

教材版本	翰林版	實施年級 (班級/組別)	八年級	教學節數	每週(3)節,本學期共(66)節		
課程目標	<p>健康教育 學習生長發育的過程,健康的身體是一切的基礎,了解生長發育時要注意的訣竅,就能健康到老。另外也學習常見的慢性病及預防方法,為未知的未來做準備。最後介紹安全常識和基本急救技能,讓同學能在有危難發生時,有幫助別人的技術在身。</p> <p>體育 除了加深籃球、排球、桌球、足球、游泳、體操的技術教學,也提供了運動時要注意的營養及自行車知識。在選授課程的部分,這次則教授了「立式划槳」,希望同學在從事體育活動時,能有更多更有趣的選擇。</p>						
該學習階段 領域核心素養	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源,以擬定運動與保健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p> <p>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。</p> <p>健體-J-B3 具備審美與表現的能力,了解運動與健康在美學上的特質與表現方式,以增進生活中的豐富性與美感體驗。</p> <p>健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識,並主動參與公益團體活動,關懷社會。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養,關心本土與國際體育與健康議題,並尊重與欣賞其間的差異。</p>						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		評量方式 (表現任務)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 2/5~2/8	第一篇生命的旅程 第一章新生命的喜悅	3	1. 讓學生認識懷孕的生理變化。 2. 讓學生熟悉優生保健的重要。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	觀察 發表	【家庭教育】 家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。

<p>第二週 2/10~2/14</p>	<p>第一篇生命的旅程 第二章生長密碼</p>	<p>3</p>	<p>1. 讓學生明白人生各階段的身心發展任務與個別差異。 2. 讓學生可以自我評估生長發育情形。 3. 讓學生能提出促進生長發育的策略。</p>	<p>重性。 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p>	<p>Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。 Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。</p>	<p>觀察 發表</p>	<p>【生命教育】 生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。</p>
<p>第三週 2/17~2/21</p>	<p>第一篇生命的旅程 第三章樂活老化</p>	<p>3</p>	<p>1. 能讓學生認識老化的特徵。 2. 讓學生明白健康狀態影響因素與平均餘命的關係。 3. 讓學生檢視自己的生活型態儲備健康老化資本。</p>	<p>1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p>	<p>Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。 Fb-IV-2 健康狀態影響因素與不同性別者平均餘命與健康指標的改善策略。 Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活型態的建立。</p>	<p>觀察 發表</p>	<p>【生命教育】 生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。 生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。</p>
<p>第四週 2/24~2/28</p>	<p>第一篇生命的旅程 第四章用愛說再見</p>	<p>3</p>	<p>1. 讓學生明白死亡的含義及其衝擊。</p>	<p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、</p>	<p>Aa-IV-3 老化與死亡的意義</p>	<p>觀察 發表</p>	<p>【生命教育】 生 J2 探討完</p>

<p>第五週 3/3~3/7</p>	<p>第四篇青春的躍動 第一章運動營養</p>	<p>3</p>	<p>2. 讓學生熟悉面對死亡的自我調適技能。</p> <p>1. 透過生活實例探討運動表現與運動營養的相關性。 2. 瞭解運動營養的定義及內容。 3. 能瞭解並說出運動瘦身及節食瘦身差異性。 4. 能思考問題並能清楚的表達意見。 5. 面對情境能將所學的知識活用，明確做出決定。</p>	<p>態度與價值觀。 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。</p> <p>1c-IV-4 了解身體發展、運動和營養的關係。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>	<p>與自我調適。</p> <p>Cb-IV-1 運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。</p>	<p>問答說明</p>	<p>整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能动性，培養適切的自我觀。 生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。</p> <p>【安全教育】 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。</p>
<p>第六週 3/10~3/14</p>	<p>第四篇青春的躍動 第二章休閒運動-自行車</p>	<p>3</p>	<p>1. 了解自行車做為休閒運動的良好條件。 2. 認識與自行車各項結構與用途。 3. 了解騎乘自行車前的安全須知與準備。 4. 能夠設定適合自己的騎乘姿勢。 5. 了解騎乘自行車的相關禮儀。 6. 能夠設定適合自己的</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p>	<p>Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。</p>	<p>問答說明</p>	<p>【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。 安 J6 了解運動設施安全的維護。</p>

			<p>騎乘姿勢。</p> <p>7. 了解騎乘自行車的相關禮儀。</p> <p>8. 認識自行車道建構相關知識與住家附近自行車道特色。</p> <p>9. 學生能根據課程學習內容自行規畫一趟單車之旅。</p>				
第七週 3/17~3/21	第二篇沉默的殺手 第一章慢性病(一)(第一次段考)	3	<p>1. 讓學生了解慢性病對健康的威脅。</p> <p>2. 讓學生探究常見的慢性病如惡性腫瘤、心血管疾病。</p>	<p>1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。</p> <p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p>	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。	觀察發表	【生命教育】 生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。
第八週 3/24~3/28	第二篇沉默的殺手 第一章慢性病(二)	3	<p>1. 讓學生了解糖尿病、腎臟病的成因及嚴重性。</p> <p>2. 讓學生檢視自己家族的慢性病史。</p> <p>3. 讓學生為預防慢性病實踐健康生活習慣。</p>	<p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。</p>	<p>Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為為建立。</p> <p>Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活型態的建立。</p>	觀察發表	【生命教育】 生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。

				4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。			
第九週 3/31~4/4	第五篇運動大進擊 第一章籃球	3	1. 透過趣味影片欣賞，讓學生了解防守技術在比賽場上的重要性，激發學習動機及參與感。 2. 學會防守基本動作要領。 3. 讓學生在練習中，找到最好的防守姿勢與動作。 4. 了解防守移動步法基本動作要領。 5. 讓學生認識合法的防守觀念。 6. 讓學生了解人盯人防守的觀念與技巧。 7. 讓學生在一對一攻防實戰演練中，學會常用的防守步法動作要領。 8. 了解控制籃板球在比賽場上的重要性。 9. 能熟練的做出爭搶籃板球動作要領。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	提問 觀察 發表 實作	【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。
第十週 4/7~4/11	第五篇運動大進擊 第一章籃球	3	1. 從防守情境中，了解強弱邊無球防守的協防觀念。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及	觀察 發表 實作	【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。

			<p>2. 能實際執行強弱邊無球防守協防戰術。</p> <p>3. 了解一、二、三線協防觀念，並能實際執行戰術的要求。</p> <p>4. 從3對3攻防實戰演練中，了解協防的動作及觀念。</p> <p>5. 學習如何檢討改進、調整協防戰術與觀念。</p>	<p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>團隊戰術。</p>		<p>決。</p>
<p>第十一週 4/14~4/18</p>	<p>第五篇運動大進擊 第二章排球</p>	3	<p>1. 透過影片欣賞，引導學生觀看各隊扣球技術所形成的攻擊戰術，激發學習動機及參與感。</p> <p>2. 透過趣味活動遊戲，學會助跑、起跳、扣球、落地等分解動作。</p> <p>3. 透過站立自拋自扣練習，學會揮臂扣球動作要領。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>2c-IV-2 表現利</p>	<p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>提問 觀察 實作</p>	<p>【品德教育】 品J8 理性溝通與問題解決。</p>

			<p>4. 運用手掌包覆球體擊球，學會控制球體旋轉及方向的技術。</p> <p>5. 學會扣球準備的動作要領。</p> <p>6. 讓學生在練習中，找到最好的助跑起跳動作及位置。</p> <p>7. 學會助跑起跳，伸臂用手掌包覆住目標球體。</p> <p>8. 能在空中完成揮臂擊球動作。</p> <p>9. 學會扣球技術中的落地動作要領。</p>	<p>他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>			
<p>第十二週 4/21~4/25 (全中運)</p>	<p>第五篇運動大進擊 第二章排球</p>	3	<p>1. 學會自拋自扣動作要領。</p> <p>2. 透過連續扣中間高球練習，學會與他人合作完成扣球技術。</p> <p>3. 學會個人扣球技術自主訓練動作要領。</p> <p>4. 透過二打二排球比賽練習，學會與他人合作完成扣球技術。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的</p>	<p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>提問 觀察 實作</p>	<p>【品德教育】 品J8 理性溝通與問題解決。</p>

				問題。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。			
第十三週 4/28~5/2	第五篇運動大進擊 第三章桌球	3	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識與了解桌球抽球的原理。 2. 能分辨抽球與平擊球的差異性。 3. 了解正手抽球動作關鍵要素。 4. 學會正手抽球技術。 5. 學會如何接抽球。 6. 認識桌球正、反手位。 7. 學會左推右攻技術。 8. 認識基本桌球步法。 9. 了解步法與擊球的動作關聯性。 10. 學會側併步動作要領。 11. 能善用正、反手結合技術並結合腳步的移動實際比賽。 12. 能透過賽前策略與賽後檢討分析比賽情境。 13. 能善用正、反手結合技術並結合腳步的移動實際比賽。 14. 能透過賽前策略與賽後檢討分析比賽情境。 	<p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	說明 問答 實作 觀察 行動	【品德教育】 品J8 理性溝通與問題解決。
第十四週 5/5~5/9	第五篇運動大進擊 第四章足球(第二次段考)	3	<ol style="list-style-type: none"> 1. 藉由情境設計，了解個人進攻的重要性。 2. 藉由小組搭配，提高小組默契；並透過溝通合作，創造戰術價值。 3. 藉由圖片了解護球動作： 	<p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>2c-IV-1 展現運</p>	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊	認知 情意 技能	【生涯規劃教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。 【品德教育】 品J8 理性溝

			<p>(1)壓低重心。</p> <p>(2)讓球與防守者保持距離。</p> <p>4. 可共同討論護球要領，並藉由護球之王活動體會護球重要性。</p> <p>5. 藉由跑位接應提升八字傳球的順暢度，並了解不同位置的移動作為。</p> <p>6. 藉由跑位接應提升八字傳球的順暢度，並了解不同位置的移動作為。</p>	<p>動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>戰術。</p> <p>Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>通與問題解決。</p>	
<p>第十五週 5/12~5/16</p>	<p>第三篇即刻救援 第一章急救最前線</p>	3	<p>1. 讓學生能夠評估生活中的潛在危機，了解安全的重要。</p> <p>2. 讓學生熟悉事故傷害處理技巧及傷口照護。</p> <p>3. 讓學生熟練止血法及簡易包紮技巧。</p>	<p>1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。</p>	<p>Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。</p>	<p>問答 觀察</p>	<p>【安全教育】 安 J2 判斷常見的事故傷害。 安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。 安 J4 探討日</p>

				3a-IV-1 精熟地操作健康技能。			常生活發生事故的影響因素。
第十六週 5/19~5/23	第三篇即刻救援 第一章急救最前線	3	1. 讓學生能夠評估生活中的潛在危機，了解安全的重要。 2. 讓學生熟悉事故傷害處理技巧及傷口照護。 3. 讓學生熟練止血法及簡易包紮技巧。	1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	實作 觀察	【安全教育】 安J11 學習創傷救護技能。
第十七週 5/26~5/30	第三篇即刻救援 第二章心肺復甦術	3	1. 讓學生明白心肺復術的使用時機、技巧。 2. 讓學生熟練操作心肺復甦術、復甦姿勢。	1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	觀察 分享	【安全教育】 安J10 學習心肺復甦術及AED的操作。
第十八週 6/2~6/6	第六篇大家動起來 第一章游泳	3	1. 藉由情境認識仰泳自救的重要性。 2. 練習仰泳踢水，同時自製浮具，達成仰泳自救的技巧。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cc-IV-1 水域休閒活動綜合	認知 情意 技能	【海洋教育】 海J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求

			3. 藉由仰式划手與換氣，進行仰泳練習。	<p>全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>	<p>運用。</p> <p>Gb-IV-1 岸邊救生步驟、安全活動水域的辨識、意外落水自救與仰漂30秒。</p> <p>Gb-IV-2 游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。</p>		生技能。
第十九週 6/9~6/13	第六篇大家動起來 第一章游泳	3	<p>1. 為加強划水軌跡，可藉由單臂攀繩練習，提升仰式划手軌跡穩定度。</p> <p>2. 運用陸上及水上划手練習，了解蝶泳划手技巧。</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發</p>	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Cc-IV-1 水域休閒活動綜合運用。</p> <p>Gb-IV-1 岸邊救生步驟、安全活動水域的辨識、意外落水自救與仰漂30秒。</p> <p>Gb-IV-2 游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。</p>	認知 情意 技能	【海洋教育】 海J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。

				<p>展專項運動技能。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>			
第二十週 6/16~6/20	第六篇大家動起來 第二章體操	3	<ol style="list-style-type: none"> 1. 從生活中的體操新聞引發興趣，透過提問，引導學生能對體操運動具備欣賞的能力。 2. 瞭解競技體操比賽的種類與評分標準。 3. 瞭解平衡木的動作要領。 4. 能做出平衡木不同方式的走動。 5. 學生能嘗試做出平衡木各項動作。 6. 學生能展現有自主決定的能力，能設計個人組合動作。 7. 學生能綜合技術，成功且流暢地展現平衡木組合動作。 	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</p> <p>3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。</p> <p>3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。</p>	Ia-IV-2 器械體操動作組合。	認知 情意 技能	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯J6 建立對於未來生涯的願景。</p>
第二十一週 6/23~6/27	第六篇大家動起來 第二章體操(第三次段考)	3	<ol style="list-style-type: none"> 1. 從生活中的體操新聞引發興趣，透過提問，引導學生能對體操運動 	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p>	Ia-IV-2 器械體操動作組合。	認知 情意 技能	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯J6 建立對</p>

			具備欣賞的能力。 2. 瞭解競技體操比賽的種類與評分標準。 3. 瞭解平衡木的動作要領。 4. 能做出平衡木不同方式的走動。 5. 學生能嘗試做出平衡木各項動作。 6. 學生能展現有自主決定的能力，能設計個人組合動作。 7. 學生能綜合技術，成功且流暢地展現平衡木組合動作。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。			於未來生涯的願景。
第二十二週 6/30	休業式						

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

◎如若實施課中差異化教學之班級，其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同，本表僅是呈現進度規劃，各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。