

四、其他類課程

(一)實施年級：112 學年度【八】年級

(二)節數分配：每週學習節數(1)節，上學期(21)週(21)節、下學期(1)週(20)節，合計(20)節。

(三)本學期課程規劃(表十三)：

項 目	核心素養	學習目標	表現任務	備註
班 會	社-J-A2 覺察人類生活相關議題，進而分析判斷及反思，並嘗試改善或解決問題。 綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自我與他人。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 健體-J-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。	1. 培養學生表達溝通分享與團隊合作等基本能力。 2. 培養學生能主動關心社會議題。 3. 引導學生具備民主法治的觀念與風度。 4. 培養學生解決問題的能力。 5. 培養學生面對社會議題時，能展現使命感與行動力。	1. 能進行班會流程： (1) 班會開始、主席報告 (2) 幹部報告、議題討論 (3) 臨時動議、導師講評、散會 2. 撰寫班會紀錄簿、教師觀察、口語評量。 3. 參與各班班級事務安排內容、表達自己想法。	
全校性活動	社-J-A1 探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。 健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	1. 培養互助合作的團隊精神。 2. 學習與人溝通互動的能力。 3. 建立健康的運動習慣。 4. 強化班級凝聚力。	1. 聆聽各項宣導。 2. 積極參與班際競賽活動。 3. 完成作品或學習單。 4. 校慶運動會於班呼、班舞、休息區布置展現班級特色爭取精神錦標。	

(四)本學期課程內涵(表十四)：(請依據其他類課程規劃安排分別編寫課程計畫)

項目：班會					
教學進度	單元名稱	學習活動	學習目標	節數	備註

第(1)週 — 第(2)週	性別平等的友善校園	七年級議題討論： 1. 如何避免與同學發生不愉快？ 2. 當衝突發生時你該如何處理？ 八年級議題討論： 1. 如何友愛同學，防範霸凌事件發生？ 2. 遇到校園恐嚇事件時該怎麼辦？ 九年級議題討論： 1. 你覺得什麼是友善校園？如何達成？	1. 學習與人相處的方式。 2. 瞭解遇到衝突事件時的可用資源和管道。 3. 知道本校的校園暴力防治流程。 4. 認識友善校園的意義與內涵。	2	【品德教育】 【人權教育】 【性別平等教育】
第(3)週	學習環境營造	全年級議題討論： 1. 討論如何進行教室的美化與佈置？ 2. 班級工作分配有男女之別嗎？ 3. 訂定班級生活公約。	1. 分配教室布置工作。 2. 分配各項班務。 3. 能建立班級生活常規	1	【環境教育】 【性別平等教育】
第(4)週	防災教育	全年級年級議題討論： 1. 日常生活中有哪些常見的災難？ 2. 地震時該如何疏散避難？	1. 認識臺灣的天災或火災。 2. 認識地震疏散要點。 3. 配合國家防災日進行演練。	1	【防災教育】 【安全教育】
第(5)週	親師愛生	七年級議題討論： 1. 上學的一天中老師為學生做了哪些事？ 2. 請分享最想向老師說的一句話？ 八年級議題討論： 1. 我們可以透過哪些方式來和老師溝通？ 2. 如何表示對老師的感謝？ 九年級議題討論： 1. 成長過程中，老師對我們的影響是什麼？ 2. 你心目中理想的師生關係是怎麼樣的？	1. 瞭解老師每日與學生事務相關的工作內容。 2. 能學習和師長溝通的方式。 3. 能說出對師長的感謝。 4. 積極參與校內敬師活動。	1	【品德教育】

第(6)週	國防教育	全年級議題討論 1. 國慶日快到了，請討論國家組成的要素有哪些？ 2. 國防安全是全體國民的責任，身為學生你可以怎麼做？	1. 能瞭解國家的處成要素為：領土、人民、政府及主權。 2. 能了解全民防衛之意義。	1	國防教育
第(7)週	第一次段考	自主學習		1	
第(8)週	交通安全	七年級議題討論： 1. 為什麼要有交通規則的存在？ 2. 行人用路需注意的事項有哪些？ 八年級議題討論： 1. 生活中常見的交通違規有哪些？ 2. 騎腳踏車時該注意的事項有？ 九年級議題討論： 1. 討論本校上放學途中有哪些特別危險的路段？並簡單原說明因？ 2. 分享你在上放學途中看過哪些同學或家長的危險用路行為。	1. 認識臺灣的交通法規。 2. 了解生活情境中潛藏的交通危機。 3. 檢視自己的用路行為。 4. 瞭解騎自行車該注意的安全規範。	1	【安全教育】 【法治教育】
第(9)週	愛護地球	七年級議題討論： 1. 塑膠在生活中可以應用在哪些地方？ 2. 如何減少塑膠製品的使用？ 八年級議題討論： 1. 我們現在使用的能源有那些？ 2. 提出在生活中達成節約能源的具體方法？ 九年級議題討論： 1. 天氣愈來愈炎熱了，造成全球暖化的原因為何？	1. 學習減塑的方法。 2. 能說出使用的能源種類。 3. 認識全球暖化的原因。 4. 提出學生可具體做到的環保行動。	1	【環境教育】 【能源教育】

		2. 請舉出保護環境的具體的做法。			
第(10)週	品德教育	七年級議題討論-誠實： 1. 做錯事卻沒被發現，該主動承認嗎？說說看你的想法。 2. 談談你對考試作弊的看法。 八年級議題討論-禮貌： 1. 討論禮貌在人際關係中的重要性？ 2. 具體提出如何做到與人相處的基本禮儀？ 九年級議題討論-負責： 1. 學生的職責與本分是什麼？ 2. 當你不滿意被分配到的班級工作時你該怎麼做？	1. 能瞭解誠實的重要。 2. 能瞭解禮節對人際相處的重要性。 3. 學習禮貌的用語。 4. 培養負責的態度。	1	【品德教育】
第(11)週	性別議題	七年級議題討論： 1. 如果你可以選擇自己的性別，你希望是男孩、女孩？為什麼？ 2. 社會上存有哪些性別刻板印象或性別不平等的迷思？ 八年級議題討論： 1. 談談你對國中生談戀愛的看法。 九年級議題討論： 1. 何謂身體自主權？ 2. 如何正確地與異性相處？	1. 認識不同的性別特質，尊重差異。 2. 檢視社會上的性別迷思。 3. 瞭解兩性相處的適當方式。 4. 了解身體界線與身體自主權的概念。	1	【性別平等教育】
第(12)週	家庭暴力防治	全年級議題討論： 1. 哪些行為可以稱為家庭暴力？ 2. 倘若家庭暴力發生在你所認識的人身上，你將如何幫助他？	1. 能說出家庭暴力的形式。 2. 認識學校與社會上家庭暴力的求助管道。 3. 認識婦幼保護專線 113。	1	【家庭教育】 【人權教育】 【法治教育】 【性別平等教育】

		3. 要是遇到家庭暴力，你可以向誰求援？			
第(13)週	健康促進	七年級議題討論： 1. 如何避免各類傳染病（流感、腸病毒等）在班上蔓延。 八年級議題討論： 1. 提出愛惜眼睛，維護視力的方法。 九年級議題討論： 1. 如何維護自己的口腔衛生？ 2. 正確潔牙的步驟為何？	1. 能重視公共衛生並做好個人清潔。 2. 認識口腔衛生的保健方法。 3. 學習正確的刷牙法。 4. 積極參與學校餐後潔牙與護眼活動。	1	健康促進
第(14)週	第二次段考	自主學習		1	
第(15)週	拒菸與反毒	七年級議題討論： 1. 抽菸對人體（尤其是青少年）的害處有哪些？ 2. 如何發揮道德勇氣拒吸二手菸？ 八年級議題討論： 1. 我所知道的毒品有哪些？ 2. 吸食毒品之後會有哪些現象或後果？ 九年級議題討論： 1. 若發現身邊有人有帶毒品或染上毒癮該如何處理？ 2. 該如何拒絕毒品的誘惑？	1. 能說出抽菸對人體的危害。 2. 學習面臨二手菸時可以採取的方式。 3. 認識毒品的種類與外型。 4. 瞭解毒品對身心的危害。 5. 能勇於拒絕毒害。	1	【品德教育】 【生命教育】 【法治教育】 【長期照顧服務】
第(16)週	團隊合作	七八九年級議題討論： 1. 運動會將屆，討論班級同學要爭取班級榮譽？ 2. 分配校慶運動會各項班級工作。	1. 瞭解團結的力量。 2. 瞭解班級精神錦標的意義。 3. 分配校慶運動會的相關工作。	1	【品德教育】

第(17)週	人權與法治	七年級議題討論： 1. 何謂「基本人權」？ 2. 自由該不該有限度？為什麼？ 八年級議題討論： 1. 人權與法治是否有衝突？ 2. 國中生最容易觸犯的違法行為有哪些？ 九年級議題討論： 1. 兒童（18 歲以下）有什麼樣的「人權」？ 2. 民主國家中法律存在的意義為何？	1. 理解「自由」並非毫無限度。 2. 認識國中容易觸犯的法律行為並避免產生。 3. 認識法律對人權提供的保障。	1	【人權教育】 【法治教育】 【性別平等教育】
第(18)週	歲末感恩	七年級議題討論： 1. 你現在最想感謝的人是誰？為什麼？ 2. 觀察並說出你看到同學或師長有那些值得學習的地方。 八、九年級議題討論： 1. 這一年中自己表現最好的地方是？ 2. 這一年中自己最需要改進的地方是？	1. 能表達自己的感謝。 2. 欣賞並學習他人的優點。 3. 能肯定自己的表現。 4. 能反省自己的行為	1	【品德教育】
第(19)週	時事討論	七八九年級議題討論： 1. 請同學說出最近發生的新聞事件。 2. 針對其中一則時事發表看法。	1. 能關心國內外正在發生中的事。 2. 能對事件有自己的看法並和同學交流意見。	1	【國際教育】 【閱讀素養教育】 媒體素養
第(20)週	學習策略及計畫	七年級議題討論： 1. 上課時應有的正確態度、行為是？ 八年級議題討論： 1. 課業上遇到困難時該怎麼解決？ 九年級議題討論： 1. 討論提升課業學習成果的方法？	1. 檢視自己的學習態度。 2. 學習問題解決的方式。	1	【生涯規劃教育】

第(21)週	第三次段考	自主學習		1	
第二學期					
教學進度	單元名稱	學習活動	學習目標	節數	備註
第(1)週 - 第(2)週	性別平等的友善校園	七年級議題討論： 1. 「霸凌」的形式有哪些？ 2. 遇到霸凌事件時該如何處理？ 八年級議題討論： 1. 你認為霸凌者為什麼要霸凌別人？ 2. 如何避免霸凌事件的發生？ 九年級議題討論： 1. 如果你的身邊出現了霸凌現象，你會如何處理？ 2. 你覺得曾遭受霸凌的學生，在身心的發展上會有什麼影響？	1. 認識校園霸凌的種類與處理的方法。 2. 試著分析霸凌者的心態。 3. 能學會避免霸凌事件發生的方法。 4. 瞭解霸凌行為對身心的影響。	2	【品德教育】 【人權教育】 【性別平等教育】
第(3)週	品德楷模學習	全校議題討論： 1. 成為班上「模範生」代表的條件有哪些？ 2. 如何凸顯模範生的優點，幫助競選？	1. 能發現欣賞他人的長處。 2. 分配競選工作。	1	【品德教育】 【性別平等教育】
第(4)週	健康飲食	七年級議題討論： 1. 外食族日漸增加，該如何選擇健康的外食？ 八年級議題討論： 1. 舉出生活中常見的不良飲食習慣及食物。 2. 討論早餐的重要性。 九年級議題討論：	1. 學習食物的選擇。 2. 認識生活中危害健康的食物。 3. 分析飲食習慣並修正。	1	健康促進

		1. 吃宵夜是好習慣嗎？為什麼？ 2. 如何吃出營養均衡的三餐？			
第(5)週	網路世界	七年級議題討論： 1. 討論電腦、手機、網路使用對生活的影響。 2. 如何保護自己在網路上的隱私與安全？ 八年級議題討論： 1. 談談使用網路應有的禮節與素養？ 2. 網路交友常見的陷阱有哪些？ 九年級議題討論： 1. 什麼是網路霸凌？ 2. 如何避免網路成癮？	1. 說出手機及網路對生活帶來的影響。 2. 瞭解網路上隱私權的保護。 3. 學習網路上發言或取得資訊時應有禮節與可能的違法行為。 4. 瞭解網路交友的風險。 5. 學習使用網路的觀念與時間規劃。	1	【資訊教育】 【法治教育】 【性別平等教育】
第(6)週	生命教育	七年級議題討論： 1. 人口老化的原因為何？ 2. 思考臺灣將來會面臨到的老人問題以及該如何因應。 八年級議題討論： 1. 何謂「特殊障礙的人」？ 2. 生活中遇到「特殊障礙的人」應以怎麼的方式應對？ 九年級議題討論： 1. 死亡可怕嗎？為什麼？ 2. 如何珍惜有限的生命，活得更有意義？	1. 能瞭解老年階段會面臨的生命與生活問題。 2. 學習和身心障礙者相處的方式。 3. 能尊重包容不同差異。 4. 能珍惜生命。	1	【生命教育】 高齡教育 長照服務議題
第(7)週	第一次段考	自主學習		1	
第(8)週	火災防治	全年級議題討論： 1. 如何預防火災發生？ 2. 發生火災時，逃生方法有哪些？	1. 學習居家預防火災的方法。 2. 內政部火災逃生 6 要訣。	1	【防災教育】 【安全教育】

第(9)週	性侵害與性剝削防治	七年級議題討論： 1. 何謂性騷擾、性霸凌、性侵害、性剝削？ 八年級議題討論： 1. 遇到同學或師長開黃腔、性霸凌或性騷擾時，該如何處理？ 九年級議題討論： 1. 如何防範自己成為性騷擾、性侵害的受害者？	1. 能分辨性騷擾、性霸凌、性侵害、性剝削。 2. 認識面對性霸凌或性騷擾時，適當的應對方式。	1	【法治教育】 【性別平等教育】 性剝削防治教育
第(10)週	情緒與壓力調適	七年級議題討論： 1. 目前你有哪些生活上的困擾和壓力？ 2. 抒發情緒的正確方法？ 八年級議題討論： 1. 你曾經有過「心愛的東西不見了」或「寵物死亡」的經驗嗎？你是怎麼處理失落與悲傷的情緒的？ 2. 如果世界末日即將來臨，你最想和誰度過剩餘的時光？為什麼？ 九年級議題討論： 1. 當發現身邊的人有憂鬱、異常沉默或暴躁的狀況時，我們可以怎麼幫助他？	1. 瞭解自我的壓力來源。 2. 學習抒解壓力的正當方式。 3. 學習面對「失去」的情緒調適。 4. 能珍惜時間與身邊的人。	1	【生命教育】
第(11)週	品德教育	七年級議題討論-守時： 1. 為什麼要守時？ 2. 如何養成守時的好習慣？ 八年級議題討論-自律： 1. 什麼是「自律」？ 2. 培養「自律」習慣的重要性或優點有哪些？ 九年級議題討論-服務：	1. 能瞭解守時的好處。 2. 養成守時的習慣。 3. 能知道自律的意義與重要性。 4. 能說出服務學習的意義與目的。	1	【品德教育】 長照服務議題

		1. 服務學習的精神是什麼？ 2. 請分享自己服務他人的心得？			
第(12)週	行行出狀元	七年級議題討論： 1. 成就不分學歷，舉出因一技在身而成名的名人？ 2. 舉出你最喜歡的三個職業類別。 八年級議題討論： 1. 你最崇拜的人物、偶像是誰，他有何特質值得你尊敬？ 2. 分享對自己未來的期許？ 九年級議題討論： 1. 我的未來不是夢，分享未來想從事的行業。 2. 我現在所做、所學的哪些事是有助於我未來的發展呢？	1. 認識社會上各行各業的楷模典範與其成功的原因。 2. 能初步探索自己的興趣及志向。 3. 能知道志向所需的條件，並檢視自己的能力。	1	【生涯規劃教育】 職業試探
第(13)週	和樂家庭	七年級議題討論： 1. 我在家中最親近（或最喜歡）的人是誰？為什麼？ 2. 請選一位家人說出你的感謝。 八年級議題討論： 1. 孝順內涵為何？ 2. 和長輩意見不同時，應如何表達？ 九年級議題討論： 1. 一個和樂的家庭需要哪些條件？ 2. 我能为家庭做些什麼事？	1. 檢視自己與家人的關係。 2. 能說出對家庭成員的感謝。 3. 學習和長輩的相處方式。 4. 能反省自己在家庭中的角色。	1	【品德教育】 【家庭教育】
第(14)週	快活運動	七年級議題討論： 1. 運動的好處有哪些？ 2. 討論適合國中生的運動有哪些？	1. 能說出運動帶來的優點。 2. 能瞭解運動時的安全防護。	1	【戶外教育】 健康促進

		八年級議題討論： 1. 運動能為我們帶來什麼好處？。 2. 運動時要注意哪些安全事項？ 九年級議題討論： 1. 每天晨跑可以帶來哪些好處？ 2. 分享你喜歡的運動，並說明為什麼？	3. 分享自己的運動習慣。		
第(15)週	第二次段考	自主學習		1	
第(16)週	多元文化	七年級討論議題： 1. 請討論台灣目前有哪些不同的文化（性別、族群、本土、異國的）？展現在生活中的那些部分。 八年級討論議題： 1. 我們可以利用哪些方式去了解世界各國的文化與現況？ 九年級討論議題： 1. 遇到跟我擁有不同文化背景的人，我該如何於他相處？	1. 能認知到臺灣是個多元文化的社會。 2. 能多元包容不同的文化，尊重差異。	1	【國際教育】 【性別平等教育】 【多元文化教育】
第(17)週	閱讀分享	七年級議題討論： 1. 討論閱讀的好處？ 八、九年級議題討論： 1. 請同學分享最近讀的課外讀物及其內容。	1. 認識閱讀的優點。 2. 能分享好書給他人。 3. 培養閱讀的習慣	1	【閱讀素養教育】
第(18)週	水域安全	全年級議題討論： 1. 學習游泳的好處有那些？ 2. 如何避免溺水事件的發生？ 3. 看到有人溺水你可以怎麼做？	1. 認識游泳的好處。 2. 能分辨環境境的安全與否。 3. 能知道溺水時基本的自救方式。	1	【戶外教育】 【安全教育】

第(19)週	期末反省與假期規劃	全年級議題討論： 1. 請從生活常規、課業學習、團體參與、人際互動等各方面的表現，提出自己或班上可改進的地方。 2. 分享假期中你計畫要做的三件事？	1. 能反省自己的行為，肯定自己的表現。 2. 能規劃安排暑假時間。	1	【品德教育】 【生涯規劃教育】
第(20)週	第三次段考	自主學習		1	

項目：全校性活動					
教學進度	單元名稱	學習活動		節數	備註
第(1)週	開學典禮	1. 性別平等宣導。 2. 全校反霸凌宣示。		1	【品德教育】 【人權教育】 【性別平等教育】 【家庭教育】
第(4)週	921 防災日	1. 防災演練。		1	【防災教育】 【安全教育】 【家庭教育】
第(5)週	教師節敬師活動	1. 教師卡競賽與展示。 2. 愛的麥克風廣播活動。 3. 敬師奉茶活動。		1	【品德教育】
第(6)週	反毒入班宣導	1. 反毒種子教師於早修入班進行分享。 2. 完成反毒宣示。		1	【品德教育】 【法治教育】 【家庭教育】

第(11)週	家長職業分享	1. 安排不同職業之學生家長於早修入班進行分享。 2. 完成學習單。	1	【生涯規劃教育】 職業試探
第(18)週	校慶運動會	1. 舉辦預賽、決賽、接力、趣味競賽等活動。 2. 精神錦標：各班班呼、班舞、休息區布置比賽。 3. 學生作品成果展。	2	【品德教育】 【戶外教育】
第二學期				
教學進度	單元名稱	學習活動	節數	備註
第(5)週	模範生競選	1. 各班模範生推選。 2. 模範生發表。 3. 進行模範生投開票。	2	【品德教育】 【法治教育】 【性別平等教育】 【家庭教育】
第(7)週	小紅豆馬拉松	1. 瞭解競賽規則。 2. 分成男女組進行環校小馬拉松比賽。	1	【品德教育】 【戶外教育】 【性別平等教育】
第(9)週	拔河比賽	1. 瞭解競賽規則。 2. 以班級為單位進行班際拔河比賽。	1	【品德教育】 【戶外教育】
第(10)週	語文競賽	1. 舉辦演講、朗讀、字音字型、寫字等比賽。 2. 觀摩國語、閩南語、英語演講比賽。	1	【國際教育】 【多元文化教育】 【性別平等教育】 【家庭教育】 【環境教育】 【生涯規劃教育】
第(13)週	母親節	愛的麥克風廣播活動。	1	【家庭教育】
第(16)週	籃球比賽	1. 瞭解競賽規則。 2. 以班級為單位進行班際男女組籃球比賽。	1	【品德教育】 【戶外教育】

(二)課程規劃與實施內涵-國中

每週學習節數(1)節，上學期(21)週共(21)節、下學期(18)週共(18)節，合計(39)節。

課程名稱	生活輔導		實施年級	九年級
課程目標	擴展價值探索與體驗思辨發展個人興趣與專長，促進多元自主的學習，探索個人價值，思辨與統整經驗，將所了解的知能實踐於生活情境中。			
核心素養 具體內涵	綜 J-A1 具備良好的身心發展知能 與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標，培養利他與合群的態度。 社-J-A1 探索自我潛能、自我價值與生命意義，培育合宜的人生觀。 社-J-C2 具備同理與理性溝通的知能與態度，發展與人合作的互動關係。			
議題融入	性別平等、人權、環境、品德、生命、法治、安全、防災、生涯規劃、多元文化、國際教育			
學習重點	學習 表現	綜 1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。 綜 2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。 社 2c-IV-1 從歷史或社會事件中，省思自身或所屬群體的文化淵源、處境及自主性。 社 3c-IV-2 理解成員特質並相互學習與合作。		
	學習 內容	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。 公 Aa-IV-2 現代公民必須具備哪些基本的德性？為什麼？ 公 Ca-IV-1 日常生活和公共事務中的爭議，為什麼應該以非暴力的方式來解決？		
表現任務	口語發表、問答、小組情境模擬應對、小組討論、影片欣賞、參與態度、學習單實作。			
教學資源	影片、投影片、模型、交通安全網、家暴防治網、防制學生藥物濫用資源網、繪本、適性入學宣導網			
教學進度	單元名稱	單元內容與學習活動(上學期)	節數	備註

第 1~4 週	守法	1. 什麼情況下你會闖紅燈-欣賞影片「守法」。 2. 討論為什麼要守法。 3. 討論「不知者無罪」是否合理。 4. 反省自己日常生活中的作為是否有做到「守法」。	4	人權教育、安全教育
第 5~8 週	環境教育	1. 以「氣候變遷」調適為題，瞭解氣候變遷對人類生存及環境之影響，環教課程以實際影片講述，採互動方式清楚地知道問題之迫切性與預防、緩解方法。 2. 以實作、體驗方式，親自動手做，邊學邊做，一方面認識台灣原生種植物加以保護，一方面學習原生種蔬菜烹調方式，以物種之「生物多樣性」來適應氣候變遷，實際運用於日常生活。	4	環境教育、防災教育
第 9~12 週	擁有好身體	1. 養成良好的健康態度與習慣，表現出整體的舒適感。 2. 體認健康行為的重要性，並運用作決定的技巧來促進健康。 3. 培養良好的飲食習慣 4. 瞭解不同的食物組合能提供均衡的飲食。 5. 運用食品及營養標示的訊息，選擇符合營養、安全、經濟的食物。 6. 分享並討論運動與飲食的經驗，並建立個人的健康行為。 7. 設計、執行並評估個人的飲食內容，以符合程長按身體活動的營養需求。 8. 養成規律運動習慣，保持良好體適能。 9. 了解有助體適能要素促進的活動，並積極參與。	4	性別平等教育
第 13~16 週	情緒管理	1. 能分析不同處理方式引發的行為後果（如：生氣打人會被處罰） 2. 能根據情境或情緒強烈程度，選擇可被接受的方式表達	4	性別平等、品德教育

		自己的各種情緒（如：打人的行為能改用非自傷或非攻擊他人的行為等） 3. 能從可行策略中自行選擇適當的方式		
第 17~21 週	尊重你我他	1. 「尊重還是限制-我的隱私怎麼決定？」投影片放映。 2. 瞭解每個人對於隱私的保密程度有所差異，需要互相尊重。 3. 討論隱私可能受到限制的情形。 4. 討論隱私受到侵犯的狀況及合理的行動。	5	性別平等、人權、法治、安全教育
教學進度	單元名稱	單元內容與學習活動(下學期)	節數	備註
第 1~4 週	禮節的培養	1. 影片欣賞「禮節的培養」。 2. 討論人為何要有禮貌。 3. 討論如何適度表達禮貌。 4. 瞭解禮節會因為文化或處境不同而有差異。	4	品德教育
第 5~8 週	環境教育-1 明天過後	1. 影片欣賞-明天過後 2. 溫室效應造成之影響 3. 溫室效應我們可以這麼做	4	環境、防災教育
第 9~12 週	正確用藥與毒品防制	1. 微電影欣賞~「我的未來我做主」。 2. 討論正確用藥的觀念。 3. 判斷藥物濫用的類型與行為。	4	法治、安全教育
第 13~15 週	生涯發展-升學管道	1. 介紹高中職及五專的差別與上網查詢 2. 介紹超額比序積分項目	3	生涯規劃教育
第 15~18 週	世界人權宣言	1、「人權大步走」投影片放映。 2、討論人的基本權利有哪些。	3	人權教育、國際教育