

十二年國民基本教育綜合型高中健康與體育領域課程綱要草案 Q&A

項目	問與答
研修理念	<p>Q：為何要進行十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要的修訂？</p> <p>A：教育部經過長年來的規劃與推動，十二年國民基本教育已於民國103年8月1日起全面實施。而十二年國民基本教育的推動與實施，乃建立於九年國民義務教育的基礎上，具備有教無類、因材施教、適性揚才、多元進路及優質銜接等五大理念，其目的不只是接受教育的人數增加及年限的延長，更將帶動整體教育環境的改善與品質的提升。因此，為配合教育部十二年國民基本教育的政策，特以過去國民中小學九年一貫課程綱要、高中職課程綱要為基礎，進行十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要的修訂。</p> <p>Q：十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要的修訂理念為何？</p> <p>A：十二年國民基本教育建置以「學生主體」、「垂直連貫與橫向統整」、「培養核心素養」為核心理念之十二年國民基本教育課程體系。為有效推動及落實十二年國民基本教育的另一項核心理念—建構「垂直連貫與橫向統整」的課程體系，如何透過統整與連貫之課程結構，將國中小教育與高中職教育相互銜接，使學生之學習經驗與身心發展階段相互連結，為十二年國民基本教育課程體系的重要關鍵。在十二年國民基本教育的理念下，為延續九年一貫課程的「健康與體育」領域目標，我們重新界定該領域的學科範疇及課程綱要，以銜接不同教育階段的課程目標。</p>
研修原則	<p>Q：十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要的修訂原則是什麼？</p> <p>A：本健康與體育領域課程綱要的研修原則，主要包括：(1) 在基礎上持續精進；(2) 強化健康與體育領域課程的連貫與統整；(3) 以相關研究做為研修之基礎；(4) 成員需依程序組成及遴聘；(5) 工作進行需符合民主議事與程序原則；(6) 廣納各方意見，以利課綱內涵之擬定以及未來推廣與實踐工作；(7) 與其他領域課程綱要研修，同步滾動調整修正。</p> <p>Q：十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要的研修目標為何？</p> <p>A：(一) 符合十二年國民基本教育課程綱要總綱的理念與精神。 (二) 規劃以核心素養為導向的健康與體育領域課程與教學。 (三) 適切融入性別平等、人權、海洋、環境等重要或新興議題。 (四) 能與各領域進行橫向的聯繫與縱向的接軌。 (五) 符合課程綱要研修之程序與共同規範之必要格式。 (六) 廣納各方意見，調整課程綱要之內涵，裨益現場教師課</p>

項目	問與答							
	<p>程實踐之成效。</p> <p>(七) 編輯「十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要說明手冊」，協助現場教師理解新課綱的精神。</p>							
<p>研修過程</p>	<p>Q：十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要是如何進行修訂的？</p> <p>A：健康與體育領域研修委員會區分為全體委員大會、跨組會議、分組會議、小組會議等層次。全體委員大會主要任務在於決議重要本領綱之重要內容，以及確認本委員會各種對外言論與公告文本之內容，跨組會議主要的功能在於整合健康教育、體育兩組的草案內容，分組會議主要的任務在於研修健康教育、體育兩組的草案內容，而小組會議則負責領綱各個部分內容的起草工作。領綱草案初稿完成後，交由學者專家進行書面審查，並根據審查之意見進行修正。本領綱研修之過程，符合專業原則及民主議事程序。除上述各層級會議的舉行之外，召開諮詢會議，並根據諮詢委員的意見以協助本領綱草案之研擬。除此之外，將配合領綱研修工作總計畫，於北、中、南、東等地區，辦理公聽會，廣納各地教育行政人員、校長、教師、家長與學生的聲音，以符合民主社會的精神。</p> <p>Q：十二年國民基本教育綜合型高級中等學校「健康與體育」領域課程綱要有哪些人參與修訂？</p> <p>A：依「十二年國民基本教育課程研究發展會之領域課程綱要研修小組委員組成及遴聘程序」規定辦理，邀請參與健康與體育領域課綱研修委員共4位，另有外聘諮詢委員4位，計8位，含括計有課程研發單位代表、學者專家代表、現場教育工作者代表等人員組成。委員專業背景涵蓋各個層面，從不同角度切入，根據已通過公佈之普通型高級中等學校、技術型高級中等學校之課綱，提供健康與體育領域課程發展的相關意見。</p>							
<p>研修特色或差異</p>	<p>Q：十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要與現行九年一貫及高中職課程綱要有何差異？</p> <p>A：</p> <table border="1" data-bbox="469 1581 1388 2009"> <thead> <tr> <th data-bbox="469 1581 616 1630"></th> <th data-bbox="616 1581 1098 1630">健康教育/健康與護理</th> <th data-bbox="1098 1581 1388 1630">體育</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="469 1630 616 2009"> <p>高中職部分</p> </td> <td data-bbox="616 1630 1098 2009"> <p>(一) 核心能力更新為核心素養</p> <p>(二) 六大主題(促進健康生活型態、促進安全生活、促進健康消費、促進心理健康、促進無菸及無物質濫用的生活、促進性健康)</p> <p>更新為十大議題(生長、發育、老化與死亡、安全教</p> </td> <td data-bbox="1098 1630 1388 2009"> <p>同左</p> </td> </tr> </tbody> </table>			健康教育/健康與護理	體育	<p>高中職部分</p>	<p>(一) 核心能力更新為核心素養</p> <p>(二) 六大主題(促進健康生活型態、促進安全生活、促進健康消費、促進心理健康、促進無菸及無物質濫用的生活、促進性健康)</p> <p>更新為十大議題(生長、發育、老化與死亡、安全教</p>	<p>同左</p>
	健康教育/健康與護理	體育						
<p>高中職部分</p>	<p>(一) 核心能力更新為核心素養</p> <p>(二) 六大主題(促進健康生活型態、促進安全生活、促進健康消費、促進心理健康、促進無菸及無物質濫用的生活、促進性健康)</p> <p>更新為十大議題(生長、發育、老化與死亡、安全教</p>	<p>同左</p>						

項目	問與答																												
	<p>育與急救、藥物教育、健康環境、個人衛生與保健、性教育、人與食物、消費者健康、健康心理、健康促進與疾病預防)</p> <p>(三) 主要內容更新為學習重點，學習重點為學習內容搭配學習表現</p> <p>Q：學習表現和學習內容是否再具體說明清楚？</p> <p>A：依據「十二年國民教育課程發展指引」，所謂學習表現是「強調以學生為中心的概念，學習表現重視認知、情意與技能之學習展現，代表該領域/科目的非「內容」向度，應能具體展現或呼應該領域/科目之核心素養(其中認知、情意、技能等向度各包含不同層次的表現描述)」；而學習內容則涉及「能涵蓋該領域/科目之重要事實、概念、原理原則、技能、態度與後設認知等知識...是該領域/科目重要的、基礎的內容，無須勉強像過去的教材大綱一樣，羅列出所有的教學材料」。</p> <p>Q：課程綱要內容有些模糊不夠具體？</p> <p>A：(一) 待後續發展手冊以說明內容細節。 (二) 內容面向較大不會框架學習思維。 (三) 每項課綱內容須橫向搭配達成某項學習表現及核心素養。</p>																												
銜接與配套	<p>Q：新課綱國小、國中、高中課程的銜接、差異及加深加廣在哪裡？</p> <p>A：健體領域/健康與護理學習內容包含十大類別，各學習階段的重要內容銜接、差異及加深加廣詳見下表：</p> <table border="1" data-bbox="475 1435 1385 2002"> <thead> <tr> <th data-bbox="475 1435 619 1503">十大類別</th> <th data-bbox="619 1435 767 1503">第一階段 (小一~小二)</th> <th data-bbox="767 1435 927 1503">第二階段 (小三~小四)</th> <th data-bbox="927 1435 1086 1503">第三階段 (小五~小六)</th> <th data-bbox="1086 1435 1246 1503">第四階段 (國中)</th> <th data-bbox="1246 1435 1385 1503">第五階段 (高中)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="475 1503 619 1727">個人衛生與保健</td> <td data-bbox="619 1503 767 1727">身體外觀與重要部位的認識及基本口腔視力的保健概念</td> <td data-bbox="767 1503 927 1727">身體部位名稱與功能、皮膚清潔和口腔視力的保健技巧</td> <td data-bbox="927 1503 1086 1727">主要器官功能的認識，培養維持口腔、視力保健，正確姿勢與規律運動的衛生習慣</td> <td data-bbox="1086 1503 1246 1727">口腔、視力、姿勢運動、清潔防曬、休息睡眠等衛生保健的自我管理</td> <td data-bbox="1246 1503 1385 1727">對於身體保養與養生的深入探究</td> </tr> <tr> <td data-bbox="475 1727 619 1951">生長、發育、老化與死亡</td> <td data-bbox="619 1727 767 1951">生長發育、老化現象的觀察與描述</td> <td data-bbox="767 1727 927 1951">人生各階段成長順序歷程、與其個別差異性</td> <td data-bbox="927 1727 1086 1951">生長發育的影響因素，及其促進方法</td> <td data-bbox="1086 1727 1246 1951">人生各階段的身心發展任務，以其自我評估與改善策略，老化、死亡意涵的探究</td> <td data-bbox="1246 1727 1385 1951">老化與死亡、失落與悲傷的正向態度，以其健康的因應</td> </tr> <tr> <td data-bbox="475 1951 619 2002">性教育</td> <td data-bbox="619 1951 767 2002">生殖器官名稱的認識，</td> <td data-bbox="767 1951 927 2002">男女生殖器器官的功能與</td> <td data-bbox="927 1951 1086 2002">青春期身心轉變、兩性友</td> <td data-bbox="1086 1951 1246 2002">面對生殖系統與保健、性</td> <td data-bbox="1246 1951 1385 2002">於上述議題時的探究、</td> </tr> </tbody> </table>					十大類別	第一階段 (小一~小二)	第二階段 (小三~小四)	第三階段 (小五~小六)	第四階段 (國中)	第五階段 (高中)	個人衛生與保健	身體外觀與重要部位的認識及基本口腔視力的保健概念	身體部位名稱與功能、皮膚清潔和口腔視力的保健技巧	主要器官功能的認識，培養維持口腔、視力保健，正確姿勢與規律運動的衛生習慣	口腔、視力、姿勢運動、清潔防曬、休息睡眠等衛生保健的自我管理	對於身體保養與養生的深入探究	生長、發育、老化與死亡	生長發育、老化現象的觀察與描述	人生各階段成長順序歷程、與其個別差異性	生長發育的影響因素，及其促進方法	人生各階段的身心發展任務，以其自我評估與改善策略，老化、死亡意涵的探究	老化與死亡、失落與悲傷的正向態度，以其健康的因應	性教育	生殖器官名稱的認識，	男女生殖器器官的功能與	青春期身心轉變、兩性友	面對生殖系統與保健、性	於上述議題時的探究、
十大類別	第一階段 (小一~小二)	第二階段 (小三~小四)	第三階段 (小五~小六)	第四階段 (國中)	第五階段 (高中)																								
個人衛生與保健	身體外觀與重要部位的認識及基本口腔視力的保健概念	身體部位名稱與功能、皮膚清潔和口腔視力的保健技巧	主要器官功能的認識，培養維持口腔、視力保健，正確姿勢與規律運動的衛生習慣	口腔、視力、姿勢運動、清潔防曬、休息睡眠等衛生保健的自我管理	對於身體保養與養生的深入探究																								
生長、發育、老化與死亡	生長發育、老化現象的觀察與描述	人生各階段成長順序歷程、與其個別差異性	生長發育的影響因素，及其促進方法	人生各階段的身心發展任務，以其自我評估與改善策略，老化、死亡意涵的探究	老化與死亡、失落與悲傷的正向態度，以其健康的因應																								
性教育	生殖器官名稱的認識，	男女生殖器器官的功能與	青春期身心轉變、兩性友	面對生殖系統與保健、性	於上述議題時的探究、																								

項目	問與答					
	身體隱私與身體界線與性別角色的描述	差異、辨識性別刻板印象、身體自主權維護與求助	誼關係的建立、性相關危害的自我保護、愛滋病的基本認識	與性別感關批判與行動	性、身體自主權、生殖健康、愛滋病防治與媒體色情等議題的因應策略、價值澄清、明智抉擇、健康自主管理	策略
人與食物	食物的重要性與珍惜食物	食物與營養的關聯性、選擇食物的影響因素、均衡飲食的概念及製備簡易的餐點	營養需求的評估，多元的飲食型態，食品安全與資訊的分辨	均衡飲食的選擇、飲食與身體健康的影響、體重控制計畫	選擇、飲食趨勢與媒體影響、身體意象與體重控制計畫	疾病、不良體位的飲食管理
安全教育與急救	遊戲場所、上下學與人身安全則，以及易傷口或不適狀況的處理	基本防火防震、逃生避難技巧，居家與交通安全的原則，以及灼燙傷、出血、扭傷等處理	校園與休閒安全的原則、緊急救援系統、冒險行為的防範，以及中毒、異物梗塞緊急事件的處理	止血、包紮、CPR、復甦的急救技術，環境的潛在危險，以及安全生活的行動計畫	職場安全的探討以及事故傷害、一般急症的處理	職場安全的探討以及事故傷害、一般急症的處理
藥物教育	藥物、吸菸與飲酒對健康的影響，拒絕二手菸的危害	社區藥局與正確用藥的原則、菸酒、檳榔對身體的影響及其拒絕技巧	正確用藥的核心能力與諮詢管道、應物質的認識與健康的危害，以其邀約情境的選擇與拒絕策略	正確用藥、拒絕成癮物質危害自主健康的行動的落實	拒絕濫用藥物的規範，相關戒治資源的運用	拒絕濫用藥物的規範，相關戒治資源的運用
健康心理	自我概念的覺察、家人與人際間和睦相處的方法、情緒的分辨	個人價值感的建立、良好的人際關係與友誼、理性與有效溝通的方式	自我悅納與潛能發揮、增進人際互動、情緒管理與壓力調適的技能學習	有效溝通、衝突處理、拒絕與協商等生活技能的運用，以及異常行為的辨識與預防	心理疾病的預防處理、身心靈整合的技巧與心理健康的促進	心理疾病的預防處理、身心靈整合的技巧與心理健康的促進
健康促進與疾病預防	健康狀態的描述、兒童常見的疾病與其生病就醫經驗	身心健康與有益行為的維持、傳染病預防方法、疾病自我照護與醫療資源的運用	健康安適狀況的增進、台灣地區傳染病的防治、預防性的健康照護方法與醫療資源	全人健康概念與健康型態、慢性新興傳染病防治策略、地域、職場的健康危險因子，以及健保醫療資源的使用	全球性傳染病的流行與預防、患病自我照護與醫療資源的有效運用	全球性傳染病的流行與預防、患病自我照護與醫療資源的有效運用
消費者健康	健康安全消費的覺知	健康安全消費的原則與消費資訊的	健康安全消費的經驗、消費資訊的來	健康安全消費的落實與消費的決定、消費	醫療服務的應用、食品消費的安全	醫療服務的應用、食品消費的安全

項目	問與答					
			覺察	源與媒體影響，健康產品與服務的選擇	息批判與澄清、消費權益的維護與社會關懷等	議題、科技產品消費與健康影響的探究
	健康環境	生活環境的探索體驗，社區的健康場域與設施	污染對健康的影響、環境敏感度、環境維護的個人責任等	污染與毒化物的認識、人類生活方式對環境的影響、綠色消費的理念	全球性的環境污染問題、多層面的社區環境營造與發展及污染防治、綠色消費生活型態的實踐	環境生命共同體的落實、健康共榮的永續生活方式