

臺北市立私道國民中學 114 學年度第二學期 健康教育科 教學計劃

教師：劉惠心

授課班級：801~815

<p>課程目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識食物選擇、營養、衛生與健康之間的關係。</li> <li>2. 知道食品中毒的種類、發生原因，以及預防方法。</li> <li>3. 學習如何正確飲食，並為自己的飲食安全進行把關。</li> <li>4. 了解慢性病對健康的衝擊與影響。</li> <li>5. 探究常見的慢性病（如惡性腫瘤、心血管疾病、糖尿病、腎臟病等），知道其背後的成因及嚴重性。</li> <li>6. 評估日常生活中的潛在危機，並學習事故傷害處理及簡易包紮技巧以體認安全的重要性。</li> <li>7. 熟練心肺復甦術和復甦姿勢的操作時機與技巧。</li> </ol>
<p>上課教材</p>	<p>八年級下學期康軒版課本、自製簡報及補充教材          (※授課單元內容將依實際學生進度、教學需求及上課節數加以彈性調整。)</p>
<p>教學主題</p>	<p><u>第一單元 健康飲食生活家</u>              第 1 章 飲食源頭探索趣              第 2 章 安全衛生飲食樂              第 3 章 食品安全行動派</p> <p><u>第二單元 慢性病的世界</u>              第 1 章 健康人生，少「糖」少「癌」              第 2 章 小心謹「腎」，「慢」不經「心」              第 3 章 「漫」「慢」長路不孤單</p> <p><u>第三單元 千鈞一髮覓生機</u>              第 1 章 安全百分百              第 2 章 急救一瞬間</p>
<p>教學方法</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 根據課本內容及相關補充教材製作簡報，並運用講述法、問答法、遊戲法、分組討論等方式進行教學活動。</li> <li>2. 使用板書、海報、電腦（簡報、網路）、桌遊、學習單等工具輔助教學。</li> <li>3. 配合時事將相關健康資訊融入課程教學中。</li> </ol>

<p>課堂守則</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 上課前，應準備好健康課本和文具並就位。</li> <li>2. 當教師說「安靜」時，同學應停止講話或聊天等行為。</li> <li>3. 教師發問時，有回應且被認可者會登記加分。</li> <li>4. 若學生有想要跟教師說明心得感想，可於課後寫在紙上交與教師或課間找教師另行告知（視情況給予加分機會）。</li> <li>5. 請勿在課堂中飲食或趴睡，也不得與其他同學聊天玩遊戲，多次提醒未改善者會告知其班導！</li> <li>6. 教師會使用少數“雙語”進行教學，學生可自行決定是否要用英語回答（不強制英文回覆）。</li> <li>7. 有任何狀況，都應立即馬上告知教師。</li> </ol>
<p>評分標準</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 期末定期考察（占總成績 40%）： 紙筆測驗（40%）</li> <li>2. 平時日常表現（占總成績 60%）： 上課學習態度（25%） 學習單及作業（20%） 隨堂報告討論（15%） 上課回答問題（加分） 上課未拿課本（扣分）</li> </ol>
<p>相關注意事項</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生上課需於課前準備好相關書本教材與學習單。</li> <li>2. 作業與學習單務必準時繳交，缺交者均會同步進行通知與提醒，如有特殊需求會視狀況彈性調整，若不補交，呈報導師與通知家長。</li> <li>3. 當學期成績不及格之情狀發生，將配合學校流程進行補考事宜。</li> </ol>