

臺北市木柵國民中學 109 學年度健康與體育領域健康教育課程計畫

領域/ 科目	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 (<input type="checkbox"/> 歷史 <input type="checkbox"/> 地理 <input type="checkbox"/> 公民與社會) <input type="checkbox"/> 自然科學 (<input type="checkbox"/> 理化 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 地球科學) <input type="checkbox"/> 藝術 (<input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 視覺藝術 <input type="checkbox"/> 表演藝術) <input type="checkbox"/> 綜合活動 (<input type="checkbox"/> 家政 <input type="checkbox"/> 童軍 <input type="checkbox"/> 輔導) <input type="checkbox"/> 科技 (<input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 生活科技) <input type="checkbox"/> 健康與體育 (<input checked="" type="checkbox"/> 健康教育 <input type="checkbox"/> 體育)		
實施年級	<input type="checkbox"/> 7年級 <input checked="" type="checkbox"/> 8年級 <input type="checkbox"/> 9年級		
教材版本	<input checked="" type="checkbox"/> 選用教科書： <u>翰林</u> 版 <input type="checkbox"/> 自編教材(經課發會通過)	節數	每週 <u>1</u> 節 第 1、2 學期 共 <u>41</u> 節
領域核心 素養	<p>健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</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-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>健體-J-B1 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-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。</p> <p>健體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與表現方式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。</p> <p>健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。</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>健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。</p>		

(第三冊)

單元一

1. 認識菸、酒、檳榔以及成癮藥物對身體的影響。
2. 學會拒絕成癮藥物，並了解如何利用相關資源戒除藥癮。

單元二

1. 理解新興傳染病的傳播方式及預防方法。
2. 理解傳染病的預防策略及防疫方法。

單元三

1. 認識愛的意涵。
2. 學習維繫人際關係好方法。
3. 熟悉情感結束的調適技巧。
4. 了解兩性交往循序漸進的程序。
5. 熟悉兩性交往邀約與拒絕技巧。
6. 能夠公開表達維護身體自主權。
7. 評估青少年發生性行為的衝擊與風險。
8. 解青少年性行為之法律規範。
9. 性行為的抉擇。
10. 幸懷孕，知道尋求解決方法。

課程
目標

(第四冊)

單元一

1. 藉由媽咪日記，認識懷孕的生理變化及優生保健的重要。
2. 從小時候的照片找出自己的變化，並認識人生各階段的身心發展及生長發育。
3. 閱讀長生不老的傳說，思考老化的意義。並體認從年輕就要儲存健康老化資本的重要。
4. 利用討論器官捐贈的話題，明白死亡的意涵，並熟悉面對死亡自我調適方法。

單元二

		<p>1. 了解慢性病對健康的威脅。</p> <p>2. 探究常見的慢性病。</p> <p>單元三</p> <p>1. 藉由分析生活情境，體認安全的重要，並熟悉事故傷害處理、傷口照護、止血法及包紮技巧。</p> <p>2. 利用新聞案例，了解心肺復甦術的使用時機、技巧，並熟練操作。</p>							
學習進度 週次	單元 活動主題	學習重點		評量 方法	議題融 入實質 內涵	教學設施 設備需求	跨領域 /科目 協同教 學	備 註	
		學習 表現	學習 內容						
第 1 學 期	第一篇致命 吸引力 第一章菸酒 檳榔	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。 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。	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。	觀察 發表	【環境 教育】 環 J4 了解永續發 展的意義 (環 境、社 會、與 經濟的 均衡發 展)與 原則。	教學影 片 教用版 電子教 科書			
	第一篇致命 吸引力 第一章菸酒 檳榔	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。 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。	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。	觀察 發表	【環境 教育】 環 J4 了解永續發 展的意義 (環 境、社 會、與 經濟的 均衡發 展)與 原則。	教學影 片 教用版 電子教 科書			
	第一篇致命 吸引力 第一章菸酒 檳榔	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	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	觀察 發表	【環境 教育】 環 J4 了解永續發 展的意義	教學影 片 教用版 電子教 科書			

		思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 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。	的影響。		(環境、社會、與經濟的均衡發展)與原則。			
第4週	第一篇致命吸引力 第一章菸酒檳榔	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。 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。	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。	觀察發表	【環境教育】環J4 了解永續發展的意義(環境、社會、與經濟的均衡發展)與原則。	教學影片 教用版 電子教科書		
第5週	第一篇致命吸引力 第二章成癮藥物的真相	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。	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。	觀察問答	【品德教育】品EJU4 自律負責。	教學影片 教用版 電子教科書		
第6週	第一篇致命吸引力 第二章成癮藥物的真相	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。	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。	觀察問答	【品德教育】品EJU4 自律負責。	教學影片 教用版 電子教科書		
第7週	第一篇致命吸引力 第二章成癮藥物的真相	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。	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。	觀察問答	【品德教育】品EJU4 自律負責。	教學影片 教用版 電子教科書		
第8週	第一篇致命吸引力 第三章我不吸煙我拒毒	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源	Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。	觀察問答	【品德教育】品EJU4 自律負責。	教學影片 教用版 電子教科書		

		與規範。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。 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。						
第9週	第一篇致命吸引力 第三章我不吸煙我拒毒	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。 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。	Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。	觀察 問答	【品德教育】 品EJU4 自律負責。	教學影片 教用版 電子教科書		
第10週	第一篇致命吸引力 第四章捍衛青春不成癮	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 3a-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-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。 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。	Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。	觀察 問答	【生命教育】 生J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	教學影片 教用版 電子教科書		

第11週	第二篇防疫 總動員 第一章 傳染病的防 治	1a-IV-2 分析 個人與群體健 康的影響因 素。 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。	Fb-IV-4 新興 傳染病與慢性 病的防治策 略。	觀察 發表	【閱讀 素養教 育】 閱 J2 發展跨 文本的 比對、 分析、 深究的 能力， 以判讀 文本知 識的正 確性。	教學影 片 教用版 電子教 科書		
第12週	第二篇防疫 總動員 第一章 傳染病的防 治	1a-IV-2 分析 個人與群體健 康的影響因 素。 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。	Fb-IV-4 新興 傳染病與慢性 病的防治策 略。	觀察 發表	【閱讀 素養教 育】 閱 J2 發展跨 文本的 比對、 分析、 深究的 能力， 以判讀 文本知 識的正 確性。	教學影 片 教用版 電子教 科書		
第13週	第二篇防疫 總動員 第二章戰 勝傳染病	1b-IV-4 提出 健康自主管理 的行動策略。 2b-IV-2 樂於 實踐健康促進 的生活型態。 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。 4a-IV-2 自我 監督、增強個 人促進健康的 行動，並反省 修正。 4b-IV-1 主動 並公開表明個 人對促進健康 的觀點與立 場。 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。	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。	觀察 問答	【生命 教育】 生 J1 思考生 活、學 校與社 區的公 共議題， 培養與 他人理 性的素 養。	教學影 片 教用版 電子教 科書		
第14週	第二篇防疫 總動員 第二章戰 勝傳染病	1b-IV-4 提出 健康自主管理 的行動策略。 2b-IV-2 樂於	Fb-IV-3 保護 性的健康行 為。 Fb-IV-4 新興	觀察 問答	【生命 教育】 生 J1 思考生	教學影 片 教用版		

		<p>實踐健康促進的生活型態。 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。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 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>傳染病與慢性病的防治策略。</p>		<p>活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性的溝通素養。</p>	<p>電子教科書</p>		
第15週	<p>第二篇防疫總動員 第二章戰勝傳染病</p>	<p>1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 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>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>觀察問答</p>	<p>【生命教育】 生J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性的溝通素養。</p>	<p>教學影片 教用版 電子教科書</p>		
第16週	<p>第三篇擁抱青春 第一章相信愛的真諦</p>	<p>1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p>	<p>Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與應方法。</p>	<p>觀察實作</p>	<p>【人權教育】 人J8 了解人身自由權利，並具有自我保護的知</p>	<p>教學影片 教用版 電子教科書</p>		

						能。			
第17週	第三篇擁抱青春 第一章愛的真諦	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與應方法。	觀察實作	【人權教育】 人 J8 了解人自由身權，並具有自我保護的知能。	教學影片 教用版 電子教科書			
第18週	第三篇擁抱青春 第二章約會的事	1a-IV-4 理解促進健康生活的策、資源與規範。 3b-IV-1 熟悉各自我調適技能。 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。	Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與應方法。 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。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	觀察實作	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自尊與他人的身體自主權。 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。 【人權教育】 人 J8 了解人自由身權，並具有自我保護的知能。	教學影片 教用版 電子教科書			
第19週	第三篇擁抱青春 第二章約會的事	1a-IV-4 理解促進健康生活的策、資源與規範。 3b-IV-1 熟悉各自我調適技能。 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	Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與應方法。 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。 Fa-IV-3 有利	觀察實作	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自尊與他人的身體	教學影片 教用版 電子教科書			

		人促進健康的行動，並反省修正。	人際關係的因素與有效的溝通技巧。		自主權。 性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性的霸凌樣態，運用資源解決問題。 【人權教育】 人 J8 了解人自由身權，並具有自我保護的知能。			
第20週	第三篇擁抱青春相信愛 第三章真愛 要等待	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策、資源與規範。 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。	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。 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。	觀察實作	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自尊與他人的身體自主權。 性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性的霸凌樣態，運用資源解決問題。 【人權教育】 人 J8 了解人自由身權，並具有自我保護的知能。	教學影片 教用版 電子教科書		
第21週	第三篇擁抱青春相信愛 第三章真愛	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及	觀察實作	【性別平等教育】	教學影片		

		要等待	成的衝擊與風險。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策、資源與規範。 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。	懷孕生理、優生保健。 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。		性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與他人的身體自主權。 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。 【人權教育】 人 J8 了解人身自由，並具有自我保護的知識。	教用版 電子教科書		
第 2 學 期	第1週	第一篇生命的旅程 第一章新生命的喜悅	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	觀察實作	【家庭教育】 家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。	教學影片 教用版 電子教科書		
	第2週	第一篇生命的旅程 第一章新生命的喜悅	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	觀察實作	【家庭教育】 家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。	教學影片 教用版 電子教科書		
	第3週	第一篇生命的旅程 第二章生長密碼	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的	Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。 Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	觀察	【生命教育】 生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理	教學影片 教用版 電子教科書		

		行為對健康造成的衝擊與風險。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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。			性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。			
第4週	第一篇生命的旅程 第二章生長密碼	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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。	Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。 Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	觀察	【生命教育】生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。	教學影片 教用版 電子教科書		
第5週	第一篇生命的旅程 第二章生長密碼	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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。	Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。 Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	觀察	【生命教育】生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。	教學影片 教用版 電子教科書		
第6週	第一篇生命的旅程 第三章樂活	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。	Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。	觀察	【生命教育】生 J2	教學影片 教用版		

	老化	素。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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。	Fb-IV-2 健康狀態影響因素與不同性別者平均餘命與健康指標的改善策略。 Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活型態的建立。		探討完人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人體的能動性，培養適切的自我觀。	電子教科書		
第7週	第一篇生命的旅程 第三章樂活老化	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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。	Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。 Fb-IV-2 健康狀態影響因素與不同性別者平均餘命與健康指標的改善策略。 Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活型態的建立。	觀察	【生命教育】 生J3 反思生老與無常的現象，探索人目的、價值與意義。	教學影片 教用版 電子教科書		
第8週	第一篇生命的旅程 第四章用愛說再見	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。	Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。	觀察	【生命教育】 生J3 反思生老與無常的現象，探索人目的、價值與意義。	教學影片 教用版 電子教科書		
第9週	第二篇沉默的殺手 第一章慢性病（一）	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。	觀察發表	【生命教育】 生J3 反思生老與無常的現象，探索人目的、價值與意義。	教學影片 教用版 電子教科書		

					值與意義。			
第10週	第二篇 沉默的殺手 第一章 慢性病 (一)	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。	觀察發表	【生命教育】生 J3 反思生老病與無常的現象，探索人生的、價值與意義。	教學影片 教用版 電子教科書		
第11週	第二篇 沉默的殺手 第一章 慢性病 (一)	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。	觀察發表	【生命教育】生 J3 反思生老病與無常的現象，探索人生的、價值與意義。	教學影片 教用版 電子教科書		
第12週	第二篇 沉默的殺手 第一章 慢性病 (二)	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。 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。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。 Fb-IV-3 保護性的健康行為建立。 Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活型態的建立。	觀察發表	【生命教育】生 J3 反思生老病與無常的現象，探索人生的、價值與意義。	教學影片 教用版 電子教科書		
第13週	第二篇 沉默的殺手 第一章 慢性病 (二)	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。 3a-IV-2 因應不同的生活情	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。 Fb-IV-3 保護性的健康行為建立。 Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活型態的建	觀察發表	【生命教育】生 J3 反思生老病與無常的現象，探索人生的、價	教學影片 教用版 電子教科書		

		境進行調適並修正，持續表現健康技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	立。		值與意義。			
第14週	第二篇 沉默的殺手 第一章 慢性病 (二)	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。 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。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。 Fb-IV-3 保護性的健康行為建立。 Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活型態的建立。	觀察發表	【生命教育】 生 J3 反思生老病死的現象，探索人生的、價值的、意義。	教學影片 教用版電子教科書		
第15週	第三篇 即刻救援 第一章 急救最前線	1b-IV-1 分析健康技能和生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生活技能。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	Ba-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估。 Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	問答觀察	【安全教育】 安 J2 判斷常見的事務傷害。 安 J3 了解日常生活容易發生的原因。	教學影片 教用版電子教科書		
第16週	第三篇 即刻救援 第一章 急救最前線	1b-IV-1 分析健康技能和生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生活技能。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	Ba-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估。 Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	問答觀察	【安全教育】 安 J2 判斷常見的事務傷害。 安 J3 了解日常生活容易發生的原因。	教學影片 教用版電子教科書		
第17週	第三篇 即刻救援 第二章 心肺	1b-IV-1 分析健康技能和生生活技能對健康	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、	觀察分享	【安全教育】 安 J10	教學影片		

	復甦術	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。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	CPR、復甦姿勢急救技術之演練。		學習心肺復甦術及AED的操作。	教用版 電子教科書		
第18週	第三篇即刻救援 第二章心肺復甦術	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。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	觀察 分享	【安全教育】安J10 學習心肺復甦術及AED的操作。	教學影片 教用版 電子教科書		
第19週	第三篇即刻救援 第二章心肺復甦術	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。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	觀察 分享	【安全教育】安J10 學習心肺復甦術及AED的操作。	教學影片 教用版 電子教科書		
第20週	第三篇即刻救援 第二章心肺復甦術	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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。 4b-IV-3 公開	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	觀察 分享	【安全教育】安J10 學習心肺復甦術及AED的操作。	教學影片 教用版 電子教科書		

		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。						
--	--	-----------------------------	--	--	--	--	--	--