

臺北市私立天主教靜修女子高級中學 107 學年度第一學期教學進度表

課程名稱：健康教育		班級：九年級	上課節數：1	
任課教師：黃怡衡 教師		上課教材：健康與體育(三上) / 王鶴森等編著 /康軒出版		
教學目標	1.建立個人健康的體型價值觀。 2.認識理想體重與身心健康之間的關聯，擬定維持健康生活型態的行動策略。 3.建立正向人際關係，學習利用人際關係技巧，促進家庭良好互動。 4.從生活中覺察飲食和宜性，建立有益身心飲食行為。			
評量方式	採多元評量(包括紙筆測驗、報告、課程參與、合作學習等)			
成績計算	二次段考占 40 %；平時成績占 60 %			
授課大綱	教學內容（教師填寫）	議題融入	能力指標	備 註
第 1 週 8/27-8/31	課程簡介	A 生涯發展教育 B 生命教育 C 誠信教育 D 品德教育 E 資訊倫理素養 F 人權法治教育 G 環境教育 H 海洋教育 I 衛生保健 J 人口教育 K 家庭教育 K-1 婚姻與倫理 K-2 親職 K-3 子職 K-4 家庭資源管理 L 性別教育 L-1 家暴 L-2 同志教育(多元性別) L-3 性教育 L-4 性別平等 L-5 情感教育 L-6 性侵害 L-7 性騷擾防治 M 健康促進 M-1 健康體位 M-2 牙齒 M-3 護眼 N 春暉教育 N-1 檳榔 N-2 愛滋 N-3 毒品 N-4 酒 N-5 煙 O 安全教育 O-1 防災教育 O-2 防制幫派 O-3 交通安全		
第 2 週 9 / 3 - 9 / 7	建立健康體型價值觀-20 英鎊價值		6-3-1	
第 3 週 9/10-9/14	心得發表			
第 4 週 9/17-9/21	體型面面觀			
第 5 週 9/24-9/28	體位觀測站(量測實作)		2-3-6	
第 6 週 10/1-10/5	健康體位管理 議題融入: M-1		2-3-3 7-3-2	
第 7 週 10/8-10/12	小組報告 1- 健康體位		1-3-2 2-3-2	
第 8 週 10/15-10/19	第一次段考			第一次段考(段考週)
第 9 週 10/22-10/26	小組報告 2 -人際關係		6-3-3	
第 10 週 10/29-11/2	小組報告 3 -家庭關係 議題融入: K-2、K-3 、K-4		6-3-2	
第 11 週 11/5-11/9	小組報告 4 -網路交友		6-3-3	
第 12 週 11/12-11/16	小組報告 5 -健康飲食消費		2-3-1	
第 13 週 11/19-11/23	小組報告 6 -安全衛生的飲食		2-3-3	
第 14 週 11/26-11/30	第二次段考			第二次段考(段考週)
第 15 週 12/3-12/7	SH150 方案成果發表 1 議題融入: M1			
第 16 週 12/10-12/14	SH150 方案成果發表 2 議題融入: M1			
第 17 週 12/17-12/21	教學影片 議題融入:			
第 18 週 12/24-12/28	考前複習			
第 19 週 12/31-1/4	1/4(五)健教期末考(暫定)			①元旦放假
第 20 週 1 / 7 - 1 / 11	健康時事議題研討			
第 21 週 1/14-1/18	第三次段考			第三次段考(段考週) ⑨休業式

臺北市私立天主教靜修女子高級中學 107 學年度第二學期教學進度表

課程名稱：健康教育		班級：九年級	上課節數：1	
任課教師：黃怡衡 教師		上課教材：丁翠苓等健康與體育(3 下) / 康軒文教		
教學目標	1.以正向態度面對壓力，學習情緒管理及調適身心的方法。 2.覺察科技所造成的環境問題，知道如何利用消費行為改善地球環境。 3.了解職場環境、常見事故傷害與職業病及職場健康促進策略。 4.培養健康倡議行動與能力。			
評量方式	學習單、課程參與、分組合作、紙筆測驗			
成績計算	二次段考占 40 % (行動方案成果發表 20%，期末 20%) 平時成績占 60 % (報告 30%,分組合作學習 20%,課程參與 10%)			
授課大綱	教學內容（教師填寫）	議題融入	能力指標	備 註
第 1 週 2/11-2/15	課程簡介、分組	A 生涯發展教育 B 生命教育 C 誠信教育 D 品德教育 E 資訊倫理素養 F 人權法治教育 G 環境教育 H 海洋教育 I 衛生保健 J 人口教育 K 家庭教育 K-1 婚姻與倫理 K-2 親職 K-3 子職 K-4 家庭資源管理 L 性別教育 L-1 家暴 L-2 同志教育(多元性別) L-3 性教育 L-4 性別平等 L-5 情感教育 L-6 性侵害 L-7 性騷擾防治 M 健康促進 M-1 健康體位 M-2 牙齒 M-3 護眼 N 春暉教育 N-1 檳榔 N-2 愛滋 N-3 毒品 N-4 酒 N-5 煙 O 安全教育 O-1 防災教育 O-2 防制幫派 O-3 交通安全		
第 2 週 2/18-2/22	優良行動方案作品分享			
第 3 週 2/25-3/1	憂鬱症防治 董氏基金會教學影片:記錄			2/28（三）和平紀念日
第 4 週 3/4-3/8	與壓力同行		6-3-4 6-3-5 6-3-6	
第 5 週 3/11-3/15	與情緒過招 議題融入：L-5		6-3-3 6-3-4	
第 6 週 3/18-3/22	分組報告 1、2			國八 第一次段考(段考週)
第 7 週 3/25-3/29	第一次段考			國七、國九第一次段考(段考週)
第 8 週 4/1-4/5	分組報告 3、4			
第 9 週 4/8-4/12	關心我們的生活環境 議題融入: G			
第 10 週 4/15-4/19	綠色行動		7-3-4 7-3-5	
第 11 週 4/22-4/26	我的未來不是夢			
第 12 週 4/29-5/3	職場安全與健康		6-3-4 5-3-2 7-3-1	
第 13 週 5/6-5/10	第二次段考			第二次段考(段考週)
第 14 週 5/13-5/17	職場健康促進			
第 15 週 5/20-5/24	5/24(五)健教期末考(暫定)			
第 16 週 5/27-5/31	健康倡議行動成果發表			
第 17 週 6/3-6/7	畢業典禮			
第 18 週 6/10-6/14				
第 19 週 6/17-6/21				
第 20 週 6/24-6/28				期末考(段考週)