

# 新北市立永和國民中學 108 學年度第二學期 八年級 健體領域 健康教育課程計畫 設計者：陳德馨

一、本課程每週學習節數 1 節，本學期共 20 節。

二、本學期學習總目標：

- 1.主動探索人生不同階段的發展與健康的關係，了解慢性病對健康的威脅，學習有效延遲發病時間及降低得病的風險。
- 2.學習急救技巧，並可以在危難時做出正確的處置方式。
- 3.安全的運用社區休閒資源，針對社區環境提出維護與改善的環境計畫，促進環境健康。
- 4.藉由居家身體活動的可近性，提升個人落實多運動於日常生活中的意義與實踐。
- 5.充分熟悉並應用規則，發揮運動技能，以掌握比賽情況，做出最佳運動表現。
- 6.了解心肺耐力對於個人身心發展方面的重要性，學會捷泳及水上自救的基本動作，養成對水上活動安全的警覺性。

教學 期程	主 題	單元 名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學 節數	教學資源	評量 方式	重大議題	十大基本能力
一	2/10   2/14	第 1 單元 永續經營健康路	1 美妙的生命	1-3-3 運用性與性別概念，分析個人與群體在工作、娛樂、人際關係及家庭生活等方面的行為。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1.認識自然受孕、人工受孕或試管嬰兒的過程。 2.能知道懷孕的症狀、身體與心裡產生的變化。 3.了解胎兒在母體內的生長情形。	1.從課本討論的媽媽生產的對話引入主題，認識自然受孕、人工受孕與試管嬰兒的過程。 2.說明懷孕的症狀、身體與心理的變化，以及懷孕的風險。 3.運用爸爸陪伴媽媽產檢的日記，認識超音波檢查與簡介產檢項目。	1	1.課前準備 2.實作及表現	【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。 【生涯發展教育】 3-3-5 發展規畫生涯的能力。 【家政教育】 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。	三、生涯規畫與終生學習 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 十、獨立思考與解決問題
二	2/17   2/21	第 1 單元 永續經營健康路	1 美妙的生命	1-3-3 運用性與性別概念，分析個人與群體在工作、娛樂、人際關係及家庭生活等方面的行為。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1.了解胎兒在母體內的生長情形。 2.認識不同生產方法的優點與缺點。 3.學習體會孕婦與照顧新生兒的辛苦與不便，明白當父母的辛苦與責任。 4.能知道優生保健的工作內容，以預防新生兒先天性異常的發生。	1.介紹懷孕的三個孕期並瞭解胎兒的生長情形、孕期應補充的營養與飲食禁忌。 2.說明自然產與剖腹產的流程與優缺點，並體會生命誕生的奧妙。 3.介紹優生保健法中的各種健康服務：婚前健康檢查、孕期產檢、嬰幼兒健康服務內容。	1	1.課前準備 2.實作及表現	【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。 【生涯發展教育】 3-3-5 發展規畫生涯的能力。 【家政教育】 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。	三、生涯規畫與終生學習 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 十、獨立思考與解決問題

教學期程		主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
三	2/24   2/28	第1單元永續經營健康路	2 生命的軌跡	1-3-2 蒐集生長、發展的相關資訊，以提升個人體能與健康。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1.能知道人生可能經歷的階段及主要的發展任務。 2.能了解每個人的成長經驗、健康狀態不同且珍貴，學習尊重他人的生命經驗。	1.教師藉由學生分享自己小時候及長大的照片，說明人生不同階段的發展情形各不同。 2.說明人生各期(嬰兒期、幼兒期、兒童前期、兒童期)的發展重點及主要的人生任務，並請學生完成習作我的學習紀錄，鼓勵學生從現在開始養成良好的生活習慣。	1	1.「人生階段變變變」學習活動單 2.「人生實果」學習活動單	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現	【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。 【生涯發展教育】 3-3-5 發展規畫生涯的能力。 【家政教育】 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。	三、生涯規畫與終生學習 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 十、獨立思考與解決問題
四	3/2   3/6	第1單元永續經營健康路	2 生命的軌跡	1-3-2 蒐集生長、發展的相關資訊，以提升個人體能與健康。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1.能知道影響身體健康狀態的可能因素。 2.面對老化或其他階段身心變化的心路歷程及如何做好心理調適。	1.說明人生各期(青少年期、成年期、老年期)的發展重點及主要的人生任務，並請學生完成我的生命軌跡圖像，了解影響身體健康狀態的可能因素。 2.了解遺傳、環境、生活型態、醫療照護對個人健康的影響，並強調養成良好的生活型態、飲食習慣及心理狀態，能有健康的生活品質。	1	1.「珍惜每一刻」學習活動單	1.觀察 2.紀錄	【資訊教育】 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。 【生涯發展教育】 3-3-5 發展規畫生涯的能力。 【家政教育】 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。	三、生涯規畫與終生學習 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 十、獨立思考與解決問題
五	3/9   3/13	第1單元永續經營健康路	3 認識慢性病(一)	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1.知道慢性病是國人主要的死亡原因，並了解其中的影響因素。	1.利用課本上西元 1952 年及西元 2016 年的十大死因，引導學生進入本章主題。 2.藉由十大死因的轉變，說明慢性病已成為國人的主要死因，探討其改變的因素。	1		1.觀察 2.實作及表現	【家政教育】 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。	三、生涯規畫與終生學習 八、運用科技與資訊 九、主動探討與研究

教學期程		主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
六	3/16   3/20	第1單元永續經營健康路	3 認識慢性病(一)	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1.認識臺灣第一大死因——癌症，並了解不同癌症的致癌因素及預防方法。	1.介紹國人的第一大死因——癌症。	1		1.觀察 2.課前準備 3.紀錄 4.實作及表現	【家政教育】 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。	三、生涯規畫與終生學習 八、運用科技與資訊 九、主動探討與研究
七	3/23   3/27	第1單元永續經營健康路	3 認識慢性病(一)	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1.認識心血管疾病之高血壓、冠心病、腦中風的成因及預防方法。 2.能夠關心家人與自己的健康狀態。	1.介紹十大死因中的心血管疾病，包含高血壓、冠心病、腦中風。 2.介紹心血管疾病的預防方法。 <b>(3/24、25 第一次段考)</b>	1		1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現	【家政教育】 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。	三、生涯規畫與終生學習 八、運用科技與資訊 九、主動探討與研究
八	3/30   4/3	第1單元永續經營健康路	4 認識慢性病(二)	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1.認識腎臟病及其病變的因素、前兆，並學習注意自己的身體變化。	1.藉由說明尿液篩檢的重要，引導學生進入本章主題。 2.介紹腎臟病病因、讓學生了解腎臟病變的前兆及預防腎臟病的保養之道。	1	1.「認識慢性病」學習活動單	1.觀察 2.實作及表現	【家政教育】 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。	三、生涯規畫與終生學習 八、運用科技與資訊 九、主動探討與研究

教學期程		主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
九	4/6   4/10	第1單元永續經營健康路	4 認識慢性病(一)	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。	1.認識常見糖尿病的種類及預防方法。	1.介紹糖尿病的定義、症狀、高危險族群特徵及預防糖尿病的保養之道。	1		1.觀察 2.課前準備 3.分組練習	【家政教育】 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。	三、生涯規畫與終生學習 八、運用科技與資訊 九、主動探討與研究
十	4/13   4/17	第1單元永續經營健康路	4 認識慢性病(二)	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 <b>【第一次評量週】</b>	1.能夠關心家人與自己的健康狀態。 2.學習面對病患的技巧與安慰病患的方式。	1.說明檢視自我生活型態的重要性及方法。 2.藉由角色扮演活動，讓學生體會病人與探病者的心理，最後由教師總結健康生活型態的重要性。 <b>(期中評量)</b>	1		1.課前準備 2.觀察 3.分組練習	【家政教育】 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。	三、生涯規畫與終生學習 八、運用科技與資訊 九、主動探討與研究
十一	4/20   4/24	第2單元樂活生機	1 健康休閒家	4-3-2 選擇提升休閒活動參與的方法，並執行個人終生運動計畫。 6-3-2 肯定家庭教育及社會支持的價值，願意建立正向而良好的人際關係。 7-3-3 選擇適切的運動資訊、服務及產品，以促成運動計畫的執行。	1.建立正確的休閒觀念，了解休閒對生活的重要性。 2.認識各類休閒活動，從事適合自己能力及興趣的休閒活動。	1.藉由模擬的生活情境，讓學生了解休閒生活是健康人生的重要指標。 2.探討並澄清休閒概念，以建立正確的休閒觀。 3.舉例說明休閒活動的種類，引導學生選擇正當且適合自己的休閒活動。	1	1.「生活的主人」學習活動單 2.「休閒萬花筒」學習活動單	1.觀察 2.實作及表現	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【家政教育】 4-4-6 運用學習型家庭概念於日常生活中。	一、了解自我與發展潛能 三、生涯規畫與終生學習 七、規畫、組織與實踐

教學期程		主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十二	4/27   5/1	第2單元樂活生機	1 健康休閒家	4-3-2 選擇提升休閒活動參與的方法，並執行個人終生運動計畫。 6-3-2 肯定家庭教育及社會支持的價值，願意建立正向而良好的人際關係。 7-3-3 選擇適切的運動資訊、服務及產品，以促成運動計畫的執行。	1.選擇適切的休閒資訊、裝備與場所，以實踐健康的休閒生活。 2.規畫及參與個人、家庭的休閒活動。	1.強調並說明規畫休閒活動所具備的能力，例如：有效利用時間與運用資源、注意活動安全，選擇適切的活動等，並鼓勵學生積極參與個人、家庭休閒活動。 2.經由休閒旅遊活動的討論，介紹相關的休閒資訊、服務與產品，並提出建議事項，以達到健康休閒的目的。	1	1.「休閒全家樂」學習活動單 2.「休閒停看聽」學習活動單 3.「休閒旅行站」學習活動單 4.「休閒運動場地大搜查」學習活動單	1.觀察 2.實作及表現	【生涯發展教育】 3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【家政教育】 4-4-6 運用學習型家庭概念於日常生活中。	一、了解自我與發展潛能 三、生涯規畫與終生學習 七、規畫、組織與實踐
十三	5/4   5/8	第2單元樂活生機	2 安全百分百	5-3-3 規畫並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。 6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。	1.建立正確的急救觀念，並認識簡單的原則及急救方法。 2.學會各種急救方式。 3.靈活運用不同的急救法於不同情境之中。	1.說明急救的定義、目的和原則，並知道在急救的過程當中，如何保護自己及傷患的安全。 2.介紹小傷急救法與止血法。	1		1.實作及表現 2.觀察 3.紀錄 4.實作及表現	【環境教育】 4-4-4 能以客觀中立的態度與他人對環境議題進行辯證，以說服他人或者接受指正。	一、了解自我與發展潛能 五、尊重、關懷與團隊合作 十、獨立思考與解決問題
十四	5/11   5/15	第2單元樂活生機	2 安全百分百	5-3-3 規畫並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。 6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。	1.學會各種急救方式。 2.靈活運用不同的急救法於不同情境之中。 3.了解不同的救難機構，並建立正確的人生價值觀。	1.介紹包紮法中的環狀、螺旋狀、網狀、懸臂吊帶法及踝關節三角巾包紮法、徒手搬運法。 <b>(5/13、14 第二次段考)</b>	1		1.觀察 2.分組討論 3.紀錄 4.實作及表現	【環境教育】 4-4-4 能以客觀中立的態度與他人對環境議題進行辯證，以說服他人或者接受指正。	一、了解自我與發展潛能 五、尊重、關懷與團隊合作 十、獨立思考與解決問題

教學期程		主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十五	5/18   5/22	第2單元樂活生機	3急救一瞬間	5-3-3 規畫並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。	1.建立正確的水上安全觀念。 2.了解心肺復甦術的原則概念及步驟。 3.學會正確的心肺復甦術與自動體外心臟電擊去顫器實施過程，並能使用於正確的情境之下。	1.說明急救的定義、目的和原則，並知道在急救的過程當中，如何保護自己及傷患的安全。 2.心肺復甦術與自動體外心臟電擊去顫器的原則概念與步驟。 3.學會心肺復甦術與自動體外心臟電擊去顫器的實施過程，並能在適當、正確的情境下使用。	1		1.觀察 2.紀錄	【環境教育】 4-4-4 能以客觀中立的態度與他人對環境議題進行辯證，以說服他人或者接受指正。	一、了解自我與發展潛能 五、尊重、關懷與團隊合作 十、獨立思考與解決問題
十六	5/25   5/29	第2單元樂活生機	3急救一瞬間	5-3-3 規畫並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。	1.了解心肺復甦術的原則概念及步驟。 2.學會正確的心肺復甦術與自動體外心臟電擊去顫器實施過程，並能使用於正確的情境之下。	1.遇到緊急事故時，冷靜面對，做好正確的應變措施。 2.介紹一些臺灣地區的救難機構做總結，讓學生了解我們身邊有許多無私奉獻的人們，希望大家心存感恩的心情。	1		1.觀察 2.紀錄 3.分組討論 4.實作及表現	【環境教育】 4-4-4 能以客觀中立的態度與他人對環境議題進行辯證，以說服他人或者接受指正。	一、了解自我與發展潛能 五、尊重、關懷與團隊合作 十、獨立思考與解決問題
十七	6/1   6/5	第3單元營造健康新環境	1健康社區面面觀	5-3-1 評估日常生活的安全性並討論社會對促進個人及他人安全的影響。 5-3-2 規畫並參與改善環境危機所需的預防策略和行動。 7-3-5 提出個人、社區及組織機構為建造更健康的社區與環境所擬定的行動方案與法規。	1.能檢視健康生活型態，了解健康社區的內涵。 2.能主動發現問題，並執行改善社區的行動力。 3.學習以實際行動促進社區環境健康。 4.擬定小組的社區改善計畫。	1.介紹校園周遭環境；介紹健康社區的定義與功能、過往社區與現在社區的變遷歷史。 2.介紹健康安全社區的特徵，學生可檢視自己的社區情形，並分享自己社區需要改善的項目和改善方法。 3.介紹國內外社區改善計畫實例，以引發學生對社區改善計畫的行動力。 4.說明擬定改善環境計畫的步驟，並帶領學生實際設計與執行小組社區改善計畫。	1		1.觀察 2.實作及表現 3.分組討論	【人權教育】 1-1-3 討論、分享生活中不公平、不合理、違反規則、健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。 2-3-1 了解人身自由權並具有自我保護的知能。	七、規畫、組織與實踐 十、獨立思考與解決能力

教學期程		主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十八	6/8   6/12	第3單元營造健康新環境	2 安全好社區	5-3-1 評估日常生活的安全性並討論社會對促進個人及他人安全的影響。 5-3-2 規畫並參與改善環境危機所需的預防策略和行動。	1.認識社區安全相關法律規定。 2.針對社區環境環境問題提出維護與改善的計畫。	1.說明社區安全可從事故傷害與治安兩方面來看，讓學生了解引發社區事故的分類。 2.鼓勵學生將安全概念落實於生活中，以增加社區安全。	1		1.課前準備 2.實作及表現 3.紀錄	【人權教育】 1-1-3 討論、分享生活中不公平、不合理、違反規則、健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。	七、規畫、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決能力
十九	6/15   6/19	第3單元營造健康新環境	2 安全好社區	5-3-1 評估日常生活的安全性並討論社會對促進個人及他人安全的影響。 5-3-2 規畫並參與改善環境危機所需的預防策略和行動。 <b>【第二次評量週】</b>	1.針對社區環境環境問題提出維護與改善的計畫。	1.探討社區不安全事件與法律間的關係，以強調社區安全為政府與所有居民共同的責任。 2.教師將學生分組報告進行總結歸納，如交通議題、消防議題或環境議題等，並給予回饋。	1		1.課前準備 2.觀察	【人權教育】 1-1-3 討論、分享生活中不公平、不合理、違反規則、健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。	七、規畫、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決能力
二十	6/22   6/26	第3單元營造健康新環境	2 安全好社區	5-3-1 評估日常生活的安全性並討論社會對促進個人及他人安全的影響。 5-3-2 規畫並參與改善環境危機所需的預防策略和行動。	1.針對社區環境環境問題提出維護與改善的計畫。	1.探討社區不安全事件與法律間的關係，以強調社區安全為政府與所有居民共同的責任。 2.教師將學生分組報告進行總結歸納，如交通議題、消防議題或環境議題等，並給予回饋。 <b>(6/25、26 第三次段考)</b>	1		1.課前準備 2.觀察	【人權教育】 1-1-3 討論、分享生活中不公平、不合理、違反規則、健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。	七、規畫、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決能力

教學期程		主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
二十一	6/29   6/30	複習全冊	複習全冊	1-3-2 蒐集生長、發展的相關資訊，以提升個人體能與健康。 1-3-3 運用性與性別概念，分析個人與群體在工作、娛樂、人際關係及家庭生活等方面的行為。 3-3-1 計畫並發展特殊性專項運動技能。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 4-3-3 計畫及執行個人增進體適能表現的活動。 5-3-1 評估日常生活的安全性，並討論社會對促進個人及他人安全的影響。 5-3-2 規畫並參與改善環境危機所需的預防策略和行動。 5-3-3 規畫並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。 6-3-2 肯定家庭教育及社會支持的價值，願意建立正向而良好的人際關係。 6-3-3 應用溝通技巧與理性情緒管理方式以增進人際關係。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 <b>【6/29 休業式】</b>	1.能知道懷孕的症狀、身體與心裡產生的變化。 2.面對老化或其他階段身心變化的心路歷程及如何做好心理調適。 3.認識社區安全相關的法令規定，針對社區環境問題提出維護與改善的計畫。 4.體認身體活動的重要性，並知道如何增進自我的身體活動量。 5.認識終生運動對自我健康管理的重要性。	第一單元 永續經營健康路 第1章 美妙的生命 第2章 生命的軌跡 第3章 認識慢性病(一) 第4章 認識慢性病(二) 第二單元 樂活生機 第1章 健康休閒家 第2章 安全百分百 第3章 急救一瞬間 第三單元 營造健康新環境 第1章 健康社區面面觀 第2章 安全好社區	1	配合各單元學習活動單	1.觀察 2.問卷調查 3.紀錄 4.實作及表現 5.分組討論	<b>【人權教育】</b> 1-1-3 討論、分享生活中不公平、不合理、違反規則、健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。 2-3-1 了解人身自由權並具有自我保護的知能。 <b>【資訊教育】</b> 3-4-7 能評估問題解決方案的適切性。 <b>【生涯發展教育】</b> 3-3-5 發展規畫生涯的能力。 <b>【家政教育】</b> 4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。	一、瞭解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 三、生涯規劃與終身學習 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際瞭解 七、規劃、組織與實踐 八、運用科技與資訊 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題