

【新北市素養導向教學設計-(健康教育)課程設計單】

課程名稱	青春點點點	
學習目標	認識青春心理變化的調適與因應策略。	
三面九項核心素養		<p>課程教學原則</p>
學習表現	認知 <input type="checkbox"/> 1a 健康知識 <input type="checkbox"/> 1b 技能概念；情意 <input checked="" type="checkbox"/> 2a 健康覺察 <input checked="" type="checkbox"/> 2b 健康正向態度 技能 <input type="checkbox"/> 3a 健康技能 <input type="checkbox"/> 3b 生活技能；行為 <input type="checkbox"/> 自我健康管理 <input type="checkbox"/> 4b 健康倡議宣導	
學習內容	<input type="checkbox"/> Aa 生長發育老化與死亡 <input type="checkbox"/> Ba 安全教育與急救 <input type="checkbox"/> Bb 藥物教育 <input type="checkbox"/> Ca 健康環境 <input type="checkbox"/> Da 個人衛生與保健 <input type="checkbox"/> Db 性教育 <input type="checkbox"/> Ea 人與食物 <input type="checkbox"/> Eb 健康消費 <input checked="" type="checkbox"/> Fa 健康心理 <input type="checkbox"/> Fb 健康促進與疾病預防	
教學流程簡述 (含教學策略及時間)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生先按分組坐好</li> <li>2. 解釋南一版課本第 54 頁，just do it 各個項度，請問同學這一年來是否有遇過類似的困擾。</li> <li>3. 檢視歸類在表格 2，請同學歸類完後閱讀課本 54-55，請同學討論並排序小組之中最困擾的心理狀況，競標選出小組要討論的狀況。</li> <li>4. 分組討論「青春點點點」學習單。問題 8：要按照原則正向思考、合理比較、適切期望的原則。</li> <li>5. 教師總結：強調青春健康心理的變化可能帶來好處也可能帶來壞處，而這樣的狀況可能會對自己與身邊的人造成影響，而心理調適並沒有標準答案，而是透過討論找出最適合的方式</li> </ol>	
學習成效/評量	青春點點點 學習單	
教材教具/器材		

設計者：

<p>健康覺察</p>	<p>能<b>積極關注</b>健康議題與影響健康的相關因素，<b>深切地體察</b>在健康方面對自我內在想法的影響。</p> <p>能對於青春期的心理狀況特徵做出分析思考正向負向影響，並就生活中分析案例，依照原則進一步提出解決的方法</p> <p>能完整的將青春點點點的學習單完成(包含提出符合原則的解決方法)</p>	<p>能<b>關注</b>健康議題與影響健康的相關因素，<b>體察</b>在健康方面對自我內在想法的影響。</p> <p>能對於青春期的心理狀況特徵做出分析思考正向負向影響，並就生活中分析案例，進一步提出解決方法</p> <p>能完成學習單的所有項目，但完整度稍嫌不足或解決方法未符合原則)</p>	<p>能<b>傾向關注</b>健康議題與影響健康的相關因素，<b>大致地體察</b>在健康方面對自我內在想法的影響。</p> <p>能對於青春期的心理狀況特徵做出分析思考正向負向影響，並試圖分析生活中的案例。</p> <p>能完成學習單的項目至 Q6，但未進一步提出寫覺得方法。</p>	<p><b>經引導後能傾向關注</b>健康議題與影響健康的相關因素，<b>粗略地體察</b>在健康方面對自我內在想法的影響。</p> <p>能對於青春期的心理狀況特徵做出分析思考正向負向影響</p> <p>僅能回答至 Q4，未提出生活案例。</p>	<p>未達 D 級</p> <p>無法能對於青春期的心理狀況特徵做出分析</p> <p>Q4 以前問題未能回答</p>
-------------	---	---	---	--	---

## 青春點點點



進入青春期的你也許會發現，雖然第二性徵還沒有明

顯發育，但是心理卻已經出現微妙的轉變，讓我們一

起來探究一下青春期的心理變化吧！

<input type="checkbox"/> 這個心理變化給你帶來的正面影響或好處？(至少 3 樣)	<input type="checkbox"/> 這個心理變化給你帶來的負面影響或壞處？(至少 3 樣)	<input type="checkbox"/> 朋友或同學間會對這個心理變化狀態會有什麼反應或影響？(至少 3 樣)
<input type="checkbox"/> 預計會有什麼成效呢？	<input type="checkbox"/> 我們這組所選擇的狀況特徵是哪一項？	<input type="checkbox"/> 父母會對這個心理變化狀態會有什麼反應或影響？(至少 3 樣)



☒未來再次與遇到事件的話，  
你如何調整？

☒當時是怎麼處理這個事件的  
呢？

☒這樣的變化可能有甚麼衝毒  
事件(可以舉例，自己或他人)

