

新北市私立醒吾高級中學附設國中部 115 學年度八年級第一學期部定課程計畫

設計者：丁聖堯

一、課程類別：

1.□國語文 2.□英語文 3.■健康與體育（健康教育） 4.□數學 5.□社會 6.□藝術 7.□自然科學 8.□科技 9.□綜合活動

二、課程內容修正回復：

當學年當學期課程審閱意見	對應課程內容修正回復
依 115 學年度課程計畫備查格式及校內檢核規範辦理。	本計畫已由 114 學年度原課程資料調整為 115 學年度第一學期格式，並整理為第 1 至第 21 週課程規劃；「六、素養導向教學規劃」依規範區分廠商教材 / 課綱資訊與教師自編或改編內容，並以紅字標示教師自編活動、學習策略、評量方式、議題連結及備註。

三、學習節數：每週（1）節，實施（21）週，共（21）節。

四、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
□ A1 身心素質與自我精進 ■ A2 系統思考與解決問題 □ A3 規劃執行與創新應變 ■ B1 符號運用與溝通表達 □ B2 科技資訊與媒體素養 □ B3 藝術涵養與美感素養 □ C1 道德實踐與公民意識 ■ C2 人際關係與團隊合作 □ C3 多元文化與國際理解	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，進而運用適當策略處理與解決體育與健康問題。 健體-J-B1 具備情意表達的能力，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。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。

五、課程架構：

致命吸引力（拒菸、酒與檳榔、無毒人生）→ 防疫總動員（新興傳染病、認識台灣傳染病）→ 擁抱青春相信愛（愛的真諦、約會的事、真愛要等待）

六、素養導向教學規劃：

文字顏色標註規範：黑字為課程格式、課綱學習內容 / 學習表現、節數、廠商教材與課程主題；紅字為教師自編 / 改編活動、補充資源、學習策略、評量方式、融入議題及備註。

教學期程	學習內容	學習表現	單元 / 主題名稱與活動內容	節數	教學資源 / 學習策略	評量方式	融入議題	備註
第 1 週	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。 Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕	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。 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善	廠商教材 / 課程主題： 第一篇致命吸引力 / 第一章拒菸我最行 廠商教材內容：認識菸品成分與危害、電子煙迷思與危害。 教師自編 / 改編活動： 教師以提問引導學生思考吸菸與電子煙對健康、人際及家庭的	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編觀察紀錄重點、菸害迷思提問單。	觀察、發表	環境教育：理解菸害與公共環境、永續健康生活的關聯。	未實施跨領域或跨科目協同教學。

教學期程	學習內容	學習表現	單元 / 主題名稱與活動內容	節數	教學資源 / 學習策略	評量方式	融入議題	備註
	技巧與自我控制。 Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源的運用。	用生活技能解決健康問題。 4b-IV-3 公開進行健康倡導。	影響；運用吸菸小瓜呆實驗影片，引導學生觀察棉花變化並討論尼古丁、焦油、一氧化碳的危害。					
第 2 週	Bb-IV-3、Bb-IV-4、Bb-IV-5	1a-IV-3、2a-IV-2、3b-IV-4、4b-IV-3	廠商教材 / 課程主題： 第一篇致命吸引力 / 第一章拒菸我最行 廠商教材內容：菸害防制措施、吸菸代價與拒絕技巧。 教師自編 / 改編活動： 教師引導學生分析國中生禁止吸菸、菸盒警示、禁止廣告、菸品健康捐等措施；透過生活情境演練清楚表達拒菸立場、提供理由與同理回應。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編拒菸對話情境卡、拒絕技巧演練單。	觀察、實作	環境教育：了解菸害防制與健康環境維護。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 3 週	Bb-IV-3、Bb-IV-4、Bb-IV-5	1a-IV-3、2a-IV-2、3b-IV-4、4b-IV-3	廠商教材 / 課程主題： 第一篇致命吸引力 / 第一章拒菸我最行 廠商教材內容：戒菸行動、尼古丁成癮與戒菸資源。 教師自編 / 改編活動： 教師引導學生討論尼古丁成癮的原因、戒斷時可採用的生活調適方法；補充戒菸藥局、戒菸門診、戒菸班與家人支持的重要性。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編戒菸資源整理表、家庭支持討論題。	問答、觀察	環境教育：思考健康行為選擇與生活環境品質。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 4 週	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。	1a-IV-3 評估內在與外在行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題的威脅感與嚴重性。	廠商教材 / 課程主題： 第一篇致命吸引力 / 第二章酒、檳榔的世界 廠商教材內容：臺灣酒文化、酒的成分與危害、未成年飲酒與酒駕風險。 教師自編 / 改編活動： 教師以新聞案例與課本情境引導學生討論酒精對中樞神經、判斷力與交通安全的影響；分組討論喝酒應酬後安全返家的做法。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編酒駕風險案例討論單。	問答、觀察	環境教育：理解飲酒行為對家庭、社會安全與環境風險的影響。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 5 週	Bb-IV-3	1a-IV-3、2a-IV-2	廠商教材 / 課程主題： 第一篇致命吸引力 / 第二章酒、檳榔的世界 廠商教材內容：檳榔危害、口腔癌風險、檳榔對環境的影響與迷思澄清。 教師自編 / 改編活動： 教師引導學生從口腔癌、經濟負擔、土石流與土地利用角度討論檳榔危害；小組討論並發表拒絕檳榔的方法。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編檳榔迷思破解卡、拒檳宣導小海報任務。	觀察、問答	品德教育：培養自律負責，能為健康選擇承擔責任。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 6 週	Bb-IV-3、Bb-IV-4、Bb-IV-5	1a-IV-3、2a-IV-2、3b-IV-3、3b-IV-4、4b-IV-3	廠商教材 / 課程主題： 第一篇致命吸引力 / 第三章無毒人生 廠商教材內容：藥物濫用、成癮藥物分類與成癮物質影響。 教師自編 / 改編活動： 教師引導學生閱讀「歐巴馬的夢想之路」案例，分析使用成癮物質的原因與對生活的影響；補充中樞神經興奮劑、抑制劑、迷幻劑之概念。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編藥物濫用原因分析表。	觀察、問答	品德教育：建立自律負責與拒絕誘惑的態度。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 7 週	Bb-IV-3、Bb-IV-4、Bb-IV-5	1a-IV-3、2a-IV-2、3b-IV-3、3b-IV-4、4b-IV-3	廠商教材 / 課程主題： 第一篇致命吸引力 / 第三章無毒人生 廠商教材內容：藥物成癮傷害、毒品偽裝、拒毒策略與法律規範。 教師自編 / 改編活動： 教師以咖啡包、糖果、茶包等毒品偽裝案例進行批判性思考練習；分組討論遠離高危險場所、生活目標與拒毒宣誓。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編拒毒情境判斷卡、第一次段考複習任務。	觀察、問答	品德教育：實踐自律負責，建立拒絕毒品的正確信念。	第一次段考；未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 8 週	Bb-IV-3、Bb-IV-4、Bb-IV-5	1a-IV-3、2a-IV-2、3b-IV-3、3b-IV-4、4b-IV-3	廠商教材 / 課程主題： 第一篇致命吸引力 / 第三章無毒人生 廠商教材內容：戒毒故事、戒毒資源與毒品迷思破解。 教師自編 / 改編活動：	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編戒毒資源查找表、毒品迷思破	觀察、問答	品德教育：理解自律負責與支持他人遠離毒品的重要。	未實施跨領域或跨科目協同教學。

教學期程	學習內容	學習表現	單元 / 主題名稱與活動內容	節數	教學資源 / 學習策略	評量方式	融入議題	備註
			教師引導學生討論小煙戒毒故事，整理戒毒可用的網路、電話、醫院與民間資源；透過四個迷思破解活動建立正確認知。		解單。			
第 9 週	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。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 3a-IV-2 因應情境進行調適並修正。 4a-IV-2 自我監督並反省修正。 4b-IV-1 主動表明健康觀點。	廠商教材 / 課程主題： 第二篇防疫總動員 / 第一章新興傳染病 廠商教材內容：認識新興傳染病、傳染病三要素與防疫行動。 教師自編 / 改編活動： 教師以新冠肺炎、SARS、茲卡病毒、H1N1、MERS 等例子，引導學生理解病原體、易感宿主與傳染途徑；實作討論洗手、戴口罩、消毒與提升免疫力。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編防疫行動檢核表、傳染病三要素圖卡。	觀察、問答	品德教育：以自律負責態度落實防疫行動。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 10 週	Fb-IV-3、Fb-IV-4	1a-IV-2、2a-IV-1、2b-IV-2、3a-IV-2、4a-IV-2、4b-IV-1	廠商教材 / 課程主題： 第二篇防疫總動員 / 第一章新興傳染病 廠商教材內容：流感預防、流感與一般感冒差異、健康自主管理與防疫法律。 教師自編 / 改編活動： 教師引導學生比較流感與一般感冒，討論手部衛生、咳嗽禮節、戴口罩與疫苗的重要；完成健康自主管理檢核與改善策略。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編健康自主管理檢核表。	觀察、問答	生命教育：覺察健康迷思並進行價值思辨。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 11 週	Fb-IV-3、Fb-IV-4	1a-IV-2、2a-IV-1、2b-IV-2、3a-IV-2、4a-IV-2、4b-IV-1	廠商教材 / 課程主題： 第二篇防疫總動員 / 第一章新興傳染病 廠商教材內容：檢疫、隔離、出國注意事項與防疫倡議。 教師自編 / 改編活動： 教師引導學生比較居家隔離與居家檢疫；透過入境申報、發燒隔離與農產品攜入案例，討論個人行為對公共健康的影響。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編防疫倡議短文 / 口號設計任務。	觀察、問答	生命教育：思考個人便利與公共健康責任的價值取捨。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 12 週	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	1a-IV-3 評估內在與外在行為對健康造成的衝擊與風險。	廠商教材 / 課程主題： 第二篇防疫總動員 / 第二章認識台灣傳染病 廠商教材內容：臺灣傳染病發生率地圖、登革熱、肺結核。 教師自編 / 改編活動： 教師指導學生使用疾管署相關資料查詢縣市傳染病分布；討論病媒蚊防治、肺結核七分篩檢法與預防策略。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編資料查找紀錄單、登革熱防治小組任務。	觀察、發表	閱讀素養教育：跨文本比對與判讀傳染病資料正確性。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 13 週	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	1a-IV-3 評估內在與外在行為對健康造成的衝擊與風險。	廠商教材 / 課程主題： 第二篇防疫總動員 / 第二章認識台灣傳染病 廠商教材內容：腸病毒、病毒性肝炎與預防治療。 教師自編 / 改編活動： 教師引導學生整理腸病毒預防方法、洗手步驟與病毒性肝炎傳染方式；討論疫苗、作息與生活型態對預防疾病的意義。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編洗手步驟檢核表、病毒性肝炎比較表。	觀察、發表	閱讀素養教育：比對多種傳染病資料並判讀重點。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 14 週	Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效溝通技巧。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。	廠商教材 / 課程主題： 第三篇擁抱青春相信愛 / 第一章愛的真諦 廠商教材內容：欣賞、喜歡與迷戀的區辨。 教師自編 / 改編活動： 教師以青春情感經驗提問，引導學生分辨欣賞、喜歡與迷戀；討論如何健康表達好感，避免以作弄或壓迫方式引起注意。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編情感辨識情境卡。	觀察、發表	閱讀素養教育：從案例文本判讀情感關係與互動界線。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 15 週	Db-IV-4、Fa-IV-3	1a-IV-1	廠商教材 / 課程主題： 第三篇擁抱青春相信愛 / 第一章愛的真諦 廠商教材內容：愛的意涵與維繫好關係的關鍵。 教師自編 / 改編活動： 教師引導學生以「我愛他，我願意……」句型反思親情、友情與愛情；小組討論同理心、情緒管理、有效溝通與正向思維。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編人際關係特質檢核單。	觀察、問答	生命教育：培養與他人理性溝通的素養。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 16 週	Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	廠商教材 / 課程主題： 第三篇擁抱青春相信愛 / 第二章約會的事	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書	觀察、問答	生命教育：培養理性溝通與尊重界線的素養。	未實施跨領域或跨科目協同教學。

教學期程	學習內容	學習表現	單元 / 主題名稱與活動內容	節數	教學資源 / 學習策略	評量方式	融入議題	備註
	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溝通技巧。	3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。 4a-IV-2 自我監督並反省修正。	廠商教材內容：友誼序曲、約會觀念與拒絕邀約技巧。 教師自編 / 改編活動： 教師以情境問題引導學生討論國中時期合宜的異性交往界線；依課文情境練習說「不」的技巧，以團體活動替代單獨約會。		教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編拒絕邀約對話演練單。			
第 17 週	Db-IV-4、Db-IV-5、Fa-IV-3	1a-IV-4、3b-IV-1、4a-IV-2	廠商教材 / 課程主題： 第三篇擁抱青春相信愛 / 第二章約會的事 廠商教材內容：約會安全、化解衝突與溝通技巧。 教師自編 / 改編活動： 教師引導學生討論約會地點、費用與形式的安全原則；透過「我的訊息」、同理傾聽與尊重對方進行衝突化解演練。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編約會安全檢核表、衝突溝通演練卡。	觀察、實作	人權教育：了解人身自由權並具備自我保護知能。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 18 週	Db-IV-4、Db-IV-5、Fa-IV-3	1a-IV-4、3b-IV-1、4a-IV-2	廠商教材 / 課程主題： 第三篇擁抱青春相信愛 / 第二章約會的事 廠商教材內容：理性分手、分手後自我調適與身體自主權。 教師自編 / 改編活動： 教師引導學生討論好好說再見與分手後的自我調適方式；以案例討論悲傷處理、轉移重心與重新生活。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編分手調適策略單。	觀察、實作	性別平等教育：認識身體自主權，維護自己並尊重他人。 人權教育：理解自我保護與人身自由。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 19 週	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。	1a-IV-3 評估內在與外在行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題的威脅感與嚴重性。 3b-IV-4 因應情境善用生活技能解決健康問題。	廠商教材 / 課程主題： 第三篇擁抱青春相信愛 / 第三章真愛要等待 廠商教材內容：性觀念澄清、法律規範與明智抉擇。 教師自編 / 改編活動： 教師以「性 = 愛？」引導學生澄清迷思，討論成熟愛情、責任與法律問題；提醒未成年性行為涉及之法律風險。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編性觀念迷思澄清題。	觀察、實作	性別平等教育：辨識性騷擾、性侵害與性霸凌樣態並運用資源。 人權教育：維護身體自主與自我保護。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 20 週	Db-IV-1、Db-IV-5、Db-IV-6	1a-IV-3、2a-IV-2、3b-IV-4	廠商教材 / 課程主題： 第三篇擁抱青春相信愛 / 第三章真愛要等待 廠商教材內容：親密關係界線、抉擇練習與責任思考。 教師自編 / 改編活動： 教師引導學生公開表達身體自主權立場；分組閱讀案例並演出不同回應，練習在親密關係中溝通界線與做出明智決定。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編親密關係抉擇劇本單。	觀察、實作	性別平等教育：維護身體自主權並尊重他人。 人權教育：具備自我保護知能。	未實施跨領域或跨科目協同教學。
第 21 週	Db-IV-1、Db-IV-5、Db-IV-6	1a-IV-3、2a-IV-2、3b-IV-4	廠商教材 / 課程主題： 第三篇擁抱青春相信愛 / 第三章真愛要等待 廠商教材內容：未成年懷孕處理、真愛值得等待與學期統整。 教師自編 / 改編活動： 教師引導學生分組討論未成年懷孕可能處理方式，包括結婚組成家庭、單獨撫養、中止懷孕與出養；統整性行為後果與負責任的選擇。	1	廠商教材資源： 教學影片、教用版電子教科書 教師自編 / 改編資源與學習策略： 教師自編期末反思單、真愛等待價值澄清單。	觀察、實作	性別平等教育：辨識親密關係與性自主議題。 人權教育：尊重自己與他人的身體界線。	第三次段考 / 期末統整；未實施跨領域或跨科目協同教學。

七、本課程是否有校外人士協助教學：

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
無	無	☐ 簡報 ☐ 印刷品 ☐ 影音光碟 ☐ 其他	無	無	無
說明	本課程未安排校外人士協助教學，全學期由授課教師依課程計畫實施。	無	無	無	無