臺南市立太子國民中學 114 學年度第一學期九年級健體(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)	九年級	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	 2. 了。 3. 化了。 4. 了。 5. 能力。 6. 透認試過過 7. 化分子 8. 不力 8. 不力 8. 不力 9. 了 2. 了 3. 在 4. 下分子 5. 在 6. 不力 7. 不力 8. 在 7. 工程 <	身體變合下行為 關知擊相知知進球射體重對適的自, 知識有關識識攻的門可控飲的情我以 識與氧知與與技差之能制食健緒覺便 ,技的識動技術異相益的的康變察進 並能基與作能與,關於迷影產化與行 了原本動要原策並要的思響品,調預 解理動作領理略能領	色,,,學適方 與,作要。,,專與高方 與,作要。,,專與 就 那 習,與	的主建益青。為 ,合 學 橫便健類與緒 的 以自 習 運數管,盡適 生 踐的 略 在水水的夠義能 並 日動 以 賽中體了務, 提 常計 改 中	生活中。畫,進一步養成運動習慣。
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	體育與健康情境體育與健康的資源	的全貌,並做獨立思 原,以擬定運動與保信	考與分析的知能建計畫,有效執	深索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不 走,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康 .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			
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	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
_	第1單元身體密	1	1. 藉由思考自己期	1a-IV-2 分析個人與群	Ea-IV-4 正向的身體意	1. 口頭評量	【生命教
	碼面面觀		待的理想樣貌,分	體健康的影響因素。	象與體重控制計畫。	2. 紙筆評量	育】
	第 1 章鏡中自我		析身體意象的影響 因素。	1b-IV-2 認識健康技能 和生活技能的實施程序	Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策		生 J2 探討完整的人的各
	入不同		2. 能積極思辨媒體		性 尿 仍 貝 貝 甙 的 辨 碱 农 略。		置的人的谷 個面向,包
			或廣告中身體意象		_		括身體與心
			的訊息,並進一步	決策與批判技能。			理、理性與
			運用批判性思考技				感性、自由
			能,澄清迷思。				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。
_	第4單元運動生	1	1. 能理解奧林匹克	2c-IV-1 展現運動禮	Cb-IV-3 奥林匹克運動	1. 課堂觀察	【環境教
	活		相關知識與精神,	節,具備運動的道德思	會的精神。	2. 口語問答	育】
	第 1 章五環運動		並能實踐在日常生	辨和實踐能力。		3. 認知評量	環 J4 了解永
	力—奥林匹克教		活當中。	2c-IV-2 表現利他合群		4. 運動行為計	續發展的意
	育		2. 能理解奧林匹克	的態度,與他人理性溝		畫實踐表	義(環境、
			與永續發展,並能	通與和諧互動。		5. 學習活動單	社會、與經
			在日常生活當中實			6. 技能實作	濟的均衡發

				課程架構脈絡			
机倒扣和	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
			踐「愛地球」的理	2c-IV-3 表現自信樂			展)與原
			想。	觀、勇於挑戰的學習態			則。
			3. 能在日常生活中	度。			【生涯規劃
			展現奧林匹克與藝	2d-IV-2 展現運動欣賞			教育】
			術文化的力與美	的技巧,體驗生活的美			涯 J3 覺察自
			學。	感。			己的能力與
			4. 能展現包容異己	4d-Ⅳ-2 執行個人運動			興趣。
			並相互尊重之態	計畫,實際參與身體活			
			度,以運用民主方	動。			
			式進行和諧溝通,				
			並能相互協助指				
			導,發揮團隊合作				
			的學習精神。				
			5. 能欣賞並實踐運				
			動中力與美的展				
			現,培養自信樂				
			觀、勇於挑戰、堅				
			持不放棄的學習態				
			度。				
=	第1單元身體密	1	1. 藉由思考自己期	1a-IV-2 分析個人與群	Ea-IV-4 正向的身體意	1. 口頭評量	【生命教
	碼面面觀		待的理想樣貌,分	體健康的影響因素。	象與體重控制計畫。	2. 紙筆評量	育】
	第 1 章鏡中自我		析身體意象的影響	1b-IV-2 認識健康技能	Eb-IV-1 媒體與廣告中		生 J2 探討完
	大不同		因素。	和生活技能的實施程序	健康消費資訊的辨識策		整的人的各
			2. 能積極思辨媒體	概念。	略。		個面向,包
			或廣告中身體意象	3b-IV-3 熟悉大部份的			括身體與心
			的訊息,並進一步	決策與批判技能。			理、理性與
			運用批判性思考技				感性、自由
			能,澄清迷思。				與命定、境

				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
双子	平九兴 石 切 石 符	即致	子白口你	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
							遇與嚮往,
							理解人的主
							體能動性,
							培養適切的
							自我觀。
_	第4單元運動生	1	1. 能理解奧林匹克	2c-IV-1 展現運動禮	Cb-IV-3 奥林匹克運動	1. 課堂觀察	【環境教
	活		相關知識與精神,	節,具備運動的道德思	會的精神。	2. 口語問答	育】
	第 1 章五環運動		並能實踐在日常生	辨和實踐能力。		3. 認知評量	環 J4 了解永
	力—奥林匹克教		活當中。	2c-IV-2 表現利他合群		4. 運動行為計	續發展的意
	育		2. 能理解奧林匹克			畫實踐表	義(環境、
			與永續發展,並能	通與和諧互動。		5. 學習活動單	社會、與經
			在日常生活當中實	2c-IV-3 表現自信樂		6. 技能實作	濟的均衡發
			踐「愛地球」的理	觀、勇於挑戰的學習態			展)與原
			想。	度。			則。
			3. 能在日常生活中				【生涯規劃
			展現奧林匹克與藝				教育】
			術文化的力與美	-,			涯 J3 覺察自
			學。	4d-Ⅳ-2 執行個人運動			己的能力與
			4. 能展現包容異己				興趣。
			並相互尊重之態	動。			
			度,以運用民主方				
			式進行和諧溝通,				
			並能相互協助指				
			導,發揮團隊合作				
			的學習精神。				
			5. 能欣賞並實踐運				
			動中力與美的展				
			現,培養自信樂				

				課程架構脈絡			
	留二囱江私夕 较	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
			觀、勇於挑戰、堅				
			持不放棄的學習態				
			度。				
三	第1單元身體密	1	1. 藉由思考自己期	1a-IV-2 分析個人與群	Ea-IV-4 正向的身體意		【生命教】
	碼面面觀		待的理想樣貌,分	體健康的影響因素。	象與體重控制計畫。	2. 紙筆評量	育】
	第 1 章鏡中自我		析身體意象的影響	1b-IV-2 認識健康技能	Eb-IV-1 媒體與廣告中		生 J2 探討完
	大不同		因素。	和生活技能的實施程序	健康消費資訊的辨識策		整的人的各
			2. 能積極思辨媒體		略。		個面向,包
			或廣告中身體意象				括身體與心
			的訊息,並進一步	决策與批判技能。			理、理性與
			運用批判性思考技				感性、自由
			能,澄清迷思。				與命定、境
							遇與嚮往,
							理解人的主
							體能動性,
							培養適切的
_	然 1 四 二 四 千 J	1	1、千、日明、文化1、日	1 四1 つ加りエ呼む	41 TT 1 网络文文 /- /ロンA 然	1 4四 14 45 153	自我觀。
三	第4單元運動生	1	1. 透過體適能相關	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
	活		知識與技能原理,	基礎原理和規則。	略與活動方法。	2. 口語問答	教育】
	第2章打造健康		評估自我身體能	1d-IV-1 了解各項運動	Ab-IV-2 體適能運動處	3. 技能實作	涯 J13 培養
	規律新生活一體		力,反思並結合個	技能原理。	方基礎設計原則。	4. 認知評量	生涯規劃及
	適能計畫擬定與		人生活,擬定屬於	2c-IV-3 表現自信樂	Bc-IV-2 終身運動計畫	5. 運動行為計	執行的能
	執行		自己的體適能計	觀、勇於挑戰的學習態	的擬定原則。	畫實踐表	カ。
			畫,並且在日常生			6. 學習活動單	
			活中規律的執行。	3c-IV-1 表現局部或全			
			2. 能正確做到深				
			蹲、平板撐、俄羅	發展專項運動技能。			
			斯式扭轉、上犬式				

				課程架構脈絡			
th 餬 thn 们	四二 四江 到 力 位	然 和	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
			及嬰兒式等動作,	3d-IV-3 應用思考與分			
			手腳並用以提升全	析能力,解決運動情境			
			身性之肌力、柔軟	的問題。			
			度與協調性之體適	4c-IV-2 分析並評估個			
			能。	人的體適能與運動技			
			3. 能具備堅持不放	能,修正個人的運動計			
			棄、守紀律之運動	畫。			
			精神。	4c-IV-3 規劃提升體適			
			4. 能相互尊重,以	能與運動技能的運動計			
			民主方式和諧溝	畫。			
			通,並相互協助指	4d-IV-2 執行個人運動			
			導,發揮個人差異	計畫,實際參與身體活			
			化的團隊合作學習	動。			
			精神。	4d-IV-3 執行提升體適			
			5. 能欣賞並實踐運	能的身體活動。			
			動中力與美的展				
			現,培養自信樂				
			觀、勇於挑戰的學				
			習態度。				
四	第1單元身體密	1	1. 分析與理解BMI、	1a-IV-2 分析個人與群	Aa-IV-1 生長發育的自	1. 口頭評量	【生涯規劃
	碼面面觀		腰臀比、體脂肪等	體健康的影響因素。	我評估與因應策略。	2. 紙筆評量	教育】
	第 2 章身體數字		資訊及意義,以便	1a-IV-3 評估內在與外	Ea-IV-4 正向的身體意		涯 J12 發展
	大解密		自我檢視有無過輕	在的行為對健康造成的	象與體重控制計畫。		及評估生涯
			或過重。	衝擊與風險。			決 定 的 策
			2. 理解過重或過輕	2a-IV-2 自主思考健康			略。
			對健康造成的衝擊	問題所造成的威脅感與			
			與風險,進一步思	嚴重性。			

				課程架構脈絡			
机链扣和	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
			考體重控制的重要	2a-IV-3 深切體會健康			
			性。	行動的自覺利益與障			
				礙。			
四	第4單元運動生	1	1. 透過體適能相關	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
	活		知識與技能原理,	基礎原理和規則。	略與活動方法。	2. 口語問答	教育】
	第 2 章打造健康		評估自我身體能	1d-IV-1 了解各項運動	Ab-IV-2 體適能運動處	3. 技能實作	涯 J13 培養
	規律新生活—體		力,反思並結合個	技能原理。	方基礎設計原則。	4. 認知評量	生涯規劃及
	適能計畫擬定與		人生活,擬定屬於	2c-IV-3 表現自信樂	Bc-IV-2 終身運動計畫	5. 運動行為計	執行的能
	執行		自己的體適能計	觀、勇於挑戰的學習態	的擬定原則。	畫實踐表	カ。
			畫,並且在日常生	度。		6. 學習活動單	
			活中規律的執行。	3c-Ⅳ-1 表現局部或全			
			2. 能正確做到深	身性的身體控制能力,			
			蹲、平板撐、俄羅	發展專項運動技能。			
			斯式扭轉、上犬式	3d-IV-3 應用思考與分			
			及嬰兒式等動作,	析能力,解決運動情境			
			手腳並用以提升全	的問題。			
			身性之肌力、柔軟	4c-IV-2 分析並評估個			
			度與協調性之體適	人的體適能與運動技			
			能。	能,修正個人的運動計			
			3. 能具備堅持不放	畫。			
			棄、守紀律之運動	4c-IV-3 規劃提升體適			
			精神。	能與運動技能的運動計			
			4. 能相互尊重,以	畫。			
			民主方式和諧溝	4d-Ⅳ-2 執行個人運動			
			通,並相互協助指	計畫,實際參與身體活			
			導,發揮個人差異	動。			
			化的團隊合作學習	4d-IV-3 執行提升體適			
			精神。	能的身體活動。			

				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	半儿祭冶虭石梆	即数	子自日标	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			5. 能欣賞並實踐運				
			動中力與美的展				
			現,培養自信樂				
			觀、勇於挑戰的學				
			習態度。				
五	第1單元身體密	1	1. 分析與理解BMI、	1a-IV-2 分析個人與群	Aa-IV-1 生長發育的自	1. 口頭評量	【生涯規劃
	碼面面觀		腰臀比、體脂肪等	體健康的影響因素。	我評估與因應策略。	2. 紙筆評量	教育】
	第2章身體數字		資訊及意義,以便	1a-IV-3 評估內在與外	Ea-IV-4 正向的身體意		涯 J12 發展
	大解密		自我檢視有無過輕	在的行為對健康造成的	象與體重控制計畫。		及評估生涯
			或過重。	衝擊與風險。			決定的策
			2. 理解過重或過輕	2a-IV-2 自主思考健康			略。
			對健康造成的衝擊	問題所造成的威脅感與			
			與風險,進一步思	嚴重性。			
			考體重控制的重要	2a-IV-3 深切體會健康			
			性。	行動的自覺利益與障			
				礙。			
五	第4單元運動生	1	1. 了解基本的有氧	1c-IV-1 了解各項運動	Ab-IV-2 體適能運動處	1. 課堂觀察	【品德教
	活		舞蹈,以及階梯有	基礎原理和規則。	方基礎設計原則。	2. 口語問答	育】
	第 3 章有氧嗨起		氧和拳擊有氧的動	1c-IV-3 了解身體發展	Ib-IV-1 自由創作舞	3. 技能實作	品 J1 溝通合
	來有氧舞蹈		作要領與練習方	與動作發展的關係。	蹈。	4. 學習活動單	作與和諧人
			法。	1d-IV-1 了解各項運動			際關係。
			2. 學習運用資訊,	技能原理。			品 J2 重視群
			增進基本的有氧舞	2c-IV-1 展現運動禮			體規範與榮
			蹈、階梯有氧與拳	節,具備運動的道德思			譽。
			擊有氧的技能。	辨和實踐能力。			
			3. 培養尊重他人及	2c-IV-2 表現利他合群			
			互助合作的精神。	的態度,與他人理性溝			
				通與和諧互動。			

				課程架構脈絡			
机倒扣和	四二加江利力位	大大 山	超 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
			4. 培養積極參與的	2d-IV-2 展現運動欣賞			
			態度,勇於表現自	的技巧,體驗生活的美			
			己的舞姿。	感。			
			5. 經常跳有氧舞	3c-IV-2 發展動作創作			
			蹈,強化身體,擁	和展演的技巧,展現個			
			有健康體適能。	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。			
				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			
				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			
	然 1 即 一 石 叫 宀	1	1 4 4 11 11 4 4 11	能的身體活動。		1	
六	第1單元身體密	1	1. 能於認同自我形		,		【生涯規劃
	碼面面觀		象後,理性分析體		象與體重控制計畫。 Eb N7 1 は 脚 内 度 4 中	2. 紙筆評量	教育】
	第3章成為更好		重控制行動意圖。	範。	Eb-IV-1 媒體與廣告中		涯 J13 培養
	的自己		2. 能運用適切的健		健康消費資訊的辨識策		生涯規劃及
			康資訊、調整生活 作息、健康飲食和	管理的行動策略。	略。 Fa-IV-1 自我認同與自		執行的能力。
			規律運動,在健康		我實現。		

				課程架構脈絡			
机朗扣加	四二的江利力位	公山	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
六	第1 第一 第 第 第 第 第 第 第 第 第 第 第 第 第 第 第 第 第	1	生擬策 3. 自重實態 1. 舞氧作法 2. 增蹈擊 3. 互 4. 態已 5. 活定略能主控踐。 了蹈和要。學進、有培助培度的經型體。提健制健 解,拳領 習基階氧養合養,舞常能重 出康行康 基以擊與 運本梯的尊作積勇姿常範制 合理策生 的階氧練 資有氧能他精參表 有帮的習 記體,型 氧有動方 ,舞拳 及。的自 舞中動 己體,型	2a-IV-3 (2a-IV-3) (2a-IV-3) (2a-IV-3) (2a-IV-3) (2a-IV-1) (2a-IV-	學習內容 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。 Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。Ib-IV-1 自由創作舞蹈。	1. 課堂觀察 2. 口語問答	實質內內
			態度,勇於表現自 己的舞姿。	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			
加朗地和	四二小公子子,为不	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
t	第碼第的【週】 電子 第碼第 的 【週】 電子 第二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十	1	1. 象重 2. 康作規生擬策 3. 自重能後控能資息律活定略能主控於,制運訊、運型體。提健制認理行用、健動態重 出康行同性動適調康,的控 適管動自分圖切整飲在範制 合理策裁析圖的生食健疇行 自的略形體。健活和康中動 己體,	3d-IV-3	Ea-IV-4 正向的身體意 象與體重控制計畫。 Eb-IV-1 媒體與所 健康消費資訊的辨識 略。 Fa-IV-1 自我認同與自 我實現。 Fb-IV-1 全人健康概念		【教涯生執力 生育 J13 規 題 題 題 過 一 題 題 的

				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
秋子 州 任	平几兴石切石 梅	即致	子白口你	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			實踐健康生活型	4a-Ⅳ-1 運用適切的健			
			態。	康資訊、產品與服務,			
				擬定健康行動策略。			
セ	第5單元神來之	1	1. 了解並學會標槍	1c-IV-1 了解各項運動	Ab-IV-1 體適能促進策	1. 課堂觀察	【品德教
	手		及鉛球的動作要	基礎原理和規則。	略與活動方法。	2. 口語問答	育】
	第1章一擲定江		領。	1c-IV-2 評估運動風	Cb-IV-2 各項運動設施	3. 技能實作	品 J1 溝通合
	山—投擲		2. 養成積極參與的	險,維護安全的運動情	的安全使用規定。	4. 學習活動單	作與和諧人
	【第一次評量		態度,並集中注意	境。	Ga-IV-1 跑、跳與推擲	5. 互評表	際關係。
	週】		力,隨時注意周遭	1d-IV-1 了解各項運動	的基本技巧。	6. 認知測驗卷	
			環境安全。	技能原理。			
			3. 培養尊重他人及	1d-IV-2 反思自己的運			
			團隊合作的精神。	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			
				通與和諧互動。			
				2c-IV-3 表現自信樂			
				觀、勇於挑戰的學習態			
				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-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。			

				課程架構脈絡			
机朗扣如	四二加江和力位	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
				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。			
				4d-IV-3 執行提升體適			
				能的身體活動。			
八	第1單元身體密	1	1. 能於認同自我形	1a-IV-4 理解促進健康	Ea-IV-4 正向的身體意	1. 口頭評量	【生涯規劃
	碼面面觀		象後,理性分析體	生活的策略、資源與規	象與體重控制計畫。	2. 紙筆評量	教育】
	第 3 章成為更好		重控制行動意圖。	範。	Eb-IV-1 媒體與廣告中		涯 J13 培養
	的自己			1b-IV-4 提出健康自主	健康消費資訊的辨識策		生涯規劃及
			康資訊、調整生活	· ·	略。		執行的能
			作息、健康飲食和		Fa-IV-1 自我認同與自		力。
			規律運動,在健康		我實現。		
			生活型態的範疇中		Fb-IV-1 全人健康概念		
			擬定體重控制行動	, ,, ,, ,,	與健康生活型態。		
			策略。	促進的生活型態。			
			3. 能提出適合自己	3b-IV-1 熟悉各種自我			
			自主健康管理的體	- '			
			重控制行動策略,	4a-IV-1 運用適切的健			
			實踐健康生活型				
			態。	擬定健康行動策略。			

				課程架構脈絡			
机朗扣和	四二加江和力位	公山	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
八	第5單元神來之	1	1. 了解並學會標槍	1c-IV-1 了解各項運動	Ab-IV-1 體適能促進策	1. 課堂觀察	【品德教
	手		及鉛球的動作要	基礎原理和規則。	略與活動方法。	2. 口語問答	育】
	第 1 章一擲定江		領。	1c-IV-2 評估運動風	Cb-IV-2 各項運動設施	3. 技能實作	品 J1 溝通合
	山—投擲		2. 養成積極參與的	險,維護安全的運動情	的安全使用規定。	4. 學習活動單	作與和諧人
			態度,並集中注意	境。	Ga-IV-1 跑、跳與推擲	5. 互評表	際關係。
			力,隨時注意周遭	1d-IV-1 了解各項運動	的基本技巧。	6. 認知測驗卷	
			環境安全。	技能原理。			
			3. 培養尊重他人及	1d-IV-2 反思自己的運			
			團隊合作的精神。	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			
				通與和諧互動。			
				2c-IV-3 表現自信樂			
				觀、勇於挑戰的學習態			
				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-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。			

	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	半儿祭冶助石件	即数	子白日标	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、							
				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。							
				4d-Ⅳ-3 執行提升體適							
				能的身體活動。							
九	第2單元飲食消	1	1. 了解臺灣飲食趨				【閱讀素養				
	費新趨勢		勢變動的可能因	體健康的影響因素。	與保健觀點看飲食趨	2. 紙筆評量	教育】				
	第 1 章健康飲食		素。	1a-IV-3 評估內在與外	勢。		閱 J7 小心求				
	趨勢		2. 分析現今臺灣外		Fb-Ⅳ-2 健康狀態影響		證資訊來				
			食、傳統食補及保		因素分析與不同性別者		源,判讀文				
			健食品對健康的影	, ,, ,, ,,	平均餘命健康指標的改		本知識的正				
			響,並介紹健康食	促進的生活型態。	善策略。		確性。				
			品應有之相關標								
			示,以及選購技								
1.		1	万。	1-171 7知为云深彩	H_ T7 1	1 细头细索	了				
九	第5單元神來之	1	1. 能了解保齡球運		Hc-IV-1 標的性球類運		【家庭教				
	手		動的基礎原理與規		動動作組合及團隊戰	* *	育】 宋 IS 又知由				
	第2章滾球趣—		則,並評估自我身		術。	3. 認知評量	家 J5 了解與				
	保齡球		體能力,表現個人 動作技術與應用策			4. 技能實作 5. 運動行為計	家人溝通互 動及相互支				
			野作技術 馬 馬 雨 雨 雨 雨 雨 雨 雨 雨 雨 雨 雨			3. 理動行為計 畫實踐表	野及相互支 持的適切方				
			一			重貝歧衣	式。				
			與 與 與 與 與 的 自 很 身 心	ガナイロ 貝 収 ルノノ 、		0. 江初干	1,				
			万 順 們 是 日 我 方 〇								

				課程架構脈絡			
拟翅柳和如	四二 四江 到 力 位	然 曲/	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
			表現,展現運動潛	2c-IV-2 表現利他合群			
			能。	的態度,與他人理性溝			
			2. 能理解保龄球運	通與和諧互動。			
			動的知識、技能原	2d-IV-2 展現運動欣賞			
			理與應用策略,採	的技巧,體驗生活的美			
			取整體系統性的全	感。			
			方位思考作為,應	3c-IV-1 表現局部或全			
			用適當的策略,進	身性的身體控制能力,			
			而完善的處理與解	發展專項運動技能。			
			決運動情境中的問	3d-IV-3 應用思考與分			
			題。	析能力,解決運動情境			
			3. 能了解保齡球運	的問題。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
			於活動中展現運動	計畫,實際參與身體活			
			禮節,具備運動的	動。			
			道德思辨和實踐能				
			力,以培養良好的				
			公民意識。				
			4. 能在保齡球相關				
			活動中展現自信樂				
			觀、勇於挑戰,以				
			及包容異己、相互				
			尊重的學習態度,				
			並運用民主方式進				
			行和諧溝通,相互				
			協助指導,發揮團				
			隊合作的學習精				
			神。				

				課程架構脈絡			
	昭二的江私夕 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2單元飲食消費新趨勢 第1章健康飲食 趨勢	1	1. 勢素 2. 食健響品 5. 以數素 2. 食健響品 5. 以傳聞 4. 以 6. 以 6	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。 2b-IV-2 樂於實踐健康	Ea-IV-3 從生態、媒體 與保健觀點看飲食趨勢。 Fb-IV-2 健康狀態影響 因素分析與不同性別者 平均餘命健康指標的改善策略。		【 教 閱 證 源 本 確 性 。
+	第5單元神來之手第2章滾球趣—保齡球	1	1.動則體動略與持表能 2.動理取方用而於能的,能作,實續現。能的與整位適完了基並力技養踐精, 理知應體思當善解礎評,術成的進展 解識用系考的的保原估表與自習自現 保、策統作策處齡理自現應發慣我運 齡技略性為略理談與我個用練,身動 球能,的,,與運規身人策習以心潛 運原採全應進解	基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動 2c-IV-1 展現運動 禮思 2c-IV-2 展動。 2c-IV-2 病質能力,實踐能力,實踐的與和人力,實驗的。 2d-IV-2 的數型是一般的,實驗性的,實驗性的身體控制。 3c-IV-1 表現時的,實於的,或分別,	Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。		【育家家動持式家】J5人及的。 解與互支方

				課程架構脈絡			
女 紹 和 の	B 二 由 江 和 夕 皎	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
			決運動情境中的問	3d-IV-3 應用思考與分			
			題。	析能力,解決運動情境			
			3. 能了解保齡球運	的問題。			
			動的相關禮儀,並	4d-IV-2 執行個人運動			
			於活動中展現運動	計畫,實際參與身體活			
			禮節,具備運動的	動。			
			道德思辨和實踐能				
			力,以培養良好的				
			公民意識。				
			4. 能在保齡球相關				
			活動中展現自信樂				
			觀、勇於挑戰,以				
			及包容異己、相互				
			尊重的學習態度,				
			並運用民主方式進				
			行和諧溝通,相互				
			協助指導,發揮團				
			隊合作的學習精				
			神。			_	
+-	第2單元飲食消	1	1. 知曉如何辨識消		Aa-IV-1 生長發育的自		【生命教
	費新趨勢		費資訊以選購合適		我評估與因應策略。	2. 紙筆評量	育】
	第2章「食」事		的健康產品,並力		Eb-IV-1 媒體與廣告中		生 J5 覺察生
	求「識」		行於生活中。	1a-Ⅳ-4 理解促進健康	健康消費資訊的辨識策		活中的各種
			2. 了解消費者的權	•	略。		迷思,在生
			益與應盡的義務,	範。	Eb-IV-3 健康消費問題		活作息、健
			成為理性、健康的		的解決策略與社會關		康促進、飲
			消費者。	决策與批判技能。	懷。		食運動、休
							閒娛樂、人

				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
教字别在	平 儿 兴 冶 期 石 柟	即數	字百日 保	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				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。	Fb-IV-2 健康狀態影響 因素分析與不同性別者 平均餘命健康指標的改 善策略。		我題值求道【教閱證源本縣是解 6 題前 7 資,知等行,決 素 心訊讀的等行,決 素 心訊讀的
+-	第6單元球之有道第1章疾風勁壘—棒壘球	1	1.動巧知並習作2.項習項中身3.作局的聯繫,技思,。出技於日邁。各,至轉的以能、以 跑巧其日個 式表身壘動及原發改 壘,他常人 跑現性球作相理展善 的並運生的 壘個的運技關,學動 各學動活人 動人身	基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風情 運運 評估的運動 風情	Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	 課堂觀察 二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二	本確【育品作際品體譽 配

				課程架構脈絡			
机倒扣和	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
			體控制能力,展現	3c-IV-1 表現局部或全			
			個人的運動潛能。	身性的身體控制能力,			
			4. 在壘指導員的指	發展專項運動技能。			
			揮下進行比賽時,	3d-IV-1 運用運動技術			
			具備戰術應用與表	的學習策略。			
			現的能力,同時培	3d-IV-3 應用思考與分			
			養良好人際關係與	析能力,解決運動情境			
			團隊合作精神。	的問題。			
				4d-IV-1 發展適合個人			
				之專項運動技能。			
十二	第2單元飲食消	1	1. 知曉如何辨識消	1a-IV-3 評估內在與外	Aa-IV-1 生長發育的自	1. 口頭評量	【生命教
	費新趨勢		費資訊以選購合適	在的行為對健康造成的	我評估與因應策略。	2. 紙筆評量	育】
	第2章「食」事		的健康產品,並力	衝擊與風險。	Eb-IV-1 媒體與廣告中		生 J5 覺察生
	求「識」		行於生活中。	1a-IV-4 理解促進健康	健康消費資訊的辨識策		活中的各種
			2. 了解消費者的權	生活的策略、資源與規	略。		迷思,在生
			益與應盡的義務,	範。	Eb-IV-3 健康消費問題		活作息、健
			成為理性、健康的	3b-IV-3 熟悉大部份的	的解決策略與社會關		康促進、飲
			消費者。	決策與批判技能。	懷。		食運動、休
				4a-IV-1 運用適切的健	Fb-Ⅳ-2 健康狀態影響		閒娛樂、人
				康資訊、產品與服務,	因素分析與不同性別者		我關係等課
				擬定健康行動策略。	平均餘命健康指標的改		題上進行價
					善策略。		值思辨,尋
							求解決之
							道。
							【閱讀素養
							教育】
							閱 J7 小心求
							證資訊來

				課程架構脈絡			
机倒地加	四二四十九月初	大	的切口压	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
							源,判讀文
							本知識的正
							確性。
十二	第6單元球之有	1	1. 能了解棒壘球運	1c-IV-1 了解各項運動	Hd-IV-1 守備/跑分性球	1. 課堂觀察	【品德教
	道		動中跑壘的動作技	基礎原理和規則。	類運動動作組合及團隊	2. 口語問答	育】
	第 1 章疾風勁壘		巧發展,以及相關	1c-IV-2 評估運動風	戰術。	3. 認知評量	品 J1 溝通合
	—棒壘球		知識與技能原理,	險,維護安全的運動情		4. 技能實作	作與和諧人
			並能反思、發展學	境。		5. 學習活動單	際關係。
			習策略,以改善動	1d-IV-1 了解各項運動			品 J2 重視群
			作技能。	技能原理。			體規範與榮
			2. 能做出跑壘的各	1d-IV-2 反思自己的運			譽。
			項動作技巧,並學	動技能。			
			習運用於其他運動	2c-Ⅳ-2 表現利他合群			
			項目或日常生活	的態度,與他人理性溝			
			中,保護個人的人				
			身安全。	2c-Ⅳ-3 表現自信樂			
			3. 藉由各式跑壘動				
			作技巧,表現個人				
			局部或全身性的身				
			體控制能力,展現				
			個人的運動潛能。	發展專項運動技能。			
			4. 在壘指導員的指				
			揮下進行比賽時,	• • • • •			
			具備戰術應用與表	= ' ' ' ' ' ' ' '			
			現的能力,同時培				
			養良好人際關係與				
1			團隊合作精神。	4d-IV-1 發展適合個人			
				之專項運動技能。			

				課程架構脈絡			
松朗扣加	四二 临江毛 力位	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
十三	第2單元飲食消	1	1. 知曉如何辨識消		Aa-IV-1 生長發育的自	1. 口頭評量	【生命教
	費新趨勢		費資訊以選購合適		我評估與因應策略。	2. 紙筆評量	育】
	第2章「食」事		的健康產品,並力		Eb-IV-1 媒體與廣告中		生 J5 覺察生
	求「識」		行於生活中。	la-IV-4 理解促進健康	健康消費資訊的辨識策		活中的各種
			2. 了解消費者的權	生活的策略、資源與規	略。		迷思,在生
			益與應盡的義務,	範。	Eb-IV-3 健康消費問題		活作息、健
			成為理性、健康的		的解決策略與社會關		康促進、飲
			消費者。	決策與批判技能。	懷。		食運動、休
				4a-IV-1 運用適切的健	Fb-IV-2 健康狀態影響		閒娛樂、人
				康資訊、產品與服務,	因素分析與不同性別者		我關係等課
				擬定健康行動策略。	平均餘命健康指標的改		題上進行價
					善策略。		值思辨,尋
							求解決之
							道。
							【閱讀素養
							教育】
							閱 J7 小心求
							證資訊來
							源,判讀文
							本知識的正
							確性。
十三	第6單元球之有	1	1. 能學會籃球三對	1c-IV-1 了解各項運動	Bc-IV-1 簡易運動傷害	1. 課堂觀察	【人權教
	道		三的進攻技術與策	基礎原理和規則。	的處理與風險。	2. 口語問答	育】
	第 2 章鬥陣特攻		略,並實際應用於	1c-IV-2 評估運動風	Hb-IV-1 陣地攻守性球	3. 技能實作	人 J3 探索各
	籃球		比賽或活動中。	險,維護安全的運動情	類運動動作組合及團隊	4. 運動行為計	種利益可能
			2. 能了解課本介紹	境。	戰術。	畫實踐表	發生的衝
			之進攻策略的發展	1d-IV-1 了解各項運動		5. 學習活動單	突,並了解
			與成因。	技能原理。			如何運用民

				課程架構脈絡			
拟翅扣加	四二加江利力位	大 山	超 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
			3. 在活動中了解個	1d-IV-2 反思自己的運			主審議方式
			别能力的差異性,	動技能。			及正當的程
			學習積極溝通、包	1d-IV-3 應用運動比賽			序,以形成
			容和接納他人的想	的各項策略。			公共規則,
			法。	2c-IV-2 表現利他合群			落實平等自
			4. 能遵守籃球規	的態度,與他人理性溝			由之保障。
			則,以培養守法、	通與和諧互動。			
			尊重他人和團隊合	2c-IV-3 表現自信樂			
			作之精神。	觀、勇於挑戰的學習態			
			5. 養成積極參與的	度。			
			態度,並集中注意	2d-IV-2 展現運動欣賞			
			力,隨時注意周遭	的技巧,體驗生活的美			
			環境安全。	感。			
			6. 能具備審美與表	3c-IV-1 表現局部或全			
			現的能力,培養賞	身性的身體控制能力,			
			析、建構和分享的	•			
			態度與能力,進而	3d-IV-1 運用運動技術			
			有效精進個人學習	的學習策略。			
			與挑戰個人極限。	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-3 規劃提升體適			
				能與運動技能的運動計			
				畫。			
				4d-IV-3 執行提升體適			
				能的身體活動。			

				課程架構脈絡			
払 餟 Hn 和	四二的江利力顿	公 •	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
十四	第3單元快樂人生開步走第1章與情緒過招 【第二次評量	1	1. 下變 2. 能調 4. 緒緒適所 4. 能,化能響點,個面,的宜所 4. 能響 5. 能過 4. 化 数 4. 的宜 6. 大 6. 数	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。 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行	Fa-IV-1 自我認同與自 我實現。 Fa-IV-4 情緒與壓力因	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【育生整個括理感與遇理體培命 好人向體理、定嚮人動適和 大性命與解能養務的,與性自、往的性切教 完各包心與由境,主,的
十四	第6單元球之有道第2章鬥陣特攻一籃球【第二次評量	1	三的進攻技術與策	Ic-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。 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-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊 戰術。	2. 口語問答	自【育人種發突如主及序公落由後親人】3利生,何審正,共實之觀、權 探益 並運議當以規平障的 權 索可的了用方的形則等。

				課程架構脈絡			
机锁地加	四二次十五月初	<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
			尊重他人和團隊合	2c-IV-3 表現自信樂			
			作之精神。	觀、勇於挑戰的學習態			
			5. 養成積極參與的	度。			
			態度,並集中注意	2d-IV-2 展現運動欣賞			
			力,隨時注意周遭	的技巧,體驗生活的美			
			環境安全。	感。			
			6. 能具備審美與表	3c-IV-1 表現局部或全			
			現的能力,培養賞	身性的身體控制能力,			
			析、建構和分享的	發展專項運動技能。			
			態度與能力,進而	3d-IV-1 運用運動技術			
			有效精進個人學習	的學習策略。			
			與挑戰個人極限。	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-3 規劃提升體適			
				能與運動技能的運動計			
				畫。			
				4d-IV-3 執行提升體適			
				能的身體活動。			
十五	第3單元快樂人	1	1. 能分析不同情境	1a-IV-2 分析個人與群	Fa-IV-1 自我認同與自	1. 口頭評量	【生命教
	生開步走		下,情緒的產生與	體健康的影響因素。	我實現。	2. 紙筆評量	育】
	第 1 章與情緒過		變化。	2a-IV-2 自主思考健康	Fa-IV-4 情緒與壓力因		生 J2 探討完
	招		2. 能意識到情緒可	問題所造成的威脅感與	應與調適的方案。		整的人的各
			能影響行為表現。	嚴重性。			個面向,包
				3b-IV-1 熟悉各種自我			括身體與心
				調適技能。			理、理性與

				課程架構脈絡			
女 餟 Hn 和	四二向江利 力 位	然 和	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
			3. 熟悉情緒調適技	4a-IV-2 自我監督、增			感性、自由
			能,並能運用其調	強個人促進健康的行			與命定、境
			適個人身心。	動,並反省修正。			遇與嚮往,
			4. 面對不同的情				理解人的主
			緒,能善用調適情				體能動性,
			緒的方法,以做出				培養適切的
			適宜的反應。				自我觀。
十五	第6單元球之有	1	1. 了解排球的基本	1c-IV-1 了解各項運動	Ha-IV-1 網/牆性球類運	1. 課堂觀察	【品德教
	道		防守技術,並實際	基礎原理和規則。	動動作組合及團隊戰	2. 口語問答	育】
	第 3 章防城如意		應用於比賽或活動	1d-IV-1 了解各項運動	術。	3. 技能實作	品 J1 溝通合
	—排球		中。	技能原理。		4. 認知評量	作與和諧人
			2. 能認識排球規	2c-IV-2 表現利他合群		5. 運動行為計	際關係。
			則,增加運動欣賞	的態度,與他人理性溝		畫實踐表	品 J2 重視群
			的能力。	通與和諧互動。		6. 學習活動單	體規範與榮
			3. 養成積極參與的	2c-IV-3 表現自信樂			譽。
			態度,並集中注意	觀、勇於挑戰的學習態			
			力,注意安全,避	度。			
			免運動傷害。	3c-IV-1 表現局部或全			
			4. 於比賽或活動中	身性的身體控制能力,			
			建立利他及合群的	發展專項運動技能。			
			知能與態度,培養	3d-IV-2 運用運動比賽			
			合作與互動的素	中的各種策略。			
			養。				
十六	第3單元快樂人	1	1. 分析生活中造成	1a-IV-2 分析個人與群	Fa-IV-1 自我認同與自	1. 口頭評量	【生命教
	生開步走		壓力來源的因素。	體健康的影響因素。	我實現。	2. 紙筆評量	育】
	第2章與壓力同		2. 能自主思考壓力	2a-IV-2 自主思考健康	Fa-IV-4 情緒與壓力因		生 J2 探討完
	行		對健康造成的影		應與調適的方案。		整的人的各
			響。	嚴重性。			個面向,包

				課程架構脈絡			
払 鍵 Hn 和	四二向江利 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
十六	第6單元球之有道第3章防城如意—排球	1	3. 能運用抗壓能力 技能,自我調適紓 解壓力。 4. 能根據不同的壓 力源,調整修正個 人的抗壓方法。	3b-IV-1 熟悉各種自我調過技能。 4a-IV-2 自我監督 的	學習內容 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 課堂觀察	哲理感與遇理體培自【育品作際品體譽質。外性命與解能養親品】I與關I2規。內體理、定嚮人動適觀品 滿和係 範與性自、往的性切。德 溝部。重與涵與性自、往的性切。德 溝諧。視與涵與由境,主,的 教 合人 群榮
十七	第3單元快樂人生開步走	1	大型動作 是工傷等或 是工傷等 是工態 是工作 是工作 是工作 是工作 是工作 是工作 是工作 是工作 是工作 是工作	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。	Fa-IV-1 自我認同與自 我實現。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【 生 命 教 育】

				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
	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	·		學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
	第2章與壓力同		2. 能自主思考壓力	2a-IV-2 自主思考健康	Fa-IV-4 情緒與壓力因		生 J2 探討完
	行		對健康造成的影	問題所造成的威脅感與	應與調適的方案。		整的人的各
			響。	嚴重性。			個面向,包
			3. 能運用抗壓能力	3b-IV-1 熟悉各種自我			括身體與心
			技能,自我調適紓	調適技能。			理、理性與
			解壓力。	4a-IV-2 自我監督、增			感性、自由
			4. 能根據不同的壓	強個人促進健康的行			與命定、境
			力源,調整修正個	動,並反省修正。			遇與嚮往,
			人的抗壓方法。				理解人的主
							體能動性,
							培養適切的
							自我觀。
十七	第6單元球之有	1	1. 認識手球及發展	1c-IV-1 了解各項運動	Cb-IV-2 各項運動設施	1. 課堂觀察	【法治教
	道		現況。	基礎原理和規則。	的安全使用規定。	2. 口語問答	育】
	第 4 章手到擒來		2. 能了解傳接球及	1c-IV-2 評估運動風	Cd-IV-1 户外休閒運動	3. 技能實作	法 J1 探討平
	—手球		射門的要領與方	險,維護安全的運動情	綜合應用。	4. 學習活動單	等。
			法。	境。			
				1d-IV-1 了解各項運動			
			動中傳接球及三步	技能原理。			
			射門的動作技能。	1d-IV-2 反思自己的運			
			4. 學習欣賞他人優	動技能。			
			點及能欣賞手球運	2c-IV-1 展現運動禮			
			動。	節,具備運動的道德思			
			5. 培養自我肯定、	辨和實踐能力。			
			遵守規則規範、尊	2c-IV-2 表現利他合群			
			重他人及團隊合作	的態度,與他人理性溝			
			之精神。	通與和諧互動。			

				課程架構脈絡			
机朗扣如	四二的 <i>江</i> 毛力位	然	超到口 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
				2c-IV-3			
十八	第3單元快樂人 生開步走 第3章身心健康 不迷惘	1	1. 認識青少年常見 的異常行為,能說 由自主思考,能說 出異常行為造成的 衝擊。		Fa-IV-4 情緒與壓力因 應與調適的方案。 Fa-IV-5 心理健康的促 進方法與異常行為的預 防方法。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【 人 權 教 育】 人 J6 正視社 會中的各種 歧視,並採

				課程架構脈絡			
机朗扣和	四二的江利力位	太	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
			2. 能透過增強傷傷 過增健健 過避健健 。 3. 針異常行為 對異常有同為 對異常行為 。 4. 針對異常行為 。 4. 針對 以 。 4. 針對 以 。 4. 對 以 。 4. 對 以 。 4. 對 以 。 4. 可 。 4. 可 4. 可 4. 可 4. 可 4. 可 4. 可 4. 可 4. 可	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務,	學習內容	(評量方式)	取行動來關懷與保護弱勢。
+^	第6單元球之有道第4章手到擒來——手球	1	1. 現之射法 3. 動射 4. 點動 5. 遵重之認 2. 射法 3. 動射 4. 點動 5. 遵重之 2. 射法 3. 動射 4. 點動 5. 遵重之 2. 静 4. 上, 4	基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險,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。 2c-IV-1 展現的道德 辨和實踐能力。 2c-IV-2 表現利他合群	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。	2. 口語問答	【法治教育】 法J1 探討平等。

				課程架構脈絡			
机朗扣如	四二的 <i>工</i> 手力位	然	超到口 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
				2c-IV-3 是 IV-1 字 是 IV-1 的 感 3c - IV-1 身 要 在 IV-1 的 感 3c - IV-1 的 原 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是			
十九	第3單元快樂人 生開步走 第3章身心健康 不迷惘	1	1. 認識青少年常見 的異常行為,並經 由自主思考,能說 出異常行為造成的 衝擊。		Fa-IV-4 情緒與壓力因 應與調適的方案。 Fa-IV-5 心理健康的促 進方法與異常行為的預 防方法。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【 人 權 教 育】 人 J6 正視社 會中的各種 歧視,並採

				課程架構脈絡			
加姆地名	四二十十九分	太小山	脚 羽 口 1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
			2. 能透過增強個人	2a-IV-2 自主思考健康			取行動來關
			心理來促進健康,	問題所造成的威脅感與			懷與保護弱
			預防異常行為的發	嚴重性。			勢。
			生。	3b-IV-2 熟悉各種人際			
			3. 針對異常行為,	溝通互動技能。			
			對他人能有同理	4a-IV-1 運用適切的健			
			心。	康資訊、產品與服務,			
			4. 針對異常行為能	擬定健康行動策略。			
			尋求醫療協助。	4a-IV-2 自我監督、增			
				強個人促進健康的行			
				動,並反省修正。			
十九	第6單元球之有	1	1. 能了解羽球正/	1c-Ⅳ-1 了解各項運動	Ha-IV-1 網/牆性球類運	1. 課堂觀察	【生涯規劃
	道		反手平抽球、正/	基礎原理和規則。	動動作組合及團隊戰	2. 口語問答	教育】
	第 5 章羽你有約		反手網前撲球之動	1c-IV-2 評估運動風	術。	3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	—羽球		作要領與運用時	險,維護安全的運動情		4. 認知評量	己的能力與
			機,並能透過練習	境。		5. 互評表	興趣。
			與反思增進動作技	1d-IV-1 了解各項運動		6. 分組討論	
			能。	技能原理。		7. 學習活動單	
			2. 能做到正確且流	1d-IV-2 反思自己的運			
			暢之正/反手平抽	動技能。			
			球、正/反手網前	2c-Ⅳ-2 表現利他合群			
			撲球動作, 並充分	的態度,與他人理性溝			
			實踐運用,進而有	通與和諧互動。			
			效提升身體 適能,	2c-IV-3 表現自信樂			
			養成規律運動習	觀、勇於挑戰的學習態			
			慣。	度。			
			3. 能了解個別差				
			異,養成尊重他人				

				課程架構脈絡			
th 朗 th to	四二的江利力顿	公 和	段 羽 口 4两	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
			之態度,透過合作	3c-IV-1 表現局部或全			
			學習解決學習歷程	身性的身體控制能力,			
			所面臨之問題,並	發展專項運動技能。			
			發揮團隊精神,促	3d-IV-2 運用運動比賽			
			進人際互動關係。	中的各種策略。			
				4d-IV-1 發展適合個人			
				之專項運動技能。			
廿	第3單元快樂人	1	1. 認識青少年常見	1a-IV-3 評估內在與外	Fa-IV-4 情緒與壓力因	1. 口頭評量	【人權教
	生開步走		的異常行為,並經	在的行為對健康造成的	應與調適的方案。	2. 紙筆評量	育】
	第 3 章身心健康		由自主思考,能說	衝擊與風險。	Fa-IV-5 心理健康的促		人 J6 正視社
	不迷惘		出異常行為造成的	2a-IV-2 自主思考健康	進方法與異常行為的預		會中的各種
	【第三次評量		衝擊。	問題所造成的威脅感與	防方法。		歧視,並採
	週】		2. 能透過增強個人	嚴重性。			取行動來關
			心理來促進健康,	3b-IV-2 熟悉各種人際			懷與保護弱
			預防異常行為的發	溝通互動技能。			勢。
			生。	4a-IV-1 運用適切的健			
			3. 針對異常行為,	康資訊、產品與服務,			
			對他人能有同理	擬定健康行動策略。			
			心。	4a-IV-2 自我監督、增			
			4. 針對異常行為能	強個人促進健康的行			
			尋求醫療協助。	動,並反省修正。			
廿	第6單元球之有	1	1. 能了解羽球正/	1c-IV-1 了解各項運動	Ha-IV-1 網/牆性球類運	1. 課堂觀察	【生涯規劃
	道		反手平抽球、正/	基礎原理和規則。	動動作組合及團隊戰	2. 口語問答	教育】
	第 5 章羽你有約		反手網前撲球之動	1c-IV-2 評估運動風	術。	3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	—羽球		作要領與運用時	險,維護安全的運動情		4. 認知評量	己的能力與
	【第三次評量		機,並能透過練習	境。		5. 互評表	興趣。
	週】		與反思增進動作技	1d-IV-1 了解各項運動		6. 分組討論	
			能。	技能原理。		7. 學習活動單	

				課程架構脈絡			
机朗扣如	四二 加江毛 力 位	<i>大</i> 大 山)	超 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
			2. 能做到正確且流	1d-IV-2 反思自己的運			
			暢之正/反手平抽	動技能。			
			球、正/反手網前	2c-IV-2 表現利他合群			
			撲球動作 ,並充分	的態度,與他人理性溝			
			實踐運用,進而有	通與和諧互動。			
			效提升身體適能,	2c-IV-3 表現自信樂			
			養成規律運動習	觀、勇於挑戰的學習態			
			慣。	度。			
			3. 能了解個別差	3c-IV-1 表現局部或全			
			異,養成尊重他人	身性的身體控制能力,			
			之態度,透過合作	發展專項運動技能。			
			學習解決學習歷程	3d-IV-2 運用運動比賽			
			所面臨之問題,並	中的各種策略。			
			發揮團隊精神,促	4d-IV-1 發展適合個人			
			進人際互動關係。	之專項運動技能。			
廿一	第1單元身體密	1	1. 藉由思考自己期	1a-IV-2 分析個人與群	Aa-IV-1 生長發育的自	1. 口頭評量	【生命教
	碼面面觀		待的理想樣貌,分		我評估與因應策略。	2. 紙筆評量	育】
	第2單元飲食消		析身體意象的影響	la-IV-3 評估內在與外	Ea-IV-3 從生態、媒體		生 J2 探討完
	費新趨勢		因素。	在的行為對健康造成的	與保健觀點看飲食趨		整的人的各
	第3單元快樂人		2. 思辨媒體或廣告	衝擊與風險。	勢。		個面向,包
	生開步走		中身體意象訊息,	la-IV-4 理解促進健康	Ea-IV-4 正向的身體意		括身體與心
	複習第1~3單元		澄清迷思。	生活的策略、資源與規	象與體重控制計畫。		理、理性與
	【休業式】		3. 認識BMI、腰臀	範。	Eb-IV-1 媒體與廣告中		感性、自由
			比、體脂肪。	1b-IV-2 認識健康技能	健康消費資訊的辨識策		與命定、境
			4. 理解過重或過輕	和生活技能的實施程序	略。		遇與嚮往,
			的健康風險。	概念。	Eb-IV-3@健康消費問題		理解人的主
			5. 理性分析體重控		的解決策略與社會關		體能動性,
			制行動意圖。	管理的行動策略。	懷。		

				課程架構脈絡			
拟的护加加	四二加江利力位	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
			6. 擬定體重控制行	2a-IV-2 自主思考健康	Fa-IV-1 自我認同與自		培養適切的
			動策略。	問題所造成的威脅感與	我實現。		自我觀。
			7. 能提出適合自己	嚴重性。	Fb-IV-1 全人健康概念		【生涯規劃
			自主健康管理的體	2a-IV-3 深切體會健康	與健康生活型態。		教育】
			重控制行動策略並	行動的自覺利益與障	Fb-IV-2 健康狀態影響		涯 J12 發展
			實踐。	礙。	因素分析與不同性別者		及評估生涯
			8. 了解飲食趨勢變	2b-IV-2 樂於實踐健康	平均餘命健康指標的改		決定的策
			動的可能因素。	促進的生活型態。	善策略。		略。
			9. 外食、傳統食補	3b-IV-1 熟悉各種自我			涯 J13 培養
			以及保健食品對健	調適技能。			生涯規劃及
			康的影響。	3b-IV-3 熟悉大部份的			執行的能
			10. 辨識消費資訊以	決策與批判技能。			力。
			選購合適的健康產				【人權教
			品。	康資訊、產品與服務,			育】
			11. 消費者的權益與	擬定健康行動策略。			人 J6 正視社
			義務。				會中的各種
			12. 不同情境下情緒				歧視,並採
			的產生與變化。				取行動來關
			13. 情緒可能影響行				懷與保護弱
			為表現。				勢。
			14. 熟悉情緒調適技				【閱讀素養
			能。				教育】
			15. 面對不同的情				閱 J7 小心求
			緒,能調整修正個				證資訊來
			人的情緒調適方				源,判讀文
			法。				本知識的正
			16. 造成壓力來源的				確性。
			因素。				

				課程架構脈絡			
ty 朗 thn fa	四二 均江利力 顿	た 事に	朗羽口1番	學習	重點	表現任務	融入議題
教学期程	単元與沽助名稱	即數	学習日標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習 17. 健息 18. 演 19. ,壓 常 18. 運 自 告 提 18. 演 上 成 抗 19. ,壓 常 內 下 內 下 內 下 內 下 內 下 內 下 內 下 內 下 內 下 內	學習表現	學習內容	(評量方式)	【育生整個括理感與遇理體培自生活迷活康食閒我題值生】J2的面身、性命與解能養我J5中思作促運娛關上思生 从向體理、定嚮人動適。覺的,息進動樂係進辨命 討的,與性自、往的性切 察各在、、、、等行,教 完各包心與由境,主,的 生種生健飲休人課價尋
サー	第4單元運動生活	1	1. 奥林匹克知識與情意精神原理。	1c-IV-1 了解各項運動 基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適能促進策 略與活動方法。	1. 課堂觀察 2. 口語問答	求解決之道。 【環境教育】

				課程架構脈絡			
机朗扣加	四二例汇制力位	<i>大</i> 大 山/	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
	第5單元神來之		2. 奥林匹克與永續	1c-IV-2 評估運動風	Ab-IV-2 體適能運動處	3. 認知評量	環 J4 了解永
	手		發展。	險,維護安全的運動情	方基礎設計原則。	4. 運動行為計	續發展的意
	第6單元球之有		3. 奥林匹克與藝術	境。	Bc-IV-1 簡易運動傷害	畫實踐表	義(環境、
	道		文化。	1c-IV-3 了解身體發展	的處理與風險。	5. 學習活動單	社會、與經
	複習第4~6單元		4. 能包容異己、和	與動作發展的關係。	Bc-IV-2 終身運動計畫	6. 技能實作	濟的均衡發
	【休業式】		諧溝通。	1d-IV-1 了解各項運動	的擬定原則。	7. 互評表	展)與原
			5. 欣賞並實踐運動	技能原理。	Cb-IV-2 各項運動設施	8. 認知測驗卷	則。
			中力與美。	1d-IV-2 反思自己的運	的安全使用規定。	9. 任務單	【生涯規劃
			6. 理解奧林匹克並		Cb-IV-3 奥林匹克運動	10. 分組討論	教育】
			實踐。	1d-IV-3 應用運動比賽	會的精神 。		涯 J3 覺察自
			7. 奥林匹克與永續	的各項策略。	Cd-IV-1 戶外休閒運動		己的能力與
			發展。	2c-IV-1 展現運動禮	綜合應用。		興趣。
			8. 日常生活中展現	節,具備運動的道德思	Ga-IV-1 跑、跳與推擲		涯 J13 培養
			奥林匹克的力與美	辨和實踐能力。	的基本技巧。		生涯規劃及
			學。	2c-IV-2 表現利他合群	Ha-IV-1 網/牆性球類運		執行的能
			9. 展現包容不同的	的態度,與他人理性溝	動動作組合及團隊戰		カ。
			力與美並相互尊	通與和諧互動。	術。		【品德教
			重。	2c-IV-3 表現自信樂	Hb-IV-1 陣地攻守性球		育】
			10. 欣賞並實踐運動	觀、勇於挑戰的學習態	類運動動作組合及團隊		品 J1 溝通合
			力與美。	度。	戰術。		作與和諧人
			11. 階梯和拳擊有氧	2d-IV-2 展現運動欣賞	Hc-IV-1 標的性球類運		際關係。
			動作要領與練習。	的技巧,體驗生活的美	動動作組合及團隊戰		品 J2 重視群
			12. 運用資訊增進階	感。	術。		體規範與榮
			梯與拳擊有氧技	3c-IV-1 表現局部或全	Hd-IV-1 守備/跑分性球		譽。
			能。	身性的身體控制能力,	類運動動作組合及團隊		【家庭教
			13. 培養尊重他人及	發展專項運動技能。	戰術。		育】
			互助精神。		Ib-IV-1 自由創作舞		家 J5 了解與
					蹈。		家人溝通互

				課程架構脈絡			
拟翅扣和	四二加江毛力位	大大 山	超 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
			14. 培養積極參與的	3c-IV-2 發展動作創作			動及相互支
			態度。	和展演的技巧,展現個			持的適切方
			15. 跳有氧舞蹈強化	人運動潛能。			式。
			體適能。	3d-IV-1 運用運動技術			【人權教
			16. 標槍及鉛球動作	的學習策略。			育】
			要領。	3d-IV-2 運用運動比賽			人 J3 探索各
			17. 學會標槍及鉛球	中的各種策略。			種利益可能
			動作技巧。	3d-IV-3 應用思考與分			發生的衝
			18. 養成練習時集中	析能力,解決運動情境			突,並了解
			注意力並注意安	的問題。			如何運用民
			全。	4c-IV-1 分析並善用運			主審議方式
			19. 養成積極參與態	動相關之科技、資訊、			及正當的程
			度,並注意安全。	媒體、產品與服務。			序,以形成
				4c-IV-2 分析並評估個			公共規則,
			合作精神。	人的體適能與運動技			落實平等自
			21. 保齡球之原理與				由之保障。
			規則。	畫。			【法治教
			22. 理解保齡球知				育】
			識、策略。	能與運動技能的運動計			法 J1 探討平
			23. 了解保齡球運動	=			等。
			禮儀。	4d-IV-1 發展適合個人			
			24. 在保齡球活動中	- · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			
				4d-IV-2 執行個人運動			
			習與包容異己。	計畫,實際參與身體活			
			25. 能做出跑壘動作				
			技巧。	4d-IV-3 執行提升體適			
			26. 藉由跑壘展現個	能的身體活動。			
			人潛能。				

				課程架構脈絡			
批閱出加	四二的江利力份	次 副	约 33 口 1	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
			78. 藉由壘指導員指				
			揮進行比賽。				
			28. 學會籃球三對三				
			進攻技術與策略。				
			29. 了解進攻策略發				
			展與成因。				
			30. 解個別能力差異				
			性。				
			31 能遵守籃球規				
			則。				
			32養成積極參與態				
			度。				
			33能具備審美與表				
			現能力。				
			34了解排球防守。				
			35將排球防守運用				
			比賽。				
			36增加運動欣賞能				
			カ。				
			37認識手球。				
			38傳接球及射門要				
			領與方法。				
			39會傳接球、跑動				
			中傳接球及三步射				
			門。				
			40學習欣賞他人優				
			點。				

				課程架構脈絡			
教學期程	單元與活動名稱	節數	(大山) (田田) III	學習	重點	表現任務	融入議題 實質內涵
教学期程	平儿兴冶 助石柵	即数	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	
			41培養自我肯定、				
			遵守規則規範、尊				
			重他人及團隊合作				
			精神。				
			42羽球正/反手平				
			抽球、正/反手網				
			前撲球之動作要領				
			與運用時機。				
			43能做到正確且流				
			暢之正/反手平抽				
			球、正/反手網前				
			撲球動作。				
			44. 成尊重他人之態				
			度。				

- ◎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。
- ◎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 學年度第二學期九年級健體(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)	九年級	教學節數	健康每週(1)節,本學期共(17)節。 體育每週(1)節,本學期共(17)節。
課程目標	第1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 4. 5. 6. 7. 8. 4. 5. 6. 7. 8. 4. 5. 6. 7. 8. 4. 5. 6. 7. 8. 4. 5. 6. 7. 8. 4. 5. 6. 7. 8. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 第2. 3. 4. 2. 3. 3. 4. 2. 3. 3. 4. 2. 3. 3. 4. 3. 3. 4. 3. 3. 4. 3. 3. 4. 3. 3. 3. 4. 3. 3. 3. 4. 3. 3. 3. 4. 3. 3. 3. 3. 4. 3. 3. 3. 3. 4. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3.	万範悉受為環球也的解康, 本引支,擊方支知為,度及的境造球歷洪行並 技導巧並動守術識與避,對態問成環程洪行並 巧學,引作技的與非免並個度題的境,實增立 ,生並導的術要基預性能人,,影,學健進健 當序試生關以與切期危在健並以響並習康自康 試漸、循知及方球懷害未康能及,能如伊行我生 試漸、循知及方球	是 中 中 中 中 中 中 中 中 中 中 中 中 中	· 善 為響的動 。 奉 並 析動。 。 本 並 析動。 。 如 。 必 愛寶 及作 球際守技 飲 飲 飲 飲 飲 飲 飲 飲 飲 飲 飲 飲 飲 飲 飲 飲 飲 飲 飲	的感染。 方法。 五子勢,並依賽況運用戰術。 賽或活動中。 守要領。
	9. 了解排球的攔網基 10. 透過單槓抓握技巧 11. 認識武術防禦八大	與懸垂、落地技	術,學習控制身體,	使其協調穩定。	0
該學習階段 領域核心素養	健體-J-A1 具備體育 輕言放棄。	與健康的知能與	態度,展現自我運動	與保健潛能,探	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
双子 为在	平儿兴石切石供	即数	子白口你	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
_	第1單元「性」	1	1. 理解性衝動是一	la-Ⅳ-4 理解促進健康	Db-IV-2 青春期身心變	1. 情意評量	【性別平等
	福方程式		種生理欲望的本能	生活的策略、資源與規	化的調適與性衝動健康	2. 認知評量	教育】
	第 1 章青春		表現,但可以透過	範。	因應的策略。		性 J6 探究各
	「性」福頌		理性來管理與控	1b-IV-2 認識健康技能	Db-IV-6 青少年性行為		種符號中的
			制,學習以健康的	和生活技能的實施程序	之法律規範與明智抉		性別意涵及
			方式來自我管理欲	概念。	擇。		人際溝通中
			望與衝動。	2b-IV-1 堅守健康的生	Db-IV-7 健康性價值觀		的性别問
				活規範、態度與價值	的建立,色情的辨識與		題。
				觀。	色情訊息的批判能力。		
				3b-IV-3 熟悉大部份的			
				決策與批判技能。			
_	第4單元親水之	1	1. 認識水域休閒活	1c- IV -2 評估運動風	Bc-IV-1 簡易運動傷害	1. 課堂觀察	【海洋教
	旅		動的種類。	險,維護安全的運動情	的處理與風險規避。	2. 口語問答	育】
	第 1 章水域嬉遊		2. 了解參與水域活	境。	Cb-IV-2 各項運動設施	3. 實作練習	海 J1 參與多
	——水域休閒		動的安全注意事	2c-IV-2 表現利他合群	的安全使用規定。	4. 討論分享	元海洋休閒
			項。	的態度,與他人理性溝	Cc-Ⅳ-1 水域休閒運動		與水域活
				通與和諧互動。	綜合應用。		動,熟練各

				課程架構脈絡			
业 與 Ho 和	出二向江和夕顷	然 舭	超羽口播	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. 學會基礎浮潛活	3c-IV-1 表現局部或全			種水域求生
			動技能。	身性的身體控制能力,			技能。
			4. 知道浮潛活動的	發展專項運動技能。			海 J2 認識並
			裝備及功能。	3d-IV-3 應用思考與分			参與安全的
			5. 能與同伴討論分	析能力,解決運動情境			海洋生態旅
			享並在活動中展現	的問題。			遊。
			團隊默契。	4d-IV-3 執行提升體適			【安全教
				能的身體活動。			育】
							安 J3 了解日
							常生活容易
							發生事故的
							原因。
<u> </u>							_
三	第1單元「性」	1	1. 了解青少年懷孕		Db-IV-2 青春期身心變		【性别平等
	福方程式		可能面對的挑戰與	生活的策略、資源與規	化的調適與性衝動健康	2. 認知評量	教育】
	第 1 章青春		選擇,願意慎重面		因應的策略。		性 J6 探究各
	「性」福頌			1b-IV-2 認識健康技能	Db-IV-6 青少年性行為		種符號中的
			有決定,並勇於尋		之法律規範與明智抉		性別意涵及
			求外在資源協助。	概念。	擇。		人際溝通中
				2b-IV-1 堅守健康的生	Db-IV-7 健康性價值觀		的性别問
				活規範、態度與價值	的建立,色情的辨識與		題。
				觀。	色情訊息的批判能力。		
				3b-IV-3 熟悉大部份的			
	kk 4 111 - 111 1	1	1 10 11 11 11 4. 11 11	決策與批判技能。 1	CI TI O A U — t m t	1 \m \l/ db \m \m^2	
三	第4單元親水之	1	1. 認識仰式動作特		Cb-IV-3 奥林匹克運動		【生涯規劃
	旅		色,並了解國內外		會的精神。	2. 口語問答	教育】
	第 2 章徜徉水面		選手仰式競賽成績		Gb-IV-2 游泳前進 25 公		
	——游泳		紀錄。	技能原理。	尺(需換氣5次以上)。	4. 認知測驗卷	

				課程架構脈絡			
ty 競 Hn 10	四二 临江和 夕顿	公 •	超羽口	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. 認識仰式新版出	1d-IV-2 反思自己的運		5. 運動行為計	涯 J3 覺察自
			發及轉身競賽規	動技能。		畫實踐表	己的能力與
			則。	2c- IV -3 表現自信樂		6. 學習活動單	興趣。
			3. 學習仰式打水、	觀、勇於挑戰的學習態			
			划手、手腳配合的	度。			
			動作要領,以及練	4c-IV-1 分析並善用運			
			習的方法。(1)打水	動相關之科技、資訊、			
			練習:岸上打水、	媒體、產品與服務。			
			池邊打水、兩人一				
			組浮具打水、仰漂				
			打水及雙手夾於頭				
			部兩側打水。(2)划				
			手練習:岸上站立				
			划手、躺在池邊或				
			看臺上划手、兩人				
			一組划手、夾浮板				
			或浮球划手。(3)手				
			腳配合練習:先進				
			行仰式打水,讓身				
			體浮在水面上且能				
			穩定前進再練習單				
			邊划手,確認兩邊				
			划手都能穩定前進				
			再進行兩手交替划				
TII)	始 1 昭二 「灿	1	手。	10 TV 9 並从由大切り	Db TV O 恶兴六五廿六	1 桂辛拉旦	【 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1
四	第1單元「性」 福方程式	1		1a-IV-3 評估內在與外	Db-IV-8 爱滋病及其它	· ·	【人權教
	佃刀狂玐		關迷思,認識性傳染病的嚴重性與對		性病的預防方法與關懷。	4. 秘州計里	月』

				課程架構脈絡			
业 朗 山 印	出二向江和夕顿	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
	第2章性病防護		生活品質的影響,	2a-IV-2 自主思考健康			人 J6 正視社
	網		了解並願意採取正	問題所造成的威脅感與			會中的各種
			確的預防方法。	嚴重性。			歧視,並採
				4b-Ⅳ-3 公開進行健康			取行動來關
				倡導,展現對他人促進			懷與保護弱
				健康的信念或行為的影			勢。
				響力。			
四	第4單元親水之	1	1. 認識單臂划手及	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
	旅		一手六腳等仰式練	基礎原理和規則。	會的精神。	2. 口語問答	教育】
	第 2 章徜徉水面		習方法。	ld-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		2. 認識仰式新版出	技能原理。	尺(需換氣5次以上)。	4. 認知測驗卷	己的能力與
			發及轉身競賽規	1d-IV-2 反思自己的運		5. 運動行為計	興趣。
			則。	動技能。		畫實踐表	
			3. 能積極運用學會	2c- IV -3 表現自信樂		6. 學習活動單	
			之游泳技能,發揮	觀、勇於挑戰的學習態			
			團隊合作精神,享	度。			
			受水中遊戲樂趣。	4c-IV-1 分析並善用運			
				動相關之科技、資訊、			
				媒體、產品與服務。			
五	第1單元「性」	1	1. 澄清性傳染病相	la-IV-3 評估內在與外	Db-IV-8 愛滋病及其它	1. 情意評量	【人權教
	福方程式		關迷思,認識性傳		性病的預防方法與關	2. 認知評量	育】
	第2章性病防護		染病的嚴重性與對	衝擊與風險。	懷。		人 J6 正視社
	網		生活品質的影響,				會中的各種
			了解並願意採取正				歧視,並採
			確的預防方法。	嚴重性。			取行動來關
			2. 建立關懷與支持	4b-IV-3 公開進行健康			懷與保護弱
			爱滋感染者的態	倡導,展現對他人促進			勢。

				課程架構脈絡			
址 键 Hn 和	四二内江利 夕仰	然 和	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
			度,願意參與並倡	健康的信念或行為的影			
			議愛滋關懷行動。	響力。			
五	第5單元瞄準目	1	1. 了解高爾夫運動	1c-IV-1 了解各項運動	Hc-IV-1 標的性球類運	1. 課堂觀察	【生涯規劃
	標		相關之基礎原理與	基礎原理和規則。	動動作組合與團隊戰	2. 口語問答	教育】
	第1章推心置腹		規則,並評估自我	2c- IV -1 展現運動禮	術。	3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	——高爾夫		身體能力,表現個	節,具備運動的道德思		4. 習題:作畫	己的能力與
			人組合動作的技術	辨和實踐能力。		5. 運動賞析紀	興趣。
			與應用策略,養成	2d-IV-1 了解運動在美		錄表	
			自發練習與實踐的	學上的特質與表現方			
			習慣,以持續精進	式。			
			自我身心表現,展	3c-Ⅳ-1 表現局部或全			
			現運動潛能。	身性的身體控制能力,			
			2. 能應用思考與分	發展專項運動技能。			
			析能力並善用校園	3d-IV-3 應用思考與分			
			環境有限的資源,	析能力,解決運動情境			
			規畫與擬定體驗高	的問題。			
			爾夫運動的方式,				
			有效解決運動情境				
			的問題,以培養執				
			行並發揮主動學習				
			與創新求變的能				
			力。				
			3. 能做到欣賞高爾				
			夫運動的基本禮儀				
			和力與美的特質,				
			並在活動中展現審				
			美與表現的能力,				

				課程架構脈絡			
拟倒机加加	四二 加江 毛力位	佐 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
			以增進生活中的豐				
			富性與美感體驗。				
			4. 能在高爾夫相關				
			活動中展現自信樂				
			觀、勇於挑戰與包				
			容異己,相互尊重				
			之學習態度,並運				
			用民主方式進行合				
			諧溝通,相互協助				
			指導,發揮團隊合				
		-	作學習精神。	1 77 0 10 11 11 15 11	N TT O & W L A II L	1 1 +	7 . 116 h.
六	第1單元「性」	1	1. 建立關懷與支持		Db-IV-8 愛滋病及其它		【人權教
	福方程式		爱滋感染者的態	在的行為對健康造成的		2. 認知評量	育】
	第2章性病防護		度,願意參與並倡		懷。		人 J6 正視社
	網		議愛滋關懷行動。	2a-IV-2 自主思考健康			會中的各種
				問題所造成的威脅感與嚴重性。			歧視,並採
				厳 単性。 4b-IV-3 公開進行健康			取行動來關懷與保護弱
				倡導,展現對他人促進			勢。
				健康的信念或行為的影			7
				響力。			
六	第5單元瞄準目	1	1. 能理解撞球運動	1c-IV-1 了解各項運動	Hc-IV-1 標的性球類運	1. 課堂觀察	【生涯規劃
	標		的知識、技能原理	. ,	動動作組合與團隊戰		教育】
	第2章一桿入袋		與應用策略,採取		術。	3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	——撞球		整體系統性的全方	身性的身體控制能力,	. •	4. 認知習題	己的能力與
			位思考作為,應用	· ·		5. 踏查探究作	興趣。
			適當的策略,進而			業紀錄表	【品德教
				的學習策略。			育】

				課程架構脈絡			
址 餟 Hn 和	四二 向江毛 力 位	然 和	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
			完動 2. 析環規球效問並創 3. 動觀容之用通導處境應力有與動決,揮求在展勇己習主相發理中用並限擬的運以主變撞現於,態方互揮與的思善的定方動培動的球現挑相度式互團解問考用資體式情養學能相自戰互,合協隊決題與校源驗,境執習力關信與尊並諧助合運。分園,撞有的行與。活樂包重運溝指作運。分園,撞有的行與。活樂包重運溝指作				品月 溝通合作與和路縣係。
セ	第2單元綠色生 活愛地球 第1章全民總動 員 【第一次評量 週】	1	學習精神。 1. 了解及關心全球 及臺灣目前,理解 環境問題 環境問題對人類健康 造成的可能危害。	在的行為對健康造成的 衝擊與風險。	Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。 Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	1. 認知評量2. 情意評量	【國際教育】 國J1 理解我 國發展和全 球之關聯 性。

				課程架構脈絡			
 数學期程	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
我于别在	十九六九初九份	W 30	于日日州	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
教學期程	單元與活動名稱	節	学習目標	學習表現 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。	學習內容	(評量方式)	國全展國全並發行【育環續義社濟展則環合續景質 J球之 J球構展動 環 J4 發(會的)。 J5 國發與內 0 永急 2 議思的案境 了展環、均 了推展勢涵 了續。探題永在。境 解的境與衡與 解動的。解發 索,續地 教 永意、經發原 聯永背
							環J8 了解 灣及 面 選 生 全 社 對 的 能 的 機 親 般 般 般 候 候 候 候 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。

				課程架構脈絡			
拟斑扣如	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
							環 J9 了解氣
							候變遷減緩
							與調適的涵
							義,以及臺
							灣因應氣候
							變遷調適的
							政策。
セ	第6單元精益球	1	1. 了解棒壘球運動		Hd-Ⅳ-1 守備/跑分性	1. 課堂觀察	【品德教
	精		的規則,以及進階		球類運動動作組合及團	2. 口語問答	育】
	第 1 章比手畫腳		打擊動作的相關知	. , . ,	隊戰術。	3. 技能實作	品 J1 溝通合
	——棒壘球		識與技能原理,並			4. 學習單	作與和諧人
	【第一次評量		能反思、發展學習				際關係。
	週】		策略,改善動作技				
			能。	1d-IV-2 反思自己的運			
			2. 能做出棒壘球打				
			擊戰術短打、打帶				
			跑等動作,表現個				
			人局部或全身性的	· ·			
			身體控制能力,展				
			現個人的運動潛				
			能。	2c- IV -3 表現自信樂			
				觀、勇於挑戰的學習態			
				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-2 運用運動比賽			
				中的各種策略。			

				課程架構脈絡			
th 朗 Hn 和	四二内江利力位	然 和	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
八	第2單元綠色生活愛地球 第1章全民總動	1	1. 分析及消費及消費及利費及利費及利費及利費及的。 對數、 以數 與 是 互 影響。	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。	Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。	(評量方式)	實質

				課程架構脈絡			
女 餟 Hn 和	四二向江利 夕 位	然 副。	段 羽 口 1两	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
							環合續景環灣及面遷與環候與義灣變J5 國發與J8 生社對的韌J9 變調,因遷了推展勢了態會氣脆性了遷適以應調解動的。解環發候弱 解減的及氣適聯永背 臺境展變性 氣緩涵臺候的聯水背
	No. of the second						政策。
八	第6單元精益球 精 第1章比手畫腳 ——棒壘球	1	1.擊況夠人全 2.運運人能暗運於及。能用動人 賞術,保人 表棒養團球依並護身 現壘良隊 以際時期關係	基礎原理和規則。 1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。 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	Hd-IV-1 守備/跑分性 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. 認知測驗卷 (白紙)	【 高 德 教 育】 品 JI 溝通合 作關係。

				課程架構脈絡			
弘 與 Hn 和	四二 均江利 力硕	公由	超羽口上	學習	重點	表現任務	融入議題
教字期柱	单 九兴活勤名稱	即數	字首日标	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標作精神,並精進、挑戰個人能力。	學習表現 2c-IV-2 表現利他合群 現人理的。 2c-IV-3 表現人理的與和語 2c-IV-3 表現的學習。 2c-IV-3 表現的學問。 3c-IV-1 表現的學習。 3c-IV-1 表現的學習。 3d-IV-2 專性的身運動, 發展專項運動, 3d-IV-2 專用, 對於一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個,	學習內容	(評量方式)	實質內涵
九	第2單元綠色生 活愛地球 第1章全民總動 員	1	1. 探究臺灣視 環 東 環 東 東 東 東 東 東 明 明 日 田 田 田 田 田 田 田 田 田 田 田 田 田 田 田 田 田	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-3 熟悉大部份的	關問題改善策略與資源。	1. 認知與技能 評量 2. 情意評量	【育國國球性國全展國全並國】J1發之。 J球之 J12 議思際解和關 了續。探題永報 我全聯 解發 索,續

				課程架構脈絡			
机钳扣和	四二的江利力位	然	键 ISI n Life	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
							發展的在地
							行動方案。
							【環境教
							育】
							環 J4 了解永
							續發展的意
							義(環境、
							社會、與經
							濟的均衡發
							展)與原
							則。
							環 J5 了解聯
							合國推動永
							續發展的背
							景與趨勢。
							環 J8 了解臺
							灣生態環境
							及社會發展
							面對氣候變
							遷的脆弱性
							與韌性。
							環 J9 了解氣
							候變遷減緩
							與調適的涵
							義,以及臺
							灣因應氣候
							變遷調適的
							政策。

				課程架構脈絡			
女 與 Hn 和	四二 向江利 力位	な 事に	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
九	第6單元精益球	1	1. 能學會籃球三對	1c-IV-1 了解各項運動	Bc-IV-1 簡易運動傷害	1. 課堂觀察	【人權教
	精		三的防守技術與策	基礎原理和規則。	的處理與風險規避。	2. 口語問答	育】
	第2章防禦陣線		略,並實際應用於	1c- IV -2 評估運動風	Hb-Ⅳ-1 陣地攻守性球	3. 技能實作	人 J3 探索各
	聯盟——籃球		比賽或活動中。	險,維護安全的運動情	類運動動作組合及團隊	4. 運動行為計	種利益可能
			2. 能了解所介紹的	境。	戰術。	畫實踐表	發生的衝
			防守策略的發展與	ld-IV-1 了解各項運動		5. 學習單	突,並了解
			成因。	技能原理。		6. 運動行為計	如何運用民
			3. 在活動中了解個	1d-IV-2 反思自己的運		畫實踐表	主審議方式
			别能力的差異性,	動技能。			及正當的程
			學習積極溝通、包	1d-Ⅳ-3 應用運動比賽			序,以形成
			容和接納他人的想	的各項策略。			公共規則,
			法。	2c-IV-2 表現利他合群			落實平等自
			4. 能遵守籃球規	的態度,與他人理性溝			由之保障。
			則,以培養守法、	通與和諧互動。			
			尊重他人和團隊合	2c- IV -3 表現自信樂			
			作之精神。	觀、勇於挑戰的學習態			
			5. 養成積極參與的	度。			
			態度,並集中注意	2d-IV-2 展現運動欣賞			
			力隨時注意周遭環	的技巧,體驗生活的美			
			境安全。	感。			
			6. 能具備審美與表	3c-IV-1 表現局部或全			
			現的能力,培養賞	身性的身體控制能力,			
			析、建構和分享的	發展專項運動技能。			
			態度與能力,進而	3d-Ⅳ-1 運用運動技術			
			有效精進個人學習	的學習策略。			
			與挑戰個人極限。	3d-Ⅳ-2 運用運動比賽			
				中的各種策略。			

				課程架構脈絡			
拟朗扣如	四二加江和力位	次 副	俊 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
				3d-IV-3 應用思考與分			
				析能力,解決運動情境			
				的問題。			
				4c-Ⅳ-3 規劃提升體適			
				能與運動技能的運動計			
				畫。			
				4d-IV-3 執行提升體適			
				能的身體活動。			
+	第2單元綠色生	1	1. 覺察個人日常消		Ca-IV-3 環保永續為基	1. 認知與技能	【國際教
	活愛地球		費行為對環境的影		礎的綠色生活型態。	評量	育】
	第 2 章做個有型		響,並體認個人行	範。	Ea-IV-3 從生態、媒體	2. 情意評量	國 J1 理解我
	的地球人		為有助於維繫健康	2a-IV-3 深切體會健康	與保健觀點看飲食趨		國發展和全
			環境。	行動的自覺利益與障	勢。		球之關聯
			2. 分析自身促進環				性。
			境保護行動,在不				國 J10 了解
			同情境下的有利因				全球永續發
			素與障礙因素。	技能,解決健康問題。			展之理念。
				4b-IV-3 公開進行健康			國 J12 探索
				倡導,展現對他人促進			全球議題,
				健康的信念或行為的影			並構思永續
				響力。			發展的在地
							行動方案。
							【環境教
							育】
							環 J4 了解永
							續發展的意
							義(環境、
							社會、與經

				課程架構脈絡			
弘 鍜 Hn 和	四二内江利 夕 位	節數	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		學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
+	第6單元精益球	1	1. 了解球星發展的	1c-IV-1 了解各項運動	Cb-IV-2 各項運動設施	1. 課堂觀察	齊展則環界增供的題環產週其跡及【的)。 J6人加給水。 J1品期生、碳生均與 了口、與 5的, 水足涯衡與 解數糧營續 認生探態足。規發原 世量食養議 識命討足跡 劃
1	精第3章手腦並用 一一手球	1	1. 小路歷程。 2. 能好的要領於 2. 能術的要領 技術。 3. 學會防守基本 3. 學會防守人 要領。	基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	的安全使用規定。 Cd-IV-1 戶外休閒運動 綜合應用。 Hb-IV-1 陣地攻守性球 類運動動作組合及團隊 戰術。	2. 口語問答	教育】 涯 J3 覺察自己的 題趣。

				課程架構脈絡			
北	出二向江和夕顿	然 舭	段羽口播	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
				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。			
				2d-IV-2 展現運動欣賞			
				的技巧,體驗生活的美			
				感。			
				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-2 運用運動比賽			
				中的各種策略。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
1	炒 0 里	1	1 四点・コーン は	動。	CTIO型归立体为甘	1 27 6 25 16 46	V 150 1707 41
+-	第2單元綠色生	1	1. 因應不同生活情	1a-IV-4 理解促進健康	Ca-IV-3 環保永續為基		【國際教
	活愛地球		境,運用適合的生	生活的策略、資源與規	礎的綠色生活型態。 Fo RV 2 W A b b は 関	評量	育】
	第2章做個有型		活技能,促進環境	範。 9。取9 波切聯合伊度	Ea-IV-3 從生態、媒體	4.	國JI 理解我
	的地球人		保護行為實踐於日	2a-IV-3 深切體會健康	與保健觀點看飲食趨		國發展和全
	【第二次評量 週】		常生活中。	行動的自覺利益與障 礙。	勢。		球之關聯
	꼬!			" 以 "			1土。

				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
秋 于州任	十九六石幼石州	即数	于日口你	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				3b-IV-4 因應不同的生			國 J10 了解
				活情境,善用各種生活			全球永續發
				技能,解決健康問題。			展之理念。
				4b-IV-3 公開進行健康			國 J12 探索
				倡導,展現對他人促進			全球議題,
				健康的信念或行為的影			並構思永續
				響力。			發展的在地
							行動方案。
							【環境教
							育】
							環 J4 了解永
							續發展的意
							義(環境、
							社會、與經
							濟的均衡發
							展)與原
							則。
							環 J6 了解世
							界人口數量
							增加、糧食
							供給與營養
							的永續議
							題。
							環 J15 認識
							產品的生命
							週期,探討
							其生態足

				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	平九兴石切石 将	以 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
							跡、水足跡 及碳足跡。
+-	第 6 單元精 3 章手 3 章	1	過溝通及反思,以 那強團隊攻守默契 及技能。 2.學習欣賞他人優 點及能體驗手球運 動的力與美。	1c-IV-2 評估運動風險,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。	的安全使用規定。	2. 口語問答	生育 J3 的趣 題 自與

				課程架構脈絡			
教學期程	留二囱江私夕 较	節數	學習目標	學習	重點	表現任務	融入議題
教字期程	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
				3d-IV-2 運用運動比賽			
				中的各種策略。			
				4d-Ⅳ-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
				動。			
十二	第2單元綠色生	1	1. 公開倡導環境保	1a-IV-4 理解促進健康	Ca-IV-3 環保永續為基	1. 認知評量	【國際教
	活爱地球		護行動,展現自身	生活的策略、資源與規	礎的綠色生活型態。	2. 情意評量	育】
	第 2 章做個有型		影響力。	範。	Ea-IV-3 從生態、媒體		國 J1 理解我
	的地球人			2a-Ⅳ-3 深切體會健康	與保健觀點看飲食趨		國發展和全
				行動的自覺利益與障	勢。		球之關聯
				礙。			性。
				3b-IV-4 因應不同的生			國 J10 了解
				活情境,善用各種生活			全球永續發
				技能,解決健康問題。			展之理念。
				4b-IV-3 公開進行健康			國 J12 探索
				倡導,展現對他人促進			全球議題,
				健康的信念或行為的影			並構思永續
				響力。			發展的在地
							行動方案。
							【環境教
							育】
							環 J4 了解永
							續發展的意
							義(環境、
							社會、與經
							濟的均衡發
							展)與原
							則。

	課程架構脈絡										
业组出口	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				
	符合品二性光小	1	1 此 7 知 占 计 寓 私	1。W 1 フ切々で選金	Ho TV 1 /m /U市 Ju Ta 米石 宝	1 知此協家	環界增供的題環產週其跡及了口、與了日、與新生物。 J15的, 水足質解數糧營績 認生探態足。提世量食養議 識命討足跡 割				
+=	第6單元精益球精 第4章乒乓旋風 —— 桌球		之相關知識 籍題 基本 各 題 理 正 確 動 作 技 能 要 的 , 於 實 與 競 實 中 民 明 現 就 要 的 , 民 明 明 就 要 的 , 民 明 明 说 。	Ic-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。 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-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。		【教涯己興 生涯別 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是				

				課程架構脈絡			
业组出口	昭二向江私夕 顿	公业	段羽口抽	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
				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。			
十三	第3單元健康生	1	1. 了解健康生活方	1b-IV-3 因應生活情境			【生命教】
	活實踐家		式對健康的影響	的健康需求,尋求解決		2. 技能評量	育】
	第 1 章健康我最		力,並且能在生活	的健康技能和生活技	持與實踐策略。		生 J5 覺察生
	型		中實踐健康生活型	能。	Fb-Ⅳ-3 保護性的健康		活中的各種
			能。	2a-IV-2 自主思考健康	行為。		迷思,在生
			2. 熟悉生活技能概				活作息、健
			念,並能運用生活				康促進、飲
			技能解決日常生活 中的健康問題,提				食運動、休 閒娛樂、人
			一中的健康问题,捉 一高施行健康行為的				我關係等課
			同他们健康们為的 自我效能。	4a-IV-2 自我監督、增			租上進行價
			日秋双肥	強個人促進健康的行			选工进行 慎 值 思辨 , 尋
				動,並反省修正。			求解決之
				功业人自己工			道。
十三	第6單元精益球	1	1. 透過持續學習,	1c-IV-1 了解各項運動	Ha-IV-1 網/牆性球類運	1. 課堂觀察	【生涯規劃
	精	_	感受桌球運動的樂	. ,	動動作組合及團隊戰		教育】
	第4章乒乓旋風		趣,同時技能與體	1c-IV-2 評估運動風	術。	3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	—— 桌球		適能皆獲得提升與	險,維護安全的運動情	•	4. 『「桌」對	己的能力與
				境。		廝殺』學習單	興趣。

				課程架構脈絡			
松朗扣加	四二 均江利 力位	然 邮	段羽口抽	學習	重點	表現任務	融入議題
教字 期柱	単九與活動名稱	即數	字首日保	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
教學期程 一 一 四	單元與活動名	節數	學,運	Id-IV-1 对	Da-IV-4 健康姿勢、規	5. 我的個人戰 術表	實質 型型 型型 型型 型型 型型 型型 型型 型型 型型 型

				課程架構脈絡			
如餅和如	四二 临江毛 力位	な 事に	段 羽 口 1两	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
				3b-Ⅳ-4 因應不同的生			閒娛樂、人
				活情境,善用各種生活			我關係等課
				技能,解決健康問題。			題上進行價
				4a-IV-2 自我監督、增			值思辨,尋
				強個人促進健康的行			求解决之
				動,並反省修正。			道。
十四	第6單元精益球	1	1. 了解排球的攔網	1c-Ⅳ-1 了解各項運動	Ha-IV-1 網/牆性球類運	1. 課堂觀察	【品德教
	精		基本技術。	基礎原理和規則。	動動作組合及團隊戰	2. 口語問答	育】
	第 5 章東攔西阻		2. 學會如何將排球	1d-IV-1 了解各項運動	術。	3. 技能實作	品 J1 溝通合
	——排球		攔網運用在比賽	技能原理。			作與和諧人
			上。	2c-Ⅳ-2 表現利他合群			際關係。
			3. 增加運動欣賞的	的態度,與他人理性溝			
			能力。	通與和諧互動。			
				2c- IV -3 表現自信樂			
				觀、勇於挑戰的學習態			
				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-2 運用運動比賽			
				中的各種策略。			
十五	第3單元健康生	1	1. 認同健康對人生	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	Aa-IV-2 人生各階段的		【生涯規劃
	活實踐家		的影響力,並且能	生活的策略、資源與規	身心發展任務與個別差	2. 情意評量	教育】
	第2章朗朗健康		透過健康行為達成	範。	異。	3. 技能評量	涯 J6 建立對
	路		健康促進。	2b-IV-2 樂於實踐健康	Fb-Ⅳ-1 全人健康概念		於未來生涯
	【5/16、5/17 會			促進的生活型態。	與健康生活型態。		的願景。
	考】			3a-IV-2 因應不同的生			
				活情境進行調適並修			

				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
32 7 77772	1 20/112 2/3/21 117	7, 20	1 4 4 7/1	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				正,持續表現健康技能。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。			
十五	第6單元精益球 精 第5章東攔西阻 ——排球 【5/16、5/17會 考】	1	1. 了解排球的攔網基本技術。 2. 學會如何將排球 爛用在比賽上。 3. 增加運動欣賞的 能力。	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。 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。		【 品 德 教 育】 品 J1 溝通合作與和諧縣關係。
十六	第3單元健康生 活實踐家 第2章朗朗健康 路	1	1. 能分析自我人生 夢想所需健康 源,並且透過健康 好習慣達成健康目 標。		Aa-IV-2 人生各階段的 身心發展任務與個別差 異。 Fb-IV-1 全人健康概念 與健康生活型態。	1. 認知評量	【生涯規劃 教育】 涯 J6 建立對 於未來生涯 的願景。

				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
教学别程	半儿祭冶助石件	即数	子自日保	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				正,持續表現健康技能。			
				進健康及減少健康風險			
				的行動。			
十六	第7單元武體之	1	1. 能夠安全且流暢	* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *	Ia-IV-2 器械體操動作	1. 課堂觀察	【安全教
	美		地完成槓上動作。	基礎原理和規則。	組合。	2. 口語問答	育】
	第1章操之在我		2. 能夠享受完成單			3. 技能實作	安 J6 了解運
	——體操		槓動作的樂趣及成			4. 學習單(運	動設施安全
			就感。	1d-IV-1 了解各項運動		動行為計畫實	的維護。
			3. 透過練習槓上動	技能原理。		踐表)	安 J9 遵守環
			作學會控制核心肌	1d-IV-2 反思自己的運			境設施設備
			群並提升核心與上	動技能。			的安全守
			肢肌力。	2c-Ⅳ-2 表現利他合群			則。
			4. 發現自己動作技	的態度,與他人理性溝			
			術上的問題,並設				
			計合理的解決方	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •			
			法,且能夠把自己				
			的想法轉達給他				
			人。	2d-IV-1 了解運動在美			
				學上的特質與表現方			
				式。			
				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。			

				課程架構脈絡			
业 與 扣 和	昭二的江私力顿	绘业	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
				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-1 運用運動技術			
				的學習策略。			
				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。			
				4d-IV-1 發展適合個人			
				之專項運動技能。			
				4d-Ⅳ-3 執行提升體適			
				能的身體活動。			
十七	第1單元「性」	1	1. 理解性衝動是一	la-IV-4 理解促進健康	Db-IV-2 青春期身心變	1. 情意評量	【性别平等
	福方程式		種生理欲望的本能	生活的策略、資源與規	化的調適與性衝動健康	2. 認知評量	教育】
	複習第1單元		表現,但可以透過	· ·	因應的策略。		性 J6 探究各
			理性來管理與控		Db-IV-6 青少年性行為		種符號中的
			制,學習以健康的	和生活技能的實施程序	之法律規範與明智抉		性別意涵及
			方式來自我管理欲		擇。		人際溝通中
			望與衝動。	2b-Ⅳ-1 堅守健康的生	Db-IV-7 健康性價值觀		的性别問
			2. 辨識生活情境中	- , ,	的建立,色情的辨識與		題。
			潛藏的色情資訊,	觀。	媒體色情訊息的批判能		【人權教
			覺察色情資訊對個		カ。		育】
			人身心健康的影	決策與批判技能。	Db-IV-8 愛滋病及其它		人 J6 正視社
			響,能採取批判性	1a-IV-3 評估內在與外	性病的預防方法與關		會中的各種
			思考技巧對色情資		懷。		歧視,並採
			訊內容提出質疑。	衝擊與風險。			取行動來關

				課程架構脈絡			
th 朗 Hn 和	四二 加江利 力位	な 事に	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
			3. 了解青少年懷孕	2a-IV-2 自主思考健康			懷與保護弱
			可能面對的挑戰與	問題所造成的威脅感與			勢。
			選擇,願意慎重面	嚴重性。			
			對關於「性」的所	4b-IV-3 公開進行健康			
			有決定, 並勇於尋	倡導,展現對他人促進			
			求外在資源協助。	健康的信念或行為的影			
			4. 澄清性傳染病相	響力。			
			關迷思,認識性傳				
			染病的嚴重性與對				
			生活品質的影響,				
			了解並願意採取正				
			確的預防方法。				
			5. 建立關懷與支持				
			愛滋感染者的態				
			度,願意參與並倡				
			議愛滋關懷行動。			-	
十七	第7單元武體之	1		1c-IV-1 了解各項運動	Ia-IV-2 器械體操動作		【安全教
	美		一體操】	基礎原理和規則。	組合。	在我——體	育】
	第 1 章操之在我		1. 發現自己動作技	,	Bd-IV-1 武術套路動作		安 J6 了解運
	——體操		術上的問題,並設		與攻防技巧。	1. 課堂觀察	動設施安全
	第2章形神兼		計合理的解決方			2. 口語問答	的維護。
	備、內外兼修—		法,且能夠把自己	. , . ,		3. 技能實作	安 J9 遵守環
	一武術		的想法轉達給他			4. 學習活動單	境設施設備
			人。	1d-IV-1 了解各項運動		(運動行為計	的安全守
			2. 積極參與體操運			畫實踐表)	則。
			動,能夠支持夥伴	· · ·		【第2章形神	【生涯規劃
			的學習,並認同每	動技能。		兼備、內外兼	教育】
						修——武術】	

				課程架構脈絡			
机钳地和	四一加工工 为 40	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
			個人有不同的課題	1d-IV-3 應用運動比賽		5. 課堂觀察	涯 J3 覺察自
			與挑戰。	的各項策略。		6. 學生自評	己的能力與
			3. 能夠隨時注意安	2c- IV-1 展現運動禮		7. 技能實作	興趣。
			全並培養尊重他人	節,具備運動的道德思			
			及團隊合作的精	辨和實踐能力。			
			神。	2c-Ⅳ-2 表現利他合群			
			4. 能夠欣賞體操比	的態度,與他人理性溝			
			賽、關注體操運動	通與和諧互動。			
			員並分析比較其動	2c- IV -3 表現自信樂			
			作表現。	觀、勇於挑戰的學習態			
			【第2章形神兼備、	度。			
			內外兼修——武	2d-IV-1 了解運動在美			
			術】	學上的特質與表現方			
			5. 能辨別、評估生	式。			
			活中潛在危險環境	2d-IV-2 展現運動欣賞			
			與人、事、物特	的技巧,體驗生活的美			
			徴。	感。			
			6. 能說明「八大	3c-IV-1 表現局部或全			
			式」技擊動作之使	身性的身體控制能力,			
			用時機。	發展專項運動技能。			
			7. 能正確操作不同	3c-IV-2 發展動作創作			
			攻防、位移動作。	和展演的技巧,展現個			
			8. 能展現「武徳」	人運動潛能。			
			精神。	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。			

				課程架構脈絡			
机朗扣和	四二的江利力份	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
				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			
				能,修正個人的運動計			
				畫。			
				4d-IV-1 發展適合個人			
				之專項運動技能。			
				4d-IV-3 執行提升體適			
				能的身體活動。			
十八	第2單元綠色生	1	1. 了解並關心全球	1a-IV-3 評估內在與外			【國際教
	活愛地球		及臺灣目前面臨的	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	關問題改善策略與資		育】
	複習第2單元		環境問題,理解環	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	源。	2. 情意評量	國 J1 理解我
	【畢業典禮】		境問題對人類健康				國發展和全
			造成的可能危害。	本土、國際現況與趨	造成的健康衝擊與影		球之關聯
			2. 分析及判斷人類		響。		性。
			行為(含消費、飲食	,	Ca-IV-3 環保永續為基		國 J10 了解
			等)、科技發展與環		礎的綠色生活型態。		全球永續發
			境之間的交互影				展之理念。
			響。	康資訊、產品與服務,	與保健觀點看飲食趨		國 J12 探索
			3. 探究臺灣環境問		勢。		全球議題,
			題,並檢視自己對				並構思永續
			環境永續發展的作	,			發展的在地
			為。	範。			行動方案。
			4. 運用現有資源,	2a-Ⅳ-3 深切體會健康			【環境教
			提出個人對於人類				育】
			如何因應全球環境	礙。			

				課程架構脈絡			
机朗扣加	四二的江利力位	<i>大</i> 大 山	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
			變遷的觀點與立	3b-IV-4 因應不同的生			環 J4 了解永
			場。	活情境,善用各種生活			續發展的意
			5. 覺察個人日常消	技能,解決健康問題。			義(環境、
			費行為對環境的影	4b-IV-3 公開進行健康			社會、與經
			響,並體認個人行	倡導,展現對他人促進			濟的均衡發
			為有助於維繫健康	健康的信念或行為的影			展)與原
			環境。	響力。			則。
							環 J5 了解聯
			6. 分析自身促進環				合國推動方
			境保護行動,在不				續發展的背
			同情境下的有利因				景與趨勢。
			素與障礙因素。				環 J6 了解世
							界人口數量
			7. 因應不同生活情				增加、糧食
			境,運用適合的生				供給與營養
			活技能,促進環境				的永續請
			保護行為實踐於日				題。
			常生活中。				環 J8 了解臺
			8. 公開倡導環境保				灣生態環境
			護行動,展現自身				及社會發展
			影響力。				面對氣候變
							遷的脆弱性
							與韌性。
							環 J9 了解氣
							候變遷減緩
							與調適的涵
							義,以及臺
							灣因應氣候

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				
	於 17 甲 - 小 Bub h	1				1 1 1/2 1/2 1/27 1/27	變政環產週其跡及問調。 5 的,態足,明過 認生探 足水 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人				
+^	第美第 6 一 【 平	1	1.活與徵2.式用3.攻4.精5.用巧6.導並排7.運能中人。能」時能防能神能至。能、進,有動辨潛、 說裝。確位現 練三 互組不揮力判、危事 明動 操移「 並種 互習同創鑑別評險、 「作 作動武 靈防 協得套意賞技估環物 八之 不作德 活衛 助動路。武能生境特 大使 同。」 運技 指作編 術操	基礎原理和規估。 IC-IV-2 評全的 提供 提供 1C-IV-3 所 1C-IV-3 所 1C-IV-3 所 1C-IV-3 所 1C-IV-1 所 1C-IV-1 所 1C-IV-2 所 1C-IV-2 所 1C-IV-2 所 1C-IV-3 所 1	Bd-IV-1 武術套路動作 與攻防技巧。	 課學生實 有 有<td>【教涯己興生涯 人</td>	【教涯己興生涯 人				

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				
				學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵				
			作過程中之優缺點。	2c- IV-3 表現自信樂 觀、勇於挑戰的學習態							
			a. 培養積極、自								
				2d-IV-1 了解運動在美							
			習態度。	學上的特質與表現方							
				式。							
				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。							
				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、							
				助相關之什及、貝間、 媒體、產品與服務。							
				^{妹姐}							
				之專項運動技能。							

- ◎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。

- C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)
- ◎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。
- ◎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。