀點 第2章 毒來不毒往  活動內容： 1.JUST DO IT 拒絕技巧大絕招:請學	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 小組討論	【法治教育】 法 J4理解規範國家強制力之重要性。	1/1元旦

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						
		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。	生閱讀題目情境，並想一想情境對話中，小名用了哪些拒絕技巧？ 2.請學生將所學的拒絕方法，以角色扮演方式，輪流扮演拒絕者與被拒絕者，以觀察學生的學習狀況。					
第20週 01/06-01/10	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。	2a-IV-3深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-IV-3充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 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。	單元三 「癮」爆新觀點 第2章 毒來不毒往  活動內容： 1.遠離藥物濫用一起來:說明可以透過某些警訊來察覺需要關心的人。 2.強調出現文中的徵兆並不一定代表有藥物濫用的狀況，而是值得我們多去關心對方。	1	教科書 習作 投影片 教學影片	上課參與 小組討論	【法治教育】 法 J4理解規範國家強制力之重要性。	
第21週 01/13-01/17	第3次段考		複習之前所學，檢討習作。	1	教科書 習作	上課參與 紙筆測驗		1/16-17第三次段考週
第 22 週 1/20			1/20休業式 複習之前所學。	1	教科書	上課參與 小組討論		1/20休業式

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
		<input type="checkbox"/> 簡報 <input type="checkbox"/> 印刷品 <input type="checkbox"/> 影音光碟 <input type="checkbox"/> 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