



臺北市濱江實驗國民中學 109 學年度第 2 學期

【健康教育科】教師教學計畫表

七年級 任課教師：陳潔文 任課班級：701 ~ 704

一、目的：

1. 認識身體各系統、器官的構造與功能，並建立對健康的基本概念。
2. 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。
3. 青春期身心變化的調適與生活人際互動因應的策略。
4. 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。
5. 能主動關心自身健康，並促進個人健康。

二、教學活動計畫：(翰林版)

定期考查 項目及內容	第一次定期考查	第二次定期考查	第三次定期考查
一、教材內容	寵 eye 百分百 健康從齒開始 護膚保衛戰 聽力保健	與壓力做朋友 遠離情緒困擾 快樂進行曲	用藥安全 我愛健保

<p>二、學習目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.察覺自己的視力健康情形。 2.認識眼球構造及常見視力問題。 3.有效進行視力保健，養成護眼好習慣。 4.認識牙齒構造及口腔問題。 5.精熟潔牙方法及實踐照護牙齒好習慣。 6.認識皮膚構造及常見皮膚問題。 7.實踐照護皮膚好習慣。 8.認識耳朵構造及常見耳朵問題。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.探究壓力對健康的衝擊與影響。 2.學習壓力調適。 3.自我監督並持續執行解壓技能。 4.尋求預防異常行為發生的策略。 5.評估自己的心理健康狀態。 6.持續執行促進心理健康的方法。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.了解常見用藥迷思的澄清。 2.熟悉藥品廣告訊息的事實與批判技能。 3.認識全民健保與醫療制度。 4.能夠妥善使用醫療服務與資源。
<p>三、教學方法</p>	<p>講述法、分組合作學習教學法、六六討論法、提問式教學法、示範教學法</p>		
<p>四、作業內容</p>	<p>習作、學習單、個人(分組)報告</p>		
<p>五、評量方式</p>	<ol style="list-style-type: none"> 一、作業繳交：學習單、習作、書面報告 二、課堂發表、隨堂及期末測驗 三、學習態度 四、上課參與：個人加分、分組積分 		
<p>六、對學生的要求</p>	<ol style="list-style-type: none"> 一、準時進入教室。 二、按要求按時繳交作業。 三、上課遵守課室規則。 四、學習單務必完成。 五、攜帶課本與教師交代之用具。 		

七、家長配合事項

- 一、關心同學平時身心健康情形，並與同學隨時關心彼此的健康狀況。
- 二、相關學生帶回之作業，請家長協助督導孩子完成。