

111 學年度第一學期健康科八年級教學計畫

教師:李懿瑤

授課班級:801~814

課程內容	教學/學習目標
飛揚青春擁抱愛	<ol style="list-style-type: none">1.了解身體接觸、身體界線與自主的意義。2.因應不同的事件情境，學習擬定防止性騷擾與性別歧視事件的策略。學會善用生活技能，提出合適且能維護身體自主權的行動方案。3.公開維護自己與他人的身體自主權，尋求資源保障個人權益或處理性別歧視問題。
青春愛的練習曲	<ol style="list-style-type: none">1. 了解青少年對愛情的期待可能受到媒體、家人、周遭朋友影響。2. 認識愛所包含的面向，體認先愛自己才有能力愛別人，進而體會愛是一輩子學習的課題。3. 認識好感的來源，辨識表達好感的合宜方式，並且學習拒絕他人追求的原則與因應策略。4. 認識感情發展的進程與維持方法，並評估自身行為對個人、環境與社會健康造成的衝擊與風險。5. 了解被拒絕或分手時，應具備的態度與觀點，並且能透過合適的資源或管道尋求協助、紓緩情緒。6. 了解青少年性行為的法律規範，使用正確的資訊來思考、抉擇並支持青少年拒絕性行為的立場
青春變奏曲	<ol style="list-style-type: none">1.能辨識危險情人的特質，學習避免發生分手暴力的策略。2.了解約會性侵害可能發生在網友或熟識者之間，學生能學習不同交友狀態中應留意的事項，避免約會性侵害的發生。3.了解網路自拍可能產生的後果，進而做出不拍攝私密照、不傳播、不留存私密照的決定。

飲食源頭探索趣	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解不同飲食的來源及選擇的注意事項，同時評估日常生活中，影響自身飲食選擇的主要因素。 2. 能分析自己採取的飲食選擇行動對於健康可能產生的衝擊或風險，並體會自己在選擇符合健康需求的飲食時，所面臨的助力及阻力。 3. 能檢視自身狀態，調整並修正外食的選擇方式，並有信心持續執行
安全衛生飲食樂	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解安全衛生的飲食原則及其重要性，並知曉不符合安全衛生的飲食，容易引起食品中毒。 2. 能說明食物中毒的預防與處理方法，並因應不同的情況，覺察執行上的阻力及思考可行的解決策略。 3. 能分析自己現有飲食方式應該改善的方向，並樂於嘗試於生活中落實安全衛生的飲食原則，以預防食物中毒發生。
食品安全行動派	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能透過分析社會食品安全事件的背景，體認落實健康消費原則的重要性，並能主動公開表明自己促進健康、預防食品安全事件發生的觀點與立場。 2. 能了解倡議生活技能的步驟，並願意因應日常生活中的不同情況，調整並維護健康安全的飲食生活。
致命的迷幻世界	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解毒品危害防制條例之相關規範與內容，並且關注國內外目前常見毒品之現況與趨勢，建立個人分辨毒害能力。 2. 能認識藥物濫用定義與毒品對個人生理、心理、社會等層面健康所造成之衝擊，並建立拒絕毒品之人生態度。 3. 能於生活上常見的誘毒情境中展現毒品拒絕技巧，培養個人的拒毒能力。 4. 能運用課程所學的資訊，並展現個人宣示反毒理念之能力。
成為毒害絕緣體	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解新興毒品的變化趨勢，並且破解常見的毒品誘導手

法。

2.能熟悉反毒妙計，避免毒品危害危機，為自己建立健康生活型態。

3.能在面對毒品邀約時，為了珍視自己健康，執行自我肯定式拒絕技能。

4.能夠設定具體可行的目標，幫助自己達成反毒人生目標。

***教學準備與方法:**

1.運用講述法、問答法、遊戲法、角色扮演法、價值澄清法、腦力激盪法、報告法等方式進行教學活動。

2.用板書、海報、電腦 (ppt、網路)、示範法輔助教學。

3.各單元學習單

***評量配分標準:**

1.期末定期考查:筆試 (25%)

2.上課學習表現 (25%)

3.學習單 (25%)

4.報告、討論 (25%)