

**臺北市立民族國民中學 106 學年度第 2 學期 健康科 教學計畫**

<b>科目</b>	健教	<b>任教教師</b>	郭曉沁
<b>任教班級</b>	804	<b>每週上課時數</b>	1 小時
<b>教學理念</b>	一、提供「每位學生肯定自己價值，欣賞他人價值的學習歷程」機會。 二、教材與生活結合，讓「每位學生將健康落實於生活」。 三、營造和諧學習氣氛，期待培養「每位學生樂於學習且能養成求知習慣，以有益未來升學或生涯規劃，而不一定侷限健康知識」。		
<b>教學目標</b>	1. 探討健康的內涵，採取正確的自我照顧，以提升整體健康水準。並藉由探索自我與身體活動，了解實現自我的含意。 2. 了解青春期身心需求，在生活中展現青春活力，並養成規律運動的習慣以促進健康。 3. 培養維護身體健康的均衡飲食觀念及態度。 4. 主動參與健康與體育活動，以促進自我肯定與實現。經由個人與團體活動，建立積極正向與互助合作的生活態度。 5. 培養遵守共同規範，並尊重他人的態度，積極實踐安全生活。		
<b>教學內容</b>	康軒第四冊		
<b>教學方法</b>	講述法、問答法、角色扮演、戲劇演出、小組活動、體驗與實作		
<b>教學要求</b>	一、鼓勵發表意見，但發言請舉手。二、上課用具請準備齊全。 三、專心聽講並積極參與課堂活動。四、確實完成作業，按時繳交 五、養成良好的學習態度與習慣。六、在日常生活實踐健康行為。		
<b>評量方式</b>	一、紙筆評量：平時小考、二次定期考查。 二、檔案評量：習作、學習單、報告…等。 三、上課態度與行為表現。		
<b>期望家長配合事項</b>	一、 請提醒孩子重視健康科學習，雖然只有一節課，學習成效對孩子身心健康與生活態度影響重大。 二、 協助並檢視孩子學習情況及課後活動或作業是否完成。 三、 有需要時，請家長可與本人隨時聯繫。		
<b>教師聯絡方式</b>	電話：27322935--223		