臺南市公(私)立安南區安順國民中學 114 學年度第一學期 七 年級 健康與體育 領域學習課程(調整)計畫(☑普通班/□特教班)

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	安 <u>安</u> <u>七年級</u>	教學節數	每週(3)節, 本學期共(63)節
課程目標	2. 3. 4. 5. 6. 7. 第 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 9. 4. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9.	則。全意識。水中自救及救人原則。线精進的態度。5。球及正手高遠球的技巧。粮滓技巧。基本動作與組合。	現自我。 造成的威脅與嚴重性。 風險。 發生。		
該學習 階段 領域核 心素養	健體-J-A2 具備理解體 健體-J-A3 具備善用體 健體-J-B1 具備情意表 健體-J-B2 具備善用體 健體-J-B3 具備審美與 健體-J-C1 具備生活中 健體-J-C2 具備利他及	豐育與健康情境的全貌,並 豐育與健康的資源,同理 豐育與健康力,能以同理 豐育與健康力關的科技 豐育與健康力,了解運動 以表現的。 以表現 與表現的與健康的 與表現的 與表現的 與大國 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 是 , , , ,	自我運動與保健潛能,探索人性、自我價值與生命意做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處運動與保健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新之人溝通互動,並理解體育與保健的基本概念,應用方訊及媒體,以增進學習的素養,並察覺、思辨人與和健康在美學上的特質與表現方式,以增進生活中的實際在美學上的特質與表現方式,以增進生活中的實際方面,並主動參與公益團體活動體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動心本土與國際體育與健康議題,並尊重與欣賞其間的	處理與解決體育與健 大變的能力。 於日常生活中。 科技、資訊、媒體的 對當性與美感體驗。 動,關懷社會。 動的素養。	隶的問題。

	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		評量方 式 (表現任 務)	融入議題實質內涵			
				學習表現	學習內容					
_	第健向第康 步	1	1. 從生理、 、從生理、 、心層。 之. 之。 心層。 之. 之。 之. 之. 之	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。	Aa-IV-1 生長發育的自我評估與不知。 Da-IV-2 身體各系統 Da-IV-2 身體各系統 所能。 Fa-IV-3 有利人際 關係的因素與有效 的溝通技巧。	1. 口頭 評量 2. 紙筆 評量	【人權教育】 人 J5 了解社會上 有不同的群體和文 化,尊重並欣賞其 差異。			
	第健有第躍—估能單自力章生康體測元主 活—評適	2	1. 評容 2. 安法 3. 因準 1. 評容 2. 安法 3. 因準 7. 目學 1. 實數 前	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。	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。	1. 問 2. 測 3. 單 4. 觀 5. 行畫表口答認驗學 課察運為實語 知卷習 堂 動計踐	【性別平等教育】 性 J11 去除性別刻 板與性別偏見的情 感表達與溝通,具 備與他人平等互動 的能力。			
=	第1單元 健康青春	1	1. 認識身體構造與 各系統的運作機 制,並在生活中落	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2b-IV-2 維於實際健康促進的生活刑能。	Aa-IV-1 生長發育 的自我評估與因應 策略。	1. 口頭評量 2 44 第	【人權教育】 人 J5 了解社會上			
	向前行		刊,业仕生活 中洛	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	火哈 。	2. 紙筆	有不同的群體和文			

	kk 1 tr. 10-		ウルナロいりつい	1 77 0 1 4 76 77 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17	D TIO 4 BH 5 4	12 13	11 长大刀刀坐口
	第1章健		實健康促進的保健		Da-IV-2 身體各系	評量	化,尊重並欣賞其
	康人生開		行動。	並反省修正。	統、器官的構造與		差異。
	步走		2. 理解生長發育的		功能。		
			個別差異與影響因		Fa-IV-3 有利人際		
			素,接受自己在成		關係的因素與有效		
			長過程中的改變。		的溝通技巧。		
_	第3單元	2	1. 能了解運動設施	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	Bc-IV-1 簡易運動	1. 口語	【環境教育】
	健康自主		的分類。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	傷害的處理與風	問答	環 J4 了解永續發
	有活力		2. 能了解運動場地	與和諧互動。	險。	2. 課堂	展的意義(環境、
	第2章安		的特色與使用注意	4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒	Cb-IV-2 各項運動	觀察	社會、與經濟的均
	全運動沒		事項,並能遵守各	體、產品與服務。	設施的安全使用規	3. 運動	衡發展)與原則。
	煩惱		項場地的使用規		定。	行為計	環 J12 認識不同類
	運動設施		範。			畫實踐	型災害可能伴隨的
	安全		3. 能透過觀察記錄			表	危險 ,學習適當預
			的方式,瞭解環境				防與避難行為。
			可能潛藏的危險,				
			並能提出改善策				
			略。				
=	第1單元	1	1. 理解生長發育的	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概	Aa-IV-1 生長發育	1. 口頭	【人權教育】
	健康青春		個別差異與影響因	念。	的自我評估與因應	評量	人 J5 了解社會上
	向前行		素,接受自己在成	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	策略。	2. 紙筆	有不同的群體和文
	第1章健		長過程中的改變。	4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,	Da-IV-2 身體各系	評量	化,尊重並欣賞其
	康人生開		2. 理解自身的健康	並反省修正。	統、器官的構造與		差異。
	步走		狀態,於生活中運		功能。		
			用自我監督的策		Fa-IV-3 有利人際		
			略,在生活中持續		關係的因素與有效		
			實踐健康的生活型		的溝通技巧。		
			能。				
Ξ	第4單元	2	1. 認識公共自行車	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Cb-IV-2 各項運動	1. 課堂	【人權教育】
	活力青春		設置的普及化對環		設施的安全使用規	觀察	人 J4 了解平等、
	大放送		境保護、節能減碳	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	定。	2. 口語	正義的原則,並在
	第1章雙			1d-IV-2 反思自己的運動技能。	Cd-IV-1 戶外休閒	問答	生活中實踐。
	. , , , = -				, , , , , , ,	ı • -	

	輪闖天下		•	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和	運動綜合應用。		
	——自行		性。	實踐能力。			
	車		2. 了解自行車騎乘	2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。			
			位置設定方式、基	3c-Ⅳ-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發			
			本姿勢要領及踩踏	展專項運動技能。			
			動作技術的訣竅。	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。			
四	第1單元	1	1. 認識眼睛、牙	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	Da-IV-1 衛生保健	1. 口頭	【性別平等教育】
	健康青春		齒、耳朵及皮膚的	念。	習慣的實踐方式與	評量	性 J4 認識身體自
	向前行		結構與功能運作。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	管理策略。	2. 紙筆	主權相關議題,維
	第2章個		2. 思考青少年常見	重性。	Da-IV-2 身體各系	評量	護自己與尊重他人
	人衛生與		視力、口腔、聽力	3a-Ⅳ-1 精熟地操作健康技能。	統、器官的構造與		的身體自主權。
	保健		及皮膚問題的威脅		功能。		
			與嚴重性,以培養		Da-IV-3 視力、ロ		
			正確的保健策略。		腔保健策略與相關		
			3. 能精熟潔牙及護		疾病。		
			眼的健康技能,實				
			踐良好的衛生保健				
			習慣。				
四	第4單元	2	1. 具備道路行駛之	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Cb-IV-2 各項運動	1. 課堂	【人權教育】
	活力青春		事前準備作業及安	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	設施的安全使用規	觀察	人 J4 了解平等、
	大放送		全裝備確認等知	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。	定。	2. 口語	正義的原則,並在
	第1章雙		能。	1d-Ⅳ-2 反思自己的運動技能。	Cd-IV-1 户外休閒	問答	生活中實踐。
	輪闖天下		2. 認識自行車騎乘	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和	運動綜合應用。		
	——自行		禮儀及尊重路權,	實踐能力。			
	車		能有效降低意外事	2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。			
			故發生的機會。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發			
			3. 能具備自行車簡	展專項運動技能。			
			易故障排除的技	4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活			
			能,以及規畫安全	動。			
			的自行車漫遊旅程	4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。			

		_			•		
五	第1單元	1	1. 認識眼睛、牙	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	Da-IV-1 衛生保健	1. 口頭	【性別平等教育】
	健康青春		齒、耳朵及皮膚的	念。	習慣的實踐方式與	評量	性 J4 認識身體自
	向前行		結構與功能運作。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	管理策略。	2. 紙筆	主權相關議題,維
	第2章個		2. 思考青少年常見	重性。	Da-IV-2 身體各系	評量	護自己與尊重他人
	人衛生與		視力、口腔、聽力	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	統、器官的構造與		的身體自主權。
	保健		及皮膚問題的威脅		功能。		
			與嚴重性,以培養		Da-IV-3 視力、ロ		
			正確的保健策略。		腔保健策略與相關		
			3. 能精熟潔牙及護		疾病。		
			眼的健康技能,實				
			踐良好的衛生保健				
			習慣。				
五	第4單元	2	1. 了解跑步的動作	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適能促	1. 課堂	【生涯規劃教育】
	活力青春		要領。	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。	進策略與活動方	觀察	涯 J3 覺察自己的
	大放送		2. 養成練習時集中	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	法。	2. 口語	能力與興趣。
	第2章疾		注意力並注意周遭	2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。	Cb-IV-2 各項運動	問答	涯 J4 了解自己的
	走如風—		環境安全的習慣。	3c-Ⅳ-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發	設施的安全使用規	3. 認知	人格特質與價值
	——跑			展專項運動技能。	定。	測驗卷	觀。
				3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Ga-IV-1 跑、跳與	4. 學習	涯 J6 建立對於未
				3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	推擲的基本技巧。	單	來生涯的願景。
				3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的		5. 技能	
				問題。		實作	
				4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,		6. 運動	
				修正個人的運動計畫。		行為計	
				4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活		畫實踐	
				動。		表	
				4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。			
六	第1單元	1	1. 認識眼睛、牙	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	Da-IV-1 衛生保健	1. 口頭	【性別平等教育】
	健康青春		齒、耳朵及皮膚的	念。	習慣的實踐方式與	評量	性 J4 認識身體自
	向前行		結構與功能運作。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	管理策略。	2. 紙筆	主權相關議題,維
	第2章個		2. 思考青少年常見	重性。	Da-IV-2 身體各系	評量	護自己與尊重他人
	人衛生與		視力、口腔、聽力	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	統、器官的構造與		的身體自主權。

					T	ī	
	保健		及皮膚問題的威脅		功能。		
			與嚴重性,以培養		Da-IV-3 視力、ロ		
			正確的保健策略。		腔保健策略與相關		
			3. 能精熟潔牙及護		疾病。		
			眼的健康技能,實				
			踐良好的衛生保健				
			習慣。				
六	第4單元	2	1. 學會短距離跑及	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適能促	1. 課堂	【生涯規劃教育】
	活力青春		接力跑的動作技	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。	進策略與活動方	觀察	涯 J3 覺察自己的
	大放送		巧。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	法。	2. 口語	能力與興趣。
	第2章疾		2. 養成積極參與的	2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。	Cb-IV-2 各項運動	問答	涯 J4 了解自己的
	走如風—		態度,並隨時注意	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發	設施的安全使用規	3. 認知	人格特質與價值
	——跑		安全。	展專項運動技能。	定。	測驗卷	觀。
			3. 培養尊重他人及	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Ga-IV-1 跑、跳與	4. 學習	涯 J6 建立對於未
			團隊合作的精神。	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	推擲的基本技巧。	單	來生涯的願景。
				3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的		5. 技能	
				問題。		實作	
				4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,		6. 運動	
				修正個人的運動計畫。		行為計	
				4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活		畫實踐	
				動。		表	
				4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。		·	
セ	第1單元	1	1. 認識眼睛、牙	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	Da-IV-1 衛生保健	1. 口頭	【性別平等教育】
(10/1	健康青春		齒、耳朵及皮膚的	念。	習慣的實踐方式與	評量	性 J4 認識身體自
4~10/	向前行		結構與功能運作。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	管理策略。	2. 紙筆	主權相關議題,維
15 第	第2章個		2. 思考青少年常見	重性。	Da-IV-2 身體各系	評量	護自己與尊重他人
一次	人衛生與		視力、口腔、聽力	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	統、器官的構造與		的身體自主權。
定期	保健		及皮膚問題的威脅		功能。		
考)	【第一次		與嚴重性,以培養		Da-IV-3 視力、口		
	評量週】		正確的保健策略。		腔保健策略與相關		
			3. 能精熟潔牙及護		疾病。		
	_		眼的健康技能,實				
<u>-</u>					•	•	

	r						1
			踐良好的衛生保健				
			習慣。				
セ	第4單元	2	1. 養成積極參與的	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適能促	1. 課堂	【生涯規劃教育】
	活力青春		態度,並隨時注意	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。	進策略與活動方	觀察	涯 J3 覺察自己的
	大放送		安全。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	法。	2. 口語	能力與興趣。
	第2章疾		2. 培養尊重他人及	2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。	Cb-IV-2 各項運動	問答	涯 J4 了解自己的
	走如風—		團隊合作的精神。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發	設施的安全使用規	3. 認知	人格特質與價值
	—-跑			展專項運動技能。	定。	測驗卷	觀。
	【第一次			3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Ga-IV-1 跑、跳與	4. 學習	涯 J6 建立對於未
	評量週】			3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	推擲的基本技巧。	單	來生涯的願景。
	, _ 02			3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的		5. 技能	
				問題。		實作	
				4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,		6. 運動	
				修正個人的運動計畫。		行為計	
				4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活		畫實踐	
				動。		表	
				- 7 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。			
八	第1單元	1	1. 認識眼睛、牙	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	Da-IV-1 衛生保健	1. 口頭	【性別平等教育】
	健康青春		齒、耳朵及皮膚的	念。	習慣的實踐方式與	評量	性 J4 認識身體自
	向前行		結構與功能運作。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	管理策略。	2. 紙筆	主權相關議題,維
	第2章個		2. 思考青少年常見	重性。	Da-IV-2 身體各系	評量	護自己與尊重他人
	人衛生與		視力、口腔、聽力	3a-Ⅳ-1 精熟地操作健康技能。	統、器官的構造與		的身體自主權。
	保健		及皮膚問題的威脅		功能。		
			與嚴重性,以培養		Da-IV-3 視力、ロ		
			正確的保健策略。		腔保健策略與相關		
			3. 能精熟潔牙及護		疾病。		
			眼的健康技能,實				
			踐良好的衛生保健				
			習慣。				
八	第4單元	2	1. 學習如何判斷水	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Cb-IV-2 各項運動	1. 課堂	【海洋教育】
	活力青春		域安全。	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	設施的安全使用規	觀察	海 J1 參與多元海
	大放送			1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	定。	2. 口語	洋休閒與水域活

	第3章優 游自在——游泳		2. 了解安全戲水要點。 3. 練習運用救生圈 等救生物品從岸上	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。	Cc-IV-1 水域休閒 運動綜合應用。 Gb-IV-1 岸邊救生 步驟、安全活動水	問答 3. 學習 單 4. 技能	動,熟練各種水域 求生技能。
			安全救人。	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。	域的辨識、意外落 水自救與仰漂 30 秒。 Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺 (需換氣 5 次以上)。	實作	
九	第健向第6年	1	1. 期題理能 就 生 期題理能 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	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	Db-IV-1 生殖器與 生殖器與、 生功性 生保健。 Da-IV-4 健康等 等等 是是是 是是是 是是是 是是是 是是是 是是是 是是是 是是是 是是	1. 評	【性別平等教育】 性 J11 去除性別刻 板與性別偏見的情 感表達與溝通,具 備與他人平等互動 的能力。
九	第4年青 大 第 3 年 7 年 7 年 8 年 7 年 8 年 7 年 8 年 7 年 8 年 7 年 8 年 7 年 8 年 7 年 8 年 8	2	等救生物品從岸上 安全救人。 2.練習水母漂、仰	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-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。	Cb-IV-2 各項運動 設施的安全使用規 定。 Cc-IV-1 水域休閒 運動綜合應用。 Gb-IV-1 岸邊救生 步驟、安全活動水 域的辨識、意外落 水自救與仰漂 30 秒。	1. 觀 2. 問 3. 單 4. 實 堂 語 習 能 4. 實	【海洋教育】 海 J1 參與多元海 洋休閒與水域活 動,熟練各種水域 求生技能。

			11 1	16 - 1- 1 1 100 d. 11 h.	01 77 0 95 9 25		
			神,享受水中遊戲	修正個人的運動計畫。	Gb-IV-2 游泳前進		
			樂趣。		25 公尺(需換氣 5		
					次以上)。		
+	第1單元	1	1. 觀察並說出青春	1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的	Db-IV-1 生殖器官	1. 口頭	【性別平等教育】
	健康青春		期常見的生理問	健康技能和生活技能。	的構造、功能與保	評量	性 J11 去除性別刻
	向前行		題,並學習處理生	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	健及懷孕生理、優	2. 紙筆	板與性別偏見的情
	第3章我		理問題的健康技	3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正,	生保健。	評量	感表達與溝通 ,具
	的青春檔		能。	持續表現健康技能。	Da-IV-4 健康姿		備與他人平等互動
	案		2. 能理解性生理問	4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務,擬	勢、規律運動、充		的能力。
			題對於個人的意	定健康行動策略。	分睡眠的維持與實		
			義,並落實健康的		踐策略。		
			生活型態。		Db-IV-2 青春期身		
					心變化的調適與性		
					衝動健康因應的策		
					略。		
+	第5單元	2	1. 能了解籃球運球	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	Hb-IV-1 陣地攻守	1. 課堂	【生涯規劃教育】
	熱門運動		技術之相關知識與	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	性球類運動動作組	觀察	涯 J3 覺察自己的
	大會串		技能原理,並反思	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	合及團隊戰術。	2. 口語	能力與興趣。
	第1章掌		和發展策略,以改	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。		問答	
	控自如—		善動作技能。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通		3. 技能	
	—籃球		2. 能做到左、右手	與和諧互動。		實作	
			操作上下、前後,	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發		4. 合作	
			以及雙手左右交互	展專項運動技能。		學習	
			等方向之運球技	3d-Ⅳ-2 運用運動比賽中的各種策略。		5. 運動	
			術,並學習充分運	4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,		行為計	
			用策略於活動中,	修正個人的運動計畫。		畫實踐	
			解決運動相關問	4c-Ⅳ-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計		表	
			題,發揮團隊合作	畫。		6. 學習	
			學習之方法。			單	
+-	第1單元	1	1. 能因應自身的生	1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的	Db-IV-1 生殖器官	1. 口頭	【性別平等教育】
	健康青春		活情境持續表現健	健康技能和生活技能。	的構造、功能與保	評量	性 J11 去除性別刻
	向前行		康技能,接納並喜	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	健及懷孕生理、優	2. 紙筆	板與性別偏見的情

	第3章我的青春檔案		化。	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。	生保健。 Da-IV-4 健康姿勢、規律運動與時期的與策略。 Db-IV-2 青春期與性衝動健康因應的	評量	感表達與溝通,具 備與他人平等互動 的能力。
+-	第熱大第控——5門會1自籃軍運串章如球	2	的民主溝通大語 實及法動之 實及活動 意 選 注 行 治 額 意 、 敗 大 表 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 觀 2. 問 3. 實 4. 學 5. 行 畫 表 6. 單 課 察 口答 技作 合 習 運 為 實 學堂 語 能 作 動計 踐 習	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的 能力與興趣。
+=	第健向第的案 一个 第一个 第一个 第一个 第一个 第一个 第一个 第一个 第一个 第一个	1	1. 能因應自身的生活情境持續表現健康技能,接納並喜歡自己青春期的變化。	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	Db-IV-1 生殖器官的構造、好生理、使用。 Da-IV-4 健康等等的 分睡眠的 分睡眠的 段策略。 Db-IV-2 青春期身	1. 口頭 評量 2. 紙筆	【性別平等教育】 性 J11 去除性別刻 板與性別偏見的情 感表達與溝通,具 備與他人平等互動 的能力。

					心變化的調適與性 衝動健康因應的策 略。		
+=	第熱大第除——5門會2萬排軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍軍	2	1. 了解排球運動的 由來與低手傳球 用時機。 2. 學會排球低手傳 球與接球步法。	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。	Bc-IV-1 簡易運動 傷害的處理與風 險。 Ha-IV-1 網/牆性球 類運動作組合及 團隊戰術。	1. 觀 2. 問 3. 實 4. 行畫表 5. 單課察口答技作運為實學室語能動計踐習	【安全教育】 安J3 了解日常生 万容易發生事故的 原因。 安J6 了解運動設 施安全的維護。
十三 (11/2 6~11/ 27 第 二定 考)	第健向第4章和 出光	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, 董選擇適切的方式 增進自我概念。	擊與風險。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	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】 涯 J3 覺察自己的 能力與興趣。 涯 J4 了解自己的 人格特質與價值 觀。 涯 J6 建立對於未 來生涯的願景。
十三	第5單元 熱門運動 大會串 第2章排	2	1. 學會排球低手傳球與接球步法。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	Bc-IV-1 簡易運動 傷害的處理與風 險。 Ha-IV-1 網/牆性球	1. 課堂 觀察 2. 口語 問答	【安全教育】 安 J3 了解日常生 活容易發生事故的 原因。

+ m	除萬華—	1	2. 在練習同學。 習同學。 以上合。 等與自標。 以上一句 是一句 是一句 是一句 是一句 是一句 是一句 是一句 是一句 是一句 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,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-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。	類運動動作組合及 團隊戰術。	3. 實 4. 行畫表 5. 單 技作運為實 學 配 動計踐 習	安 J6 了解運動設施安全的維護。
十四	第健向第出光【評】康前4青彩第量單青行章春 二週		1.值自以實 2.的動立態 3.建長想肯,我激現學想和健度學立,。自當的我。 積語經觀 定與心已試方潛 極言驗的 目追中的提法能 正、,生 標求的的提法能 正、,生 標求的	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 樂於實踐健康促進的生活型態。 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。	Fa-IV-1 自我認同與自我實現。	1. 評 2. 評 量	【生涯規劃教育】 選別 選別 選別 選別 選別 選別 選別 選別 選別 選別
十四	第5單元 熱門運動 大會章羽 中作樂—	2	1. 能了解羽球發球、接發球與正手高遠球之動作要領與運用時機,並能	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	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	【性别平等教育】 性 J11 去除性別刻 板與性別偏見的情 感表達與溝通,具 備與他人平等互動

	一羽球		透過練習與反思增	與和諧互動。		實作	的能力。
	•		- - , ., ., .				
	【第二次		進動作技能。	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		4. 學習	【人權教育】
	評量週】		2. 能做到正確且流			單、	人 J3 探索各種利
			暢之正手發球與高			5. 分組	益可能發生的衝
			遠球動作,並充分			討論	突,並了解如何運
			實踐運用,進而有	4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。			用民主審議方式及
			效提升身體適能,				正當的程序,以形
			養成規律運動習				成公共規則,落實
			慣。				平等自由之保障。
十五	第2單元	1	1. 認識居家環境之	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	Ba-IV-1 居家、學	1. 口頭	【安全教育】
	環境安全		潛在危機,及其對	擊與風險。	校、社區環境潛在	評量	安 J1 理解安全教
	總動員		健康造成的衝擊與	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	危機的評估方法。	2. 紙筆	育的意義。
	第1章環		風險。	重性。	Ba-IV-2 居家、學	評量	安 J2 判斷常見的
	境安全搜		2. 了解事故傷害的	3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	校及社區安全的防		事故傷害。
	查線		定義及發生原因,	4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務,擬	護守則與相關法		安 J3 了解日常生
			並思考事故傷害對	定健康行動策略。	令。		活容易發生事故的
			健康造成的威脅與				原因。
			嚴重性。				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。
十五	第5單元	2	1. 能做到正確且流	│ │1c-Ⅳ-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ha-IV-1 網/牆性球	1. 課堂	【性別平等教育】
	熱門運動	_	暢之正手發球與高	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	類運動動作組合及	觀察	性 J11 去除性別刻
	大會串			1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	團隊戰術。	2. 口語	板與性別偏見的情
	第3章羽		_ , ,	1d-IV-2 反思自己的運動技能。		問答	感表達與溝通,具
	中作樂—		效提升身體適能,	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通		3. 技能	備與他人平等互動
	羽球		養成規律運動習	與和諧互動。		實作	的能力。
	.11 \1		· 人	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		4. 學習	【人權教育】
			I共 [*]	LC IV O K九日后亦慨 另次批判则子自怨及。		士. 于白	【八准仪 月】

十六	第環總第境查 2 境動1 安線	1	2. 異之學程並促係 1. 潛健風 2. 定並健嚴能,態習所發進。認在康險了義思康重好成,解臨團際 居機成 事發事成。個重過學問精互 環及衝 傷原傷威側重過學問精互 環及衝 傷原傷威	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。 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-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 運用適切的健康資訊、產品與服務,擬	Ba-IV-1 居家 校 表 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	單 5. 討 1. 評 2. 評	人益突用正成平 J3 就並主的共自 全日意为J3 易。 探發了審程規由 教理義判害了發 案生解議序則之 育解。斷。解生 計故 育解。斷。解生 計故 育解。斷。解生 計故 育解項使 利理及形實。 教的 生的 大的 大的 大的 大的 大的 大的 大的 大的 大的 大
十六	第靈好第1章年一世祖,	2	1. 能項問題操地板 了用動發展, 相關之知識與 是知識 原理學習 策略 及 發展 數 作 技	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。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美	Bc-IV-1 簡易運動 傷害的處理與風 險。 Ia-IV-1 徒手體操 動作組合。	1. 觀 2. 問 3. 實 4. 單 4. 單	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自 主權相關議題,維

			2. 能做出各式跳			5. 運動	備與他人平等互動
			躍、滾翻與側翻等	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的		行為計	的能力。
			動作技巧,並學習	問題。		畫實踐	【人權教育】
			運用於其他運動項			表	人 J8 了解人身自
			目或平日生活中,				由權,並具有自我
			保護個人人身安				保護的知能。
			全。				
十七	第2單元	1	1. 認識居家環境之	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	Ba-IV-1 居家、學	1. 口頭	【安全教育】
	環境安全		潛在危機,及其對	擊與風險。	校、社區環境潛在	評量	安 J1 理解安全教
	總動員		健康造成的衝擊與	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	危機的評估方法。	2. 紙筆	育的意義。
	第1章環		風險。	重性。	Ba-IV-2 居家、學	評量	安 J2 判斷常見的
	境安全搜		2. 了解事故傷害的	3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	校及社區安全的防		事故傷害。
	查線		定義及發生原因,	4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務,擬	護守則與相關法		安 J3 了解日常生
			並思考事故傷害對	定健康行動策略。	令。		活容易發生事故的
			健康造成的威脅與				原因。
			嚴重性。				安 J4 探討日常生
			3. 熟悉批判性思考				活發生事故的影響
			技能,減少常見的				因素。
			事故發生原因及避				【防災教育】
			免聽信未經證實之				防 J9 了解校園及
			錯誤求生策略。				住家內各項避難器
							具的正確使用方
							式。
ナセ	第6單元	2	1. 藉由各式跳躍、	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Bc-IV-1 簡易運動	1. 課堂	【性別平等教育】
	靈活自如		滾翻與側翻等動作	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	傷害的處理與風	觀察	性 J4 認識身體自
	好身手		技巧,表現個人局	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	險。	2. 口語	主權相關議題,維
	第1章登		部或全身性的身體	2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美	Ia-IV-1 徒手體操	問答	護自己與尊重他人
	峰造極—		控制能力,進而發	感。	動作組合。	3. 技能	的身體自主權。
	—體操		展動作創作和展演	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發		實作	性 J11 去除性別刻
			的技巧,展現個人	展專項運動技能。		4. 學習	板與性別偏見的情
			的運動潛能。	3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧,展現個人		單	感表達與溝通,具
				運動潛能。		5. 運動	備與他人平等互動

+^	第2單元 環境動員	1	2. 現析態度 集構 集構 集持 大度 大度 大度 大度 大度 大度 大度 大度 大度 大月 大月 大月 大月 大月 大月 大月 大月 大月 大月	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問題。 1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	Ba-IV-4 社區環境 安全的行動策略。 Fb-IV-3 保護性的	行畫表 1.評紙 2.	的能力。 【人權教育】 人基 了解人身自 由權,並具有自我 保護的知能。 【安全教育】 安全教育】 安立傷害。
	第2章经 環境		康封 要性。 生護 生養 生養 生養 生養 生 等 生 等 生 等 生 等 等 者 、 常 、 常 、 常 、 常 、 所 、 常 、 常 、 常 、 常 、 常	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-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的	健康行為。 Ba-IV-1 居家、學 校、社區環境潛在 危機的評估方法。	評量	安J3 了解日常生 安J3 了解日常生 解生事故的 原 J4 探討日常生 大學生事故的 大學生事故所 大學生事故所 大學生事故所 大學之 大學之 大學之 大學之 大學之 大學之 大學之 大學之
十八	第靈好第朋—啦曾自手章友意明的一啦	2	1.的隊技啦舞 2.以主代礎躍等了由表啦隊。了身,舞,、京縣中人。了身,舞,、元常和致、創 解體並及結踢素地悉分舞意 如展蕾舞的芭士旋及透明的 超人 人名	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。 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-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發	Ib-IV-1 自由創作 舞蹈。	1. 觀 2. 問 3. 實 2. 問 4. 實	【性別工法除性別刊 在 其 注 以 其 等 数 性 別 其 等 性 的 , 五 数 有 的 人 。 数 有 的 人 。 数 有 的 人 的 有 的 人 的 有 的 有 的 有 的 有 的 有 的 有 的

	r					·	_
			編排、隊形變化及	運動潛能。			
			穩定度的控制,優	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的			
			雅展現舞蹈啦啦隊	問題。			
			的力與美。	4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。			
十九	第2單元	1	1. 將所學運用於日	1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的	Ba-IV-4 社區環境	1. 口頭	【安全教育】
	環境安全		常生活,養成預防	重要性。	安全的行動策略。	評量	安 J2 判斷常見的
	總動員		事故,常保有安全	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	Fb-IV-3 保護性的	2. 紙筆	事故傷害。
	第2章營		意識的正確態度。	3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正,	健康行為。	評量	安 J3 了解日常生
	造安全好		2. 因應不同事故傷	持續表現健康技能。	Ba-IV-1 居家、學		活容易發生事故的
	環境		害情境,善用健康	4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的	校、社區環境潛在		原因。
			技能解決問題。	行動。	危機的評估方法。		安 J4 探討日常生
							活發生事故的影響
							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。
十九	第6單元	2	1學會編創啦啦隊口	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ib-IV-1 自由創作	1. 課堂	【性別平等教育】
	靈活自如		號。	1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。	舞蹈。	觀察	性 J11 去除性別刻
	好身手		2. 培養團隊合作的	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。		2. 口語	板與性別偏見的情
	第2章呼		精神。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。		問答	感表達與溝通,具
	朋唤友—			2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通		3. 技能	備與他人平等互動
	—創意啦			與和諧互動。		實作	的能力。
	啦舞			2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。			【人權教育】
				2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。			人 J4 了解平等、
				2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美			正義的原則,並在
				感。			生活中實踐。
				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。			
				• •			
.	bb 0 mm -	_	4	4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	D === 1 \ \ \ = == = \	4	
二十	第2單元	1	1. 因應不同事故傷	1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的	Ba-IV-4 社區環境	1. 口頭	【安全教育】
(1/15)	環境安全		害情境,善用健康	重要性。	安全的行動策略。	評量	安 J2 判斷常見的
~1/16	總動員		技能解決問題。	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	Fb-IV-3 保護性的	2. 紙筆	事故傷害。
第三	第2章營		2. 自我檢視生活環		健康行為。	評量	安 J3 了解日常生
次定	造安全好		境的安全狀態,並	持續表現健康技能。	Ba-IV-1 居家、學		活容易發生事故的
期考)	環境		透過問題解決技	4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的	校、社區環境潛在		原因。
	【第三次		能,針對危險持續	行動。	危機的評估方法。		安 J4 探討日常生
	評量週】		調整與修正。				活發生事故的影響
							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。
二十	第6單元	2	1. 能了解扯鈴運鈴	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ic-IV-1 民俗運動	1. 課堂	【生涯規劃教育】
	靈活自如		技術之相關知識與	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	進階與綜合動作。	觀察	涯 J3 覺察自己的
	好身手		技能原理, 並能反	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。		2. 口語	能力與興趣。
	第3章鈴		思和發展策略,以	1d-IV-2 反思自己的運動技能。		問答	涯 J4 了解自己的
	漓盡致—		改善動作技能。	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和		3. 技能	人格特質與價值
	—扯鈴		2. 能做到繞腳及繞	實踐能力。		實作	觀。
	【第三次		腳轉身之運動技	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通		4. 運動	涯 J6 建立對於未
	評量週】		能,學習並充分運	與和諧互動。		行為計	來生涯的願景。
			用策略於活動中,	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		畫實踐	
			解決運動相關問題	2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美		表	
			及能發揮團隊合作	感。			
			學習之方法。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發			
			3. 能學習如何欣賞	展專項運動技能。			
			扯鈴動作,並提供	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。			
			回饋給同一組的同	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的			
			學,進而增進彼此	問題。			
			學習效能。	4c-Ⅳ-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒			

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

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。 三十一 第1 單元 健康青春 層面的,個人可以 採取有效的自我照 屬面的,個人可以 採取有效的自我照 屬力方法 單值 整與風險。 由 IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概 為 Aa-IV-1 生長發育 的自我評估與因應 第 4a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康遊成的格 廣文 與 「正確認識 自己,是且能夠自 自文,是且能夠自 自文,是且能夠自 自文,是且能夠自 自文,是自然自 1、2 單元 [【休業 式] 的 ID-IV-3 因應生活情境的健康需求,專求解決的 自己,是且能夠自 投資技能和生活技能的實施程序被 念。 Ba-IV-2 尽家、學 校及社區環境潛在 危機的評估方法。 Ba-IV-2 尽家、學 核實現,是健康心 理的基本的产 设建技能和生活技能的實施程序被 念。 Ba-IV-2 尽家、學 核度 現立人物故事 環學生了解自我概 念的意義、探對影 響性 1、2 單一 1 型 1 型 2 直性				· 	mil de marke mar note			
工十一					體、產品與服務。			
Ad-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。					* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *			
□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□					畫。			
健康青春 向前行					4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。			
Ta-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝 第略。 Ta-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝 第本 第本 第本 第本 第本 第本 第本 第	ニ十一	第1單元	1	1. 配合「健康是多	la-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概	Aa-IV-1 生長發育	1. 口頭	【人權教育】
第2單元 環境安全 廳 方法 來 增 進 健 康」與「正確認識 自己、肯定與接納 自己、肯定與接納 自己,並且能夠自 1、2單元 【休業 可的基據」,是健康心 記過。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概 念。 1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的 演说學生了解自我概 念的意義,探討影響自我概念的形成 因素,進而引導學生分析自己和他人的差異,藉由測驗工具了解自己的特點、實施養育自己的格點、實施養育自己的優點和 面對缺點,嘗試提升自我 價值的方法,學習 選用正向的想法、語言、行動和生活 經驗 取 監,高人IV-3 結婚地操作健康技能。 3b-IV-1 運用遊的的健康實訊、產品與服務,擬 監,當該提升自我 價值的方法,學習 選用正向的想法、語言、行動和生活 經驗 來 展现自我悅、納和健康樂觀的生活 經驗 來 展现自我悅、納和健康樂觀的生活 經驗 來 展现自我悅、納和健康樂觀的生活 經驗 來 展现自我悅、納和健康樂觀的生活 經驗 來 展现自我悅、納和健康樂觀的性,不可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可可		健康青春		層面的,個人可以	念。	的自我評估與因應	評量	人 J5 了解社會上
環境安全 總動員		向前行		採取有效的自我照	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	策略。	2. 紙筆	有不同的群體和文
總動員 複習第 自己、肯定與接納 自己,並且能夠自 1、2單元 【休業 理的基礎」兩大內 式】		第2單元		顧方法來增進健	擊與風險。	Ba-IV-1 居家、學	評量	化,尊重並欣賞其
1		環境安全		康」與「正確認識	1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的	校、社區環境潛在		差異。
1、2 單元 【休業 式】		總動員		自己、肯定與接納	重要性。	危機的評估方法。		【性別平等教育】
理的基礎」兩大內 活。「活出青春的光 。		複習第		自己,並且能夠自	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	Ba-IV-2 居家、學		性 J4 認識身體自
(建康技能和生活技能。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴 2a-IV-4 社區環境 安全的行動策略。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-IV-1 堅守健康的生活型態。 2b-IV-1 堅守健康的生活型態。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 2b-IV-2 樂於實踐健康技能。 3a-IV-2 月體各系 6 第 2 第 2 第 2 第 2 第 2 9 8 8 8 8 8 8 8 8 8 9 9 9 9 9 9 9 9 9		1、2 單元		我實現,是健康心	念。	校及社區安全的防		主權相關議題,維
彩」透過人物故事 讓學生了解自我概 愈的意義,探討影 響自我概念的形成 因素,進而引導學 生分析自己和他人 的差異,藉由測驗 工具了解自己的特 點,願意發揮自己 的優點 和面對缺 點,願意發揮自己 的優點 和面對缺 點,價值的方法,學習 運用正向的想法、 語言、行動和生活 經驗,展現自我悅納 納 是 自我認督、增強個人促進健康的行動,		【休業		理的基礎」兩大內	1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的	護守則與相關法		護自己與尊重他人
重性。		式】		涵。「活出青春的光	健康技能和生活技能。	令。		的身體自主權。
念的意義,探討影響自我概念的形成				彩」透過人物故事	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	Ba-IV-4 社區環境		性 J11 去除性別刻
響自我概念的形成 因素,進而引導學 4分析自己和他人的差異,藉由測驗 打續表現健康技能。 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正, 的差異,藉由測驗 打續表現健康技能。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 3b-IV-3 视力、口 腔保健策略與相關 疾病。 Da-IV-3 視力、口 腔保健策略與相關 疾病。 Da-IV-4 健康姿 勢、規律運動、充 資價值的方法,學習 運用正向的想法、 語言、行動和生活 經驗,展現自我悅納和健康樂觀的生活態度。藉由生活 2b-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的 行動。 2b-IV-1 生殖器官的轉造、功能與保 2b-IV-1 生殖器官的转造、功能與保 2b-IV-1 生殖器官的特造、功能與保 2b-IV-1 生殖器官的转造、功能與保 2b-IV-1 生殖器官的特造、功能與保 2b-IV-1 生殖器官的能力。 3b-IV-2 身體各系统、器官的構造與 3b-IV-3 視力、口 腔保健策略與相關 疾病。 Da-IV-4 健康姿 勢、規律運動、充 分睡眠的維持與實 逐策略。 Db-IV-1 生殖器官的的意義。 安 J1 判斷常見				讓學生了解自我概	重性。	安全的行動策略。		板與性別偏見的情
因素,進而引導學生分析自己和他人的差異,藉由測驗 持續表現健康技能。				念的意義,探討影	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	Da-IV-1 衛生保健		感表達與溝通 ,具
生分析自己和他人的差異,藉由測驗 持續表現健康技能。				響自我概念的形成	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	習慣的實踐方式與		備與他人平等互動
的差異,藉由測驗工具了解自己的特別的一IV-1 熟悉各種自我調適技能。 工具了解自己的特別的一IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 點,願意發揮自己的優點和面對缺點,嘗試提升自我價值的方法,學習運用正向的想法、語言、行動和生活經驗,展現自我悅納和健康樂觀的生活態度。藉由生活				因素,進而引導學	3a-Ⅳ-1 精熟地操作健康技能。	管理策略。		的能力。
工具了解自己的特 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。				生分析自己和他人	3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正,	Da-IV-2 身體各系		【生涯規劃教育】
點,願意發揮自己的優點和面對缺 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務,擬 當試提升自我 定健康行動策略。				的差異,藉由測驗	持續表現健康技能。	統、器官的構造與		涯 J3 覺察自己的
的優點和面對缺點,嘗試提升自我 定健康行動策略。				工具了解自己的特	3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。	功能。		能力與興趣。
點,嘗試提升自我 價值的方法,學習 運用正向的想法、 語言、行動和生活 經驗,展現自我悅 納和健康樂觀的生 活態度。藉由生活				點,願意發揮自己	3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	Da-IV-3 視力、ロ		涯 J4 了解自己的
價值的方法,學習 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,				的優點和面對缺	4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務,擬	腔保健策略與相關		人格特質與價值
運用正向的想法、				點,嘗試提升自我	定健康行動策略。	疾病。		觀。
語言、行動和生活 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的 分睡眠的維持與實				價值的方法,學習	4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,	Da-IV-4 健康姿		涯 J6 建立對於未
經驗,展現自我悅 行動。 踐策略。 安 J1 理解安全 納和健康樂觀的生 Db-IV-1 生殖器官 育的意義。 活態度。藉由生活 的構造、功能與保 安 J2 判斷常見				運用正向的想法、	並反省修正。	勢、規律運動、充		來生涯的願景。
經驗,展現自我悅 行動。 踐策略。 安J1 理解安全 納和健康樂觀的生 Db-IV-1 生殖器官 育的意義。 活態度。藉由生活 的構造、功能與保 安 J2 判斷常見				語言、行動和生活	4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的	分睡眠的維持與實		【安全教育】
納和健康樂觀的生 Db-IV-1 生殖器官 育的意義。 活態度。藉由生活 的構造、功能與保 安 J2 判斷常見				經驗,展現自我悅		踐策略。		安 J1 理解安全教
				納和健康樂觀的生		Db-IV-1 生殖器官		
				活態度。藉由生活		的構造、功能與保		安 J2 判斷常見的
				案例,鼓勵學生設		健及懷孕生理、優		事故傷害。

	-						
			定目標,付諸實際		生保健。		安 J3 了解日常生
			行動,以完成自己		Db-IV-2 青春期身		活容易發生事故的
			的目標。		心變化的調適與性		原因。
			2. 第二單元透過評		衝動健康因應的策		安 J4 探討日常生
			估環境中潛在危		略。		活發生事故的影響
			險、認識防護守		Fa-IV-1 自我認同		因素。
			則,進而擬定安全		與自我實現。		【防災教育】
			行動計畫。讓學生		Fa-IV-3 有利人際		防 J8 繪製社區防
			具備安全知識、培		關係的因素與有效		災地圖並參與社區
			養安全意識、展現		的溝通技巧。		防災演練。
			安全技能與行動,		Fb-IV-3 保護性的		防 J9 了解校園及
			以降低事故傷害所		健康行為。		住家內各項避難器
			带來的健康威脅與				具的正確使用方
			危害,並能積極營				式。
			造安全的生活環				
			境!				
ニ十一	第3單元	2	1. 認識運動前健康	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適能促	1. 口語	【性別平等教育】
	健康自主		評估與體適能檢	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	進策略與活動方	問答	性 J4 認識身體自
	有活力		測。	1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。	法。	2. 認知	主權相關議題,維
	第4單元		2. 了解運動處方設	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。	Ab-IV-2 體適能運	測驗卷	護自己與尊重他人
	活力青春		計原則。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	動處方基礎設計原	3. 學習	的身體自主權。
	大放送		3. 建立使用運動設		則。	單	性 J11 去除性別刻
	第5單元		施安全意識。	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和	Bc-IV-1 簡易運動	4. 課堂	板與性別偏見的情
	熱門運動		4. 學會自行車、跑	實踐能力。	傷害的處理與風	觀察	感表達與溝通,具
	大會串		步、水中自救及救	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和	险 。	5. 運動	備與他人平等互動
	第6單元		人原則。	實踐能力。	Cb-IV-2 各項運動	行為計	的能力。
	靈活自如		5. 培養自我挑戰、	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	設施的安全使用規	畫實踐	【人權教育】
	好身手		自我精進的態度。	與和諧互動。	定。	表	人 J3 探索各種利
	複習第3		6. 培養自我挑戰、	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	Cc-IV-1 水域休閒	6. 技能	益可能發生的衝
	~6 單元		自我精進的態度。	2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。	運動綜合應用。	實作	突,並了解如何運
	【休業		7. 認識籃球的單、	2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美	Cd-IV-1 戶外休閒	7. 合作	用民主審議方式及
	式】		雙手投籃技巧。	感。	運動綜合應用。	學習	正當的程序,以形

 域字音珠怪(調整)計畫					
8.	了解排球的接球	2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。	Ga-IV-1 跑、跳與	8. 分組	成公共規則,落實
技	巧。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發	推擲的基本技巧。	討論	平等自由之保障。
9.	熟悉羽球發球、	展專項運動技能。	Gb-IV-1 岸邊救生		人 J4 了解平等、
接	發球及正手高遠	3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧,展現個人	步驟、安全活動水		正義的原則,並在
球	的技巧。	運動潛能。	域的辨識、意外落		生活中實踐。
10	. 認識體操的跳	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	水自救與仰漂30		人 J8 了解人身自
躍	、翻滾等技巧。	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	秒。		由權,並具有自我
11	. 了解創意啦啦舞	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的	Gb-IV-2 游泳前進		保護的知能。
的	基本動作與組	問題。	25 公尺 (需換氣 5		【環境教育】
合	. 0	4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒	次以上)。		環 J4 了解永續發
12	. 學習扯鈴的繞腳	體、產品與服務。	Ha-IV-1 網/牆性球		展的意義 (環境、
及	繞腳轉身技巧。	4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,	類運動動作組合及		社會、與經濟的均
		修正個人的運動計畫。	團隊戰術。		衡發展)與原則。
		4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計	Hb-IV-1 陣地攻守		環 J12 認識不同類
		畫 0	性球類運動動作組		型災害可能伴隨的
		4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	合及團隊戰術。		危險,學習適當預
		4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活	Ia-IV-1 徒手體操		防與避難行為。
		動。	動作組合。		【海洋教育】
		4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	Ib-IV-1 自由創作		海 J1 參與多元海
			舞蹈。		洋休閒與水域活
			Ic-IV-1 民俗運動		動,熟練各種水域
			進階與綜合動作。		求生技能。
					【生涯規劃教育】
					涯 J3 覺察自己的
					能力與興趣。
					涯 J4 了解自己的
					人格特質與價值
					觀。
					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。

臺南市公(私)立安南區安順國民中學 114 學年度第二學期 七 年級 健康與體育 領域學習課程(調整)計畫(☑普通班/□特教班)

教材版 本	康軒	實施年級 (班級/組別)	七年級	教學節數	每週(3)節,本學期共 (60)節。
· 課程標	2.3.4.5.6.7.8.3.4.5.6.7.8.3.4.5.6.7.8.9.3.4.5.6.7.8.9.10.建培册識解證證過習習健從維度菸菸情並利正正育肺動樂盤增動球球的醫身成酒酒演善人且的 力水的基捷大籃等,就使物檳檳生已關好際 相分武礎泳要與發現 人名 电影	病及實際的國技人技網往 時間 所服應醫、訊內能際巧路觀 原民注療酒息法,關所內愈 應的愈檳觀規主,從人 原民注療酒息法,關所內愈 原民注療酒息法,關所內愈 原民注療酒息法,關於內內。 原民注療酒息法,關於內內。 一時的於的國技人於紹觀 一時的於的國技學家際 一時的於的國技學家際 畫。動術 身 一時的於的國技學家際 畫。動術 身 一時的於的國技學家際 畫。動術 身 一時的於。 一時的。 一時的。 一時的,	生理及社會各健康層面造成的衝擊與風險。 性思考並做出有利健康的決定。 勢。 拒絕菸、酒、檳榔的立場。 衝突。 力,以及學習如何面對家庭暴力。		
該學習 階段 領域核 心素養	健體-J-A2 具備理角 健體-J-A3 具備善月 健體-J-B1 具備情景	解體育與健康情境的全貌,並 用體育與健康的資源,以擬定 意表達的能力,能以同理心與	自我運動與保健潛能,探索人性、自我價值與生命意 做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處 運動與保健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新, 人溝通互動,並理解體育與保健的基本概念,應用方 訊及媒體,以增進學習的素養,並察覺、思辨人與和	・ 理與解決體育・ 後 り 能力。◇ 日常生活中。	與健康的問題。

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	名即	學習目標	學習重點			融入議題實質內涵					
在				學習表現	學習內容							
_	第元消面第1醫費觀1	1	1. 了解傳染病與社會發展的重要性。 2. 認識傳染病發生的三大要素。 3. 知道臺灣目前常見的傳	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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, 持續表現健康技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,	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. 認知評量	【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)					
	傳染病 的世界		染病種類與預防方法。	並反省修正。			與原則。					
-	第元鍛活第健基肺4自鍊力1康一耐量主展 章地心力	2	1. 了解心肺耐力對健康的重要性。 2. 了解评估心肺耐力方法。 3. 學會如何監控運動 強力的運動計畫。 4. 學會如何規畫增進心肺耐力 動運動計畫。 5. 培養对不懈的精神和 数力、增養的習慣。	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。 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。 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-3 執行提升體適能的身體活動。	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。	1. 觀察 2. 問答	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己 的能力與興趣立對於 未來生涯的願 景。					
<u> </u>		0										

=	第元消面第傳的1醫費觀1染世	1	1. 了解傳染病與社會發展的重要性。 2. 認識傳染病發生的三大要素。 3. 知道臺灣目前常見的傳染病種類與預防方法。 4. 採取適當的健康自我管理,增加預防傳染病的能力。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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,持續表現健康技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。	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. 評量	【環境教育】 環 J4 了解永續 發展的意義(環 境、社會、與經 齊所則。
	第元鍛活第武藝拳4自鍊力3德—道里主展 章技跆	2	1. 能理與技術,與個數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	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	Bd-IV-2 技擊綜合 動作與攻防技巧。	1. 觀 2. 問 3. 實 4. 測 5. 行畫表 6. 單課察口答技作認驗運為實學 語 能 知卷動計踐 習	【生涯規劃教育】 3 覺察與立的 選別 3 覺與與立的願 4 來生 4 景。
떵	第元消面第署 單療面 第雲縣	1	1. 了解臺灣全民健保的概念,透過認識醫療分級、 家庭醫師、轉診、急診、 醫藥分業等制度,以有效 運用醫療資源。	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的	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	1. 認知評量	【生命教育】 生 J5 覺察生活 中的各種迷思, 在生活作息、健 康促進、飲食運 動、休閒娛樂、

	衛戰			行動。	選購資訊。		人我關係等課題
					Fb-IV-3 保護性的		上進行價值思
					健康行為。		辨,尋求解決之
					Fb-IV-5 全民健保		道。
					與醫療制度、醫療		
					服務與資源。		
	第4單	2	1. 能做到馬步正拳與旋踢	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Bd-IV-2 技擊綜合	1. 課堂	【生涯規劃教
	元自主		技術,並能左右邊交換,	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	動作與攻防技巧。	觀察	育】
	鍛鍊展		手腳並用以提升全身性之	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。		2. 口語	涯 J3 覺察自己
	活力		肌力、柔軟度與協調性之	1d-IV-2 反思自己的運動技能。		問答	的能力與興趣。
	第3章		體適能。	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和		3. 技能	涯 J6 建立對於
	武德技		2. 能展現「以禮始、以禮	實踐能力。		實作	未來生涯的願
	藝一跆		終」、守紀律之武德精	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通		4. 互評	景。
	拳道		神。	與和諧互動。		表	
			3. 能展現包容異己並相互	2c-Ⅳ-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		5. 學習	
			尊重之態度,運用民主方	2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。		單	
			式進行和諧溝通,並能相	3c-Ⅳ-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發			
			互協助指導,發揮團隊合	展專項運動技能。			
			作學習精神。	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。			
			4. 能欣賞並實踐運動中力	4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒			
			與美的展現,培養自信樂	體、產品與服務。			
			觀、勇於挑戰的學習態	4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活			
			度。	動。			
五	第1單	1	1. 了解臺灣全民健保的概	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規	Bb-IV-1 正確購買	1. 技能	【生命教育】
	元醫療		念,透過認識醫療分級、	範。	與使用藥品的行動	評量	生 J5 覺察生活
	消費面		家庭醫師、轉診、急診、	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	策略。		中的各種迷思,
	面觀		醫藥分業等制度,以有效	重性。	Bb-IV-2 家庭、同		在生活作息、健
	第2章		運用醫療資源。	3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	儕、文化、媒體、		康促進、飲食運
	醫藥保		2. 養成正確的就醫與用藥		廣告等傳達的藥品		動、休閒娛樂、
	衛戰		習慣並選擇適當的醫療及	行動。	選購資訊。		人我關係等課題
			用藥行為,節省不必要的		Fb-IV-3 保護性的		上進行價值思
					健康行為。		辨,尋求解決之

			mn - 1 1		B1	1	
			醫療支出,培養珍惜醫療		Fb-IV-5 全民健保		道。
			資源的態度。		與醫療制度、醫療		
					服務與資源。		
	第5單	2	1. 能了解飛盤傳盤與接盤	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ce-IV-1 其他休閒	1. 課堂	【品德教育】
	元挑戰		技術相關的知識與技能原	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	運動綜合應用。	觀察	品 J1 溝通合作
	體能秀		理,並能反思和發展策	1d-IV-2 反思自己的運動技能。		2. 口語	與和諧人際關
	青春		略,以改善動作技能。	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。		問答	係。
	第1章		2. 能做到正手、反手傳盤	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和		3. 技能	品 J2 重視群體
	飛雲掣		及上手式、下手式與夾接	實踐能力。		實作	規範與榮譽。
	電一飛		之接盤法,並學習充分運	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通		4. 認知	
	盤		用策略於活動中,解決運	與和諧互動。		測驗卷	
			動相關問題及發揮團隊合	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發			
			作學習之方法。	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	1	1. 認識錯誤用藥對於人體	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規	Bb-IV-1 正確購買	1. 技能	【生命教育】
	元醫療		的影響、藥品的分類及正	範。	與使用藥品的行動	評量	生 J5 覺察生活
	消費面		確用藥五大核心能力。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	策略。		中的各種迷思,
	面觀		2. 學習運用批判性思考技	重性。	Bb-IV-2 家庭、同		在生活作息、健
	第2章		能,質疑用藥與醫療迷	3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	儕、文化、媒體、		康促進、飲食運
	醫藥保		思,以減少常見不當用藥	4a-Ⅳ-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的	廣告等傳達的藥品		動、休閒娛樂、
	衛戰		方式及醫療行為。	行動。	選購資訊。		人我關係等課題
			3. 養成正確的就醫與用藥		Fb-IV-3 保護性的		上進行價值思
			習慣並選擇適當的醫療及		健康行為。		辨,尋求解決之
			用藥行為,節省不必要的		Fb-IV-5 全民健保		道。
			醫療支出,培養珍惜醫療		與醫療制度、醫療		
			資源的態度。		服務與資源。		
	第5單	2	1. 能做到正手、反手傳盤	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ce-IV-1 其他休閒	1. 課堂	【品德教育】
	元挑戰		及上手式、下手式與夾接	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	運動綜合應用。	觀察	品 J1 溝通合作
	體能秀		之接盤法,並學習充分運	1d-IV-2 反思自己的運動技能。		2. 技能	與和諧人際關
	青春		用策略於活動中,解決運	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。		實作	係。
	第1章			2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和			品 J2 重視群體

	飛雲掣		動相關問題及發揮團隊合	實踐能力。			規範與榮譽。
	電一飛		作學習之方法。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通			
	盤		2. 能養成固定運動的習	與和諧互動。			
			慣,有計畫的提升體適能	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發			
			與運動技能。	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 1	1	1. 認識錯誤用藥對於人體	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規	Bb-IV-1 正確購買	1. 情意	【生命教育】
	元醫療		的影響、藥品的分類及正	範。	與使用藥品的行動	評量	生 J5 覺察生活
	消費面		確用藥五大核心能力。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	策略。	2. 認知	中的各種迷思,
	面觀		2. 學習運用批判性思考技	重性。	Bb-IV-2 家庭、同	評量	在生活作息、健
	第2章		能,質疑用藥與醫療迷	3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	儕、文化、媒體、		康促進、飲食運
	醫藥保		思,以減少常見不當用藥	4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的	廣告等傳達的藥品		動、休閒娛樂、
	衛戰		方式及醫療行為。	行動。	選購資訊。		人我關係等課題
	【第一		3. 養成正確的就醫與用藥		Fb-IV-3 保護性的		上進行價值思
	次評量		習慣並選擇適當的醫療及		健康行為。		辨,尋求解決之
	週】		用藥行為,節省不必要的		Fb-IV-5 全民健保		道。
			醫療支出,培養珍惜醫療		與醫療制度、醫療		
			資源的態度。		服務與資源。		
	第5單 2	2	1. 認識奧林匹克運動會游	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Cb-IV-3 奥林匹克	1. 課堂	【生涯規劃教
	元挑戰		泳比賽四種泳姿:蝶式、	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	運動會的精神。	觀察	育】
	體能秀		仰式、蛙式與自由式(捷	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	Gb-IV-2 游泳前進	2. 口語	涯 J3 覺察自己
	青春		泳)。	2c-Ⅳ-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	25 公尺 (需換氣 5	問答	的能力與興趣。
	第2章		2. 學習捷泳打水、划手、	與和諧互動。	次以上)。	3. 技能	
	力爭上		手腳配合動作與換氣動	2c-Ⅳ-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		實作	
	游一游		作。	4c-Ⅳ-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒		4. 運動	
	泳		3. 打水練習:浮板打水、	體、產品與服務。		行為計	
	【第一		漂浮打水。	4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活		畫實踐	
	次評量		4. 划手練習:抓水→往內	動。		表	
	週】		抱水→往外往後推水→手				
			臂出水→水上移臂。				

Ī	bb 4 1177	-	4	4 4 1 1 1 1 1 1-	N 1 : 1 : 1 : 1	عد عدر به	7
\wedge	第1單	l	1. 認識錯誤用藥對於人體	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規	Bb-IV-1 正確購買	1. 情意	【生命教育】
1	元醫療		的影響、藥品的分類及正	範。	與使用藥品的行動	評量	生 J5 覺察生活
4/1 第	消費面		確用藥五大核心能力。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	策略。	2. 認知	中的各種迷思,
一次定	面觀		2. 學習運用批判性思考技	重性。	Bb-IV-2 家庭、同	評量	在生活作息、健
期考)	第2章		能,質疑用藥與醫療迷	3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	儕、文化、媒體、		康促進、飲食運
	醫藥保		思,以減少常見不當用藥	4a-Ⅳ-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的	廣告等傳達的藥品		動、休閒娛樂、
	衛戰		方式及醫療行為。	行動。	選購資訊。		人我關係等課題
			3. 養成正確的就醫與用藥		Fb-IV-3 保護性的		上進行價值思
			習慣並選擇適當的醫療及		健康行為。		辨,尋求解決之
			用藥行為,節省不必要的		Fb-IV-5 全民健保		道。
			醫療支出,培養珍惜醫療		與醫療制度、醫療		
			資源的態度。		服務與資源。		
	第5單	2	1. 打水練習:浮板打水、	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Cb-IV-3 奥林匹克	1. 課堂	【生涯規劃教
	元挑戰		漂浮打水。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	運動會的精神。	觀察	育】
	體能秀		2. 划手練習:抓水→往內	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	Gb-IV-2 游泳前進	2. 口語	涯 J3 覺察自己
	青春		抱水→往外往後推水→手	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	25 公尺 (需換氣 5	問答	的能力與興趣。
	第2章		臂出水→水上移臂。	與和諧互動。	次以上)。	3. 技能	
	力爭上		3. 手腳配合練習:入門者	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		實作	
	游一游		從划二次手踢六次腳之六	4c-Ⅳ-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒		4. 運動	
	泳		打法學起。	體、產品與服務。		行為計	
			4. 換氣動作練習:岸上划	4d-Ⅳ-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活		畫實踐	
			手換氣、下水後池邊換氣	動。		表	
			練習。				
			5. 認識單臂划手換氣及一				
			手六腳等捷泳練習方法。				
			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	1	1. 了解使用菸品(含電子	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	Bb-IV-3 菸、酒、	1. 技能	【法治教育】
	元拒絕		煙)成癮的過程,以及對	擊與風險。	檳榔、藥物的成分	評量	法 J3 認識法律
	成癮有		個人心理、生理及社會各	2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。	與成癮性,以及對		之意義與制定。
	妙招			3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	個人身心健康與家		

	第1章		健康層面造成的衝擊與風	3b-Ⅳ-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	庭、社會的影響。		
	菸害現		險。	能,解決健康問題。	Bb-IV-4 面對成癮		
	形記		2. 面對各項描述菸品(含	4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點	物質的拒絕技巧與		
			電子煙)的訊息與觀點,	與立場。	自我控制。		
			能進行批判性思考並做出				
			有利健康的決定。				
	第5單	2	1. 了解舞蹈藝術的起源與	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ib-IV-1 自由創作	1. 課堂	【生涯規劃教
	元挑戰		舞蹈的類別。	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	舞蹈。	觀察	育】
	體能秀		2. 認識創造性舞蹈。	2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。	Ib-IV-2 各種社交	2. 口語	涯 J3 覺察自己
	青春		3. 享受體驗舞蹈元素的樂	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發	舞蹈。	問答	的能力與興趣。
	第3章		趣,學會運用舞蹈元素創	展專項運動技能。		3. 技能	
	身體塗		作。	3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧,展現個人		實作	
	鴉-創		4. 增進基本身體適能,與	運動潛能。			
	造性舞		身體動覺的敏銳度,探索	4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒			
	蹈		自我潛能的發揮與實現。	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。			
+	第2單	1	1. 利用菸害(含電子煙)的	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	Bb-IV-3 菸、酒、	1. 技能	【法治教育】
	元拒絕		情境演練生活技能,並能	擊與風險。	檳榔、藥物的成分	評量	法 J3 認識法律
	成癮有		主動公開表達個人拒絕吸	2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。	與成癮性,以及對		之意義與制定。
	妙招		菸(含電子煙)態度與反對	3b-Ⅳ-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	個人身心健康與家		
	第1章		二手菸的立場。	3b-Ⅳ-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	庭、社會的影響。		
	菸害現		2. 關注臺灣對菸品(含電	能,解決健康問題。	Bb-IV-4 面對成癮		
	形記		子煙)的法律規範內容與	4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點	物質的拒絕技巧與		
			現況,以及國際菸害公約	與立場。	自我控制。		
			規範對於臺灣的影響。				
	第5單	2	1. 享受體驗舞蹈元素的樂	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ib-IV-1 自由創作	1. 課堂	【生涯規劃教
	元挑戰		趣,學會運用舞蹈元素創	2c-Ⅳ-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	舞蹈。	觀察	育】
	體能秀		作。	2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。	Ib-IV-2 各種社交	2. 口語	涯 J3 覺察自己
	青春			3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發	舞蹈。	問答	的能力與興趣。
	第3章			展專項運動技能。		3. 技能	

	7, 7, 1	1 - 1 - 2 - 4 -	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		1	1	
	身體塗		2. 增進基本身體適能,與	3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧,展現個人		實作	
	鴉一創		身體動覺的敏銳度,探索	運動潛能。			
	造性舞		自我潛能的發揮與實現。	4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒			
	蹈		3. 培養舞蹈欣賞能力,豐	體、產品與服務。			
			富肢體動作的美感經驗。	4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。			
			4. 建立團隊合作的精神,	4d-Ⅳ-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活			
			積極正向的學習態度。	動。			
+-	第2單	1	1. 利用菸害(含電子煙)的	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	Bb-IV-3 菸、酒、	1. 技能	【法治教育】
	元拒絕		情境演練生活技能,並能	擊與風險。	檳榔、藥物的成分	評量	法 J3 認識法律
	成癮有		主動公開表達個人拒絕吸	2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。	與成癮性,以及對	2. 情意	之意義與制定。
	妙招		菸(含電子煙)態度與反對	3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	個人身心健康與家	評量	
	第1章		二手菸的立場。	3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	庭、社會的影響。		
	菸害現		2. 關注臺灣對菸品(含電	能,解決健康問題。	Bb-IV-4 面對成癮		
	形記		子煙)的法律規範內容與	4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點	物質的拒絕技巧與		
			現況,以及國際菸害公約	與立場。	自我控制。		
			規範對於臺灣的影響。				
	第6單	2	1. 能了解籃球投籃技術之	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Hb-IV-1 陣地攻守	1. 課堂	【生涯規劃教
	元球藝		相關知識與技能原理,並	1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。	性球類運動動作組	觀察	育】
	大會串		能反思和發展策略,以改	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	合及團隊戰術。	2. 口語	涯 J3 覺察自己
	第1章		善動作技能。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。		問答	的能力與興趣。
	應聲入		2. 能做到左、右手上籃,	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。		3. 技能	
	網一籃		並依據自己的能力,找出	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通		實作	
	球		適合自己的投籃方式。	與和諧互動。			
			3. 能主動提出問題,尋求	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。			
			協助以提高成功的機會。	2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美			
			4. 能養成固定運動的習	感。			
			慣,有計畫的提升體適能	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發			
			與運動技能。	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-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。			
十二	第2單	1	1. 了解飲酒與嚼食檳榔成	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	Bb-IV-3 菸、酒、	1. 技能	【法治教育】
	元拒絕		癮的過程,以及對個人心	擊與風險。	檳榔、藥物的成分	評量	法 J3 認識法律
	成癮有		理、生理和社會健康層面	2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。	與成癮性,以及對		之意義與制定。
	妙招		造成的衝擊與風險。	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	個人身心健康與家		
	第2章		2. 面對各項邀約飲酒與嚼	3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	庭、社會的影響。		
	克癮制		食檳榔訊息時,能堅持拒	能,解決健康問題。	Bb-IV-4 面對成癮		
	勝		絕態度,並做出有利健康	4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點	物質的拒絕技巧與		
			的決定。	與立場。	自我控制。		
			3. 利用情境演練生活技				
			能,能公開表達個人拒絕				
			飲酒、酒後駕車與嚼食檳				
			榔的態度與立場。				
	第6單	2	1. 能了解籃球投籃技術之	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Hb-IV-1 陣地攻守	1. 技能	【生涯規劃教
	元球藝		相關知識與技能原理,並	1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。	性球類運動動作組	實作	育】
	大會串		能反思和發展策略,以改	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。	合及團隊戰術。	2. 合作	涯 J3 覺察自己
	第1章		善動作技能。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。		學習	的能力與興趣。
	應聲入		2. 能做到左、右手上籃,	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。		3. 運動	
	網一籃		並依據自己的能力,找出	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通		行為計	
	球		適合自己的投籃方式。	與和諧互動。		畫實踐	
			3. 能主動提出問題,尋求	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		表	
			協助以提高成功的機會。	2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美		4. 學習	
			4. 能養成固定運動的習	感。		單	
			惯,有計畫的提升體適能	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發		·	
			與運動技能。	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-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。			
		l		V FOX = 04 + 04 + 1 =			

				4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活			
				動。			
十三	第2單	1	1. 面對各項邀約飲酒與嚼	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	Bb-IV-3 菸、酒、	1. 情意	【法治教育】
=	- 第 2 平 - 元拒絕	1	1. 画到谷均题於飲酒與財 食檳榔訊息時,能堅持拒	la IV o 可怕內住與介在的行為到健康追放的個	檳榔、藥物的成分	1. 阴总	L
				• • • •		. —	
	成癮有		絕態度,並做出有利健康	2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。	與成癮性,以及對	2. 技能	之意義與制定。
	妙招		的決定。	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	個人身心健康與家	評量	
	第2章		2. 利用情境演練生活技	3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	庭、社會的影響。		
	克癮制		能,能公開表達個人拒絕	能,解決健康問題。	Bb-IV-4 面對成癮		
	勝		飲酒、酒後駕車與嚼食檳	4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點	物質的拒絕技巧與		
			榔的態度與立場。	與立場。	自我控制。		
	第6單	2	1. 了解排球的各式基本攻		Ha-IV-1 網/牆性	1. 課堂	【人權教育】
	元球藝		擊技術。	ld-IV-2 反思自己的運動技能。	球類運動動作組合	觀察	人 J5 了解社會
	大會串		2. 學會如何將排球戰術運	2c-Ⅳ-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	及團隊戰術。	2. 口語	上有不同的群體
	第2章		用在比賽上。	與和諧互動。		問答	和文化,尊重並
	百發百		3. 增加運動欣賞的能力。	2c-Ⅳ-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		3. 技能	欣賞其差異。
	中一排			3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發		實作	
	球			展專項運動技能。			
				3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。			
十四	第2單	1	1. 面對各項邀約飲酒與嚼	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	Bb-IV-3 菸、酒、	1. 認知	【法治教育】
(5/	元拒絕		食檳榔訊息時,能堅持拒	擊與風險。	檳榔、藥物的成分	評量	法 J3 認識法律
13~	成癮有		絕態度,並做出有利健康	2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。	與成癮性,以及對	2. 技能	之意義與制定。
5/1	妙招		的決定。	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	個人身心健康與家	評量	
4	第2章		2. 利用情境演練生活技	3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	庭、社會的影響。		
第	克癮制		能,能公開表達個人拒絕	能,解決健康問題。	Bb-IV-4 面對成癮		
=	勝		飲酒、酒後駕車與嚼食檳	4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點	物質的拒絕技巧與		
次	【第二		榔的態度與立場。	與立場。	自我控制。		
定	次評量		3. 關注飲酒、酒後駕車與	71	- 4.44 		
期	週】		『『『『『『』 『『 』 『 』 『 』 『 』 『 』 『 』 『 』 『				
考)	~1		範的內容與現況。				
77			4. 了解酒與檳榔所造成的				
			社會、環境與健康問題,				
			一位目 依况兴促原问起,				

			子村山山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				
			並幫助親友遠離酒與檳榔				
			等成癮物質誘惑。				
	第6單	2	1. 了解排球的各式基本攻	1c-Ⅳ-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ha-IV-1 網/牆性	1. 課堂	【人權教育】
	元球藝		擊技術。	ld-IV-2 反思自己的運動技能。	球類運動動作組合	觀察	人 J5 了解社會
	大會串		2. 學會如何將排球戰術運	2c-Ⅳ-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	及團隊戰術。	2. 口語	上有不同的群體
	第2章		用在比賽上。	與和諧互動。		問答	和文化,尊重並
	百發百		3. 增加運動欣賞的能力。	2c-Ⅳ-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		3. 技能	欣賞其差異。
	中一排			3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發		實作	
	球			展專項運動技能。			
	【第二			3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。			
	次評量						
	週】						
十五	第2單	1	1. 了解飲酒與嚼食檳榔成	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	Bb-IV-3 菸、酒、	1. 認知	【法治教育】
	元拒絕		癮的過程,以及對個人心	擊與風險。	檳榔、藥物的成分	評量	法 J3 認識法律
	成癮有		理、生理和社會健康層面	2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。	與成癮性,以及對	2. 技能	之意義與制定。
	妙招		造成的衝擊與風險。	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	個人身心健康與家	評量	
	第2章		2. 面對各項邀約飲酒與嚼	3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	庭、社會的影響。		
	克癮制		食檳榔訊息時,能堅持拒	能,解決健康問題。	Bb-IV-4 面對成癮		
	勝		絕態度,並做出有利健康	4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點	物質的拒絕技巧與		
			的決定。	與立場。	自我控制。		
			3. 利用情境演練生活技				
			能,能公開表達個人拒絕				
			飲酒、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。				
	第6單	2	1. 能了解桌球運動之相關	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ha-IV-1 網/牆性	1. 課堂	【性別平等教
	元球藝		知識與基本技術原理,藉	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	球類運動動作組合	觀察	育】
	大會串		由各項練習與反思,學習	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	及團隊戰術。	2. 口語	性 J11 去除性別
	第3章			1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。		問答	刻板與性別偏見

	桌拿好		正確動作技能,於練習與	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通		3. 技能	的情感表達與溝
	手一桌		競賽中展現。	與和諧互動。		實作	通,具備與他人
	球		2. 進行練習或競賽時,遵	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。		4. 學習	平等互動的能
	246		守規範,注意運動安全,	00 11 1 之州之幼状州 17 日末日		單	力。
			並尊重個別差異,採用溝			7	74
			通與合作的模式,培養團				
			隊意識。				
			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。				
十六	第3單	1	1. 理解家庭的健康生活的	 1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。	Fa-IV-2 家庭衝突	1. 情意	【家庭教育】
	元人際	1	規範意義並肯定其價值,	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	的協調與解決技	評量	家 J5 了解與家
	健康家		一 體悟家庭關係的影響性,	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	巧。	口里	人溝通互動及相
	第1章		並能遵守合宜的健康生活	3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	Fa-IV-3 有利人際		互支持的適切方
	健康家		規範。	能,解決健康問題。	Id IV 5 有利人保		五义行的题 <i>的为</i> 式。
	庭加加		2. 分析家庭溝通不良與衝	ル / 肝/大健康	的溝通技巧。		式。 【法治教育】
	油		2. 另析家庭構造不良無值。 突問題發生的因素,並願	並反省修正。	的再通权力。		L
	油		大问题發生的四系,並願 意反省修正,嘗試運用策	业及有修正。			的意義。
			· 思及自修正, 旨訊建用 录 · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				的总我 [。]
			3. 認識家庭暴力的發生因				
			5. 認識系庭泰刀的發生囚 素與相關法規,善用各項				
			社會資源協助自己或他人				
	労 C 出	9	處理家暴問題。 1. 能了解桌球運動之相關	1。17.1 之知夕石黑私甘林历明仁相则。	H ₂ T7 1 /四 /山木 k4	1 细	了 地 切 亚 签 址
	第6單元球藝	2	1. 肥) 解呆球建勤之相關 知識與基本技術原理,藉	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ha-IV-1 網/牆性 球類運動動作組合	1. 課堂 觀察	【性別平等教 育】
				1d-IV-1 了解各項運動技能原理。		観祭 2. 口語	· · · -
	大會串 第3章		由各項練習與反思,學習工來和作出作,故練習與	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	及團隊戰術。		性 J11 去除性別
	' '		正確動作技能,於練習與	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。		問答	刻板與性別偏見
	桌拿好		競賽中展現。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通		3. 技能	的情感表達與溝
	手一桌		2. 進行練習或競賽時,遵			實作	通,具備與他人
	球		守規範,注意運動安全,	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。			平等互動的能

健康家 庭加加	解與家
「陳意識。 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。	解與家 .動及相
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。 十七 第 3 單 1 1. 理解家庭的健康生活的 規範意義並肯定其價值, 體悟家庭關係的影響性, 並能遵守合宜的健康生活 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 第 1 章 健康家 庭加加 油 2. 分析家庭溝通不良與衝 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動, 实問題發生的因素,並願 意反省修正,嘗試運用策略方法以經營家庭關係。	解與家 .動及相
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。 十七 第 3 單 1 1.理解家庭的健康生活的規範意義並肯定其價值,健康家 第 1 章 健康家 第 1 章 健康家 第 1 章 健康家 度加加油 2.分析家庭溝通不良與衝流 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,资利 2.分析家庭溝通不良與衝流 4b-IV-2 自我監督、增强個人促進健康的行動,资利 2.分析家庭溝通不良與衝流 4b-IV-2 自我監督、增强個人促進健康的行動,资利 2.分析家庭溝通不良與衝流 4b-IV-2 自我監督、增强個人促進健康的行動,资利 2.分析家庭,企业 4b-IV-2 自我监督、增强人促进健康的行动,资利 2.分析家庭,企业 4b-IV-2 自我监督、增强人促进健康的行动,资利 2.分析家庭,企业 4b-IV-2 自我监督、增强人促进健康的行动,资利 2.分析家庭,企业 4b-IV-2 自我监督、增强人促进健康的行动,资利 2.分析。 3.分析家庭,通不良实质,企业 4b-IV-2 自我监督、增强人促进健康的行动,创入,企业 4b-IV-3 有利人際	解與家 .動及相
與體適能皆獲得提升與增強,進而養成規律的運動習慣。 十七 第 3 單 1 1.理解家庭的健康生活的規範意義並肯定其價值,規範意義並肯定其價值,體悟家庭關係的影響性, 並能遵守合宜的健康生活 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 第 1 章 健康家 第 1 章 健康家 2	解與家 .動及相
強	解與家 .動及相
習慣。	解與家 .動及相
十七 第 3 單 1 1.理解家庭的健康生活的 規範意義並肯定其價值, 健康家	解與家 .動及相
元人際 健康家 開任家庭關係的影響性, 並能遵守合宜的健康生活 規範。 第1章 健康家 庭加加 油 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	解與家 .動及相
健康家	動及相
第1章 健康家 健康家 庭加加 2.分析家庭溝通不良與衝 第2.分析家庭溝通不良與衝 並反省修正,嘗試運用策 略方法以經營家庭關係。	
健康家庭加加	適切方
庭加加 加	
油 突問題發生的因素,並願 並反省修正。 法 J5 i 意反省修正,嘗試運用策 的意義 略方法以經營家庭關係。	
意反省修正,嘗試運用策 略方法以經營家庭關係。 的意義	育】
略方法以經營家庭關係。	識憲法
9 初始安应星为从双山田	
3. 認識家庭暴力的發生因	
素與相關法規,善用各項	
社會資源協助自己或他人	
	
第6單 2 1.能了解足球停空中球與 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 Ab-IV-1 體適能促 1.課堂 【生涯:	劃教
一 元球藝 │ 踢空中球技術之相關知識 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	
大會串 與技能原理,並能反思和 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 法。 2. 口語 涯 J3 髮	察自己
第4章	.興趣。
舉足輕 能。 $2c-IV-2$ 表現利他合群的態度,與他人理性溝通 性球類運動動作組 $3.$ 技能 IE IE IE IE IE IE IE IE	立對於
重一足 2. 能做到停空中球與踢空 與和諧互動。 合及團隊戰術。 實作 未來生	的願
球 中球之技術,並能研擬策 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美 景。	
略運用於活動中,解決運「感。	
動相關問題及能發揮團隊 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發	
合作學習之方法。 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。			
				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。			
十八	第3單	1	1. 認識各種型態的人際互	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。	Fa-IV-3 有利人際	1. 情意	【生涯規劃教
	元人際		動關係,分析適合自己的	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	關係的因素與有效	評量	育】
	健康家		人際互動因素,演練並善	重性。	的溝通技巧。	2. 技能	涯 J14 培養並涵
	第2章		用溝通技能與衝突處理策	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。		評量	化道德倫理意義
	人際關		略,解決人際關係問題。	3b-Ⅳ-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技		3. 認知	於日常生活。
	係停看			能,解決健康問題。		評量	【法治教育】
	聽			4a-Ⅳ-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,			法 J5 認識憲法
				並反省修正。			的意義。
				4a-Ⅳ-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的			
				行動。			
	第6單	2	1. 能做到停空中球與踢空		Ab-IV-1 體適能促	1. 課堂	【生涯規劃教
	元球藝		中球之技術,並能研擬策	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	進策略與活動方	觀察	育】
	大會串		略運用於活動中,解決運	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	法。	2. 口語	涯 J3 覺察自己
	第4章		動相關問題及能發揮團隊	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。	Hb-IV-1 陣地攻守	問答	的能力與興趣。
	舉足輕		合作學習之方法。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	性球類運動動作組	3. 技能	涯 J6 建立對於
	重一足		2. 能養成遵理守法的態度		合及團隊戰術。	實作	未來生涯的願
	球		與實踐運用民主溝通進行	2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美		4. 運動	景 。
			活動,培養公平競爭的運	感。		欣賞	
			動家精神。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發		5. 運動	
			3. 透過足球比賽活動,能	展專項運動技能。		計畫	
			做到尊重同學、共同參與	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。			
			事務及合作學習的態度。	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。			
			4. 設計適合的運動計畫,	4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計			
			養成規律運動習慣,提升	畫。			
			體適能與運動技能。	4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活			
				動。			

十九	第元健第人係聽 3 人康 2 緊停	1	1. 認識各種型態的人際互動關係,分析適合自練理態的人際互動因素,演練運動,所以與關係問題,與與關係問題。 2. 了解網路交友的建筑。 項,並願意建立正向與好的網路內外人際互動。 3. 認識霸凌並了解相關規	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-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 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的	Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	1. 評 2. 評 3. 評 4 5 6 7 7 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	【生涯規劃教育】 涯 J14 培養並涵 化道德倫理意義 於日常生活。 【法治教育】 法 J5 認識憲法 的意義。
	第4單	2	範,保護自己,避免成為 霸凌的加害人或受害者。 1. 認識心肺耐力相關知識	行動。 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適能促	1. 課堂	【生涯規劃教
	元自主鍛錬展活力		及運動計畫的擬定。 2. 了解運動的水分與營養 補給知識。	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、運動和營養的關係。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	進策略與活動方 法。 Ab-IV-2 體適能運	觀察 2. 口語 問答	育】 涯 J3 覺察自己 的能力與興趣。
	複習第4單元		3. 認識跆拳道的武德精神,建立運動欣賞能力, 學習旋踢技能。	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-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和	動處方基礎設計原則。 Bc-IV-1 簡易運動	3. 技能 實作 4. 認知	涯 J6 建立對於 未來生涯的願 景。
				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。	傷害的處理與風 險。 Bd-IV-2 技擊綜合	測驗卷 5. 運動 行為計	【安全教育】 安 J4 探討日常 生活發生事故的
				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	動作與攻防技巧。 Cb-IV-1 運動精 神、運動營養攝取	畫實踐 表 6. 學習	影響因素。
				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。	知識、適合個人運動所需營養素知識。	單	
				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。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4l IV 2 計 任 四 / 写 和 / 中 / 中 / 中 / 中 / 中 / 中 / 中 / 中 / 中 /		
畫。		
AITTO HILL MILLER TO BOND A CO A BOND CO		
動。		
4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。		
二十 第3單 1 1. 認識各種型態的人際互 1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 Fa-IV-3 有利人際 1.	1. 情意	【生涯規劃教
【6/ 元人際 】 動關係,分析適合自己的 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴 關係的因素與有效 □評	評量	育】
25~ 健康家 人際互動因素,演練並善 重性。 的溝通技巧。 2.	2. 技能 2	涯 J14 培養並涵
6/2 第2章 用溝通技能與衝突處理策 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 評	評量	化道德倫理意義
6 人際關 略,解決人際關係問題。 3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技 3.	3. 認知 7	於日常生活。
第 係停看 2. 了解網路交友的注意事 能,解決健康問題。	評量	【法治教育】
三 聽 項,並願意建立正向而良 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,	ż	法 J5 認識憲法
· 【第三 好的網路內外人際互動。 並反省修正。	É	的意義。
定 次評量 3. 認識霸凌並了解相關規 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的		
期週】 範,保護自己,避免成為一行動。		
考) 霸凌的加害人或受害者。		
第5單 2 1. 認識飛盤的基礎概念及 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 Cb-IV-3 奧林匹克 1.	1. 課堂	【生涯規劃教
□ 元挑戰 □ 傳接盤技術。 □ 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 □ 運動會的精神。 □ 鸛	觀察	育】
體能秀 2. 學習並增進捷泳的能 1d-IV-2 反思自己的運動技能。	2. 口語 2	涯 J3 覺察自己
青春 力。	問答	的能力與興趣。
複習第 3 . 透過運動五大要素,探 $2c$ -IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和 $6b$ -IV-2 游泳前進 3 .	3. 技能	【品德教育】
5 單元 索與創作身體律動。 實踐能力。 25 公尺(需換氣 5) 實	實作	品 J1 溝通合作
【第三 $2c-IV-2$ 表現利他合群的態度,與他人理性溝通 $次以上$ 2 4 .	4. 運動	與和諧人際關
次評量 與和諧互動。 Ib-IV-1 自由創作 行	行為計 1	係。
週】 $2c-IV-3$ 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 $#$ 蹈。 $=$ $=$ $=$ $=$ $=$ $=$ $=$ $=$ $=$ $=$	畫實踐 :	品 J2 重視群體
2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。 Ib-IV-2 各種社交 表	表	規範與榮譽。
3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發 舞蹈。		
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。		
4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒		

	(例) (外) 子 日 1		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				
				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-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活			
				動。			
二十一	第1單	1	1. 能理解各種傳染病的病	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。	Bb-IV-1 正確購買	1. 情意	【環境教育】
	元醫療		原體、傳染途徑、症狀及	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	與使用藥品的行動	評量	環 J4 了解永續
	消費面		預防方法。	擊與風險。	策略。	2. 認知	發展的意義(環
	面觀		2. 認識健保的意義及一般	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規	Bb-IV-2 家庭、同	評量	境、社會、與經
	第2單		民眾應有的權利與義務。	範。	儕、文化、媒體、	3. 技能	濟的均衡發展)
	元拒絕		3. 了解從事醫療消費時應	2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。	廣告等傳達的藥品	評量	與原則。
	成癮有		注意的事項。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	選購資訊。		【生命教育】
	妙招		4. 培養維護身體健康的醫	重性。	Bb-IV-3 菸、酒、		生 J5 覺察生活
	第3單		療觀念及態度。	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	檳榔、藥物的成分		中的各種迷思,
	元人際		5. 了解使用成癮物質菸、	3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正,	與成癮性,以及對		在生活作息、健
	健康家		酒、檳榔對人體心理、生	持續表現健康技能。	個人身心健康與家		康促進、飲食運
	複習第		理及社會各健康層面造成	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	庭、社會的影響。		動、休閒娛樂、
	1 ~ 3		的衝擊與風險。	3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	Bb-IV-4 面對成癮		人我關係等課題
	單元		6. 面對菸、酒、檳榔的訊	3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	物質的拒絕技巧與		上進行價值思
	【休業		息與觀點,能進行批判性	能,解決健康問題。	自我控制。		辨,尋求解決之
	式】		思考並做出有利健康的決	4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,	Fa-IV-2 家庭衝突		道。
			定。	並反省修正。	的協調與解決技		【法治教育】
			7. 關注菸、酒、檳榔國內	4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的	巧。		法 J3 認識法律
			法律規範現況與未來趨	行動。	Fa-IV-3 有利人際		之意義與制定。
			勢。	4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點	關係的因素與有效		法 J5 認識憲法
			8. 利用情境演練生活技	與立場。	的溝通技巧。		的意義。
			能,能主動公開表達個人		Fb-IV-3 保護性的		【家庭教育】
			拒絕菸、酒、檳榔的立		健康行為。		家 J5 了解與家
			場。		Fb-IV-4 新興傳染		人溝通互動及相
					病與慢性病的防治		互支持的適切方
					策略。		式。
						•	•

	9. 認識並改善自己的人際關係,學習理智的面對衝突。 10. 學習利用人際關係好巧,以及學習如何面對家庭,以及學習如何面對家庭暴力。 11. 建立正向且良好的網路內外人際互動。 12. 培養正確的人際交往觀念。		Fb-IV-5 全民健保 與醫療制度、醫療 服務與資源。		【生涯規劃教育】 涯 J14 培養並涵 化道德倫理意義 於日常生活。
第元大複6【式	2 1.學習籃球投籃與上籃。2.學習排球低手發球技巧並認識接發球隊形。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動所以上1 牌地攻團隊戰術。 Hb-IV-1 陣地攻與運動的企業與關係。 Hb-IV-1 內方。	1. 觀 2. 問 3. 實 4. 單 5. 學 6. 行畫表課察口答技作學 合習運為實堂 語 能 習 作 動計踐	的能力與興趣。 涯 J6 建立對於 未來生涯的願 景。 【人權教育】

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。