

國立高餐大附中 107 學年度八年級第一學期 健康教育科課程計畫表

學習總目標：

1. 了解正確的用藥觀念，了解菸、毒、酒、檳榔對人體的危害及相關拒絕策略。
2. 遠離成癮物，正確用藥觀念之學習。
3. 認識防火、地震、颱風等災害來臨實該如何應變及預防。
4. 認識戶外活動所需要之安全措施、設備，及學習戶外活動相關安全規範。

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
1	08/30~ 09/01	08/30 正式上課	用藥安全	認識常見的錯誤用藥觀念。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【資訊教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
2	09/03~ 09/07		用藥安全	了解正確的用藥觀念。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【資訊教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
3	09/10~ 09/14		用藥安全	1.了解正確的用藥觀念。 2.認識藥害救濟。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【資訊教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
4	09/17~ 09/21		用藥安全	1.了解正確的用藥觀念。 2.認識藥害救濟。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【資訊教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
5	09/24~ 09/28		致命的吸引力	1.了解吸菸對人體的危害。 2.認識吸菸對人體的影響。 3.了解菸害防制法的規定。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【資訊教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
6	10/01~ 10/05		致命的吸引力	1.了解飲酒對身體的影響。 2.了解檳榔對身體的影響。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【資訊教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
7	10/08~ 10/12		致命的吸引力	認識成癮藥物的種類。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【資訊教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
8	10/15~ 10/19	第一次 段考					

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
9	10/22~10/26	10/22-24 校外教學					
10	10/29~11/02		青春不成癮	學習如何拒絕成癮物質。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【家政教育】 【資訊教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
11	11/05~11/09		青春不成癮	在不傷害自己和他人的前提下，學習有技巧性的拒絕他人不當邀約。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【家政教育】 【資訊教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
12	11/12~11/16		青春不成癮	1.認識菸的戒治方式。 2.認識毒的戒治方式。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【家政教育】 【資訊教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
13	11/19~11/23		青春不成癮	學習如何遠離成癮物質的誘惑。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【家政教育】 【資訊教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
14	11/26~11/30	第二次段考					
15	12/03~12/07		防火、防震與防颱	1.認識防火的正確方式。 2.認識滅火器的種類與滅火原理。 3.學習火災的救護要領。 4.學習火災逃生注意事項，及緩降機的使用方法。	5-3-1 評估日常生活的安全性，並討論社會對促進個人及他人安全的影響。 5-3-2 規畫並參與改善環境危機所需的預防策略和行動。	【人權教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
16	12/10~12/14		防火、防震與防颱	1.認識防火的正確方式。 2.認識滅火器的種類與滅火原理。 3.學習火災的救護要領。 4.學習火災逃生注意事項，及緩降機的使用方法。	5-3-1 評估日常生活的安全性，並討論社會對促進個人及他人安全的影響。 5-3-2 規畫並參與改善環境危機所需的預防策略和行動。	【人權教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
17	12/17~12/21		防火、防震與防颱	1.學習正確的地震預防措施與應對方式。 2.學習颱風來襲時的防颱工作與預防方式。	5-3-1 評估日常生活的安全性，並討論社會對促進個人及他人安全的影響。 5-3-2 規畫並參與改善環境危機所需的預防策略和行動。	【人權教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
18	12/24~12/28		防火、防震與防颱	1.學習正確的地震預防措施與應對方式。 2.學習颱風來襲時的防颱工作與預防方式。	5-3-1 評估日常生活的安全性，並討論社會對促進個人及他人安全的影響。 5-3-2 規畫並參與改善環境危機所需的預防策略和行動。	【人權教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
19	12/31~ 01/04		戶外安全	1.學習外出旅遊時，完善的行程規畫與準備。 2.認識戶外常見危險。	5-3-1 評估日常生活的安全性，並討論社會對促進個人及他人安全的影響。 5-3-3 規畫並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。	【人權教育】 【生涯發展教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
20	01/07~ 01/11		戶外安全	1.認識戶外常見危險。 2.學會預防蜂類和蛇類的咬傷方法，並了解若不幸被咬到的急救方法。 3.學會被蛇類咬傷的急救方法。 4.學習避免雷擊的方法。 5.認識戶外常見有毒植物與菇蕈的種類。 6.學習如何避免中毒與處理方式。	5-3-1 評估日常生活的安全性，並討論社會對促進個人及他人安全的影響。 5-3-3 規畫並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。	【人權教育】 【生涯發展教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
21	01/14~ 01/18	第三次 段考 1/18 課程結束					

國立高餐大附中 107 學年度八年級第二學期 科課程計畫表

學習總目標：

1. 學習面對生活中、課業上的種種壓力，並找到合適的方式宣洩壓力。
2. 了解生命之可貴，尊重生命，並認識面對低落情緒之方法。
3. 認識傳染病並了解成因及如何預防。
4. 學習面對色情的正確態度、方法，並了解色情對於青少年之不良影響。

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
1	02/11~ 02/15	02/11 開學典禮	調適好心情	明白壓力對身心的影響。	6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。	【生涯發展教育】 【家政教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
2	02/18~ 02/22		調適好心情	學習調適、面對壓力。	6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。	【生涯發展教育】 【家政教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
3	02/25~ 03/01		調適好心情	了解生活中的各種壓力來源。	6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。	【生涯發展教育】 【家政教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
4	03/04~ 03/08		調適好心情	學習面對生活中各種壓力。	6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。	【生涯發展教育】 【家政教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
5	03/11~ 03/15		尊重生命	1.了解生命的可貴。 2.認識面對失落與悲傷的技巧，並能有效調適悲傷的情緒。	6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。	【家政教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
6	03/18~ 03/22		尊重生命	1.學習面對自傷的正確態度，以及認識愛惜生命的體驗活動。 2.明白生命的意義與存在價值。 3.學習積極面對人生困境。	6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。	【家政教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
7	03/25~ 03/29	第一次 段考					
8	04/01~ 04/05		遠離傳染病	1.知道構成傳染病發生的三大因素。 2.知道消滅病原體、管制傳染途徑等預防傳染病的方法。	7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	【性別平等教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
9	04/08~ 04/12		遠離傳染病	1.認識登革熱、肺結核、病毒性肝炎。 2.了解登革熱、肺結核、病毒性肝炎的預防之道。 3.認識腸病毒。 4.了解腸病毒的預防之道。	7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	【性別平等教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
10	04/15~ 04/19		遠離傳染病	1.認識登革熱、肺結核、病毒性肝炎。 2.了解登革熱、肺結核、病毒性肝炎的預防之道。 3.認識腸病毒。 4.了解腸病毒的預防之道。	7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	【性別平等教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
11	04/22~ 04/26		揭開色情面紗	1.認識不同的社會文化所存在的性觀念差異性。 2.學習面對色情的健康態度。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。	【人權教育】 【性別平等教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
12	04/29~ 05/03		揭開色情面紗	1.認識不同的社會文化所存在的性觀念差異性。 2.學習面對色情的健康態度。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。	【人權教育】 【性別平等教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
13	05/06~ 05/10	第二次 段考					
14	05/13~ 05/17		揭開色情面紗	認清色情媒體對青少年帶來的不良影響，並學習利用批判性思考能力的技巧來解讀色情的真相。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。	【人權教育】 【性別平等教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
15	05/20~ 05/24		揭開色情面紗	認清色情媒體對青少年帶來的不良影響，並學習利用批判性思考能力的技巧來解讀色情的真相。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。	【人權教育】 【性別平等教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
16	05/27~ 06/01		性病知多少	1.學習正確性知識。 2.認識非淋病性尿道炎、淋病、梅毒、軟性下疳、生殖器疱疹、尖形溼疣及愛滋病。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	【人權教育】 【性別平等教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
17	06/03~ 06/07		性病知多少	1.學習正確性知識。 2.認識非淋病性尿道炎、淋病、梅毒、軟性下疳、生殖器疱疹、尖形溼疣及愛滋病。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	【人權教育】 【性別平等教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
18	06/10~ 06/14		性病知多少	1.認識愛滋病。 2.學習正確預防性病的方法。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	【人權教育】 【性別平等教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。

週別	日期	學校行事活動	教學進度	學習目標	對應能力指標	配合重大議題	評量方式
19	06/17~ 06/21		性病知多少	1.認識愛滋病。 2.學習正確預防性病的方法。	1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	【人權教育】 【性別平等教育】	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能和同儕配合活動。
20	06/24~ 06/28	第三次 段考 06/28 課程結束					