

臺北市民族實驗國中 110 學年度第 3-4 學季 健康教育科 教學計畫

科目	健康教育	任教教師	林柔孚
任教班級	901/902/903	每週上課時數	1
教學理念	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過體驗式、參與式的教學，讓孩子樂在學習，進而主動學習，探索健康新領域。 2. 教學與生活結合，幫助孩子將健康概念落實於生活中。 3. 時常給予學生肯定與鼓勵，幫助其能用積極正向健康的心態來學習。 		
教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解壓力對於身心健康的關係，透過正確紓壓的方法，達成健康生活的目標。 2. 知道利用消費行為改善地球環境，並能在生活中實踐環保行動。 3. 了解職業環境常見的事故傷害與職業病，並能提出對應的健康促進與疾病預防方法。 		
教學內容	<p>一、快樂人生開步走：與壓力同行、與情緒過招</p> <p>二、綠色生活護地球：關心我們的生活環境、綠色行動</p> <p>三、職場生涯快樂行：我的未來不是夢、職業安全與健康、職場健康促進</p>		
教學方法	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師講述，時而搭配影音多媒體教學。 2. 分組討論、報告、競賽。 3. 體驗式、參與式的教學，寓教於樂。 		
教學要求	<ol style="list-style-type: none"> 1. 積極參與課程活動，不在課程中做課堂外的事。 2. 按時繳交作業。 3. 愛惜使用上課教具。 		
評量方式	<ol style="list-style-type: none"> 1. 測驗和作業 (40%) 2. 平時表現(60%) 		
期望家長配合事項	<ol style="list-style-type: none"> 1. 健康生活從小做起，平日裡能與孩子一同關心健康議題與時事，將健康落實於生活裡。 2. 關心孩子平日的學習，適時適當地協助孩子完成指定作業。 		
教師聯絡方式	電話：(02)27322935 分機：275		