

臺北市立中正國民中學 110 學年度 第 1 學期

七 年級 健康教育 科教學活動計畫書 任課教師：張靖祺老師

任教班級：702-708 710-714 716-722

連絡電話：2391-6697 轉 721

課程目標	從認識健康的不同層面與人生各階段的發展特徵，使學生了解健康，並有正確態度。能夠檢視自己，選擇正確方式在生活中落實並維護自身健康。也學會關心家人與他人，營造健康環境與關係。
教學目標	一、 從各層面認識健康，了解健康的真正涵義。 二、 探討生長、發育的涵義及影響因素。 三、 了解青少年常見的口腔視力聽力及皮膚問題，培養正確的保健態度及生活習慣。 四、 認識青春期的生理發展。 五、 學會解決青春期常見問題與困擾。 六、 了解事故傷害發生的原因，並思考其對健康的衝擊與風險。
教學計畫	1. 依照教學進度，並配合多元教學法進行教學活動。 2. 使用圖片及影片，連結生活經驗。 3. 透過實際示範與操作，學會健康生活技巧。 4. 與其他領域科目教師協調教學內容，發展多元學習。
教學活動內容	1.健康定義。 2.青春期生理發展及變化。 3.青春期的困擾。 4.口腔保健。 5.視力保健。 6.皮膚保健 7.環境安全
親師配合事項	協助叮嚀學生準時繳交學習單或報告，能將學得的相關知識和能力，學以致用落實在生活中並影響家人。
評量方法與成績計算方式	1. 平時表現-學習單(內容完成度)(佔 30%) 課堂出席、上課態度、學習表現(佔 10%) 2. 平時測驗-單元筆試(佔 20%) 3. 期末評量-總測驗(佔 40%)