

基隆市立中山高級中學 109 學年度第 1 學期教學計畫

年級	國中一年級	科目	健康教育
教師	高蕙亭、郭偉志		
教學目標	1. 認識健康的定義、身體系統的功能與保健，以及學習照顧自己的身體。(第 1 單元) 2. 探索青春期的心理與自我特質。青少年青春期身心變化的特點，學會調適此階段期的生理與心理變化。(第 1 單元) 3. 判斷環境中的危急狀況，並做出適當的反應，在未來生活中能積極實踐安全生活。(第 2 單元)		
本學期授課內容	實際授課週數 18 週 第 1 單元 (6 堂課) 健康內涵、人體健康、愛眼護齒 第 1 單元 (6 堂課) 青春期健康與身心調適 第 2 單元 (6 堂課) 環境安全教育		
教學方式	1. 利用活動式的教學來引起學生學習動機例，平板 APP 線上評量、教學競賽活動、比賽問答等。 2. 運用身體圖片與模型、科學影片、電腦動畫等教學媒體來介紹身體構造。 3. 配合實例或故事講述協助學生認識自己的健康情形，並幫助學生了解。		
評量方式	1. 上課參與 (10%) 2. 平時測驗 (30%) 3. 習作與作業 (30%) 4. 期末定期測驗 (30%)		
對學生期望	1. 態度認真並全程參與課程。 2. 能辨識自己的生長發育狀況是否符合標準。 3. 遇到健康方面的問題能主動尋求解決方法。 4. 能正確地保護自己的安全。		
家長配合事項	1. 協助解答學生的健康方面的問題與疑惑。 2. 若有青春期的相關問題，家長與孩子一同尋求資源並解決。 3. 協助孩子與同儕相處問題。		