**八 年級 健康與體育 領域　健康教育教學課程設計**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **主題/單元名稱** | | 1-2青春愛的練習曲 | **教學者** | | 謝玉琪 | | |
| **實施年級** | | 八上 | **節數** | | 1節課（45分鐘／節） | | |
| **總綱核心素養** | | A 自主行動  A1 身心素質與自我精進  A2 系統思考與解決問題  B 溝通互動  B2 科技資訊與媒體素養  C 社會參與  C3 多元文化與國際理解 | | | | | |
| **領域學習重點** | **核心素養** | 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。  健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 | **議題** | **學習主題** | 1.性別權力關係與互動。 | | |
| **實質內涵** | 性J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。 | | |
| **學習表現** | 1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。  2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。  3b-Ⅳ-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。  4b-Ⅳ-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。 |
| **學習內容** | D 個人衛生與性教育  Db-Ⅳ-5 身體自主權維護的立場表達與行動，以及交友約會安全策略。 |
| **學習目標** | | 一、了解青少年對愛情的期待可能受到媒體、家人、周遭朋友影響，並體會透過越接近現實的觀察，更能夠體會情感真實的樣態。  二、認識愛所包含的面向，體認先愛自己才有能力愛別人，進而體會愛是一輩子學習的課題。  三、認識好感的來源，辨識表達好感的合宜方式，並且學習拒絕他人追求的原則與因應策略。 | | | | | |
| **教學資源** | | 教師：教學短片、設計課程相關小卡與問題討論題目。 | | | | | |
| **學習活動設計** | | | | | | | |
| **學習活動內容及實施方式** | | | | | | **時間** | **備註** |
| 引起動機（學習目標一）  一、教師透過課本章扉頁情境的內容，了解到情感發展「相遇、告白、相處、分手」這四種過程，並透過這些過程學習到情感發展應該具備的態度。  二、讓學生分組討論分享，這四種情感發展過程，可能會遇到的經驗，並具體表述。 | | | | | | 10分鐘 |  |
| 愛的真諦──愛人與愛己(學習目標二)  一、 教師先介紹佛洛姆提出的愛的四個要素。  二、 以課本第17頁上方三個情境，請學生針對三種不同的愛情樣態，討論三種情境中，哪些做法或想法是愛的展現，哪些則是愛的危機？  三、 請學生發表小組討論的結果。  四、 教師總結學生討論的結果，以佛洛姆《愛的藝術》來歸納三種情境的狀態。並說明健康的愛需要先建立在愛自己、尊重自己，才有能力愛別人和照顧別人。 | | | | | | 10分鐘 |  |
| 愛的序曲──好感與吸引(學習目標三)  一、特質賓果  ㈠請學生利用學習活動單，針對格子內的特質，寫上班上對應的同學，並於選出其中三位同學，寫下他的特質、具體觀察到的事項或例子。  ㈡進行特質賓果的遊戲，念出該特質之後，講出該特質的同學，相同者可以畫掉該特質，最先連成一線者獲勝。  ㈢邀請獲勝同學分享自己表格中填寫的特質、具體觀察的例子。  二、教師說明特質主要來自生活中的觀察，透過同學的賓果遊戲，可以驗證自己的觀察是被確認的。而好感也是從生活中的觀察而來。  三、介紹好感的來源，包含外表吸引力、二人相似性或互補性、時空接近性，最後提醒學生，心理的吸引力會比生理的吸引力長久，因為「長時間才知道」的條件往往會影響關係的經營，也是維繫感情關鍵要素。  (第一節結束) | | | | | | 25分鐘 |  |