臺南市立太子國民中學 114 學年度第一學期七年級健體(分科)領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班/□藝才班)

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	七年級	教學節數	健康每週(1)節,本學期共(21)節。 體育每週(1)節,本學期共(21)節。
課程目標	第1.2.3.4.5.6.6.7.第1.2.3.4.的在情狀 康康斯爾斯斯爾斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯斯	求養義機,, 估原安、我巧巧發翻冬及自及,善並 與則全水精。。球滾寒學我成及用能 體。意中進 及等動會悅因對健針 適 識自的 正技作調納,健康對 能。救態 手巧與適的並康技危 檢 及度 高。組身態思造能險 測 救。 遠	度,積極實現自我。 考其實別 考其衝擊與 養 , 對 數 數 數 數 數 數 數 數 數 數 。 。 。 。 。 。 。 。 。		
該學習階段 領域核心素養	輕言放棄。 健體-J-A2 具備理解的問題。 健體-J-A3 具備善用	r體育與健康情境 體育與健康的資?	的全貌,並做獨立思原,以擬定運動與保信	考與分析的知能	深索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不 能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康 執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 「與保健的基本概念,應用於日常生活中。

健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體,以增進學習的素養,並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。

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。

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。

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。

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。

				課程架構脈絡			
址 與 Hn 和	四二 由江利 力 位	公 •	與羽口 1冊	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
-	第1單元健康青	1	1. 從生理、心理與	la-IV-1 理解生理、心	Aa-IV-1 生長發育的自	1. 口頭評量	【人權教
	春向前行		社會不同的層面認	理與社會各層面健康的	我評估與因應策略。	2. 紙筆評量	育】
	第 1 章健康人生		識健康的內涵。	概念。	Da-IV-2 身體各系統、		人 J5 了解社
	開步走		2. 認識身體構造與	2b-IV-2 樂於實踐健康	器官的構造與功能。		會上有不同
			各系統的運作機	促進的生活型態。	Fa-IV-3 有利人際關係		的群體和文
			制,並在生活中落	4a-IV-2 自我監督、增	的因素與有效的溝通技		化,尊重並
			實健康促進的保健	強個人促進健康的行	巧。		欣賞其差
			行動。	動,並反省修正。			異。
-	第3單元健康自	1	1. 了解運動前健康	1c-IV-2 評估運動風	Ab-IV-1 體適能促進策	1. 口語問答	【性別平等
	主有活力		評估的意義及內	險,維護安全的運動情	略與活動方法。	2. 認知測驗卷	教育】
	第 1 章活躍人生		容。	境。	Ab-IV-2 體適能運動處	3. 學習單	性 J11 去除
	——健康評估與		2. 學會運動前健康	4c-IV-3 規劃提升體適	方基礎設計原則。	4. 課堂觀察	性別刻板與
	體適能檢測		安全問卷的使用方	能與運動技能的運動計		5. 運動行為計	性別偏見的
			法。	畫。		畫實踐表	情感表達與
			3. 學會運動前危險				溝通,具備
			因子分類的評量標				與他人平等
			準。				互動的能
			4. 了解體適能檢測				カ。
			項目及流程安排。				
			5. 學會運動處方基				
			本設計原則。				

				課程架構脈絡			
払 鍵 Hn 和	四二 加江 毛力位	節數	段 羽 口 1冊	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	即數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
_	第1單元健康青	1	1. 認識身體構造與		Aa-IV-1 生長發育的自	1. 口頭評量	【人權教
	春向前行		各系統的運作機	理與社會各層面健康的	我評估與因應策略。	2. 紙筆評量	育】
	第 1 章健康人生		制,並在生活中落	概念。	Da-IV-2 身體各系統、		人 J5 了解社
	開步走		實健康促進的保健		器官的構造與功能。		會上有不同
			行動。	促進的生活型態。	Fa-IV-3 有利人際關係		的群體和文
			2. 理解生長發育的				化,尊重並
			個別差異與影響因	強個人促進健康的行	巧。		欣賞其差
			素,接受自己在成	動,並反省修正。			異。
			長過程中的改變。				
二	第3單元健康自	1	1. 能了解運動設施		Bc-IV-1 簡易運動傷害		【環境教
	主有活力		的分類。	險,維護安全的運動情	的處理與風險。	2. 課堂觀察	育】
	第2章安全運動		2. 能了解運動場地	. =	Cb-IV-2 各項運動設施	· ·	環 J4 了解永
	沒煩惱——運動		的特色與使用注意	2c-IV-2 表現利他合群	的安全使用規定。	畫實踐表	續發展的意
	設施安全		事項,並能遵守各				義(環境、
			項場地的使用規				社會、與經
			範。	4c-IV-1 分析並善用運			濟的均衡發
			3. 能透過觀察記錄				展)與原
			的方式,瞭解環境	媒體、產品與服務。			則。
			可能潛藏的危險,				環 J12 認識
			並能提出改善策				不同類型災
			略。				害可能伴隨
							的危險,學
							習適當預防
							與避難行
Ξ	第1單元健康青	1	1. 理解生長發育的	la-IV-1 理解生理、心	Aa-IV-1 生長發育的自	1. 口頭評量	【人權教
	春向前行		個別差異與影響因	理與社會各層面健康的	我評估與因應策略。	2. 紙筆評量	育】
				概念。	·		

				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	表現任務	融入議題
双于列任	十九六石幼石州	四 数	一 一	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
	第 1 章健康人生		素,接受自己在成	2b-IV-2 樂於實踐健康	Da-IV-2 身體各系統、		人 J5 了解社
	開步走		長過程中的改變。	促進的生活型態。	器官的構造與功能。		會上有不同
			2. 理解自身的健康	4a-IV-2 自我監督、增	Fa-IV-3 有利人際關係		的群體和文
			狀態,於生活中運				化,尊重並
			用自我監督的策	動,並反省修正。	巧。		欣賞其差
			略,在生活中持續				異。
			實踐健康的生活型態。				
Ξ	第4單元活力青	1	1. 認識公共自行車	1c-IV-1 了解各項運動	Cb-IV-2 各項運動設施	1. 課堂觀察	【人權教
	春大放送		設置的普及化對環	基礎原理和規則。	的安全使用規定。	2. 口語問答	育】
	第 1 章雙輪闖天		· -	1c-IV-2 評估運動風			人 J4 了解平
	下——自行車		及身心健康的重要		綜合應用。		等、正義的
			性。	境。			原則,並在
			2. 了解自行車騎乘				生活中實
			位置設定方式、基				踐。
			本姿勢要領及踩踏				
			動作技術的訣竅。	動技能。			
				2c-IV-1 展現運動禮			
				節,具備運動的道德思			
				辨和實踐能力。 2d-IV-3 鑑賞本土與世			
				Zu-IV-3 鑑貝本工與也			
				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。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
				動。			

				課程架構脈絡			
弘 餟 Hn 和	四二向江利 力 位	公事	銀羽口1冊	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				4d-IV-3 執行提升體適			
				能的身體活動。			
四	第1單元健康青	1	1. 認識眼睛、牙	1b-IV-2 認識健康技能	Da-IV-1 衛生保健習慣	1. 口頭評量	【性别平等
	春向前行		齒、耳朵及皮膚的	和生活技能的實施程序	的實踐方式與管理策	2. 紙筆評量	教育】
	第 2 章個人衛生		結構與功能運作。	概念。	略。		性 J4 認識身
	與保健		2. 思考青少年常見	2a-IV-2 自主思考健康	Da-IV-2 身體各系統、		體自主權相
			視力、口腔、聽力	問題所造成的威脅感與	器官的構造與功能。		關議題,維
			及皮膚問題的威脅	嚴重性。	Da-IV-3 視力、口腔保		護自己與尊
			與嚴重性,以培養	3a-IV-1 精熟地操作健	健策略與相關疾病。		重他人的身
			正確的保健策略。	康技能。			體自主權。
			3. 能精熟潔牙及護				
			眼的健康技能,實				
			踐良好的衛生保健				
			習慣。				
四	第4單元活力青	1	1. 具備道路行駛之	1c-IV-1 了解各項運動	Cb-IV-2 各項運動設施	1. 課堂觀察	【人權教
	春大放送		事前準備作業及安	基礎原理和規則。	的安全使用規定。	2. 口語問答	育】
	第1章雙輪闖天		全裝備確認等知	1c-IV-2 評估運動風	Cd-IV-1 戶外休閒運動		人 J4 了解平
	下——自行車		能。	險,維護安全的運動情	綜合應用。		等、正義的
			2. 認識自行車騎乘	境。			原則,並在
			禮儀及尊重路權,	1d-IV-1 了解各項運動			生活中實
			能有效降低意外事	技能原理。			踐。
			故發生的機會。	1d-IV-2 反思自己的運			
			3. 能具備自行車簡	動技能。			
			易故障排除的技	2c-IV-1 展現運動禮			
			能,以及規畫安全	節,具備運動的道德思			
			的自行車漫遊旅程	辨和實踐能力。			
				2d-IV-3 鑑賞本土與世			
				界運動的文化價值。			

				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	表現任務	融入議題
教学别在	半儿兴冶助石栱	即数	子白日标	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				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。			
				4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動。			
				4d-IV-3 執行提升體適 能的身體活動。			
五	第1單元健康青春向前行 第2章個人衛生 與保健	1	1. 齒結 2. 視及與正 3. 眼踐習認 其與考、膚重的精健好。眼及能少腔題,策牙能性好。眼及運年、的以略牙,使素,使,以下,不能性,以下,不能,不少,不是,不能,不是,不能,不是,不能,不是,不是,不是,不是,不是,不是,不是,不是,不是,不是,不是,不是,不是,	和生活技能的實施程序 概念。 2a-IV-2 自主思考健康 問題所造成的威脅感與 嚴重性。	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。 Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。	2. 紙筆評量	【教性體關護重體性別認權,與的。 等 身相維尊身
五	第4單元活力青春大放送第2章疾走如風——跑	1	1. 了解跑步的動作 要領。 2. 養成練習時集中 注意力並注意周遭 環境安全的習慣。	基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	2. 口語問答	【生育】 程 J3 覺然 是 D 與 是 J4 人 是 D 的 是 D 。 是 D 。

				課程架構脈絡			
th 朗 th to	四二 加江	然 却	段 羽 口 1番	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				3c-IV-1 表現局部或全			質 與 價 值
				身性的身體控制能力,			觀。
				發展專項運動技能。			涯 J6 建立對
				3d-IV-1 運用運動技術			於未來生涯
				的學習策略。			的願景。
				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。			
				4c-IV-2 分析並評估個			
				人的體適能與運動技			
				能,修正個人的運動計			
				畫。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
				動。			
				4d-IV-3 執行提升體適			
				能的身體活動。			
六	第1單元健康青	1	1. 認識眼睛、牙	1b-IV-2 認識健康技能	Da-IV-1 衛生保健習慣	1. 口頭評量	【性別平等
	春向前行		齒、耳朵及皮膚的	和生活技能的實施程序	的實踐方式與管理策	2. 紙筆評量	教育】
	第 2 章個人衛生		結構與功能運作。	概念。	略。		性 J4 認識身
	與保健		2. 思考青少年常見	2a-IV-2 自主思考健康	Da-IV-2 身體各系統、		體自主權相
			視力、口腔、聽力	問題所造成的威脅感與	器官的構造與功能。		關議題,維
			及皮膚問題的威脅	嚴重性。	Da-IV-3 視力、口腔保		護自己與尊
			與嚴重性,以培養	3a-IV-1 精熟地操作健	健策略與相關疾病。		重他人的身
			正確的保健策略。	康技能。			體自主權。

				課程架構脈絡			
教學期程	單元與活動名稱	爭 節數 學習目標		學習	重點	表現任務	融入議題
教学期程	半儿祭冶虭石柵	即数	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			3. 能精熟潔牙及護				
			眼的健康技能,實				
			踐良好的衛生保健				
			習慣。				
六	第4單元活力青	1	1. 學會短距離跑及	1c-IV-1 了解各項運動	Ab-IV-1 體適能促進策	1. 課堂觀察	【生涯規畫
	春大放送		接力跑的動作技	基礎原理和規則。	略與活動方法。	2. 口語問答	教育】
	第2章疾走如風		巧。	1d-IV-1 了解各項運動	Cb-IV-2 各項運動設施	3. 認知測驗卷	涯 J3 覺察自
	——跑		2. 養成積極參與的	技能原理。	的安全使用規定。	4. 學習單	己的能力導
			態度,並隨時注意	1d-IV-2 反思自己的運	Ga-IV-1 跑、跳與推擲	5. 技能實作	興趣。
			安全。	動技能。	的基本技巧。	6. 運動行為計	涯 J4 了解自
			3. 培養尊重他人及	2d-IV-3 鑑賞本土與世		畫實踐表	己的人格特
			團隊合作的精神。	界運動的文化價值。			質與價值
				3c-IV-1 表現局部或全			觀。
				身性的身體控制能力,			涯 J6 建立對
				發展專項運動技能。			於未來生》
				3d-IV-1 運用運動技術			的願景。
				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。			
				4c-IV-2 分析並評估個			
				人的體適能與運動技			
				能,修正個人的運動計			
				畫。			

				課程架構脈絡			
机朗扣加	四二的江利力位	大大 山	超到口压	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
				動。			
				4d-IV-3 執行提升體適			
				能的身體活動。			
セ	第1單元健康青	1	1. 認識眼睛、牙	1b-IV-2 認識健康技能	Da-IV-1 衛生保健習慣	1. 口頭評量	【性别平等
	春向前行		齒、耳朵及皮膚的	和生活技能的實施程序	的實踐方式與管理策	2. 紙筆評量	教育】
	第2章個人衛生		結構與功能運作。	概念。	略。		性 J4 認識身
	與保健		2. 思考青少年常見		Da-IV-2 身體各系統、		體自主權相
	【第一次評量		視力、口腔、聽力		器官的構造與功能。		關議題,維
	週】		及皮膚問題的威脅		Da-IV-3 視力、口腔保		護自己與尊
			與嚴重性,以培養		健策略與相關疾病。		重他人的身
			正確的保健策略。	康技能。			體自主權。
			3. 能精熟潔牙及護				
			眼的健康技能,實				
			踐良好的衛生保健				
	the correction to the		習慣。				7
セ	第4單元活力青	1	1. 養成積極參與的		Ab-IV-1 體適能促進策		【生涯規劃
	春大放送		態度,並隨時注意		略與活動方法。	2. 口語問答	教育】
	第2章疾走如風		安全。	1d-IV-1 了解各項運動	Cb-IV-2 各項運動設施		涯 J3 覺察自
	——跑		2. 培養尊重他人及		的安全使用規定。	4. 學習單	己的能力與
	【第一次評量		團隊合作的精神。	1d-IV-2 反思自己的運	Ga-IV-1 跑、跳與推擲	5. 技能實作	興趣。
	週】			動技能。	的基本技巧。	6. 運動行為計	涯 J4 了解自
				2d-IV-3 鑑賞本土與世		畫實踐表	己的人格特
				界運動的文化價值。			質 與 價 值
				3c-IV-1 表現局部或全			觀。
				身性的身體控制能力,			
				發展專項運動技能。			

				課程架構脈絡			
th 朗 th to	机 朗		與 羽 口 1冊	學習	表現任務	融入議題	
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				3d-IV-1 運用運動技術 9 3d-IV-2 運用運動 9 3d-IV-2 運用運動 9 3d-IV-3 應用運動 9 3d-IV-3 應用 9 8 8 8 8 8 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9			涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
Λ	第1單元健康青春向前行第2章個人衛生與保健	1	1. 齒結2. 視及與正。3. 眼踐習問 以 與 是 與 是 , 屬 重 的 精 度 好 的 以 略 及 , 保 要 的 以 略 及 , 保 要 的 以 略 及 , 保 要 的 以 略 及 , 保 要 的 以 略 及 , 保 要 的 以 略 及 , 保 要 的 以 略 及 , 保 要 的 以 略 及 , 保 要 的 以 略 及 , 保	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Da-IV-3 視力、口腔保		【教性體關護重體 門別 認權,與的 平 識相維尊身

				課程架構脈絡			
th 铒 th 和	四二 临江和 夕 位	然 机	朗羽口1番	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
八	第4單元活力青	1	1. 學習如何判斷水	1c-IV-1 了解各項運動	Cb-IV-2 各項運動設施	1. 課堂觀察	【海洋教
	春大放送		域安全。	基礎原理和規則。	的安全使用規定。	2. 口語問答	育】
	第 3 章優游自在		2. 了解安全戲水要	1c-IV-2 評估運動風	Cc-IV-1 水域休閒運動	3. 學習單	海 J1 參與多
	——游泳		點。	險,維護安全的運動情	綜合應用。	4. 技能實作	元海洋休閒
			3. 練習運用救生圈	境。	Gb-IV-1 岸邊救生步		與水域活
			等救生物品從岸上	ld-IV-1 了解各項運動	驟、安全活動水域的辨		動,熟練各
			安全救人。	技能原理。	識、意外落水自救與仰		種水域求生
				1d-IV-2 反思自己的運			技能。
				動技能。	Gb-IV-2 游泳前進 25 公		
				2c-IV-3 表現自信樂			
				觀、勇於挑戰的學習態	上)。		
				度。			
				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-3 應用思考與分			
				析能力,解決運動情境			
				的問題。			
				4c-IV-2 分析並評估個			
				人的體適能與運動技			
				能,修正個人的運動計			
九	第1單元健康青	1	1. 觀察並說出青春	畫。 1b-IV-3 因應生活情境	Db-IV-1 生殖器官的構	1 口跖延导	【性別平等
<i>/</i> L	東工 単九健康 春向前行	1	期常見的生理問			1. U與計里 2. 紙筆評量	教育】
	第 3 章我的青春		期市兒的生母问題,並學習處理生		造、功 庇 典 休 健 及 懷 字 生 理、優 生 保 健。	4. 紙丰計里	教
	第 5 早我的月谷 檔案		理問題的健康技		 Da-IV-4 健康姿勢、規		性別刻板與
	(油 禾)		理 问 題 的 健 康 拉 能。	NE			性別偏見的
			月七 ·	促進的生活型態。	持與實踐策略。		性別個兒的情感表達與
				灰进的生冶尘怨。	打		阴风衣廷典

				課程架構脈絡			
业 與 扣 和	昭二的江私力顿	公业	超羽口抽	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			2. 能理解性生理問	3a-IV-2 因應不同的生	Db-IV-2 青春期身心變		溝通,具備
			題對於個人的意	活情境進行調適並修	化的調適與性衝動健康		與他人平等
			義,並落實健康的	正,持續表現健康技	因應的策略。		互動的能
			生活型態。	能。			力。
				4a-IV-1 運用適切的健			
				康資訊、產品與服務,			
				擬定健康行動策略。			
九	第4單元活力青	1	1. 練習運用救生圈	1c-IV-1 了解各項運動	Cb-IV-2 各項運動設施	1. 課堂觀察	【海洋教
	春大放送		等救生物品從岸上	基礎原理和規則。	的安全使用規定。	2. 口語問答	育】
	第 3 章優游自在		安全救人。	1c-IV-2 評估運動風	Cc-IV-1 水域休閒運動	3. 學習單	海 J1 參與多
	——游泳		2. 練習水母漂、仰	險,維護安全的運動情	綜合應用。	4. 技能實作	元海洋休閒
			漂及踩水,且至少	境。	Gb-IV-1 岸邊救生步		與水域活
			學會一種基本水中	1d-IV-1 了解各項運動	驟、安全活動水域的辨		動,熟練各
			自救方式。	技能原理。	識、意外落水自救與仰		種水域求生
			3. 運用游泳技能,	1d-IV-2 反思自己的運	漂 30 秒。		技能。
			發揮團隊合作精	動技能。	Gb-IV-2 游泳前進25公		
			神,享受水中遊戲	2c-IV-3 表現自信樂	尺(需換氣 5 次以		
			樂趣。	觀、勇於挑戰的學習態	上)。		
				度。			
				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-3 應用思考與分			
				析能力,解決運動情境			
				的問題。			
				4c-Ⅳ-2 分析並評估個			
				人的體適能與運動技			

	課程架構脈絡										
th 朗 th to	四二内江利 力 位	公事	與 羽 口 1冊	學習	重點	表現任務	融入議題				
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵				
				能,修正個人的運動計 畫。							
+	第1單元健康青春向前行第3章我的青春檔案	1	1.期題理能是對,語樂別學的問題,問為,問為,問為,問為,問為,是不可以,可以不可以,可以不可以,可以不可以,可以不可以,可以不可以,可以不可以不可以,可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可	的健康技能和生活技能。 2b-IV-2 樂於實踐健康 促進的生活型態。 3a-IV-2 因應不同的生	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及 生理、優生保健。 Da-IV-4 健康姿勢、規 律運動、充分睡眠的維 持與實踐策略。 Db-IV-2 青春期身心 形的調適略。	2. 紙筆評量	【教性性性情溝與互力性育 J11 別別感通他動。 去板見達具平的 除與的與備等能				
+	第5單元熱門運動大會串第1章掌控自如	1	1. 技技和善 2. 操以等術用解能術能發動能作及方,策決解關,略能左、左 2 習活動態的工作。 前右運充動相運識反以 右後交球分中關球與思改 手,互技運,問	險,維護安全的運動情 境。 1d-IV-1 了解各項運動 技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 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	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	 課題 課題 表記 表別 基別 基別 基別 基別 基別 	【生涯規劃 (基本) 是不是, (基本) 是不是, (基本) 是不是, (基本) 是一个。 (基本) 是一。 (基本) 是一。 (基本				

	課程架構脈絡										
女 朗 Hn 和	四二向江利 力 位	然 曲.	段 羽 口 1番	學習	重點	表現任務	融入議題				
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵				
			題,發揮團隊合作	3c-IV-1 表現局部或全							
			學習之方法。	身性的身體控制能力,							
				發展專項運動技能。							
				3d-IV-2 運用運動比賽							
				中的各種策略。							
				4c-IV-2 分析並評估個							
				人的體適能與運動技							
				能,修正個人的運動計							
				畫。							
				4c-IV-3 規劃提升體適							
				能與運動技能的運動計							
				畫。							
+-	第1單元健康青	1	1. 能因應自身的生	1b-IV-3 因應生活情境	Db-IV-1 生殖器官的構	1. 口頭評量	【性别平等				
	春向前行		活情境持續表現健	的健康需求,尋求解決	造、功能與保健及懷孕	2. 紙筆評量	教育】				
	第 3 章我的青春		康技能,接納並喜	的健康技能和生活技	生理、優生保健。		性 J11 去除				
	檔案		歡自己青春期的變		Da-IV-4 健康姿勢、規		性別刻板與				
			化。	2b-IV-2 樂於實踐健康	律運動、充分睡眠的維		性別偏見的				
			2. 認識性衝動,並		持與實踐策略。		情感表達與				
			能運用適切的資訊		Db-IV-2 青春期身心變		溝通,具備				
			擬定健康因應的行		化的調適與性衝動健康		與他人平等				
			動策略。	正,持續表現健康技	因應的策略。		互動的能				
				能。			力。				
				4a-IV-1 運用適切的健							
				康資訊、產品與服務,							
				擬定健康行動策略。							
+-	第5單元熱門運	1	1. 能養成遵理守法	1c-IV-2 評估運動風	Hb-IV-1 陣地攻守性球	1. 課堂觀察	【生涯規劃				
	動大會串		的態度,實踐運用	險,維護安全的運動情	類運動動作組合及團隊	2. 口語問答	教育】				
			民主溝通及法律程	境。	戰術。	3. 技能實作					

# 法治觀念,培養「勝不驕、敗不					課程架構脈絡			
第 1 章字控自如		B 二 由 江 私 夕 较	公业	超羽口抽	學習	重點	表現任務	融入議題
# 法治觀念,培養「勝不驕、敗不	教学期程	単九與活動石稱	即數	字百日保	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
養「勝不驕、敗不 一個		第 1 章掌控自如		序來進行活動之人	1d-IV-1 了解各項運動		4. 合作學習	涯 J3 覺察自
 		籃球		權、法治觀念,培	技能原理。		5. 運動行為計	己的能力與
神。。 2. 能養成固定運動的習慣,有計畫的設理外離的各項策略。 2. 能養成固定運動的習慣,有計畫的設理外離企同一V-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-2 分析並評估個人的運動計畫。 4c-IV-2 分析並評估個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 1 1. 能因應自身的生活情境持續表現健康,發生活情境的健康需求,專求解決的健康者的情報,接納並喜歡自己青春期的變化。 2b-IV-2 樂於實踐健康 建選動、充分睡眠的维生別別級取到性別,與2E-IV-4 健康妄勢、規律運動、充分睡眠的维生別別。與2E-IV-2 樂於實踐健康				養「勝不驕、敗不	1d-IV-2 反思自己的運		畫實踐表	興趣。
2. 能養成固定運動的習慣,有計畫的提升體適能與運動技能。 2. 化養成固定運動的發展,有計畫的態度,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-2 運用運動比賽中的各種策略。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。 十二 第1單元健康青春向前行業有的方法,發展與企業的發展,不可能與不能與不能與不能與不能與不能與不能與不能與不能與不能與不能與不能與不能與不能				餒」之運動家精	動技能。		6. 學習單	
的習慣,有計畫的 提升體適能與運動 技能。 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 表理局部或全 身性的身體控制能力,發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 4C-IV-2 分析並評估個人的 體 適能與運動技能,修正個人的選動計畫。 4C-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4C-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4C-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4C-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4C-IV-2 经工厂分析 並、功能與保健及懷孕 2.紙筆評量 對				神。。	1d-IV-3 應用運動比賽			
提升體適能與運動技能。 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-2 運用運動比賽中的各種策略。 4c-IV-2 分析並評估個人的體動能與運動技能,修正個人的體動能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-4 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-2 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-2 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-2 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-4 規劃是一個企業等的構造、功能與保健及懷孕的健康素求,專求解決 造、功能與保健及懷孕也, 第 3 章我的青春檔案 数 6 2 5 5 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6				2. 能養成固定運動	的各項策略。			
技能。 超與和諧互動。 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-2 運用運動比賽中的各種策略。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修正個人的體動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-4 建康等的構造,功能與保健及懷孕療力, 有向前行第3章我的青春期的變度, 推發的健康技能和生活技力, 在學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學					, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,			
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-2 運用運動比賽中的各種策略。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與應動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與應力, 基連動技能的運動計畫。 4c-IV-2 規劃提升體適能與應力, 基連動技能的運動計畫。 4c-IV-2 規劃提升體適能與應力, 基連動技能的運動計畫。 4c-IV-2 規劃提升體適能, 基連動力, 基準可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力, 基本可能力,								
身性的身體控制能力,發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-2 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-2 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-2 規劃提升體適能與運動計畫。 4c-IV-2 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-2 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-2 規劃提升體適能與運動計畫。 4c-IV-2 規劃提升體適能與運動計畫。 4c-IV-2 規劃提升體適能與運動計畫。 4c-IV-2 基本				技能。				
發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-4 建產器官的構造,功能與保健及懷孕者,對有人學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學								
3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 十二 第1單元健康青春向前行								
中的各種策略。 $4c-IV-2 分析並評估個 $								
The state of th								
人的體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 十二 第1單元健康青春向前行第3章我的青春檔案								
能,修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 十二 第1單元健康青								
畫。								
The state of th								
能與運動技能的運動計畫。 十二 第1單元健康青					_			
畫。 十二 第1單元健康青 1 1.能因應自身的生 1b-IV-3 因應生活情境 Db-IV-1 生殖器官的構 1.口頭評量 【性別平等春向前行					,,,			
十二 第1單元健康青 1 1.能因應自身的生 1b-IV-3 因應生活情境 Db-IV-1 生殖器官的構 1.口頭評量								
春向前行 第 3 章我的青春	上 -	第1 留元伷 由主	1	1 张田麻白龟丛山		Db_W_1 4 弦空宁丛堆	1 口面证具	【 从 切 正 笠
第 3 章我的青春 檔案	1 -		1			•		
檔案 歡自己青春期的變 能。 Da-IV-4 健康姿勢、規 性別刻板身 化。 2b-IV-2 樂於實踐健康 律運動、充分睡眠的維 性別偏見的				,			4. 巛丰町里	· · · · —
化。								
		1田 ボ						
┃				10	促進的生活型態。	持與實踐策略。		情感表達與
					八世州王山王心	初元具数本		溝通,具備

	課程架構脈絡										
拟组织和	四二 均江利 力硕	力心 禁机 翱翔口	與 羽 口 1冊	學習	重點	表現任務	融入議題				
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵				
				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。 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務,擬定健康行動策略。	Db-IV-2 青春期身心變 化的調適與性衝動健康 因應的策略。		與他人平等 互動的能力。				
+=	第5單元熱門運動大會串第2章排除萬難——排球	1	1. 了解排球運動的由來與低手傳球過用時機。 2. 學會排球低手傳球地法。	基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	2. 口語問答 3. 技能實作	【育安常發原安動的安】J3生生因J6設維養 了活事。 了施。全解容故解安				

	課程架構脈絡											
机朗扣和	四二的 <i>江利为伦</i>	然 却	超 田 口 1番	學習	重點	表現任務	融入議題					
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵					
				3d-IV-3 應用思考與分析能力,應用思考與分析能力,解決運動情境的問題。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動計畫,修正個人的運動計畫。 4d-IV-2 執行個具體活動。								
十三	第1單元健康青春向前行第4章活出青春的光彩	1	1. 了解自我概念形成的因素。 2. 認識自己,建立合宜的自我概念方式。 查選擇適切的。 增進自我概念。	在的行為對健康造成的 衝擊與風險。 2b-IV-2 樂於實踐健康	Fa-IV-1 自我認同與自 我實現。	1. 口頭評量2. 紙筆評量	【教涯已興涯已質觀涯於的生育J3的趣J4的與。J6未願規解於 了人價 建來。劃 自與 自特值 對涯					
十三	第5單元熱門運動大會串第2章排除萬難——排球	1	1. 學會排球低手傳 球與接球步法。 2. 在練習、比賽 中,能與同學合作 共同完成目標。	基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動	Bc-IV-1 簡易運動傷害 的處理與風險。 Ha-IV-1 網/牆性球類運 動動作組合及團隊戰 術。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 運動行為計 畫實踐表 5. 學習單	【安全教育】 安J3 了解日常生活容易發生事故的原因。					

	課程架構脈絡										
机朗扣加	四二 加工 毛力が	然 却	超 田 口 1番	學習	重點	表現任務	融入議題				
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵				
			3. 在「有球」,也能觀察上,也能觀察上,也能觀察上,也能觀察上。				安 J6 了解 的				
十四	第1單元健康青春向前行第4章活出青春的光彩	1	1. 肯定自己的價值,樂於嘗試提升自我價值的方法,		Fa-IV-1 自我認同與自 我實現。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【生涯規劃 教育】				

	課程架構脈絡											
弘 與 Hn 和	昭二内江利力 硕	然 和	與 羽 口 1冊	學習	重點	表現任務	融入議題					
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵					
	【第二次評量		以激發自我潛能與				涯 J3 覺察自					
	週】		實現自我。	促進的生活型態。			己的能力與					
			2. 學習以積極正向				興趣。					
			的想法、語言、行	調適技能。			涯 J4 了解自					
			動和生活經驗,建				己的人格特					
			立健康樂觀的生活				質與價值					
			態度。				觀。					
			3. 學習設定目標,				涯 J6 建立對					
			建立自信與追求成				於未來生涯					
			長,實現心中的理 想。				的願景。					
十四	第5單元熱門運	1	1. 能了解羽球發	1c-IV-1 了解各項運動	Ha-IV-1 網/牆性球類運	1 課党觀察	【性別平等					
,	動大會串	_	球、接發球與正手		動動作組合及團隊戰	,	教育】					
	第 3 章羽中作樂			1c-IV-2 評估運動風	術。	3. 技能實作	性 J11 去除					
	羽球		與運用時機,並能	· ·	114	4. 學習單	性別刻板與					
	【第二次評量		透過練習與反思增			5. 分組討論	性別偏見的					
	週】		進動作技能。	1d-IV-1 了解各項運動			情感表達與					
			2. 能做到正確且流				溝通,具備					
			暢之正手發球與高				與他人平等					
			遠球動作, 並充分				互動的能					
			實踐運用,進而有				カ。					
			效提升身體適能,				【人權教					
			養成規律運動習				育】					
			慣。	2c-IV-3 表現自信樂			人 J3 探索各					
				觀、勇於挑戰的學習態			種利益可能					
				度。			發生的衝					
							突,並了解					
							如何運用民					

	課程架構脈絡										
拟翅肿如	四二的江利力的	二向江和夕倾 然业	超到口压	學習重點		表現任務	融入議題				
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵				
				3c-IV-1 表現局部或全			主審議方式				
				身性的身體控制能力,			及正當的程				
				發展專項運動技能。			序,以形成				
				3d-IV-1 運用運動技術			公共規則,				
				的學習策略。			落實平等自				
				4d-IV-1 發展適合個人			由之保障。				
				之專項運動技能。							
十五	第2單元環境安	1	1. 認識居家環境之	1a-IV-3 評估內在與外	Ba-IV-1 居家、學校、	1. 口頭評量	【安全教				
	全總動員		潛在危機,及其對	在的行為對健康造成的	社區環境潛在危機的評	2. 紙筆評量	育】				
	第 1 章環境安全		健康造成的衝擊與	衝擊與風險。	估方法。		安 J1 理解安				
	搜查線		風險。	2a-Ⅳ-2 自主思考健康	Ba-IV-2 居家、學校及		全教育的意				
			2. 了解事故傷害的	問題所造成的威脅感與	社區安全的防護守則與		義。				
			定義及發生原因,	嚴重性。	相關法令。		安 J2 判斷常				
			並思考事故傷害對	3b-IV-3 熟悉大部份的			見的事故傷				
			健康造成的威脅與	決策與批判技能。			害。				
			嚴重性。	4a-IV-1 運用適切的健			安 J3 了解日				
				康資訊、產品與服務,			常生活容易				
				擬定健康行動策略。			發生事故的				
							原因。				
							安 J4 探討日				
							常生活發生				
							事故的影響				
							因素。				
							【防災教				
							育】				
							防 J9 了解校				
							園及住家內				
							各項避難器				

	課程架構脈絡											
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	重點	表現任務	融入議題					
V-2 (///)-	,	.,	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵					
							具的正確使					
							用方式。					
十五	第5單元熱門運	1	1. 能做到正確且流	1c-IV-1 了解各項運動	Ha-IV-1 網/牆性球類運	1. 課堂觀察	【性别平等					
	動大會串		暢之正手發球與高	基礎原理和規則。	動動作組合及團隊戰	2. 口語問答	教育】					
	第3章羽中作樂		遠球動作, 並充分	1c-IV-2 評估運動風	術。	3. 技能實作	性 J11 去除					
	——羽球		實踐運用,進而有	險,維護安全的運動情		4. 學習單	性別刻板與					
			效提升身體 適能,	境。		5. 分組討論	性別偏見的					
			養成規律運動習	1d-IV-1 了解各項運動			情感表達與					
			慣。	技能原理。			溝通,具備					
			2. 能了解個別差				與他人平等					
			異,養成尊重他人	動技能。			互動的能					
			之態度,透過合作	2c-Ⅳ-2 表現利他合群			力。					
			學習,解決學習歷	的態度,與他人理性溝			【人權教					
			程所面臨之問題,				育】					
			並發揮團隊精神,				人 J3 探索各					
			促進人際互動關	觀、勇於挑戰的學習態			種利益可能					
			係。	度。			發生的衝					
				3c-IV-1 表現局部或全			突,並了解					
				身性的身體控制能力,			如何運用民					
				發展專項運動技能。			主審議方式					
				3d-IV-1 運用運動技術			及正當的程					
				的學習策略。			序,以形成					
				4d-IV-1 發展適合個人			公共規則,					
				之專項運動技能。			落實平等自					
							由之保障。					
十六	第2單元環境安	1	1. 認識居家環境之		Ba-IV-1 居家、學校、		【安全教					
	全總動員		潛在危機,及其對		社區環境潛在危機的評	2. 紙筆評量	育】					
				衝擊與風險。	估方法。							

	課程架構脈絡										
教學期程 單元與活動名稱		公业	超羽口抽	學習	重點	表現任務	融入議題				
教字期柱	单 九 <u>四</u> 活助名桶	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵				
	第 1 章環境安全		健康造成的衝擊與	2a-IV-2 自主思考健康	Ba-IV-2 居家、學校及		安J1 理解安				
	搜查線		風險。	問題所造成的威脅感與	社區安全的防護守則與		全教育的意				
			2. 了解事故傷害的	嚴重性。	相關法令。		義。				
			定義及發生原因,	3b-IV-3 熟悉大部份的			安 J2 判斷常				
			並思考事故傷害對	決策與批判技能。			見的事故傷				
			健康造成的威脅與	4a-IV-1 運用適切的健			害。				
			嚴重性。	康資訊、產品與服務,			安 J3 了解日				
				擬定健康行動策略。			常生活容易				
							發生事故的				
							原因。				
							安 J4 探討日				
							常生活發生				
							事故的影響				
							因素。				
							【防災教				
							育】				
							防 J9 了解校				
							園及住家內				
							各項避難器				
							具的正確使				
							用方式。				
十六	第6單元靈活自	1	1. 能了解體操地板	1c-IV-1 了解各項運動	Bc-IV-1 簡易運動傷害	1. 課堂觀察	【性別平等				
	如好身手		運動項目的動作技	基礎原理和規則。	的處理與風險。	2. 口語問答	教育】				
	第 1 章登峰造極		巧發展,以及與其	1c-IV-2 評估運動風	Ia-IV-1 徒手體操動作	3. 技能實作	性 J4 認識身				
	體操		相關之知識與技能	險,維護安全的運動情	組合。	4. 學習單	體自主權相				
			原理,並能反思和	境。		5. 運動行為計	關議題,維				
			發展學習策略,以	ld-IV-1 了解各項運動		畫實踐表	護自己與尊				
			改善動作技能。	技能原理。							

				課程架構脈絡			
女 a to to	昭二向江和夕 顿	節數	學習目標	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	即數	字百日保	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			2. 能做出各式翻等 動作技巧,他 動作技巧,他 其一人 是 一种 是 一种 是 一种 是 一种 是 一种 是 一种 是 一种 是	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,			重體性性性情溝與互力【育人身並他自JN別感通他動。人 J8自具人權 到偏表,人 有由有的。去板見達具平的 權 解權自身 除與的與備等能 教 人,我
十七	第2單元環境安全總動員 第1章環境安全 搜查線	1	潛健風之定並健嚴3.	衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 4a-IV-1 運用適切的健	社區環境潛在危機的評 估方法。		一保能【育安全義安見害安常人護。安 J1教。J2的。J3生的 全 理前 判故 解容 所容 解的 斷故 解容

				課程架構脈絡			
弘 餟 Hn 和	四二 加江 和力位	然 业	段 羽 口 1冊	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			事故發生原因及避				發生事故的
			免聽信未經證實之				原因。
			錯誤求生策略。				安 J4 探討日
							常生活發生
							事故的影響
							因素。
							【防災教
							育】
							防 J9 了解校
							園及住家內
							各項避難器
							具的正確使
							用方式。
ナセ	第6單元靈活自	1	1. 藉由各式跳躍、		Bc-IV-1 簡易運動傷害	1. 課堂觀察	【性别平等
	如好身手		滾翻與側翻等動作		的處理與風險。	2. 口語問答	教育】
	第 1 章登峰造極		技巧,表現個人局	·	Ia-IV-1 徒手體操動作	3. 技能實作	性 J4 認識身
	體操		部或全身性的身體		組合。	4. 學習單	體自主權相
			控制能力,進而發	, -		5. 運動行為計	關議題,維
			展動作創作和展演	. ,		畫實踐表	護自己與尊
			的技巧,展現個人	技能原理。			重他人的身
			的運動潛能。	2d-IV-2 展現運動欣賞			體自主權。
			2. 能具備審美與表				性 J11 去除
			現的能力,培養賞	•			性別刻板與
			析、建構與分享的				性別偏見的
			態度與能力,進而				情感表達與
			有效精進個人學習	發展專項運動技能。			溝通,具備
			與挑戰個人極限。				與他人平等

	課程架構脈絡											
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標		重點	表現任務	融入議題					
122 1 271 1-	1 2 2 7 1 2 7 1 1 1 1 1	1, 20	1 4 2 1/1	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵					
				3c-IV-2 發展動作創作			互動的能					
				和展演的技巧,展現個			カ。					
				人運動潛能。			【人權教					
				3d-IV-3 應用思考與分			育】					
				析能力,解決運動情境			人 J8 了解人					
				的問題。			身自由權,					
							並具有自我					
							保護的知					
							能。					
十八	第2單元環境安	1		1b-IV-1 分析健康技能	Ba-Ⅳ-4 社區環境安全		【安全教					
	全總動員		全狀況(交通、校			2. 紙筆評量	育】					
	第 2 章營造安全		園、社區),了解健		Fb-IV-3 保護性的健康		安 J2 判斷常					
	好環境		康技能與生活技能		行為。		見的事故傷					
			對於健康維護的重		Ba-IV-1 居家、學校、		害。					
			要性。	觀。	社區環境潛在危機的評		安 J3 了解日					
			2. 將所學運用於日		估方法。		常生活容易					
			常生活,養成預防				發生事故的					
			事故,常保有安全				原因。					
			意識的正確態度。	能。			安 J4 探討日					
				4a-Ⅳ-3 持續地執行促			常生活發生					
				進健康及減少健康風險			事故的影響					
				的行動。			因素。					
							【 防 災 教					
							育】					
							防 J8 繪製社					
							區防災地圖					
							並參與社區					
							防災演練。					

				課程架構脈絡			
机钳机机	四二点公子和为公	太	的可口馬	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
十八	第6單元靈活自	1	1. 了解創意啦啦舞	1c-IV-1 了解各項運動	Ib-IV-1 自由創作舞	1. 課堂觀察	【性別平等
	如好身手		的由來,知悉啦啦	基礎原理和規則。	蹈。	2. 口語問答	教育】
	第 2 章呼朋喚友		隊表演大致分為競	1c-IV-3 了解身體發展		3. 技能實作	性 J11 去除
	——創意啦啦舞		技啦啦隊、舞蹈啦	與動作發展的關係。			性別刻板與
			啦隊及創意啦啦	1d-IV-1 了解各項運動			性別偏見的
			舞。	技能原理。			情感表達與
			2. 了解舞蹈啦啦隊	1d-IV-2 反思自己的運			溝通,具備
			以身體的展現為	動技能。			與他人平等
			主,並以芭蕾、現	2c-IV-2 表現利他合群			互動的能
			代舞及爵士舞為基	的態度,與他人理性溝			カ。
			礎,結合旋轉、跳	通與和諧互動。			【人權教
			躍、踢腿及柔軟度	2c-IV-3 表現自信樂			育】
			等元素,透過舞蹈	觀、勇於挑戰的學習態			人 J4 了解平
			編排、隊形變化及	度。			等、正義的
			穩定度的控制,優	2d-IV-1 了解運動在美			原則,並在
			雅展現舞蹈啦啦隊	學上的特質與表現方			生活中實
			的力與美。	式。			踐。
				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			
<u>[</u>				人運動潛能。			

				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	表現任務	融入議題
77771年	4,05,10 30 70 14	N 30	子 日 山 小	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				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。			
十九	第2單元環境安	1	1. 將所學運用於日	1b-IV-1 分析健康技能	Ba-IV-4 社區環境安全	1. 口頭評量	【安全教
	全總動員		常生活,養成預防		的行動策略。	2. 紙筆評量	育】
	第 2 章營造安全		事故,常保有安全	· ·	Fb-IV-3 保護性的健康		安 J2 判斷常
	好環境		意識的正確態度。	2b-IV-1 堅守健康的生	行為。		見的事故傷
			2. 因應不同事故傷		Ba-IV-1 居家、學校、		害。
			害情境,善用健康		社區環境潛在危機的評		安 J3 了解日
			技能解決問題。	3a-Ⅳ-2 因應不同的生	估方法。		常生活容易
				活情境進行調適並修			發生事故的
				正,持續表現健康技			原因。
				能。			安 J4 探討日
				4a-IV-3 持續地執行促			常生活發生
				進健康及減少健康風險			事故的影響
				的行動。			因素。
							【 防 災 教 育】
							□ A□ B□ B
							B 防災地圖
							並參與社區
							业 多 典 在 四 防災演練。
十九	第6單元靈活自	1	1學會編創啦啦隊口	1c-IV-1 了解各項運動	Ib-IV-1 自由創作舞	1 理告姻家	
1 /6	如好身手	1	1字 曾 溯 别 和 和 冰 口 。 號 。	基礎原理和規則。	路。 日田別作外	1. 	教育】
	第2章呼朋唤友		2. 培養團隊合作的		<i>ν</i> ロ	3. 技能實作	秋 J 11 去除
	一一創意啦啦舞		精神。	與動作發展的關係。		0. 1人儿 貝 1	性別刻板與
	后1心224		4月 年	万劫 叶放 风 的 阑			正加烈似兴

				課程架構脈絡			
机朗扣如	四二的江利力份	江毛力顿 饮制	超到口插	學習重黑	2L	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				1d-IV-1 了解各項運動			性別偏見的
				技能原理。			情感表達與
				1d-IV-2 反思自己的運			溝通,具備
				動技能。			與他人平等
				2c-IV-2 表現利他合群			互動的能
				的態度,與他人理性溝			力。
				通與和諧互動。			【人權教
				2c-IV-3 表現自信樂			育】
				觀、勇於挑戰的學習態			人 J4 了解平
				度。			等、正義的
				2d-IV-1 了解運動在美			原則,並在
				學上的特質與表現方			生活中實
				式。			踐。
				2d-IV-2 展現運動欣賞			
				的技巧,體驗生活的美			
				感。			
İ				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。			
				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			
İ				之專項運動技能。			

				課程架構脈絡			
女 餟 Hn 和	四二 临江和 夕 位	な 事に	段 羽 口 1番	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
廿	第2單元環境安	1	1. 因應不同事故傷	1b-IV-1 分析健康技能	Ba-IV-4 社區環境安全	1. 口頭評量	【安全教
	全總動員		害情境,善用健康	和生活技能對健康維護	的行動策略。	2. 紙筆評量	育】
	第 2 章營造安全		技能解決問題。	的重要性。	Fb-IV-3 保護性的健康		安 J2 判斷常
	好環境		2. 自我檢視生活環	2b-IV-1 堅守健康的生	行為。		見的事故傷
	【第三次評量		境的安全狀態,並	活規範、態度與價值	Ba-IV-1 居家、學校、		害。
	週】		透過問題解決技	觀。	社區環境潛在危機的評		安 J3 了解日
			能,針對危險持續	3a-IV-2 因應不同的生	估方法。		常生活容易
			調整與修正。	活情境進行調適並修			發生事故的
				正,持續表現健康技			原因。
				能。			安 J4 探討日
				4a-IV-3 持續地執行促			常生活發生
				進健康及減少健康風險			事故的影響
				的行動。			因素。
							【防災教
							育】
							防 J8 繪製社
							區防災地圖
							並參與社區
							防災演練。
廿	第6單元靈活自	1	1. 能了解扯鈴運鈴	1c-IV-1 了解各項運動	Ic-IV-1 民俗運動進階	1. 課堂觀察	【生涯規劃
	如好身手		技術之相關知識與		與綜合動作。	2. 口語問答	教育】
	第 3 章鈴鴻盡致		技能原理, 並能反	,		3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	扯鈴		思和發展策略,以	險,維護安全的運動情		4. 運動行為計	己的能力與
	【第三次評量		改善動作技能。	境。		畫實踐表	興趣。
	週】		2. 能做到繞腳及繞	1d-IV-1 了解各項運動			涯 J4 了解自
			腳轉身之運動技	技能原理。			己的人格特
			能,學習並充分運	1d-IV-2 反思自己的運			質與價值
			用策略於活動中,	動技能。			觀。

				課程架構脈絡			
拟的机如	四二的江利力位	然 	超到口压	學習重	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			解決運動相關問題	2c-IV-1 展現運動禮			涯 J6 建立對
			及能發揮團隊合作	節,具備運動的道德思			於未來生涯
			學習之方法。	辨和實踐能力。			的願景。
			3. 能學習如何欣賞	2c-IV-2 表現利他合群			
			扯鈴動作,並提供	的態度,與他人理性溝			
			回饋給同一組的同	通與和諧互動。			
			學,進而增進彼此	2c-IV-3 表現自信樂			
			學習效能。	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。			
				3d-IV-1 運用運動技術			
				的學習策略。			
				3d-IV-3 應用思考與分			
				析能力,解決運動情境			
				的問題。			
				4c-IV-1 分析並善用運			
				動相關之科技、資訊、			
				媒體、產品與服務。			
				4c-IV-3 規劃提升體適			
				能與運動技能的運動計			
				畫。			
				4d-IV-1 發展適合個人			
				之專項運動技能。			

				課程架構脈絡			
拟翅肿如	四二的江利力位	太大 山	超到口压	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
廿一	第1單元健康青	1	1. 配合「健康是多	1a-IV-1 理解生理、心	Aa-IV-1 生長發育的自	1. 口頭評量	【人權教
	春向前行		層面的,個人可以	理與社會各層面健康的	我評估與因應策略。	2. 紙筆評量	育】
	第2單元環境安		採取有效的自我照	概念。	Ba-IV-1 居家、學校、		人 J5 了解社
	全總動員		顧方法來增進健	1a-IV-3 評估內在與外	社區環境潛在危機的評		會上有不同
	複習第1、2單元		康」與「正確認識	在的行為對健康造成的	估方法。		的群體和文
	【休業式】		自己、肯定與接納	衝擊與風險。	Ba-IV-2 居家、學校及		化,尊重並
			自己,並且能夠自	1b-IV-1 分析健康技能	社區安全的防護守則與		欣賞其差
			我實現,是健康心	和生活技能對健康維護	相關法令。		異。
			理的基礎」兩大內	的重要性。	Ba-IV-4 社區環境安全		【性别平等
			涵。「活出青春的	1b-IV-2 認識健康技能	的行動策略。		教育】
			光彩」透過人物故	和生活技能的實施程序	Da-IV-1 衛生保健習慣		性 J4 認識身
			事讓學生了解自我		的實踐方式與管理策		體自主權相
			概念的意義,探討	1b-IV-3 因應生活情境	略。		關議題,維
			影響自我概念的形	的健康需求,尋求解決	Da-IV-2 身體各系統、		護自己與尊
			成因素,進而引導	的健康技能和生活技	器官的構造與功能。		重他人的身
			學生分析自己和他		Da-IV-3 視力、口腔保		體自主權。
			人的差異,藉由測				性 J11 去除
			驗工具了解自己的		Da-IV-4 健康姿勢、規		性別刻板與
			特點,願意發揮自	嚴重性。	律運動、充分睡眠的維		性別偏見的
			己的優點和面對缺		持與實踐策略。		情感表達與
			點,嘗試提升自我	活規範、態度與價值	Db-IV-1 生殖器官的構		溝通,具備
			價值的方法,學習		造、功能與保健及懷孕		與他人平等
			運用正向的想法、	2b-IV-2 樂於實踐健康			互動的能
				促進的生活型態。	Db-IV-2 青春期身心變		カ。
			經驗,展現自我悅				【生涯規劃
			納和健康樂觀的生	康技能。	因應的策略。		教育】
			活態度。藉由生活	3a-IV-2 因應不同的生			
			案例,鼓勵學生設	活情境進行調適並修	我實現。		

				課程架構脈絡			
拟钩扣如	四二的江利力位	大大 山	超到口压	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			定目標,付諸實際	正,持續表現健康技	Fa-IV-3 有利人際關係		涯 J3 覺察自
			行動,以完成自己	能。	的因素與有效的溝通技		己的能力與
			的目標。	3b-IV-1 熟悉各種自我	巧。		興趣。
			2. 第二單元透過評	調適技能。	Fb-IV-3 保護性的健康		涯 J4 了解自
			估環境中潛在危	3b-IV-3 熟悉大部份的	行為。		己的人格特
			險、認識防護守	決策與批判技能。			質與價值
			則,進而擬定安全	4a-IV-1 運用適切的健			觀。
			行動計畫。讓學生	康資訊、產品與服務,			涯 J6 建立對
			具備安全知識、培	擬定健康行動策略。			於未來生涯
			養安全意識、展現	4a-IV-2 自我監督、增			的願景。
			安全技能與行動,	強個人促進健康的行			【安全教
			以降低事故傷害所	動,並反省修正。			育】
			带來的健康威脅與	4a-IV-3 持續地執行促			安 J1 理解安
			危害,並能積極營	進健康及減少健康風險			全教育的意
			造安全的生活環	的行動。			義。
			境!				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
							常生活發生
							事故的影響
							因素。
							【防災教
							育】

	課程架構脈絡											
北 與 田 印	昭二 	節數	學習目標	學習	重點	表現任務	融入議題					
教學期程	單元與活動名稱	即數	子自口你	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵					
							防 J8 繪製社					
							區防災地圖					
							並參與社區					
							防災演練。					
							防 J9 了解校					
							園及住家內					
							各項避難器					
							具的正確使					
	11. 2. 27						用方式。					
廿一	第3單元健康自	1	1. 認識運動前健康	1c-IV-1 了解各項運動	Ab-IV-1 體適能促進策	·	【性別平等					
	主有活力		評估與體適能檢		略與活動方法。	2. 認知測驗卷	教育】					
	第4單元活力青		測。	1c-IV-2 評估運動風	Ab-IV-2 體適能運動處	3. 學習單	性 J4 認識身					
	春大放送		2. 了解運動處方設		方基礎設計原則。	4. 課堂觀察	體自主權相					
	第5單元熱門運		計原則。	境。	Bc-IV-1 簡易運動傷害	5. 運動行為計	關議題,維					
	動大會串		3. 建立使用運動設	. , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	的處理與風險。	畫實踐表	護自己與尊					
	第6單元靈活自		施安全意識。	與動作發展的關係。	Cb-IV-2 各項運動設施		重他人的身					
	如好身手		4. 學會自行車、跑		的安全使用規定。	7. 合作學習	體自主權。					
	複習第3~6單元		步、水中自救及救		Cc-IV-1 水域休閒運動	8. 分組討論	性 J11 去除					
	【休業式】		人原則。	1d-IV-2 反思自己的運	綜合應用。		性別刻板與					
			5. 培養自我挑戰、	動技能。	Cd-IV-1 戶外休閒運動		性別偏見的					
			自我精進的態度。	1d-IV-3 應用運動比賽	綜合應用。		情感表達與					
			6. 培養自我挑戰、	的各項策略。	Ga-IV-1 跑、跳與推擲		溝通,具備					
			自我精進的態度。	2c-IV-1 展現運動禮	的基本技巧。		與他人平等					
			7. 認識籃球的單、	節,具備運動的道德思	Gb-IV-1 岸邊救生步		互動的能					
			雙手投籃技巧。	辨和實踐能力。	驟、安全活動水域的辨		力。					
			8. 了解排球的接球				【人權教					
			技巧。	節,具備運動的道德思	漂 30 秒。		育】					
				辨和實踐能力。								

				課程架構脈絡			
机倒扣加	四二的江利力位	次	超 田 口 1番	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			9. 熟悉羽球發球、	2c-IV-2 表現利他合群	Gb-IV-2 游泳前進 25 公		人 J3 探索各
			接發球及正手高遠	的態度,與他人理性溝	尺(需換氣 5 次以		種利益可能
			球的技巧。	通與和諧互動。	上)。		發生的衝
			10. 認識體操的跳	2c-IV-3 表現自信樂	Ha-IV-1 網/牆性球類運		突,並了解
			躍、翻滾等技巧。	觀、勇於挑戰的學習態	動動作組合及團隊戰		如何運用民
			11. 了解創意啦啦舞	度。	術。		主審議方式
			的基本動作與組	2d-IV-1 了解運動在美	Hb-IV-1 陣地攻守性球		及正當的程
			合。	學上的特質與表現方	類運動動作組合及團隊		序,以形成
			12. 學習扯鈴的繞腳	式。	戰術。		公共規則,
			及繞腳轉身技巧。	2d-IV-2 展現運動欣賞	Ia-IV-1 徒手體操動作		落實平等自
				的技巧,體驗生活的美	組合。		由之保障。
				感。	Ib-IV-1 自由創作舞		人 J4 了解平
				2d-IV-3 鑑賞本土與世	蹈。		等、正義的
				界運動的文化價值。	Ic-IV-1 民俗運動進階		原則,並在
				3c-IV-1 表現局部或全	與綜合動作。		生活中實
				身性的身體控制能力,			踐。
				發展專項運動技能。			人 J8 了解人
				3c-IV-2 發展動作創作			身自由權,
				和展演的技巧,展現個			並具有自我
				人運動潛能。			保護的知
				3d-IV-1 運用運動技術			能。
				的學習策略。			【環境教
				3d-IV-2 運用運動比賽			育】
				中的各種策略。			環 J4 了解永
				3d-IV-3 應用思考與分			續發展的意
				析能力,解決運動情境			義(環境、
				的問題。			社會、與經
							濟的均衡發

				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	點	表現任務	融入議題
教字 期在	平 几 兴 石 期 石 柟	即数	字百日标	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				4c-IV-1 分析技服務 Ac-IV-2 分析技服 Ac-IV-2 分析技服 Ac-IV-2 適個 Ac-IV-3 動 Be Be Be Be Be Be Be Be Be Be Be Be Be			展則環不害的習與為【育海元與動種技【教涯已興涯已質觀)。 J同可危適避。 海】 J海水,水能生育 J3 的趣 J4 的與。 2 類能險當 解 解 如 型伴,預難 洋 與休域練求 規 察力 解格價原 識災隨學防行 教 多閒活各生 劃 自與 自特值原 識災隨學防行

	課程架構脈絡												
教學期程	單元與活動名稱	然 荆	(約 5151 m 1446	學習	重點	表現任務	融入議題						
教学别在	半儿兴冶助石树	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵						
							涯 J6 建立對						
							於未來生涯						
							的願景。						
							【安全教						
							育】						
							安 J3 了解日						
							常生活容易						
							發生事故的						
							原因。						
							安 J6 了解運						
							動設施安全						
							的維護。						

- ◎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。

臺南市立太子國民中學 114 學年度第二學期七年級健體(分科)領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班/□藝才班)

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	七年級	教學節數	健康每週(1)節,本學期共(20)節。 體育每週(1)節,本學期共(20)節。
課程目標	第1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 9 學學學學問題,不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不	的一時的菸的國技人係的交 知營精念能,籃技、的一時的菸的國技人技網往 識養神及力探 巧反原民注療酒息法,關,內念 運給建接 與 認指、應的念檳觀規主,從外。 重給建接 與 認指傳有事及榔點範動學家際 計識運技 作 接及染的項態對,現公習庭互 鱼。 動術 身 發正於抗 原	度 是 世界 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	會各健康層面造 故出有利健康的 酉、檳榔的立場 習如何面對家)	近成的衝擊與風險。 1決定。
該學習階段 領域核心素養	健體-J-A1 具備體 3 輕言放棄。	育與健康的知能與	態度,展現自我運動	與保健潛能,持	深索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不

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。

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。

健體-J-B1 具備情意表達的能力,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。

健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體,以增進學習的素養,並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。

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。

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。

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。

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。

				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	表現任務	融入議題
秋于 州在	平几兴石切石将	四 致	一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
_	第1單元醫療消	1	1. 了解傳染病與社	1a-IV-2 分析個人與群	Fb-IV-3 保護性的健康	1. 認知評量	【環境教
	費面面觀		會發展的重要性。	體健康的影響因素。	行為。		育】
	第 1 章傳染病的		2. 認識傳染病發生	2a-IV-1 關注健康議題	Fb-IV-4 新興傳染病與		環 J4 了解永
	世界		的三大要素。	本土、國際現況與趨	慢性病的防治策略。		續發展的意
			3. 知道臺灣目前常	勢。			義(環境、
			見的傳染病種類與	3a-IV-2 因應不同的生			社會、與經
			預防方法。	活情境進行調適並修			濟的均衡發
				正,持續表現健康技			展)與原
				能。			則。
				4a-IV-2 自我監督、增			
				強個人促進健康的行			
				動,並反省修正。			
_	第4單元自主鍛	1	1. 了解心肺耐力對	1c-IV-2 評估運動風	Ab-IV-1 體適能促進策	1. 課堂觀察	【生涯規劃
	鍊展活力		健康的重要性。	險,維護安全的運動情	略與活動方法。	2. 口語問答	教育】
	第 1 章健康地基		2. 了解評估心肺耐	境。	Ab-IV-2 體適能運動處		涯 J3 覺察自
	-心肺耐力		力的方法。		方基礎設計原則。		己的能力與
							興趣。

				課程架構脈絡			
払 鍵 Hn 和	四二 加江 到 力 位	然 和	段 羽 口 4番	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			3. 學度會如何與學問之事。 4. 進計 4. 基本 4. 基本 4. 基本 4. 基本 5. 精神 4. 基本 4. 基本 5. 精神 6. 習慣 6. 習慣 6. 對 6. 對 6. 對 6. 對 6. 對 6. 對 6. 對 6.	的態度,與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 4c-IV-2 分析並評估個			涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
=	第1單元醫療消費面面觀第1章傳染病的世界	1	1. 了解傳動學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學	2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 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	Fb-IV-3 保護性的健康 行為。 Fb-IV-4 新興傳染病與 慢性病的防治策略。	1. 情意評量 2. 技能評量	【育 環續義社濟展則境 解的境與衡與的境與衡與

				課程架構脈絡			
业组出口	昭二的江私力顿	節數	超羽口抽	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	即數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				4a-IV-2 自我監督、增			
				強個人促進健康的行			
				動,並反省修正。			
三	第4單元自主鍛	1	1. 能理解跆拳道技	1c-IV-1 了解各項運動	Bd-IV-2 技擊綜合動作	1. 課堂觀察	【生涯規劃
	鍊展活力		術之相關知識與技	基礎原理和規則。	與攻防技巧。	2. 口語問答	教育】
	第 3 章武德技藝		能原理,並能評估	1c-IV-2 評估運動風		3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	-跆拳道		自我身體能力與該	險,維護安全的運動情		4. 認知測驗卷	己的能力與
			項運動之風險,反	境。		5. 運動行為計	興趣。
			思個人動作技術,	1d-IV-1 了解各項運動		畫實踐表	涯 J6 建立對
			發展精進動作技能	技能原理。		6. 學習單	於未來生涯
			的有效學習策略。	1d-IV-2 反思自己的運			的願景。
			2. 能做到馬步正拳				
			與旋踢技術,並能				
			左右邊交換,手腳				
			並用以提升全身性				
			之肌力、柔軟度與				
			協調性之體適能。	的態度,與他人理性溝			
				通與和諧互動。			
				2c-IV-3 表現自信樂			
				觀、勇於挑戰的學習態			
				度。			
				2d-IV-1 了解運動在美			
				學上的特質與表現方			
				式。			
				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。			

				課程架構脈絡			
业 段	單元與活動名稱	節數	超羽口抽	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	单 九兴活	即數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
四	第1單元醫療消費面面觀 第2章醫藥保衛	1	1. 了解臺灣全民健 保的概念,透露家庭 認察分級、	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 4c-IV-1 分析並善用運動技術的學習策略。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資體、產品與服務。 4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	Bb-IV-1 正確購買與使 用藥品的行動策略。 Bb-IV-2 家庭、同儕、	1. 認知評量	【 生 命 教 育】 生 J5 覺察生
	戦		醫師、轉診 等歸 等 等	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。		活迷活康食閒我題值求道中思作促運娛關上思解的,息進動樂係進辨各在、、、、等行,決種生健飲休人課價尋之
四	第4單元自主鍛鍊展活力 第3章武德技藝 一跆拳道	1	1. 能做到馬步斯 與旋踢技術,手 整 整 差 右邊交換,手 身 性 之 肌 力 、 柔軟 之 親 之 是 、 是 、 是 、 是 、 是 、 是 、 是 、 是 、 是 、 是	基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情	Bd-IV-2 技擊綜合動作 與攻防技巧。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 互評最 5. 學習	【生涯規劃 教育】 涯J3 覺察自 己的能力與 興趣。

				課程架構脈絡			
拟组织加加	四二 均江利力 顿	公事	與羽口 1冊	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			2. 能展現「以禮	1d-IV-1 了解各項運動			涯 J6 建立對
			始、以禮終」、守	技能原理。			於未來生涯
			紀律之武徳精神。	1d-IV-2 反思自己的運			的願景。
			3. 能展現包容異己	動技能。			
			並相互尊重之態	2c-IV-1 展現運動禮			
			度,運用民主方式	節,具備運動的道德思			
			進行和諧溝通,並	辨和實踐能力。			
			能相互協助指導,	2c-IV-2 表現利他合群			
			發揮團隊合作學習	的態度,與他人理性溝			
			精神。	通與和諧互動。			
			4. 能欣賞並實踐運	2c-IV-3 表現自信樂			
			動中力與美的展	觀、勇於挑戰的學習態			
			現,培養自信樂	度。			
			觀、勇於挑戰的學	2d-IV-1 了解運動在美			
			習態度。	學上的特質與表現方			
				式。			
				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。			
				4c-IV-1 分析並善用運			
				動相關之科技、資訊、			
				媒體、產品與服務。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
				動。			

				課程架構脈絡			
机朗斯加	四二的江利力位	太 山	超到口压	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
五	第1單元醫療消費面面觀第2章醫藥保衛戰	1	1.保識醫診度療2.與適行的珍醫概療、醫以源成藥的,療醫學,級轉分效 確慣療省出資金透、診業運 的並及不,源縣 強調家、等用 就選用必培的健認庭急制醫 醫擇藥要養態	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險	Bb-IV-1 正確購買與使用藥品的行動策略。 Bb-IV-2 家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-5 全民健保與醫		【育生活迷活康食閒我題值求金 覺的,息進動樂係進辨為察各在、、、、等行,決教 生種生健飲休人課價尋之
五	第5單元挑戰體 能秀青春 第1章飛雲掣電 一飛盤	1	度。 1.能了解飛盤傳盤 與接盤技術相關的 知識與技能原理展 並能反思和發展 略 ,以改善動作技 能。	Id-IV-1 了解各項運動 技能原理。 Id-IV-2 反思自己的運動技能。 Id-IV-3 應用運動比賽 的各項策略。 2c-IV-1 展現運動普禮節,具備運動的道德思辨和實踐能力。 2c-IV-2 表現利他合群	Ce-IV-1 其他休閒運動 綜合應用。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知測驗卷	水道【育品作際品體譽 一品

				課程架構脈絡			
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	四二的江利力位	然却	超 羽 口 1番	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				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。			
				4c-Ⅳ-2 分析並評估個			
				人的體適能與運動技			
				能,修正個人的運動計			
				畫。			
六	第1單元醫療消	1	1. 認識錯誤用藥對	1a-Ⅳ-4 理解促進健康	Bb-IV-1 正確購買與使	1. 技能評量	【生命教
	費面面觀		於人體的影響、藥	生活的策略、資源與規	用藥品的行動策略。		育】
	第2章醫藥保衛		品的分類及正確用	範。	Bb-IV-2 家庭、同儕、		生 J5 覺察生
	戦		藥五大核心能力。	2a-IV-2 自主思考健康	文化、媒體、廣告等傳		活中的各種
			2. 學習運用批判性	問題所造成的威脅感與	達的藥品選購資訊。		迷思,在生
			思考技能,質疑用	嚴重性。	Fb-IV-3 保護性的健康		活作息、健
			藥與醫療迷思,以	3b-IV-3 熟悉大部份的	行為。		康促進、飲
			減少常見不當用藥		Fb-IV-5 全民健保與醫		食運動、休
			方式及醫療行為。	4a-IV-3 持續地執行促	療制度、醫療服務與資		閒娛樂、人
			3. 養成正確的就醫	進健康及減少健康風險	源。		我關係等課
			與用藥習慣並選擇	的行動。			題上進行價
			適當的醫療及用藥				值思辨,尋
			行為,節省不必要				求解決之
			的醫療支出,培養				道。
			珍惜醫療資源的態				
			度。				
六	第5單元挑戰體	1	1. 能做到正手、反	1c-IV-1 了解各項運動	Ce-IV-1 其他休閒運動	1. 課堂觀察	【品德教
	能秀青春		手傳盤及上手式、	基礎原理和規則。	綜合應用。	2. 技能實作	育】
	第 1 章飛雲掣電		下手式與夾接之接				品 J1 溝通合
	一飛盤		盤法,並學習充分	技能原理。			作與和諧人
			運用策略於活動				際關係。

				課程架構脈絡			
拟钩扣如	四二 加江 毛力加	然 却	超到口压	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			中,解決運動相關	1d-IV-2 反思自己的運			品 J2 重視群
			問題及發揮團隊合	動技能。			體規範與榮
			作學習之方法。	1d-IV-3 應用運動比賽			譽。
			2. 能養成固定運動	的各項策略。			
			的習慣,有計畫的	2c-IV-1 展現運動禮			
			提升體適能與運動	節,具備運動的道德思			
			技能。	辨和實踐能力。			
				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。			
				4c-IV-2 分析並評估個			
				人的體適能與運動技			
				能,修正個人的運動計			
				畫。			
セ	第1單元醫療消	1	1. 認識錯誤用藥對	1a-IV-4 理解促進健康	Bb-Ⅳ-1 正確購買與使	1. 情意評量	【生命教
	費面面觀		於人體的影響、藥	生活的策略、資源與規	用藥品的行動策略。	2. 認知評量	育】
	第 2 章醫藥保衛		品的分類及正確用	範。	Bb-IV-2 家庭、同儕、		生 J5 覺察生
	戰		藥五大核心能力。	2a-IV-2 自主思考健康	文化、媒體、廣告等傳		活中的各種
	【第一次評量		2. 學習運用批判性	問題所造成的威脅感與	達的藥品選購資訊。		迷思,在生
	週】		思考技能,質疑用	嚴重性。	Fb-IV-3 保護性的健康		活作息、健
			藥與醫療迷思,以	3b-IV-3 熟悉大部份的	行為。		康促進、飲
			減少常見不當用藥	決策與批判技能。	Fb-IV-5 全民健保與醫		食運動、休
			方式及醫療行為。	4a-IV-3 持續地執行促	療制度、醫療服務與資		閒娛樂、人
			3. 養成正確的就醫	進健康及減少健康風險	源。		我關係等課
			與用藥習慣並選擇	的行動。			題上進行價

				課程架構脈絡			
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標		重點	表現任務	融入議題
32 7 7/12	1 207(12 37)21 117	71 20	1 4 4 1/1	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			適當的醫療及用藥				值思辨,尋
			行為,節省不必要				求解決之
			的醫療支出,培養				道。
			珍惜醫療資源的態				
			度。				
セ	第5單元挑戰體	1	1. 認識奧林匹克運	1c-IV-1 了解各項運動	Cb-IV-3 奥林匹克運動	1. 課堂觀察	【生涯規劃
	能秀青春		動會游泳比賽四種	基礎原理和規則。	會的精神。	2. 口語問答	教育】
	第 2 章力爭上游		泳姿:蝶式、仰	1d-IV-1 了解各項運動	Gb-IV-2 游泳前進25公	3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	-游泳		式、蛙式與自由式	技能原理。	尺(需換氣 5 次以	4. 運動行為計	己的能力與
	【第一次評量		(捷泳)。	1d-IV-2 反思自己的運	上)。	畫實踐表	興趣。
	週】		2. 學習捷泳打水、	動技能。			
			划手、手腳配合動				
			作與換氣動作。	的態度,與他人理性溝			
			3. 打水練習:浮板				
			打水、漂浮打水。	2c-IV-3 表現自信樂			
			4. 划手練習: 抓水				
			→往內抱水→往外				
			往後推水→手臂出				
			水→水上移臂。	動相關之科技、資訊、			
				媒體、產品與服務。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
				動。			
八	第1單元醫療消	1	1. 認識錯誤用藥對	1a-IV-4 理解促進健康	Bb-IV-1 正確購買與使		【生命教】
	費面面觀		於人體的影響、藥	生活的策略、資源與規	用藥品的行動策略。	2. 認知評量	有】
	第2章醫藥保衛		品的分類及正確用	範。	Bb-IV-2 家庭、同儕、		生 J5 覺察生
	戦		藥五大核心能力。		文化、媒體、廣告等傳		活中的各種
					達的藥品選購資訊。		迷思,在生

				課程架構脈絡			
北路田田	出二向江利夕顿	然 舭	超羽口抽	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			2. 學習運用批判性	2a-IV-2 自主思考健康	Fb-IV-3 保護性的健康		活作息、健
			思考技能,質疑用	問題所造成的威脅感與	行為。		康促進、飲
			藥與醫療迷思,以	嚴重性。	Fb-IV-5 全民健保與醫		食運動、休
			減少常見不當用藥		療制度、醫療服務與資		閒娛樂、人
			方式及醫療行為。	決策與批判技能。	源。		我關係等課
			3. 養成正確的就醫	4a-IV-3 持續地執行促			題上進行價
			與用藥習慣並選擇				值 思辨 , 尋
			適當的醫療及用藥	的行動。			求解 決 之
			行為,節省不必要				道。
			的醫療支出,培養				
			珍惜醫療資源的態				
			度。				
八	第5單元挑戰體	1	1. 打水練習:浮板		Cb-IV-3 奥林匹克運動		【生涯規劃
	能秀青春		打水、漂浮打水。	基礎原理和規則。	會的精神。	2. 口語問答	教育】
	第 2 章力爭上游		2. 划手練習:抓水				涯 J3 覺察自
	一游泳		→往內抱水→往外		尺(需換氣 5 次以		己的能力與
			往後推水→手臂出		上)。	畫實踐表	興趣。
			水→水上移臂。	動技能。			
			3. 手腳配合練習:	2c-Ⅳ-2 表現利他合群			
			入門者從划二次手				
			踢六次腳之六打法				
			學起。	2c-IV-3 表現自信樂			
			4. 換氣動作練習:				
			岸上划手換氣、下				
			水後池邊換氣練				
			習。	動相關之科技、資訊、			
				媒體、產品與服務。			

				課程架構脈絡			
业 與	昭二向江私夕 较	公业	超羽口抽	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			5. 認識單臂划手換	4d-IV-2 執行個人運動			
			氣及一手六腳等捷	計畫,實際參與身體活			
			泳練習方法。	動。			
			6. 能積極運用學會				
			之游泳技能,發揮				
			團隊合作精神,享				
			受水中遊戲樂趣。				
九	第2單元拒絕成	1	1. 了解使用菸品(含	1a-IV-3 評估內在與外	Bb-IV-3 菸、酒、檳	1. 技能評量	【法治教
	瘾有妙招		電子煙)成癮的過	在的行為對健康造成的	榔、藥物的成分與成癮		育】
	第 1 章菸害現形		程,以及對個人心	衝擊與風險。	性,以及對個人身心健		法 J3 認識法
	記		理、生理及社會各	2a-IV-1 關注健康議題	康與家庭、社會的影		律之意義與
			健康層面造成的衝	本土、國際現況與趨	響。		制定。
			擊與風險。	勢。	Bb-IV-4 面對成癮物質		
			2. 面對各項描述菸	3b-IV-3 熟悉大部份的	的拒絕技巧與自我控		
			品(含電子煙)的訊		制。		
			息與觀點,能進行	3b-IV-4 因應不同的生			
			批判性思考並做出				
			有利健康的決定。	技能,解決健康問題。			
				4b-IV-1 主動並公開表			
				明個人對促進健康的觀			
				點與立場。			
九	第5單元挑戰體	1	1. 了解舞蹈藝術的	1c-IV-1 了解各項運動	Ib-IV-1 自由創作舞	1. 課堂觀察	【生涯規劃
	能秀青春		起源與舞蹈的類		蹈。	2. 口語問答	教育】
	第 3 章身體塗鴉		別。	2c-IV-3 表現自信樂	Ib-IV-2 各種社交舞	3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	-創造性舞蹈		2. 認識創造性舞		蹈。		己的能力與
			蹈。	度。			興趣。

				課程架構脈絡			
女 餟 Hn 和	四二向江利 夕 位	公事	鐵羽口1冊	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			3. 享受體驗舞蹈元	2d-IV-1 了解運動在美			
			素的樂趣,學會運	學上的特質與表現方			
			用舞蹈元素創作。	式。			
			4. 增進基本身體適	3c-IV-1 表現局部或全			
			能,與身體動覺的	身性的身體控制能力,			
			敏銳度,探索自我	發展專項運動技能。			
			潛能的發揮與實	3c-IV-2 發展動作創作			
			現。	和展演的技巧,展現個			
				人運動潛能。			
				4c-IV-1 分析並善用運			
				動相關之科技、資訊、			
				媒體、產品與服務。			
				4d-IV-1 發展適合個人			
				之專項運動技能。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
				動。			
十	第2單元拒絕成	1	1. 利用菸害(含電子	1a-IV-3 評估內在與外	Bb-IV-3 菸、酒、檳	1. 技能評量	【法治教
	瘾有妙招		煙)的情境演練生活	在的行為對健康造成的	榔、藥物的成分與成癮		育】
	第 1 章菸害現形		技能,並能主動公	衝擊與風險。	性,以及對個人身心健		法 J3 認識法
	記		開表達個人拒絕吸	2a-IV-1 關注健康議題	康與家庭、社會的影		律之意義與
			菸(含電子煙)態度	本土、國際現況與趨	響。		制定。
			與反對二手菸的立	勢。	Bb-IV-4 面對成癮物質		
			場。	3b-IV-3 熟悉大部份的	的拒絕技巧與自我控		
			2. 關注臺灣對菸品	決策與批判技能。	制。		
			(含電子煙)的法律	3b-IV-4 因應不同的生			
			規範內容與現況,	活情境,善用各種生活			
			以及國際菸害公約	技能,解決健康問題。			

				課程架構脈絡			
机朗斯加	四二小公子子,为不	太太山	的可口馬	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			規範對於臺灣的影	4b-IV-1 主動並公開表			
			響。	明個人對促進健康的觀			
				點與立場。			
+	第5單元挑戰體	1	1. 享受體驗舞蹈元	1c-IV-1 了解各項運動	Ib-IV-1 自由創作舞	1. 課堂觀察	【生涯規劃
	能秀青春		素的樂趣,學會運	基礎原理和規則。	蹈。	2. 口語問答	教育】
	第 3 章身體塗鴉		用舞蹈元素創作。	2c-IV-3 表現自信樂	Ib-IV-2 各種社交舞	3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	-創造性舞蹈		2. 增進基本身體適	觀、勇於挑戰的學習態	蹈。		己的能力與
			能,與身體動覺的	度。			興趣。
			敏銳度,探索自我	2d-IV-1 了解運動在美			
			潛能的發揮與實				
			現。	式。			
			3. 培養舞蹈欣賞能				
			力,豐富肢體動作	•			
			的美感經驗。	發展專項運動技能。			
				3c-IV-2 發展動作創作			
			精神,積極正向的				
			學習態度。	人運動潛能。			
				4c-IV-1 分析並善用運			
				動相關之科技、資訊、			
				媒體、產品與服務。			
				4d-IV-1 發展適合個人			
				之專項運動技能。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
	炊 の即っしゅい	4	1 41mセム/ 人エコ	動。	D1 TT 0 ++ 1	1 11 11 11 17	T yl y bi
+-	第2單元拒絕成	1	1. 利用菸害(含電子		Bb-IV-3 菸、酒、檳		【法治教
	癮有妙招		煙)的情境演練生活		榔、藥物的成分與成癮	2. 情意評量	育】
			技能,並能主動公	衝擊與風險。	性,以及對個人身心健		

				課程架構脈絡			
业组业中	昭二的江私力顿	公业	超羽口抽	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
	第 1 章菸害現形記		開於與場 2. 關電內國對經歷度立 品律,約影響。	本土、國際現況與趨勢。 3b-IV-3 熟悉大部份的 決策與批判技能。 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。	康與家庭、社會的影響。 Bb-IV-4 面對成癮物質 的拒絕技巧與自我控 制。		法J3 認識法 律之意義與 制定。
+-	第6單元球藝大會串第1章應聲入網一籃球	1	1. 技技思改2.上的自3. 題高4.的提技能術能和善能籃能己能,成能習升能解相理展作到並,投車求的歲,體醫關,策能左依找籃動協機固有能够制並略能、據出方提助會定計與投識能,。右自適式出以。運畫運整與反以 手己合 問提 動的動	Ic-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 Ic-IV-3 了解身體。 Id-IV-1 了解各項體。 Id-IV-1 了解各項語。 Id-IV-2 反思自己的技能。 Id-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 Id-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 Id-IV-3 應用運動比賽的各項策數表現人理性對方數是是一IV-2 表現自信樂	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。		【生育】 程

				課程架構脈絡			
业组出口	业 與加加		超羽口抽	學習重點		表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	節數學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				2d-IV-2 展號 2d-IV-1 展號 3c-IV-1 表體 5d-IV-1 表體 5d-IV-1 表體 5d-IV-1 的身運 5d-IV-3 的學展 5d-IV-3 的學展 6d-IV-3 的學用 6d-IV-3 的學用 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-2 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的 6d-IV-3 的			
+=	第2單元拒絕成 癮有妙招 第2章克癮制勝	1	1. 有概以生面的 內面與 個人會 學 人名 人名 人名 人名 人名 人名 人名 人名 人名 人名 人名 人名 人名	在的行為對健康造成的 衝擊與風險。 2a-IV-1 關注健康議題 本土、國際現況與趨 勢。 3b-IV-2 熟悉各種人際	榔、藥物的成分與成癮性,以及對個人身心健	1. 技能評量	【法治教育】 法J3 認識法律之意義即

	課程架構脈絡										
机朗扣加	四二的江利力位	然	超到口压	學習	重點	表現任務	融入議題				
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵				
			度,並做出有利健	3b-IV-4 因應不同的生							
			康的決定。	活情境,善用各種生活							
			3. 利用情境演練生	技能,解決健康問題。							
			活技能,能公開表	4b-Ⅳ-1 主動並公開表							
			達個人拒絕飲酒、	明個人對促進健康的觀							
			酒後駕車與嚼食檳	點與立場。							
			榔的態度與立場。								
十二	第6單元球藝大	1	1. 能了解籃球投籃	1c-Ⅳ-1 了解各項運動	Hb-Ⅳ-1 陣地攻守性球	1. 技能實作	【生涯規劃				
	會串		技術之相關知識與	基礎原理和規則。	類運動動作組合及團隊	2. 合作學習	教育】				
	第1章應聲入網		技能原理,並能反	1c-IV-3 了解身體發展	戰術。	3. 運動行為計	涯 J3 覺察自				
	一籃球		思和發展策略,以	與動作發展的關係。		畫實踐表	己的能力與				
			改善動作技能。	1d-IV-1 了解各項運動		4. 學習單	興趣。				
			2. 能做到左、右手	技能原理。							
			上籃,並依據自己	1d-IV-2 反思自己的運							
			的能力,找出適合	動技能。							
			自己的投籃方式。	1d-IV-3 應用運動比賽							
			3. 能主動提出問	的各項策略。							
			題,尋求協助以提	2c-IV-2 表現利他合群							
			高成功的機會。	的態度,與他人理性溝							
			4. 能養成固定運動	通與和諧互動。							
			的習慣,有計畫的	2c-IV-3 表現自信樂							
			提升體適能與運動	觀、勇於挑戰的學習態							
			技能。	度。							
				2d-IV-2 展現運動欣賞							
				的技巧,體驗生活的美							
				感。							

				課程架構脈絡			
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	昭二的江利力顿	公业	鐵羽口油	學習重點		表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				3c-IV-1 表現問題 身性的身運動技能。 3d-IV-1 要問題 3d-IV-3 解別 3d-IV-3 解別 4c-IV-2 所問題 4c-IV-2 所們 4c-IV-2 有所 4d-IV-2 執行 與身體 動。			
十三	第2單元拒絕成 癮有妙招 第2章克癮制勝	1	1. 酒時度康之活達酒鄉的訊絕利 練開酒食的 實際 一种 一种 一种 一种 一种 一种 一种 一种 一种 一种 一种 一种 一种	在的行為對健康造成的 衝擊與風險。 2a-IV-1 關注健康議題 本土、國際現況與趨 勢。 3b-IV-2 熟悉各種人際 溝通互動技能。	Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性,以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。		【法治教育】 法J3 認識法律之意義與制定。

	課程架構脈絡										
th 朗 Hn 和	四二 内江利 力位	公 和	與 羽 口 1冊	學習	重點	表現任務	融入議題				
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵				
				4b-IV-1 主動並公開表 明個人對促進健康的觀 點與立場。							
十三	第6單元球藝大會串第2章百發百中一排球	1	1. 了解排球的。 2. 學會如何將選用在 2. 學會運用在 上。 3. 增加運動於 能力。	基礎原理和規則。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。		【育人會的化欣異 人				
十四	第2單元拒絕成 癮有妙招 第2章克癮制勝 【第二次評量 週】	1	1. 酒時度康子 1. 酒時度 1. 酒時度 1. 酒時度 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣 1. 海崎縣	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。			【法 治 教育】 法 J3 認識法 律之意義與 制定。				

	課程架構脈絡										
北岛出口	留二的江私夕 较	節數	學習目標	學習	重點	表現任務	融入議題				
教學期程	單元與活動名稱	即數	字百日保	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵				
			3. 關國內內 4. 造與助鄉 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 獨與 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1. 不可 1.	活情境,善用各種生活 技能,解決健康問題。 4b-IV-1 主動並公開表 明個人對促進健康的觀							
十四	第6單元球藝大會串第2章百發百中一排球【第二次評量	1	惑。 1. 了解排球的各式基本攻擊技術。 2. 學會如何將排球 企。學會運用在比 實力 企。 3. 增加運動 於 力。	基礎原理和規則。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。		【育人會的化欣異 人 了有體尊 權 解不和重其				
十五	第2單元拒絕成 癮有妙招 第2章克癮制勝	1	1. 了解飲酒與嚼食 檳榔成癮的過程, 以及對個人心理、	T的各種眾略。 1a-IV-3 評估內在與外 在的行為對健康造成的 衝擊與風險。	Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性,以及對個人身心健	1. 認知評量 2. 技能評量	【法治教育】				

				課程架構脈絡			
划翅扣如	四二次十五月6	<i>太</i> 大 山	的可口馬	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			生理和社會健康層	2a-IV-1 關注健康議題	康與家庭、社會的影		法 J3 認識法
			面造成的衝擊與風	本土、國際現況與趨	響。		律之意義與
			險。	勢。	Bb-IV-4 面對成癮物質		制定。
			2. 面對各項邀約飲	3b-IV-2 熟悉各種人際	的拒絕技巧與自我控		
			酒與嚼食檳榔訊息	溝通互動技能。	制。		
			時,能堅持拒絕態	3b-IV-4 因應不同的生			
			度,並做出有利健	活情境,善用各種生活			
			康的決定。	技能,解決健康問題。			
			3. 利用情境演練生	4b-IV-1 主動並公開表			
			活技能,能公開表	明個人對促進健康的觀			
			達個人拒絕飲酒、	點與立場。			
			酒後駕車與嚼食檳				
			榔的態度與立場。				
			4. 了解酒與檳榔所				
			造成的社會、環境				
			與健康問題,並幫				
			助親友遠離酒與檳				
			榔等成癮物質誘				
			惑。				
十五	第6單元球藝大	1	1. 能了解桌球運動		Ha-IV-1 網/牆性球類運		【性别平等
	會串		之相關知識與基本		動動作組合及團隊戰		教育】
	第 3 章桌拿好手		技術原理,藉由各		術。	3. 技能實作	性 J11 去除
	一桌球		項練習與反思,學			4. 學習單	性別刻板與
			習正確動作技能,				性別偏見的
			於練習與競賽中展				情感表達與
			現。	1d-IV-3 應用運動比賽			溝通,具備
			2. 進行練習或競賽	的各項策略。			與他人平等
			時,遵守規範,注				

				課程架構脈絡			
机朗机加	四二的江毛 力位	<i>大</i> 大 山	超到口压	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			意運動安全,並尊	2c-IV-2 表現利他合群			互動的能
			重個別差異,採用	的態度,與他人理性溝			カ。
			溝通與合作的模	通與和諧互動。			
			式,培養團隊意	3d-Ⅳ-1 運用運動技術			
			識。	的學習策略。			
			3. 透過持續學習,				
			感受桌球運動的樂				
			趣,同時技能與體				
			適能皆獲得提升與				
			增強,進而養成規				
			律的運動習慣。				
十六	第3單元人際健	1	1. 理解家庭的健康	1a-IV-2 分析個人與群	Fa-IV-2 家庭衝突的協	1. 情意評量	【家庭教
	康家		生活的規範意義並	體健康的影響因素。	調與解決技巧。		育】
	第 1 章健康家庭		肯定其價值,體悟	2b-IV-1 堅守健康的生	Fa-IV-3 有利人際關係		家 J5 了解與
	加加油		家庭關係的影響	活規範、態度與價值	的因素與有效的溝通技		家人溝通互
			性,並能遵守合宜	觀。	巧。		動及相互支
			的健康生活規範。	3b-IV-2 熟悉各種人際			持的適切方
			2. 分析家庭溝通不	溝通互動技能。			式。
			良與衝突問題發生	3b-IV-4 因應不同的生			【法治教
			的因素,並願意反	活情境,善用各種生活			育】
			省修正,嘗試運用	技能,解決健康問題。			法 J5 認識憲
			策略方法以經營家	4a-IV-2 自我監督、增			法的意義。
			庭關係。	強個人促進健康的行			
			3. 認識家庭暴力的	動,並反省修正。			
			發生因素與相關法				
			規,善用各項社會				
			資源協助自己或他				
			人處理家暴問題。				

				課程架構脈絡			
机链扣和	四二 加江 毛力加	太大 山	超 田 口 1番	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
十六	第6單元球藝大	1	1. 能了解桌球運動	1c-IV-1 了解各項運動	Ha-IV-1 網/牆性球類運	1. 課堂觀察	【性别平等
	會串		之相關知識與基本	基礎原理和規則。	動動作組合及團隊戰	2. 口語問答	教育】
	第 3 章桌拿好手		技術原理,藉由各	1d-IV-1 了解各項運動	術。	3. 技能實作	性 J11 去除
	- 桌球		項練習與反思,學	技能原理。			性別刻板與
			習正確動作技能,	1d-IV-2 反思自己的運			性別偏見的
			於練習與競賽中展	動技能。			情感表達與
			現。	1d-IV-3 應用運動比賽			溝通,具備
			2. 進行練習或競賽	的各項策略。			與他人平等
			時,遵守規範,注				互動的能
			意運動安全,並尊				カ。
			重個別差異,採用				
			溝通與合作的模				
			式,培養團隊意	的學習策略。			
			識。				
			3. 透過持續學習,				
			感受桌球運動的樂				
			趣,同時技能與體				
			適能皆獲得提升與				
			增強,進而養成規				
			律的運動習慣。				_
++	第3單元人際健	1	1. 理解家庭的健康		Fa-IV-2 家庭衝突的協	1. 情意評量	【家庭教
	康家		生活的規範意義並		調與解決技巧。		育】
	第 1 章健康家庭		肯定其價值,體悟		Fa-IV-3 有利人際關係		家 J5 了解與
	加加油		家庭關係的影響	活規範、態度與價值	的因素與有效的溝通技		家人溝通互
			性, 並能遵守合宜		巧。		動及相互支
			的健康生活規範。	3b-IV-2 熟悉各種人際			持的適切方
			2. 分析家庭溝通不	溝通互動技能。			式。
			良與衝突問題發生				

				課程架構脈絡			
弘 鍜 Hn 和	四二 均江利 力硕	公 •	銀羽口 1番	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			的因素,並願意反	3b-IV-4 因應不同的生			【法治教
			省修正,嘗試運用	活情境,善用各種生活			育】
			策略方法以經營家	技能,解決健康問題。			法 J5 認識憲
			庭關係。	4a-IV-2 自我監督、增			法的意義。
			3. 認識家庭暴力的	強個人促進健康的行			
			發生因素與相關法	動,並反省修正。			
			規,善用各項社會				
			資源協助自己或他				
			人處理家暴問題。				
十七	第6單元球藝大	1	1. 能了解足球停空	1c-IV-1 了解各項運動	Ab-IV-1 體適能促進策	1. 課堂觀察	【生涯規劃
	會串		中球與踢空中球技	基礎原理和規則。	略與活動方法。	2. 口語問答	教育】
	第 4 章舉足輕重		術之相關知識與技	1d-IV-1 了解各項運動	Hb-IV-1 陣地攻守性球	3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	-足球		能原理,並能反思	技能原理。	類運動動作組合及團隊		己的能力與
			和發展策略,以改	1d-IV-2 反思自己的運	戰術。		興趣。
			善動作技能。	動技能。			涯 J6 建立對
			2. 能做到停空中球	1d-IV-3 應用運動比賽			於未來生涯
			與踢空中球之技	的各項策略。			的願景。
			術,並能研擬策略	2c-IV-2 表現利他合群			
			運用於活動中,解	的態度,與他人理性溝			
			決運動相關問題及	通與和諧互動。			
			能發揮團隊合作學	2d-IV-2 展現運動欣賞			
			習之方法。	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。			
				3d-IV-1 運用運動技術			
				的學習策略。			

				課程架構脈絡			
th 朗 Hn 和	四二的江利力顿	然 和	與 羽 口 1冊	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
十八	第3單元人際健 康家 第2章人際關係 停看聽	1	1. 人析互善突人 额面 的分際 並衝 突 人際 過 縣 門 與 縣 門 與 縣 門 與 縣 門 與 縣 門 與 縣 門 與 縣 門 與 縣 門 與 縣 門 與 縣 門 與 縣 門 與 所 數 過 。	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動技能的人運動計畫。 4d-IV-2 執行個身體計畫。 4d-IV-2 執行個身體活動。 1a-IV-2 分析個景學與多體活動。 2a-IV-2 自主思考感與別數量性。 3b-IV-2 熟悉各種人際	Fa-IV-3 有利人際關係 的因素與有效的溝通技	1. 情意評量	【生育】 生育】 月14 培道義 時常 法 治 者 治 者 治 者 治 者 治 、 者 治 、 者 治 、 者 治 、 者 治 、 者 、 者
十八	第6單元球藝大 會串 第4章舉足輕重 一足球	1	1. 能做到停空中球 與踢空中球之技 術,並能研擬策略 運用於活動中,解	基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動	Ab-IV-1 體適能促進策 略與活動方法。	1. 課堂觀察 2. 口語實 3. 技能實作 4. 運動欣賞	育】 法力5 認識憲 法的意義。 【生涯規劃

				課程架構脈絡			
th 朗 th to	四二 加江利 夕 位	然 邮	段羽口攝	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			決運動相關問題及	1d-IV-2 反思自己的運	Hb-IV-1 陣地攻守性球	5. 運動計畫	涯 J3 覺察自
			能發揮團隊合作學	動技能。	類運動動作組合及團隊		己的能力與
			習之方法。	1d-IV-3 應用運動比賽	戰術。		興趣。
			2. 能養成遵理守法	的各項策略。			涯 J6 建立對
			的態度與實踐運用	2c-IV-2 表現利他合群			於未來生涯
			民主溝通進行活	的態度,與他人理性溝			的願景。
			動,培養公平競爭	通與和諧互動。			
			的運動家精神。	2d-IV-2 展現運動欣賞			
			3. 透過足球比賽活	的技巧,體驗生活的美			
			動,能做到尊重同				
			學、共同參與事務				
			及合作學習的態				
			度。	發展專項運動技能。			
			4. 設計適合的運動				
			計畫,養成規律運				
			動習慣,提升體適				
			能與運動技能。	中的各種策略。			
				4c-IV-3 規劃提升體適			
				能與運動技能的運動計			
				畫。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
				動。			
十九	第3單元人際健	1	1. 認識各種型態的		Fa-IV-3 有利人際關係		【生涯規劃
	康家		人際互動關係,分	體健康的影響因素。	的因素與有效的溝通技		教育】
	第2章人際關係		析適合自己的人際	·	巧。	3. 認知評量	涯 J14 培養
	停看聽		互動因素,演練並				並涵化道德
			善用溝通技能與衝	嚴重性。			

				課程架構脈絡			
弘 餟 Hn 和	四二内江利力位	然 机	銀羽口1冊	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			突人 2. 注建網動 3. 相己的者寒際了意立路。認關,加。 寒際解事正內	溝通互動技能。 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。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險			倫理意義。 日常生活治 法 方】 法 的 意義。 法 的 意義。
十九	第4單元自主鍛鍊展活力 複習第4單元	1	**	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。 1c-IV-4 了解身體發展、運動和營養的關	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。 Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 Bd-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。 Cb-IV-1 運動精神、適合知營養攝取知營養攝取無營養調的人運動所需營養和調	 口語問答 技能實作 認知測驗卷 運動行為計畫實踐表 學習單 	【教涯已興涯於的【育安常事因生育J3的趣J6未願安】J4生故素涯 覺能。建來。全 探活的。劃 自與 對涯 教 日生響

				課程架構脈絡			
n e h n	四二的江利力位	二肉江利力顿。然制	超到口压	學習重黑	學習重點		融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				2c-IV-1 展現運動禮			
				節,具備運動的道德思			
				辨和實踐能力。			
				2c-IV-2 表現利他合群			
				的態度,與他人理性溝			
				通與和諧互動。			
				2c-IV-3 表現自信樂			
				觀、勇於挑戰的學習態			
				度。			
				2d-IV-1 了解運動在美			
				學上的特質與表現方			
				式。			
				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。			
				4c-IV-1 分析並善用運			
				動相關之科技、資訊、			
				媒體、產品與服務。			
				4c-IV-2 分析並評估個			
				人的體適能與運動技			

				課程架構脈絡			
业 與 扣 和	昭二的江私力顿	公业	超羽口描	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
世	第3單元人際關係 東2章人際關係 是一次 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個	1	1. 人析互善突人 1. 人析互善突人 1. 人析互善 2. 人称 5.	能畫· V-3 規能 動計 適計 過計	Fa-IV-3 有利人際關係 的因素與有效的溝通技	1. 情意評量	實質
ſ			動。 3. 認識霸凌並了解 相關規範,保護自 己,避免成為霸凌	4a-IV-3 持續地執行促			
			的加害人或受害者。				

				課程架構脈絡			
机倒扣加	四二的江利力位	然	超 田 口 1番	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
廿	第5單元挑戰體	1	1. 認識飛盤的基礎				【生涯規劃
	能秀青春		概念及傳接盤技	基礎原理和規則。	會的精神。	2. 口語問答	教育】
	複習第5單元		術。	1d-IV-1 了解各項運動	Ce-IV-1 其他休閒運動	3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	【第三次評量		2. 學習並增進捷泳	技能原理。	綜合應用。	4. 運動行為計	己的能力與
	週】		的能力。	1d-IV-2 反思自己的運	Gb-IV-2 游泳前進 25 公	畫實踐表	興趣。
			3. 透過運動五大要	動技能。	尺(需換氣 5 次以		【品德教
			素,探索與創作身	1d-IV-3 應用運動比賽	上)。		育】
			體律動。	的各項策略。	Ib-IV-1 自由創作舞		品 J1 溝通合
				2c-IV-1 展現運動禮	蹈。		作與和諧人
				節,具備運動的道德思	Ib-IV-2 各種社交舞		際關係。
				辨和實踐能力。	蹈。		品 J2 重視群
				2c-IV-2 表現利他合群			體規範與榮
				的態度,與他人理性溝			譽。
				通與和諧互動。			
				2c-IV-3 表現自信樂			
				觀、勇於挑戰的學習態			
				度。			
				2d-IV-1 了解運動在美			
				學上的特質與表現方			
				式。			
				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。			

				課程架構脈絡			
th 朗 thn to	四二的江利力顿	公 制。	銀羽口1冊	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	活動名稱 節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、 動相關之科技、資訊、 媒體、產品與服務。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動計畫。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動。			
廿一	第1單元醫療 費2單紀 第3單紀 第3單紀 第3 第3 第3 第3 第3 第3 第3 第3 第3 第3 第3 第3 第3	1	1.病途方2.及權3.費項4.康度5.質人能的徑法認一利了時。培的。了菸體理病、。識般與解應 養醫 解、心解原症 健民義從注 護觀 用、、健民務事意 身念 成檳生人的應。醫意 身念 成檳生土	1a-IV-2 分析個人。 體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內 在的影響因素在成 在的行為對健康 重量, 1a-IV-4 理解促進健與 生活的策略、資 2a-IV-1 關注健與 整。 2a-IV-1 關於現 數 數 2a-IV-2 自主思考 數 2a-IV-2 自主思 數 別題 數 2a-IV-2 自主思 數 別題 數 別題 數 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別	用藥品的行動策略。 Bb-IV-2 家庭、同儕、 文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。 Bb-IV-3 菸、酒鸡成鸡牛, 與及對個人身心影性,以及對個人身的的成分與家庭、社會的影響。 Bb-IV-4 面對成癮物質	 情意評量 認知評量 技能評量 	【育環續義社濟展則【育生活迷活康環】14發(會的)。生】J5中思作促境 了展環、均 生 覺的,息進教 於意、經發原 教 生種生健飲

				課程架構脈絡			
加朗山和	四二点十五万份	太山	脚羽口压	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			社會各健康層面造	2b-IV-1 堅守健康的生	Fa-IV-3 有利人際關係		食運動、休
			成的衝擊與風險。	活規範、態度與價值	的因素與有效的溝通技		閒娛樂、人
			6. 面對菸、酒、檳	觀。	巧。		我關係等課
			榔的訊息與觀點,	3a-IV-2 因應不同的生	Fb-IV-3 保護性的健康		題上進行價
			能進行批判性思考	活情境進行調適並修	行為。		值思辨,尋
			並做出有利健康的	正,持續表現健康技	Fb-IV-4 新興傳染病與		求解決之
			決定。	能。	慢性病的防治策略。		道。
			7. 關注菸、酒、檳	3b-IV-2 熟悉各種人際	Fb-IV-5 全民健保與醫		【法治教
			榔國內法律規範現	溝通互動技能。	療制度、醫療服務與資		育】
			況與未來趨勢。	3b-IV-3 熟悉大部份的	源。		法 J3 認識法
			8. 利用情境演練生	決策與批判技能。			律之意義與
			活技能,能主動公	3b-IV-4 因應不同的生			制定。
			開表達個人拒絕	活情境,善用各種生活			法 J5 認識憲
			菸、酒、檳榔的立	技能,解決健康問題。			法的意義。
			場。	4a-IV-2 自我監督、增			【家庭教
			9. 認識並改善自己	強個人促進健康的行			育】
			的人際關係,學習	動,並反省修正。			家 J5 了解與
			理智的面對衝突。				家人溝通互
			10. 學習利用人際關	進健康及減少健康風險			動及相互支
			係技巧,促進家庭	的行動。			持的適切方
			的良好互動,以及	4b-IV-1 主動並公開表			式。
			學習如何面對家庭	明個人對促進健康的觀			【生涯規劃
			暴力。	點與立場。			教育】
			11. 建立正向且良好				涯 J14 培養
			的網路內外人際互				並涵化道德
			動。				倫理意義於
			12. 培養正確的人際				日常生活。
			交往觀念。				

				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 學習表現	重點 學習內容	表現任務 (評量方式)	融入議題實質內涵
廿一	第6單元球藝大會署第6單元 【休業式】	1	1. 上 2. 球球球型 5 平 學 2	Ic-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 Ic-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。 Id-IV-1 了解各項運動技能原理。 Id-IV-2 反思自己的運動技能。	學智內容 Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動作組合及團隊術。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 學習單 5. 合作學習 6. 運動行為計	【教涯已興涯於的【育人會的化欣異【教性性性情溝與互力具生育33的趣13未願人】5上群,賞。性育51別別感通他動。涯、覺能。建來。權了有體尊別11刻偏表,人別規察力立生。權解不和重其平去板見達具平的網線 解與 對涯教 社同文並差等除與的與備等能

課程架構脈絡									
教學期程	出二的江利力顿	公业	組羽口抽	學習重點	點	表現任務	融入議題		
	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵		
				3d-IV-3 應用思考與分					
				析能力,解決運動情境					
				的問題。					
				4c-IV-2 分析並評估個					
				人的體適能與運動技					
				能,修正個人的運動計					
				畫。					
				4c-IV-3 規劃提升體適					
				能與運動技能的運動計					
				畫。					
				4d-IV-2 執行個人運動					
				計畫,實際參與身體活					
				動。					

- ◎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。