

臺北市立民族國民中學 107 學年度第 1 學期 健康教育科 教學計畫

| | | | |
|-----------------|--|---------------|-----|
| 科目 | 健康教育 | 任教教師 | 侯桃珍 |
| 任教班級 | 901. 902. 903 | 每週上課時數 | 1 |
| 教學理念 | 1.透過樂趣化的教學活動，引起學生的學習興趣，協助其建立正向、積極的自我概念，增進其對全人健康的認知。 2.培養學生尊重他人、遵守秩序及團隊合作的精神與能力。 3.增進學生認識及愛護身體、正視健康、愛惜生命的觀念與覺察，協助學生養成健康行為並落實生活。 | | |
| 教學目標 | 學習總目標： 1.了解健康體位，並能利用健康生活型態打造健康人生。 2.學習利用人際關係技巧，促進家庭的良好互動，以及學習如何面對家庭暴力。 3.認識社會上流行的食品及其功能，學習應用媒體廣告的訊息，理智選購適合的食品。 | | |
| 教學內容 | 1.辨識媒體資訊所傳遞的體重控制產品，並選擇正確的策略。 2.將健康紓壓落實於日常生活中，並能在必要時，尋求協助。 3.培養安全性行為的態度，並能在未來從事安全性行為，以避免性病的感染。 | | |
| 教學方法 | 講述、課堂問答、分組討論 | | |
| 教學要求 | 專心參與課程活動、按時繳交作業 | | |
| 評量方式 | 1.隨堂測驗(筆試)，佔總成績之 20%。 2.指定作業完成情形(學習單、習作、學習心得等)，佔總成績之 20%。 3.學習態度及與組員之互助合作情形，佔總成績之 20%。 4.期末測驗 40% | | |
| 期望家長配合事項 | 1.請家長多關注並協助孩子們完成上課的指定作業。 2.健康是美好未來的第一要件，為了孩子們的身心健康，希望家長能夠多正向鼓勵，引導孩子們重視自己的健康，幫助他們養成健康生活的習慣。 | | |
| 教師聯絡方式 | 電話：(02)27322935 分機：274 | | |