

高雄市立六龜高中 102 學年度第 2 學期 七 年級「**健康與體育領域—健康**」課程計畫

一、學習目標

<ol style="list-style-type: none"> 1. 能觀察並說出青春期常見的生理問題。 2. 能接納並喜歡自己青春期的變化。 3. 認識眼睛、耳朵、牙齒及消化器官的構造。 4. 了解青少年常見的健康問題，並培養正確的保健態度。 5. 認識青春期心理與社會關係的變化。 	<ol style="list-style-type: none"> 6. 培養積極樂觀的態度，學習以正向的態度面對生活。 7. 了解不同生命期、生活狀態所需的飲食營養需求。 8. 認識社會上流行的食品及其功能。 9. 了解媒體對飲食消費行為的影響。 10. 建立正確的飲食消費價值觀，並將其落實於生活中。
--	--

二、各單元內涵分析

週次	實施期間	單元活動主題	單元學習目標	相對應能力指標	七大議題	節數	評量方法
一	2/10-2/14		青春生活	1-3-2、1-3-3、6-3-1	生涯發展教育 3-5-1 家政教育 3-3-5	2	觀察 課前準備 實作及表現 分組討論 紀錄 問卷調查
二	2/17-2/21		青春生活	1-3-2、1-3-3、6-3-1	生涯發展教育 3-5-1 家政教育 3-3-5	2	觀察 課前準備 實作及表現 分組討論 紀錄 問卷調查
三	2/24-2/28		眼睛與耳朵的保健	1-3-2、7-3-1	人權教育 1-3-4	2	觀察

週次	實施期間	單元活動主題	單元學習目標	相對應能力指標	七大議題	節數	評量方法
	228 紀念日						實作及表現
四	3/3-3/7		眼睛與耳朵的保健	1-3-2、7-3-1	人權教育 1-3-4	2	觀察 實作及表現
五	3/10-3/14		牙齒與消化器官的保健	1-3-2、7-3-1	人權教育 1-3-4	2	觀察 實作及表現
六	3/17-3/21		牙齒與消化器官的保健	1-3-2、7-3-1	人權教育 1-3-4	2	觀察 實作及表現
七	3/24-3/28	第一次定期考查週					
八	3/31-4/4 4/4 兒童節		青春心事	1-3-2、6-3-1、 6-3-6	生涯發展教育 3-5-1、 3-5-2 環境教育 1-2-1	3	觀察 課前準備 實作及表現 分組討論 紀錄 問卷調查
九	4/7-4/11		青春心事	1-3-2、6-3-1、 6-3-6	生涯發展教育 3-5-1、 3-5-2 環境教育 1-2-1	3	觀察 課前準備 實作及表現 分組討論 紀錄 問卷調查
十	4/14-4/18		青春心事	1-3-2、6-3-1、 6-3-6	生涯發展教育 3-5-1、 3-5-2 環境教育 1-2-1	3	觀察 課前準備 實作及表現 分組討論 紀錄 問卷調查
十一	4/21-4/25		情緒與壓力調適	6-3-3、6-3-4、 6-3-6	性別平等教育 2-2-2、 2-2-5 家政教育	3	觀察 課前準備

週次	實施期間	單元活動主題	單元學習目標	相對應能力指標	七大議題	節數	評量方法
					4-3-4、4-4-4		實作及表現 分組討論 紀錄
十二	4/28-5/2		情緒與壓力調適	6-3-3、6-3-4、 6-3-6	性別平等教育 2-2-2、 2-2-5 家政教育 4-3-4、4-4-4	3	觀察 課前準備 實作及表現 分組討論 紀錄
十三	5/5-5/9		情緒與壓力調適	6-3-3、6-3-4、 6-3-6	性別平等教育 2-2-2、 2-2-5 家政教育 4-3-4、4-4-4	3	觀察 課前準備 實作及表現 分組討論 紀錄
十四	5/12-5/16	第二次定期考查週					
十五	5/19-5/23		活動與熱量	2-3-1、2-3-2	家政教育 1-3-6、1-4-1	2	觀察 分組討論 紀錄
十六	5/26-5/30		活動與熱量	2-3-1、2-3-2	家政教育 1-3-6、1-4-1	2	觀察 分組討論 紀錄
十七	6/2-6/6 6/2 端午節		正確選擇外食	2-3-1、2-3-3	家政教育 1-3-6、3-3-5	2	觀察 課前準備 紀錄
十八	6/9-6/13		正確選擇外食	2-3-1、2-3-3	家政教育 1-3-6、3-3-5	2	觀察 課前準備 紀錄
十九	6/16-6/20		健康消費新知	2-3-5、7-3-4	環境教育 1-2-2 家政 教育 1-3-5	2	觀察 分組討論

週次	實施 期間	單元活動主題	單元學習目標	相對應 能力指標	七大 議題	節數	評量方法
							紀錄
二十	6/23/6/27		健康消費新知	2-3-5、7-3-4	環境教育 1-2-2 家政 教育 1-3-5	2	觀察 分組討論 紀錄
--- 課程結束 ---							