臺南市公(私)立安南區安順國民中學 114 學年度第一學期 八 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)	八年級  八年級	教學節數	每週(3) 節,本學 期共(63) 節
課程標	2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 12. 13. 2 13. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 12. 13. 2 14. 2 15. 6. 7. 8. 9. 10. 12. 13. 2 16. 三學了知學透能能能與通展能展婚性行傳全害用常容 期避登排學到解解 16. 2 16. 2 16. 2 17. 2 18. 2 18. 2 18. 2 18. 2 18. 3 18. 4 18. 5 18. 6 18.	成的危機,強力 是	原則與因應策略。  任。 為,以避免性病的感染。 康層面所造成之衝擊。 養個人的拒毒能力。  目標。 是。。 見。 認和發展學習策略,以改善動作技能。 見察,改善動作技能。		

	10. 了解跳箱運動的特性與過程,認識動作名稱及進行方法,並嘗試操作。 11. 了解扯鈴繞手及扭轉乾坤之運動技能,以團隊合作方式學習並熟悉扯鈴之操作。							
複體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度,展現自我運動與保健潛能,探索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不輕言放棄。 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。								
		ı		課程架構脈絡			Т	
教學 期程	單元與活 動名稱			評量方 式 (表現任 務)	融入議題實質內涵			
				學習表現	學習內容			
_	第歌合第揚抱 1 詩奏 1 青愛 青曲章春	1	1. 了解身體接觸、身體界線與 自主權的意義,並能夠體悟性 騷擾與性別歧視事件對受害者 身心造成的傷害性。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 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,擬定健康行動策略。	Aa-IV-1 有與。IV-3 的因 Bb-IV-別與的。IV-與維原法生我策 多質同重 愛感、與生我東 多質同重 愛感、與長評	1. 評 2. 評 4	【育性我的別認性體議己的權性別 J I 尊傾質。 認權維重自 辨 納他、性 識相護他主 識教 自人性別 身關自人	

<del></del>	-	_	·		Ī	1	,
					Db-IV-5 身體 自主權維護的 立場表達與行 動,以及交友 約會安全策		騷擾、性侵害 與性霸凌的樣 態,運用資源 解決問題。 【人權教育】
					略。		人 J5 了解社
					Db-IV-6 青少		會上有不同的
					年性行為之法		群體和文化,
					律規範與明智		尊重並欣賞其
					抉擇。		差異。
							人 J6 正視社
							會中的各種歧
							視,並採取行 動來關懷與保
							護弱勢。
_	第4單元	2	1. 了解增進肌肉適能的益處。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適	1. 課堂	【生涯規劃教
	體能挑戰		2. 了解肌肉適能訓練基本原	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	能促進策略與	觀察	育】
	趣		則。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	活動方法。	2. 口語	涯 J6 建立對
	第1章大		3. 學會下肢、上肢及胸、腹肌	4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修	Ab-IV-2 體適	問答	於未來生涯的
	力水手—		群的動作訓練及注意事項。	正個人的運動計畫。	能運動處方基	3. 技能	願景。
	—肌力與 四 ひ カ		4. 學會肌力與肌耐力運動計畫		礎設計原則。	實作	
	肌耐力		的設計。 5. 養成積極參與的態度,並注	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。		4. 學習	
			意運動時的安全。	40 1V 0 机们促用超過配的分租扣到		7	
_	第1單元	1	1. 因應不同的事件情境,學習	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。	Aa-IV-1 生長	1. 口頭	【性別平等教
	歌詠青春		擬定防止性騷擾與性別歧視事	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊	發育的自我評	評量	育】
	合奏曲		件的策略。學會善用生活技	與風險。	估與因應策	2. 紙筆	性 J1 接納自
	第1章飛		能,提出合適且能維護身體自	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	略。	評量	我與尊重他人
	揚青春擁		主權的行動方案。	4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務,擬定	Db-IV-3 多元		的性傾向、性
	抱愛			健康行動策略。	的性别特質、 角色與不同性		別特質與性別 認同。
					用巴與不同性     傾向的尊重態		談问。   性 J4 認識身
					仍四时王芯		14 34 咖啡为

	-						
					度。		體自主權相關
					Db-IV-4 愛的		議題,維護自
					意涵與情感發		己與尊重他人
					展、維持、結		的身體自主
					束的原則與因		權。
					應方法。		性 J5 辨識性
					Db-IV-5 身體		騷擾、性侵害
					自主權維護的		與性霸凌的樣
					立場表達與行		態,運用資源
					動,以及交友		解決問題。
					約會安全策		【人權教育】
					略。		人 J5 了解社
					Db-IV-6 青少		會上有不同的
					年性行為之法		群體和文化,
					律規範與明智		尊重並欣賞其
					抉擇。		差異。
							人 J6 正視社
							會中的各種歧
							視,並採取行
							動來關懷與保
							護弱勢。
_	第4單元	2	1. 了解跳遠及跳高的動作要	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適	1. 課堂	【生涯規劃教
	體能挑戰		領。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	能促進策略與	觀察	育】
	趣		2. 學會跳遠及跳高的動作技	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	活動方法。	2. 口語	涯 J3 覺察自
	第2章躍		巧。	2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。	Cb-IV-2 各項	問答	己的能力與興
	如脫兔—		3. 養成練習時集中注意力並注	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展	運動設施的安	3. 技能	趣。
	—跳		意周遭環境安全的習慣。	專項運動技能。	全使用規定。	實作	涯 J4 了解自
			4. 養成積極參與的態度。	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Ga-IV-1 跑、		己的人格特質
			5. 培養尊重他人及團隊合作的	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	跳與推擲的基		與價值觀。
			精神。	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問	本技巧。		涯 J6 建立對
				題。			於未來生涯的
				4c-Ⅳ-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修			願景。

正個人的運動計畫。		【性別平等教
4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。		<b>【</b> 从 別 亚 笺 数
		【烛别亚笺数
三 第1單元 1 1 2 別維護自己與他人的身體 $1a-W-2$ 分析個人與群體健康的影響因素。 Aa- $W-1$ 生長		【烛别亚笙数
1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	評量	【江州   寸秋
歌詠青春   自主權,並尋求資源保障個人 $1a-IV-3$ 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊   發育的自我評	口里	育】
合奏曲   權益,以及處理性別歧視問 與風險。   估與因應策	2. 紙筆	性 J1 接納自
第 1 章飛     題。	評量	我與尊重他人
揚青春擁		的性傾向、性
抱愛		別特質與性別
角色與不同性		認同。
傾向的尊重態		性 J4 認識身
		體自主權相關
Db-IV-4 愛的		議題,維護自
意涵與情感發		己與尊重他人
展、維持、結		的身體自主
東的原則與因		權。
		性 J5 辨識性
Db-IV-5 身體		騷擾、性侵害
自主權維護的		與性霸凌的樣
立場表達與行		態,運用資源
動,以及交友		解決問題。
<b> </b>		【人權教育】
略。		人 J5 了解社
Db-IV-6 青少		會上有不同的
<b> </b> 年性行為之法		群體和文化,
		尊重並欣賞其
		差異。
		人 J6 正視社
		會中的各種歧
		視,並採取行
		動來關懷與保
		護弱勢。

=	第4單元	2	1. 了解跳高的動作要領。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適	1. 課堂	【生涯規劃教
	體能挑戰		2. 學會跳高的動作技巧。	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。	能促進策略與	觀察	育】
	趣		3. 養成練習時集中注意力並注	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	活動方法。	2. 口語	涯 J3 覺察自
	第2章躍		意周遭環境安全的習慣。	2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。	Cb-IV-2 各項	問答	己的能力與興
	如脫兔—		4. 養成積極參與的態度。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展	運動設施的安	3. 技能	趣。
	—跳		5. 培養尊重他人及團隊合作的	專項運動技能。	全使用規定。	實作	涯 J4 了解自
			精神。	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Ga-IV-1 跑、	4. 學習	己的人格特質
				3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	跳與推擲的基	單	與價值觀。
				3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問	本技巧。		涯 J6 建立對
				題。			於未來生涯的
				4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修			願景。
				正個人的運動計畫。			
				4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動。			
				4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。			
四	第1單元	1	1. 了解青少年對愛情的期待可	1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。	Db-IV-5 身體	1. 口頭	【性別平等教
	歌詠青春		能受到媒體、家人、周遭朋友	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重	自主權維護的	評量	育】
	合奏曲		影響,並透過接近現實的觀	性。	立場表達與行	2. 紙筆	性 J11 去除
	第2章青		察,更能體會情感真實的樣	3b-Ⅳ-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	動,以及交友	評量	性別刻板與性
	春爱的練		能。	能,解決健康問題。	約會安全策		別偏見的情感
	習曲		2. 認識愛所包含的面向,體認	4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立	略。		表達與溝通,
			先愛自己才有能力愛別人,進	場。	Db-IV-6 青少		具備與他人平
			而體會愛是一輩子學習的課		年性行為之法		等互動的能
			題。		律規範與明智		力。
			3. 認識好感的來源,辨識表達		抉擇。		
			好感的合宜方式,並且學習拒				
			絕他人追求的原則與因應策				
			略。				
四	第4單元	2	1. 了解臺灣山林開放政策。	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	Bc-IV-1 簡易	1. 課堂	【環境教育】
	體能挑戰		2. 知道登山活動的特性及安全	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	運動傷害的處	觀察	環 J12 認識
	趣		注意事項。	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	理與風險。	2. 口語	不同類型災害
	第3章翻		3. 認識登山活動的分類。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展	Cd-IV-1 户外	問答	可能伴隨的危
	山越嶺—			專項運動技能。	休閒運動綜合	3. 技能	險,學習適當
					·		

	—山野活		4. 學會山野活動的裝備準備原	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問	應用。	實作	預防與避難行
	動		則。	題。		4. 學習	為。
				4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修		單	
				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。			
五	第1單元	1	1. 認識好感的來源,辨識表達	1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。	Db-IV-5 身體	1. 口頭	【性別平等教
	歌詠青春		好感的合宜方式,並且學習拒	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重	自主權維護的	評量	育】
	合奏曲		絕他人追求的原則與因應策	性。	立場表達與行	2. 紙筆	性 J11 去除
	第2章青		略。	3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	動,以及交友	評量	性別刻板與性
	春爱的練		2. 認識感情發展的進程與維持	能,解決健康問題。	約會安全策		別偏見的情感
	習曲		的方法,並評估自身內在與外	4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立	略。		表達與溝通,
			在的行為對個人、環境與社會	場。	Db-IV-6 青少		具備與他人平
			健康造成的衝擊與風險。		年性行為之法		等互動的能
			3. 了解被拒絕或分手時,應具		律規範與明智		力。
			備的態度與觀點,並透過合適		抉擇。		
			的資源或管道尋求協助、紓緩				
			情緒。				
五	第4單元	2	1. 知道山難發生的原因並了解	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	Bc-IV-1 簡易	1. 課堂	【環境教育】
	體能挑戰		預防方法。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	運動傷害的處	觀察	環 J12 認識
	趣		2. 學會發生緊急事故時的處理	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	理與風險。	2. 口語	不同類型災害
	第3章翻		與通報方法。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展	Cd-IV-1 户外	問答	可能伴隨的危
	山越嶺—		3. 能擬定並實踐登山計畫。	專項運動技能。	休閒運動綜合	3. 技能	險,學習適當
	—山野活			3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問	應用。	實作	預防與避難行
	動			題。		4. 學習	為。
				4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修		單	
				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。			
六	第1單元	1	1. 認識感情發展的進程與維持	1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。	Db-IV-5 身體	1. 口頭	【性別平等教
	歌詠青春		的方法,並評估自身內在與外	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重	自主權維護的	評量	育】
	合奏曲		在的行為對個人、環境與社會	性。	立場表達與行	2. 紙筆	性 J11 去除
	第2章青		健康造成的衝擊與風險。	3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	動,以及交友	評量	性別刻板與性
	春爱的練			能,解決健康問題。	約會安全策		別偏見的情感

表達與 選與 基達與 基達與 基連與 基準 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是
等互動的能力。 【人權教育】 人 J3 探索各 種利益可能發
力。 【人權教育】 人 J3 探索各 種利益可能發
【人權教育】 人 J3 探索各 種利益可能發
人 J3 探索各 種利益可能發
人 J3 探索各 種利益可能發
人 J3 探索各 種利益可能發
人 J3 探索各 種利益可能發
人 J3 探索各 種利益可能發
種利益可能發
生的衝突,並
民主審議方式
及正當的程
序,以形成公
共規則,落實
平等自由之保
障。
【性別平等教
育】
性 J5 辨識性
騷擾、性侵害
與性霸凌的樣
態,運用資源
解決問題。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			· <u>—</u>		1.		
					カ。		
セ	第5單元	2	1. 學會排球托球與跑動托球的	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ha-IV-1 網/	1. 課堂	【人權教育】
	團體攻防		技巧。	1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。	牆性球類運動	觀察	人 J3 探索各
	戦		2. 在練習、比賽中, 能與同學	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。	動作組合及團	2. 口語	種利益可能發
	第1章排		合作共同完成目標。	ld-IV-2 反思自己的運動技能。	隊戰術。	問答	生的衝突,並
	列組合—		3. 在活動中能準確的將球托至	2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。		3. 技能	了解如何運用
	—排球		目標,觀察並欣賞同學的優缺	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展		實作	民主審議方式
	【第一次		點。	專項運動技能。		4. 學習	及正當的程
	評量週】			3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。		單	序,以形成公
				3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問			共規則,落實
				題。			平等自由之保
				4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修			障。
				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。			
$\wedge$	第1單元	1	1. 了解約會性侵害可能發生在	1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的健	Db-IV-5 身體	1. 口頭	【性別平等教
	歌詠青春		網友或熟識者之間,學習不同	康技能和生活技能。	自主權維護的	評量	育】
	合奏曲		交友狀態中應留意的事項,避	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重	立場表達與行	2. 紙筆	性 J5 辨識性
	第3章青		免約會性侵害的發生。	性。	動,以及交友	評量	騷擾、性侵害
	春變奏曲		2. 了解私密照可能產生的後	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	約會安全策		與性霸凌的樣
			果,進而做出不拍攝私密照、	3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	略。		態,運用資源
			不傳播、不留存私密照的決	能,解決健康問題。	Db-IV-7 健康		解決問題。
			定。	4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,並	性價值觀的建		
				<b>反省修正。</b>	立,色情的辨		
					識與媒體色情		
					訊息的批判能		
					力。		
八	第5單元	2	1. 能了解桌球運動之相關知識	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Cb-IV-2 各項	1. 課堂	【性別平等教
	團體攻防		與基本技術原理,藉由各項練	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	運動設施的安	觀察	育】
	戦		習與反思,學習正確動作技	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	全使用規定。	2. 口語	性 J11 去除
	第2章彈		能,於練習與競賽中展現。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與		問答	性別刻板與性
	跳之間—		2. 練習或競賽時,遵守規範,	和諧互動。	牆性球類運動	3. 技能	別偏見的情感
	— 桌球		注意運動安全,並尊重個別差	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展		實作	表達與溝通,
	W 446		一心之功人工 工引工的办在	00 11 1 1000 1 1 100 1 1 100 1 10 10 10	一一一一一一	_ ᄎ ''	アーノハガー

			異,採用溝通與合作的模式,	專項運動技能。	隊戰術。	4. 學習	具備與他人平
			培養團隊意識。	3d-Ⅳ-1 運用運動技術的學習策略。		單	等互動的能
			3. 透過持續學習,感受桌球運	4c-Ⅳ-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修			カ。
			動的樂趣,同時技能與體適能	正個人的運動計畫。			
			皆獲得提升與增強,進而養成	4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動。			
			規律的運動習慣。				
九	第2單元	1	1. 理解性衝動是一種生理欲望	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	Db-IV-2 青春	1. 情意	【性別平等教
	「性」福		的本能表現,但可以透過理性	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	期身心變化的	評量	育】
	方程式		來管理與控制,學習以健康的	念。	調適與性衝動	2. 認知	性 J6 探究各
	第1章青		方式來自我管理欲望與衝動。	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	健康因應的策	評量	種符號中的性
	春「性」			3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	略。		別意涵及人際
	福頌				Db-IV-6 青少		溝通中的性別
					年性行為之法		問題。
					律規範與明智		
					抉擇。		
					Db-IV-7 健康		
					性價值觀的建		
					立,色情的辨		
					識與色情訊息		
					的批判能力。		
九	第5單元	2	1. 能了解羽球正手切球、正/	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ha-IV-1 網/	1. 課堂	【性別平等教
	團體攻防		反手挑球之動作要領與運用時	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	牆性球類運動	觀察	育】
	戰		機,並能透過練習與反思增進	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	動作組合及團	2. 口語	性 J11 去除
	第3章羽		動作技能。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	隊戰術。	問答	性別刻板與性
	眾不同—		2. 能做到正確且流暢之正手切	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與		3. 技能	別偏見的情感
	—羽球		球、正/反手挑球動作,並充	和諧互動。		實作	表達與溝通,
			分實踐運用,進而有效提升身	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		4. 學習	具備與他人平
			體適能,養成規律運動習慣。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展		單	等互動的能
				專項運動技能。			力。
				3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。			
				4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。			

+	第2單元	1	1. 辨識生活情境中潛藏的色情	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	Db-IV-2 青春	1. 情意	【性別平等教
	「性」福		資訊,覺察色情資訊對個人身	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	期身心變化的	評量	育】
	方程式		心健康的影響,能採取批判性	念。	調適與性衝動	2. 認知	性 J6 探究各
	第1章青		思考技巧對色情資訊內容提出	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	健康因應的策	評量	種符號中的性
	春「性」		質疑。	3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	略。	,	別意涵及人際
	福頌				Db-IV-6 青少		溝通中的性別
					年性行為之法		問題。
					律規範與明智		
					抉擇。		
					Db-IV-7 健康		
					性價值觀的建		
					立,色情的辨		
					識與色情訊息		
					的批判能力。		
+	第5單元	2	1. 能了解羽球正手切球、正/	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ha-IV-1 網/	1. 課堂	【性別平等教
	團體攻防		反手挑球之動作要領與運用時	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	牆性球類運動	觀察	育】
	戦		機,並能透過練習與反思增進	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	動作組合及團	2. 口語	性 J11 去除
	第3章羽		動作技能。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	隊戰術。	問答	性別刻板與性
	眾不同—		2. 能做到正確且流暢之正手切	2c-Ⅳ-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與		3. 技能	別偏見的情感
	—羽球		球、正/反手挑球動作,並充	和諧互動。		實作	表達與溝通,
			分實踐運用,進而有效提升身	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		4. 學習	具備與他人平
			體適能,養成規律運動習慣。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展		單	等互動的能
			3. 能了解個別差異,養成尊重	專項運動技能。			カ。
			他人之態度,透過合作共同解	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。			
			決學習歷程所面臨之問題,並	4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。			
			發揮團隊精神,促進人際互動				
			關係。				
+-	第2單元	1	1. 了解青少年懷孕可能面對的	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	Db-IV-2 青春	1. 情意	【性別平等教
	「性」福		挑戰與選擇,願意慎重面對關	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	期身心變化的	評量	育】
	方程式		於「性」的所有決定,並勇於	念。	調適與性衝動	2. 認知	性 J6 探究各
	第1章青		尋求外在資源協助。	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	健康因應的策	評量	種符號中的性
	春「性」			3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	略。		別意涵及人際

	福頌				Db-IV-6 青少		溝通中的性別
	, , , ,				年性行為之法		問題。
					律規範與明智		. , ,
					抉擇。		
					Db-IV-7 健康		
					性價值觀的建		
					立,色情的辨		
					識與色情訊息		
					的批判能力。		
+-	第5單元	2	1. 能了解籃球各種傳接球的相	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Bc-IV-1 簡易	1. 課堂	【人權教育】
	團體攻防		關知識與技能原理,並能反思	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	運動傷害的處	觀察	人 J3 探索各
	戰		和發展學習策略,以改善動作	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	理與風險。	2. 口語	種利益可能發
	第4章合		技能。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	Hb-IV-1 陣地	問答	生的衝突,並
	作無間—		2. 能做出胸前、地板和頂上等	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實	攻守性球類運	3. 技能	了解如何運用
	—籃球		傳接球的動作技能,並學習運	<b>踐能力。</b>	動動作組合及	實作	民主審議方式
			用策略於活動或籃球比賽中。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與	團隊戰術。	4. 學習	及正當的程
				和諧互動。		單	序,以形成公
				2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。			共規則,落實
				2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美感。			平等自由之保
				3c-Ⅳ-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展			障。
				專項運動技能。			【生涯規劃教
				3c-Ⅳ-2 發展動作創作和展演的技巧,展現個人運			育】
				動潛能。			涯 J3 覺察自
				3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。			己的能力與興
				3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。			趣。
				3d-Ⅳ-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問			涯 J13 培養
				題。			生涯規劃及執
				4c-Ⅳ-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修			行的能力。
				正個人的運動計畫。			
				4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。			
				4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動。			
				4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。			

下性」福 方程式 第 2 章性 病的影響,了解並顧意採取 上 來的預防方法。 如		SK SK 3 EPINEX	, , , , , ,					
方程式	十二	第2單元	1	1. 澄清性傳染病相關迷思,認	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊	Db-IV-8 愛滋	1. 情意	【人權教育】
# 2 章性 病防護網		「性」福		識性傳染病的嚴重性與對生活	與風險。	病及其它性病	評量	人 J6 正視社
		方程式		品質的影響,了解並願意採取	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重	的預防方法與	2. 認知	會中的各種歧
		第2章性		正確的預防方法。	性。	關懷。	評量	視,並採取行
十二       第 5 單元 图權政防 戰       2       1. 能遵守籃球規則,以培養守 決,等重他人和團隊合作之材 神,並養成積極參與的態度, 參與體育活動。 2. 能具備審美與表現的能力, 欣賞籃球比賽中的傳接球技 巧。       1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。 1d-IV-1 7解各項運動技能原理。 2c-IV-1 展現運動設能。 2c-IV-1 展現運動設能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與 和電互動。 2c-IV-2 展現運動設備的技巧,體驗生活的美感。 3c-IV-1 展現運動設備的技巧,機強關人選 動潛能。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧,展現個人選 動潛能。 3d-IV-2 運用運動設備的學習策略。 3d-IV-2 運用運動技術的學習策略。 3d-IV-2 運用運動技術的學習策略。 3d-IV-2 運用運動技術的學習策略。 3d-IV-2 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。 2c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能,修 正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-3 執行個人運動計畫。實際參與身體活動。 4d-IV-3 執行個人運動計畫。實際參與身體活動。 4d-IV-3 執行提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-3 執行程升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-3 執行程升體適能的身體活動。       Db-IV-8 愛滋 病及其它性病 病及其它性病 病及其它性病 所及其它性病       1. 情意 【人權教育】 人 I6 正視社		病防護網			4b-IV-3 公開進行健康倡導,展現對他人促進健康			動來關懷與保
「					的信念或行為的影響力。			護弱勢。
報 章令 作無間——藍球 中的傳接球技巧。	+二	第5單元	2	1. 能遵守籃球規則,以培養守	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Bc-IV-1 簡易	1. 課堂	【人權教育】
第4章合作無問一一		團體攻防		法、尊重他人和團隊合作之精	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	運動傷害的處	觀察	人 J3 探索各
作無間		戰		神,並養成積極參與的態度,	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	理與風險。	2. 口語	種利益可能發
一籃球		第4章合		參與體育活動。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	Hb-IV-1 陣地	問答	生的衝突,並
大多。       2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與和諧互動。		作無間—		2. 能具備審美與表現的能力,	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實	攻守性球類運	3. 技能	了解如何運用
和谐互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美感。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展專項運動技能。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧,展現個人運動整態。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問題。 4c-IV-3 病用思考與分析能力,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-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。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。 4d-IV-3 執行提升體		—籃球		欣賞籃球比賽中的傳接球技	踐能力。	動動作組合及	實作	民主審議方式
2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美感。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展專項運動技能。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧,展現個人運動潛能。 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-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。 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-3 執行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。 4d-IV-3 執行提升體				巧。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與	團隊戰術。	4. 學習	及正當的程
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-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。  2 113 培養生涯規劃及執行的運動計畫。  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-2 執行個人運動計畫。  4d-IV-2 執行個人運動計畫。  4d-IV-2 執行個人運動計畫。  4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。  4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。  4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。  4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。  1.情意 【人權教育】   1/2 1/2 「性」福   1/2 1/2 1/2 1/2 1/2 1/2 1/2 1/2 1/2 1/2					和諧互動。		單	序,以形成公
					2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。			共規則,落實
第項運動技能。       3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧,展現個人運動潛能。       (生涯規劃教育】         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。       趣。       涯 J13 培養生涯規劃及執行的能力與與地。         4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能的運動計畫。       4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。       行的能力。       行的能力。         +=       第2單元 「性」福       1 1.澄清性傳染病相關迷思,認識性傳染病的嚴重性與對生活       1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊病及其它性病認度,					2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美感。			平等自由之保
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-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。 4c-IV-2 分析並評估個人的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。 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。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。 1.情意					3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展			障。
新潛能。   3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。   3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。   3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問題。   4c-IV-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-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。   4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動。   4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。   4d-IV-8 愛滋 病及其它性病   4d-IV-8 受益 病及其它性病   4d-IV-8 受益 病及其它性病   4d-IV-8 更風險。   4d-IV-8 更風險。   4d-IV-8 更具險。   4d-IV-8 更具态。   4d-IV-8 更具态。					專項運動技能。			【生涯規劃教
					3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧,展現個人運			育】
					動潛能。			涯 J3 覺察自
3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問題。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-3 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。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。 (11/2 「性」福					3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。			己的能力與興
# 2 單元       1       1.澄清性傳染病的嚴重性與對生活       1.付養       1.付					3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。			趣。
4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。 += 第2單元 1 1.澄清性傳染病相關迷思,認 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊					3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問			涯 J13 培養
正個人的運動計畫。 $4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。 += 第2單元 1 1.澄清性傳染病相關迷思,認 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊                                    $					題。			生涯規劃及執
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。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。       1.澄清性傳染病相關迷思,認 11/2 「性」福       1.澄清性傳染病相關迷思,認 12 報性傳染病的嚴重性與對生活       1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊 5 與風險。       Db-IV-8 愛滋 5 病及其它性病       1.情意 5 不見之       人人權教育					4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修			行的能力。
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。       +=     第2單元 (11/2)     1     1.澄清性傳染病相關迷思,認					正個人的運動計畫。			
4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。       4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。         +三       第2單元       1       1.澄清性傳染病相關迷思,認       1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊       Db-IV-8 愛滋       1.情意       【人權教育】         (11/2       「性」福       識性傳染病的嚴重性與對生活       與風險。       病及其它性病       評量       人 J6 正視社					4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。			
十三 第2單元 1 1.澄清性傳染病相關迷思,認 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊 Db-IV-8 愛滋 1.情意 【人權教育】 (11/2) 「性」福 :					4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動。			
(11/2 「性」福   識性傳染病的嚴重性與對生活 與風險。   病及其它性病   評量   人 J6 正視社					4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。			
	十三	第2單元	1	1. 澄清性傳染病相關迷思,認	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊	Db-IV-8 愛滋	1. 情意	【人權教育】
6~11/ 方程式 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重 的預防方法與 2. 認知 會中的各種歧	(11/2	「性」福		識性傳染病的嚴重性與對生活	與風險。	病及其它性病	評量	人 J6 正視社
	6~11/	方程式			2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重	的預防方法與	2. 認知	會中的各種歧

27 第	第2章性		品質的影響,了解並願意採取	性。	關懷。	評量	視,並採取行
二次	病防護網		正確的預防方法。	4b-IV-3 公開進行健康倡導,展現對他人促進健康			動來關懷與保
定期			2. 建立關懷與支持愛滋感染者	的信念或行為的影響力。			護弱勢。
考)			的態度,願意參與並倡議愛滋				
			關懷行動。				
十三	第5單元	2	1. 能了解棒壘球運動項目的動	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Hd-IV-1 守備	1. 課堂	【性別平等教
	團體攻防		作技巧發展,與其相關之知識	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	/跑分性球類	觀察	育】
	戰		與技能原理,並能反思和發展	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	運動動作組合	2. 口語	性 J11 去除
	第5章攻		學習策略,以改善動作技能。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	及團隊戰術。	問答	性別刻板與性
	占堡壘—		2. 能做出肩上傳球、接球與跑	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實		3. 技能	別偏見的情感
	—棒壘球		壘等動作技巧,並學習運用於	<b>踐能力。</b>		實作	表達與溝通,
			其他運動項目或平日生活中,	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與		4. 學習	具備與他人平
			保護個人人身安全。	和諧互動。		單	等互動的能
				2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。			力。
				2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。			
				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-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。			
十四	第2單元	1	1. 澄清性傳染病相關迷思,認	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊		1. 情意	【人權教育】
	「性」福		識性傳染病的嚴重性與對生活	與風險。	病及其它性病	評量	人 J6 正視社
	方程式		品質的影響,了解並願意採取	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重	的預防方法與	2. 認知	會中的各種歧
	第2章性		正確的預防方法。	性。	關懷。	評量	視,並採取行
	病防護網		2. 建立關懷與支持愛滋感染者	4b-IV-3 公開進行健康倡導,展現對他人促進健康			動來關懷與保
	【第二次		的態度,願意參與並倡議愛滋	的信念或行為的影響力。			護弱勢。
	評量週】		關懷行動。				
十四	第5單元	2		1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Hd-IV-1 守備	1. 課堂	【性別平等教
	團體攻防		跑壘等動作技巧,表現個人局	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	/跑分性球類	觀察	育】

	戦		部或全身性的身體控制能力,	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	運動動作組合	2. 口語	性 J11 去除
	第5章攻		展現個人的運動潛能。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	及團隊戰術。	問答	性別刻板與性
	占堡壘—		2. 能具備欣賞與表現的能力,	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實		3. 技能	別偏見的情感
	—棒壘球		培養良好人際關係與團隊合作	<b>選能力。</b>		實作	表達與溝通,
	【第二次		精神,並精進個人學習,挑戰	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與		4. 學習	具備與他人平
	評量週】		個人極限。	和諧互動。		單	等互動的能
				2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。			力。
				2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。			
				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-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。			
十五	第2單元	1	1. 澄清性傳染病相關迷思,認	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊	Db-IV-8 愛滋	1. 情意	【人權教育】
	「性」福		識性傳染病的嚴重性與對生活	與風險。	病及其它性病	評量	人 J6 正視社
	方程式		品質的影響,了解並願意採取	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重	的預防方法與	2. 認知	會中的各種歧
	第2章性		正確的預防方法。	性。	關懷。	評量	視,並採取行
	病防護網			4b-IV-3 公開進行健康倡導,展現對他人促進健康			動來關懷與保
				的信念或行為的影響力。			護弱勢。
十五	第5單元	2	1. 了解定位向前頭頂球、守門	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適	1. 課堂	【生涯規劃教
	團體攻防		員防守與進攻的動作要領。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	能促進策略與	觀察	育】
	戰		2. 學會向前頭頂球、守門員防	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	活動方法。	2. 口語	涯 J3 覺察自
	第6章頂		守與進攻的動作技能。	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。	Hb-IV-1 陣地	問答	己的能力與興
	上功夫—		3. 了解與運用比賽戰術。	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實	攻守性球類運	3. 技能	趣。
	—足球			<b>選能力。</b>	動動作組合及	實作	
				2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與	團隊戰術。	4. 學習	
				和諧互動。		單	
				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。			
				•			

健康行 第 1 章 致								
一六 第3 單元   1   1.能了解毒品危害防制條例之   1a=IV-3 卵材层外性的连動材度的透射計畫。   1   1.能了解毒品危害防制條例之   1a=IV-3 卵材层外性的污毒對健康造成的衝擊   Aa=IV-1 生長   4   4   4   4   4   4   4   4   4					3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。			
中央					4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修			
日本					正個人的運動計畫。			
無壽青春 健康行 第1章致 今的逃幻 世界  2. 能認識藥物濫用定義與壽品 對個人生理、心理、社會等健 康居所所造成之衝擊,並建立 拒絕毒品之人生態度。  十六 第5單元 一足球  一足球  十一  第3單元 一足球  十一  第3單元 上功夫— 一足球  十一  第3單元 上功夫— 一足球  1. 能於生活上常見的誘毒情境 與應 2. 在心下2. 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與 和谐遊動的。 3. 2-IV-2 運用運動比賽的各種菜略。 2. 是現所經濟的過程。 3. 2-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。 3. 4-IV-1 理學 2. 2 一IV-1 不解與運動技能。 3. 4-IV-1 不解為與主義的 2. 2 一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。 3. 4-IV-1 建地 2. 2 一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。 3. 4-IV-1 建地 2. 2 一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。 3. 4-IV-1 建地 3. 3 基別 4 - IV-1 建地 3. 3 基別 4 - IV-1 上功夫  1. 1. 能於生活上常見的誘毒情境 中展現毒品拒絕技巧,培養個人的理過能與運動技能,修正個人的理過能與運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種菜略。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。 4c-IV-2 分析並評估個人的體過能與運動技能,修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-1 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4c-IV-1 是別所達成的減會感與嚴重 4 學習					4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。			
健康行 第 1 章致 物,建立個人分辨毒害的能 为 。	十六	第3單元	1	1. 能了解毒品危害防制條例之	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊	Aa-IV-1 生長	1. 口頭	【品德教育】
第 1 章致		無毒青春		相關規範與內容,並且關注國	與風險。	發育的自我評	評量	品 J2 重視群
一中		健康行		內外目前常見毒品之現況與趨	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重	估與因應策	2. 紙筆	體規範與榮
世界 2. 能認識藥物濫用定義與毒品對個人生理、心理、社會等健康層面所造成之衝擊,並建立 指經毒品之人生態度。		第1章致		勢,建立個人分辨毒害的能	性。	略。	評量	譽。
對個人生理、心理、社會等健康層面所造成之衝擊,並建立拒絕毒品之人生態度。 十六 第5單元 2 1. 了解與運用比賽戰術。		命的迷幻		力。	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	Bb-IV-5 拒絕		【法治教育】
# 層面所造成之衝擊,並建立 拒絕毒品之人生態度。  十六 第5單元 2 1. 了解與運用比賽戰術。 2. 養成積極參與的態度,並隨 1d-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。 時注意安全。 3. 培養尊重他人、守法及團隊 2. C-IV-1 展現運動地等的各項策略。 2. C-IV-1 展現運動地等的通德思辨和實 2. C-IV-1 展現運動地等的過德思辨和實 2. C-IV-1 展現運動地等的過德思辨和實 2. C-IV-1 展現運動地等的影度,與他人理性溝通與 和諧互動。 3. C-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。 3. C-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與 和諧互動。 3. C-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與 每項運動技能。 3. C-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與 每項運動技能。 3. C-IV-2 是用運動比賽中的各種策略。 4. C-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能的運動計畫。 4. C-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能的運動計畫。 4. C-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4. C-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4. C-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4. C-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4. C-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能的運動計畫。 4. C-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能的運動計畫。 4. C-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能的運動計畫。 4. C-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能的運動計畫。 4. C-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能的運動計畫。 4. C-IV-2 分析並評估個人的運動計畫。 4. C-IV-2 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4. C-IV-2 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4. C-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重 格質的自我評 行與因應策 2. 紅筆 整方的自我評 行與因應策 2. 紅筆 整方的自我評 行與因應策 2. 紅筆 整方的自我評 行與因應策 2. 紅筆 整理規範與榮 整。 整理規範與榮 整。		世界		2. 能認識藥物濫用定義與毒品	4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立	成癮物質的自		法 J3 認識法
拒絕毒品之人生態度。				對個人生理、心理、社會等健	場。	主行動與支持		律之意義與制
十六       第 5 單元 图體攻防 戰 2 2 表成積極參與的態度,並隨 時注意安全。 3. 培養尊重他人、守法及團隊 合作的精神。 $1c-IV-1$ 了解各項運動技能原理。 $1d-IV-2$ 反思自己的運動技能原理。 $1d-IV-2$ 反思自己的運動技能。 $2c-IV-1$ 展現運動世幣的人類策略。 $2c-IV-1$ 展現運動世幣,具備運動的道德思辨和實 放守性球類運 放守性球類運 放守性球類運 放力的能力與與 $2c-IV-1$ 表現局部或全身性的身體控制能力,發展 專項運動技能。 $3c-IV-1$ 表現局部或全身性的身體控制能力,發展 專項運動技能。 $3d-IV-2$ 運用運動比賽中的各種策略。 $4c-IV-2$ 分析並評估個人的體適能與運動技能,修 $4c-IV-2$ 分析並評估個人的體適能與運動技能,修 $4c-IV-3$ 从的拒毒能力。 $4c-IV-3$ 从的拒毒能力。 $1c-IV-1$ 了解各項運動技能原理。 $2c-IV-1$ 機力 以守性球類運 放守性球類運 $2c-IV-1$ 表現局部或全身性的身體控制能力,發展 $2c-IV-1$ 表現局部或全身性的身體控制能力,發展 $2c-IV-1$ 表現局部或全身性的身體控制能力,發展 $2c-IV-1$ 表現局部或全身性的身體控制能力,發展 $2c-IV-1$ 表現局部或全身性的身體控制能力,發展 $2c-IV-1$ 表現局部或全身性的身體控制能力,發展 $2c-IV-1$ 表現局部域企業 $2c-IV-1$ 表現局部域企業 $2c-IV-1$ 表現局部域企業 $2c-IV-1$ 表現局形造成的衝擊 $2c-IV-1$ 表現劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 $2c-IV-1$ 是 $2$				康層面所造成之衝擊,並建立		性規範、戒治		定。
图體攻防				拒絕毒品之人生態度。		資源。		
戦       時注意安全。       1d-IV-2 反思自己的運動技能。       活動方法。       2. 口語問答         北功夫——足球       合作的精神。       2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實證能力。       1d-IV-2 反思自己的運動技能。       活動方法。       間答 3. 技能數的作組合及 發作 4. 學習證的作組合及 數數作組合及 發作 4. 學習證的作組入的證明       財際報報。         十七       第3單元無毒青春健康行業1章致       1 1. 能於生活上常見的誘毒情境 與風險。       1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學與風險。       1a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學的自我評學的人類學與人物。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學的自我評學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學的自我學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學的自身經濟學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學的自身經濟學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學的自身經濟學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學的自身經濟學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學的自身經濟學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學的主意學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學的自身經濟學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學的自身經濟學與風險。       Aa-IV-1 生長發育的自我評學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身經濟學的自身的自身的自身的自身的自身的自身的自身的自身的自身的自身的自身的自身的自身的	十六	第5單元	2	1. 了解與運用比賽戰術。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適	1. 課堂	【生涯規劃教
第6章項 上功夫———足球 合作的精神。		團體攻防		2. 養成積極參與的態度,並隨	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	能促進策略與	觀察	育】
上功夫———足球 合作的精神。		戰		時注意安全。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	活動方法。	2. 口語	涯 J3 覺察自
一足球		第6章頂		3. 培養尊重他人、守法及團隊	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。	Hb-IV-1 陣地	問答	己的能力與興
2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與   图隊戰術。		上功夫—		合作的精神。	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實	攻守性球類運	3. 技能	趣。
和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。  十七 第 3 單元 無毒青春 健康行 中展現毒品拒絕技巧,培養個人的拒毒能力。  1 . 能於生活上常見的誘毒情境中展現毒品拒絕技巧,培養個人的拒毒能力。  1 . 能於生活上常見的誘毒情境中展現毒品拒絕技巧,培養個人的拒毒能力。  2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重 估與因應策 器,		—足球			<b>選能力。</b>	動動作組合及	實作	
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。   4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修 正個人的運動計畫。   4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。   4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。   1. 能於生活上常見的誘毒情境					2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與	團隊戰術。	4. 學習	
專項運動技能。					和諧互動。		單	
3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 十七 第 3 單元 無毒青春 健康行 供康行 第 1 章致					3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展			
4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 十七 第 3 單元 無毒青春 健康行 以					專項運動技能。			
正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。  十七 第 3 單元					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。  十七 第 3 單元					4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修			
十七 第 3 單元 由					正個人的運動計畫。			
無毒青春 健康行 第 1 章致 中展現毒品拒絕技巧,培養個 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重 估與因應策 2. 紙筆 體規範與榮 整。					4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。			
健康行       人的拒毒能力。       2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重       估與因應策       2.紙筆       體規範與榮         第1章致       性。       略。       評量       譽。	ナセ		1	, = , , , ,		-		
第1章致				中展現毒品拒絕技巧,培養個	與風險。	發育的自我評	評量	品 J2 重視群
				人的拒毒能力。	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •			
命的迷幻     Bb-IV-5 拒絕   【法治教育】						<b>D</b>	評量	譽。
		命的迷幻			3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	Bb-IV-5 拒絕		【法治教育】

	世界		2. 能運用課程所學的資訊,並	4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立	成癮物質的自		法 J3 認識法
			展現個人宣示反毒理念之能	場。	一		律之意義與制
			力。		性規範、戒治		年 之 思 我 典 的   定 。
					- · - · · ·		人。
ļ.,.	th 0 1111 -		1 - 4 - 5 - 5 - 7 - 7 - 7 - 10 - 10 - 10 - 10 - 10 -	1 77 1 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	資源。	1 200 10	<b>7</b> .5.3 to - <b>b</b> .¥
ナセ	第6單元	2		1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適	1. 課堂	【安全教育】
	現技好身		樂,能夠流暢的完成動作。	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	能促進策略與	觀察	安 J9 遵守環
	手		2. 了解跳箱運動的特性與過		活動方法。	2. 口語	境設施設備的
	第1章超		程,認識動作名稱及進行方	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	Ia-IV-2 器械	問答	安全守則。
	越障礙—		法。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	體操動作組	3. 技能	
	—體操		3. 學會兔跳/蛙跳拍腳、跳撐	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實	合。	實作	
			上臺、跳馬背及分腿/併腿騰	踐能力。		4. 學習	
			躍之動作技巧。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與		單	
				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			
				SU-IV-3 應用心方與分析能力,解決運動情境的问			
				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。			
<u> </u>	11			4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。			
十八	第3單元	1	1. 能於生活上常見的誘毒情境	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊	Aa-IV-1 生長	1. 口頭	【品德教育】
	無毒青春		中展現毒品拒絕技巧,培養個	與風險。	發育的自我評	評量	品 J2 重視群
	健康行		人的拒毒能力。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重	•	2. 紙筆	體規範與榮
	第1章致		2. 能運用課程所學的資訊,並	性。	略。	評量	譽。
	命的迷幻		展現個人宣示反毒理念之能	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	Bb-IV-5 拒絕		【法治教育】
	世界		カ。	4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立	成癮物質的自		法 J3 認識法

				場。	主行動與支持 性規範、戒治 資源。		律之意義與制 定。
+^	第現手第越一6技 1障操	2		1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。 1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。	Ab-IV-1 體與 能促進方法。 Ia-IV-2 器 體與 合。	1. 觀 2. 問 3. 實 4. 單	【安全教育】 安 J 9
十九	第 無 建 第 毒 康 全 第 毒 體	1	1. 能了解新興毒品的變化趨勢,並且破解常見的毒品誘導手法。 2. 能熟悉反毒妙計,避免毒品危害危機,為自己建立健康生活型態。	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4b-IV-3 公開進行健康倡導,展現對他人促進健康的信念或行為的影響力。	Bb-IV-3 菸、 酒、檳榔 與	1. 口頭 評量 2. 紙筆 評量	【生涯規劃教育】 涯 J6 建立對 於未來生涯的 願景。

現技好身 手 約把自己的想法轉達給他人。 第 1 章超 越障礙— 一體操 一 一體操   並設計合理的解決方法,且能 约把自己的想法轉達給他人。 2. 積極參與體操運動,能夠支 技信-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。 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-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實 3. 能夠隨時注意安全並培養尊 踐能力。  如 2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實 名。 4.	1. 課堂 觀察 2. 口語 完設施設備的 安全守則。 3. 技能 實作 4. 學習
	觀察 安 J9 遵守環 2. 口語 境設施設備的 安全守則。 3. 技能 實作 4. 學習
十九       第6單元 現技好身 手 類把自己的想法轉達給他人。 之.積極參與體操運動,能夠支 地跨學習並認同每個人不同的課題與挑戰。       1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。 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-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 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實 2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實 4.       Ab-IV-1 體適 能促進策略與 活動方法。 間a-IV-2 器械 體操動作組 合。	觀察 安 J9 遵守環 2. 口語 境設施設備的 安全守則。 3. 技能 實作 4. 學習
十九       第6單元 現技好身 手 約把自己的想法轉達給他人。 第1章超 越障礙— 一體操       2       1.發現自己動作技術上的問題 並設計合理的解決方法,且能 夠把自己的想法轉達給他人。 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-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 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實       Ab-IV-1 體適 能促進策略與 活動方法。 	觀察 安 J9 遵守環 2. 口語 境設施設備的 安全守則。 3. 技能 實作 4. 學習
現技好身 手 約把自己的想法轉達給他人。 第 1 章超 越障礙— 一體操 一 一體操   並設計合理的解決方法,且能 约把自己的想法轉達給他人。 2. 積極參與體操運動,能夠支 技信-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。 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-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實 3. 能夠隨時注意安全並培養尊 踐能力。  如 2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實 名。 4.	觀察 安 J9 遵守環 2. 口語 境設施設備的 安全守則。 3. 技能 實作 4. 學習
手       夠把自己的想法轉達給他人。       1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。       活動方法。       2.         第1章超       2.積極參與體操運動,能夠支       1d-IV-1 了解各項運動技能原理。       Ia-IV-2 器械 問題操動作組       問題操動作組         基礎操       一體操       2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實       合。       實         3.能夠隨時注意安全並培養尊       踐能力。       2	2. 口語     境設施設備的       問答     安全守則。       3. 技能     實作       4. 學習
第1章超       2.積極參與體操運動,能夠支       Id-IV-1 了解各項運動技能原理。       Ia-IV-2 器械 間 は	問答 安全守則。 3. 技能 實作 4. 學習
技障礙—   持夥伴的學習並認同每個人不   Id-IV-2 反思自己的運動技能。   體操動作組   3.	3. 技能 實作 4. 學習
— 體操 同的課題與挑戰。	實作 4. 學習
3. 能夠隨時注意安全並培養尊 踐能力。	4. 學習
	• -•
	單
$oxedsymbol{\parallel}$ 重他人及團隊合作的精神。 $oxedsymbol{2c-IV-2}$ 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與 $oxedsymbol{\parallel}$ $oxedsymbol{\parallel}$ $oxedsymbol{\parallel}$	
和諧互動。	1
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-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。	
二十 第 $3$ 單元 $1$ $1$ $1$ . 能在面對毒品邀約時為了珍 $1$ $1$ $1$ $1$ $1$ $1$ $1$ $1$ $1$ $1$	1.口頭 【生涯規劃教
(1/15   無毒青春   視自己健康,執行自我肯定式   念。	評量 育】
ullet $ullet$	2. 紙筆   涯 J6 建立對
	評量 於未來生涯的
次定   為毒害絕     幫助自己達成反毒人生目標。   $4b$ - $IV$ - $3$ 公開進行健康倡導,展現對他人促進健康   個人身心健康	願景。
期考) 緣體 的信念或行為的影響力。 與家庭、社會	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

【第三次       的影響。         評量週】       Bb-IV-4 面成瘾物質的	,	
成瘾物質的	,	
	拒	
	我	
控制。		
ullet $ullet$	易 1. 課堂	【安全教育】
現技好身 知識與技能原理,並能反思和 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 運動傷害的	處 觀察	安 J1 理解安
手 發展策略,以改善動作技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與 理與風險。	2. 口語	全教育的意
第 2 章活 2. 能做到扯鈴繞手、繞手反勾 和諧互動。 Cb-IV-2 各	項問答	義。
■ 靈活現— ■ 及扭轉乾坤之運動技能,並學 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 ■ 運動設施的	安 3. 技能	
│──扯鈴 │ 習充分運用策略於活動中,解   2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美感。   全使用規定	。 實作	
【第三次     決運動相關問題,發揮團隊合 $3c-IV-1$ 表現局部或全身性的身體控制能力,發展 $Ic-IV-1$ 民	俗 4. 學習	
評量週】 作以學習。 專項運動技能。 運動進階與	綜 單	
3. 能養成遵理守法的態度與實 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧,展現個人運 合動作。		
	俗	
進行活動之人權、法治觀念, 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 運動個人或	專	
與培養運動員「勝不驕、敗不   4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,修   隊展演。		
4. 能養成固定運動的習慣,有 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。		
計畫提升體適能與運動技能。 4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動。		
5. 能學習如何欣賞扯鈴動作並		
提供回饋給同學,進而增進彼		
此學習效能。		
二十一 第1單元 1 1.青少年階段是發展親密關係 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概 Aa-IV-1 生	長 1. 口頭	【性別平等教
歌詠青春 的關鍵時期,學習如何經營一 念。	評 評量	育】
	2. 紙筆	性 J1 接納自
第2單元	評量	我與尊重他人
│ 「性」福 │ 基石。第一單元第一章以身體 │與風險。 │ Bb-IV-3 菸	、 3. 情意	的性傾向、性
方程式   自主權開始,引導學生思考合   1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。   酒、檳榔、	藥 評量	別特質與性別
第3單元 宜的身體界線;第二章從好 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概 物的成分與	成 4. 認知	認同。
無毒青春 感、交往、分手與親密界線等 念。 鷹性,以及	對 評量	性 J4 認識身
健康行 面向,透過問題討論與思考、 1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的健 個人身心健	康	體自主權相關

複習第1 ~3 單元 【休業 式】

以及生活技能的學習,以因應 未來可能面對的感情議題。第 三章則是提出情感中可能潛藏 的危機,教導學生辨識各種可 能的危險,並尋求自保的方 式,最後以避免成為他人危險 情人做結。

2. 青春性事,在社會性觀念開 放的今天,已逐漸成為棘手的 校園課題。婚前性行為、未婚 懷孕、墮胎與性病等原先看似 成人世界的問題,逐漸也在青 少年團體中浮現,成為青春性 愛的變奏曲。教師除了教導性 教育的知識, 也應該對社會出 現的性別現象問題做出行為與 觀念上的輔導。希望經由第二 單元的教學,讓學生了解法律 對青少年性行為的規範、異常 性行為所應該承擔的責任與後 果,並能在未來真正對性與愛 負責任,幫助學生健康的成 長。

 康技能和生活技能。

1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重

2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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-3 熟悉大部份的決策與批判技能。

3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技能,解決健康問題。

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。

4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,並 反省修正。

4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。

4b-IV-3 公開進行健康倡導,展現對他人促進健康的信念或行為的影響力。

與家庭、社會的影響。

Bb-IV-4 面對 成癮物質的拒 絕技巧與自我 控制。

Bb-IV-5 拒絕 成癮物質的自 主行動與支持 性規範、戒治 資源。

Db-IV-2 青春 期身心變化的 調適與性衝動 健康因應的策 略。

Db-IV-3 多元 的性别特質、 角色與不同性 傾向的尊重態 度。

Db-IV-4 愛的 意涵與情感 展、維持 東的原則 應方法。 Db-IV-5 身體

Db-IV-5 身體 自主權達與交 動,以全 動,以全 等 的 會 。 議題,維護自己與尊重他人的身體自主權。

性 J5 辨識性

騷擾、性侵害

與性霸凌的樣 態,運用題。 性 J6 探究的性 種符號及 別意涵及人際

溝通中的性別

問題。

カ。

人 J6 正視社 會中的各種歧 視,並採取行 動來關懷與保 護弱勢。

<b>-</b>						1	·
			惑,禁不起一次的試探,大家		Db-IV-6 青少		【品德教育】
			應該為自己鋪設一條自信,以		年性行為之法		品 J2 重視群
			及安全的成長之路,以迎向青		律規範與明智		體規範與榮
			春無悔的幸福人生。		抉擇。		譽。
					Db-IV-7 健康		【法治教育】
					性價值觀的建		法 J3 認識法
					立,色情的辨		律之意義與制
					識與色情訊息		定。
					的批判能力。		【生涯規劃教
					Db-IV-8 愛滋		育】
					病及其它性病		涯 J6 建立對
					的預防方法與		於未來生涯的
					關懷。		願景。
ニナー	第4單元	2	1. 了解增進肌肉適能的益處。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適	1. 課堂	【生涯規劃教
	體能挑戰		2. 了解肌肉適能訓練基本原	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	能促進策略與	觀察	育】
	趣		則。	1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。	活動方法。	2. 口語	涯 J3 覺察自
	第5單元		3. 學會下肢、上肢及胸、腹肌	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	Ab-Ⅳ-2 體適	問答	己的能力與興
	團體攻防		群的動作訓練及注意事項。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	能運動處方基	3. 技能	趣。
	戰		4. 學會肌力與肌耐力運動計畫	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。	礎設計原則。	實作	涯 J4 了解自
	第6單元		的設計。	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實	Bc-IV-1 簡易	4. 學習	己的人格特質
	現技好身		5. 了解跳遠及跳高的動作要	<b>踐能力。</b>	運動傷害的處	單	與價值觀。
	手		領。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通與	理與風險。		涯 J6 建立對
	複習第4		6. 學會跳遠及跳高的動作技	和諧互動。	Cb-IV-2 各項		於未來生涯的
	~6 單元		巧。	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	運動設施的安		願景。
	【休業		7. 了解攀岩活動的設備器材及	2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。	全使用規定。		涯 J13 培養
	式】		活動注意事項。	2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美感。	Cd-IV-1 户外		生涯規劃及執
			8. 學會基礎攀岩活動技能。	2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。	休閒運動綜合		行的能力。
			9. 知道登山活動的特性及安全	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發展	應用。		【環境教育】
			注意事項。	專項運動技能。	Ga-IV-1 跑、		環 J12 認識
			10. 了解並介紹世界知名舉球	3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧,展現個人運	跳與推擲的基		不同類型災害
			員與排球運動中舉球員角色之	動潛能。	本技巧。		可能伴隨的危
			工作。	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Ha-IV-1 網/		險,學習適當
				-			

11. 學會排球高手托球與移動 托球學習方式。

12. 在「超級神托」中,能準確將球托進籃框中,並觀察並 欣賞同學的優缺點。

13. 能了解桌球運動之相關知 識與基本技術原理,藉由各項 練習與反思,學習正確動作技 能,於練習與競賽中展現。

14. 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。

15. 能了解羽球正手切球、正 /反手挑球之動作要領與運用 時機,並能透過練習與反思增 進動作技能。

16. 能做到正確且流暢之正手 切球、正/反手挑球動作,並 充分實踐運用,進而有效提升 身體適能,養成規律運動習 慣。

17. 能了解籃球各種傳接球的相關知識與技能原理,並能反思和發展學習策略,以改善動作技能。

18. 能做出胸前、地板和頂上 等傳接球的動作技能,並學習 運用策略於活動或籃球比賽 中。

19. 能了解棒壘球運動項目的動作技巧發展,與其之相關知

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。

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-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。 牆性球類運動 動作組合及團 隊戰術。

Hb-IV-1 陣地運動所以一個地域的動作。 Hd-IV-1 與動動所以 Hd-IV-1 與動動所以 BD-IV-2 與動物的 Hd-IV-2 以 Hd-IV-2 的 Hd-IV-3 的 Hd-IV-4 的 Hd-IV-6 的 Hd-IV-7 的 Hd-IV-8 的 Hd-IV-8 的 Hd-IV-9 的 Hd-IV-9

運動進階與綜合動作。 Ic-IV-2 民俗 運動個人或團 隊展演。

Ic-IV-1 民俗

預防與避難行 為。

【人種生了民及序共平障人 J3 益衡如審當以則自教探可突何議的形,由育索能,運方程成落之

【性】 J11 刻是其等力平等 大學與情通人能與情通人能與情通人能

識與技術	<b></b>			
展學習	策略,以改善動作技			
能。				
20. 能做	出肩上傳球、接球與			
跑壘等重	的作技巧,並學習運用			
於其他	運動項目或平日生活			
中,保言	<b>隻個人人身安全。</b>			
21. 藉由	各式肩上傳球、接球			
與跑壘等	<b>学動作技巧,表現個人</b>			
局部或	全身性的身體控制能			
力,展现	見個人的運動潛能。			
22. 了解	定位向前頭頂球、守			
門員防气	<b>F與進攻的動作要領。</b>			
23. 學 會	向前頭頂球、守門員			
防守與主	建攻的動作技能。			
24. 了解	跳箱運動的特性與過			
程,認	識動作名稱及進行方			
法。				
25. 學 會	兔跳/蛙跳拍腳、跳			
撑上臺	・跳馬背及分腿/併腿			
騰躍之重	<b>为作技巧。</b>			
26. 能了	解扯鈴運動技術之相			
關知識兵	<b>與技能原理,並能反思</b>			
和發展	策略,以改善動作技			
能。				
◎牡與如识为汨牡與为历日	1 1 /- 11 / 2 1 - 1	1+ /- 1/2 m1		

- ◎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 八 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)		教學節 數	每週(3)節,本學期共 (60)節。
課程標	2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 第1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 第1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 第四种 一下、壓與技復 一种 正、壓與技復 一种 正,壓與技復 一种 更	營養、衛生,以及健康的關係。 種類、發生原因,以及預防方法關 會類、遊為自己的飲食安全進行把關。 。 會與預防方法。 會與預防方法。 會與不過與生活調整。 會與不過與生活調整。 會與不過,所有 是與不過,不可自行。 是方式,與強性,不可自行。 是方式,與強性,不可自行。 是方式,是與強性,不可自行。 是方式,是與對於, 是可以,	)操作步驟。 處方提升柔軟度。 「能的風險,作為個人運動傷害預防之道。 競賽規則等。	女 人	(OU) AI
該學習 階段 領域核 心素養	健體-J-A1 具備體 健體-J-A2 具備理 健體-J-A3 具備善 健體-J-B1 具備情 健體-J-B2 具備善 健體-J-B3 具備審 健體-J-C1 具備生	育與健康的知能與態度,展現自我運動 解體育與健康情境的全貌,並做獨立思 用體育與健康的資源,以擬定運動與係 意表達的能力,能以同理心與人溝通互 問體育與健康相關的科技、資訊及媒體 美與表現的能力,了解運動與健康在美 話中有關運動與健康的道德思辨與實踐	办與保健潛能,探索人性、自我價值與生命意義 及考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理 是健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變色 動,並理解體育與保健的基本概念,應用於日常 體,以增進學習的素養,並察覺、思辨人與科技 是學上的特質與表現方式,以增進生活中的豐富 是能力及環境意識,並主動參與公益團體活動, 動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的	與解決體育與 的 於 上 說 於 上 說 於 生 訊 述 感 體 號 生 與 美 感 體 驗 報 懷 社 會 。	健康的問題。

				課程架構脈絡			
教學期	單元與 活動名 稱	前		評量方 式 (表現任 務)	融入議題實質內涵		
程	711.1			學習表現	學習內容		
	第元飲活第飲頭趣1健食家1食探事康生 章源索	1	1. 能了解不同飲食的來源及選擇的注意事項,同時評估日常生活中,影響自身飲食選擇的主要因素。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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。	Ea-IV-1 飲食的源的學生 的源的外食 是b-IV-2 健康 消費行動 與相關 組織。	1. 口頭評無筆	【家庭教育】 家庭教育】 家庭覺察與 是一 等 等 等 的 的 的 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是
	第元體生第身Q柔 4健能活1體力軟 一度	2	1. 了解柔軟度的定義及影響柔軟度的可能因素。 2. 認識身體各部位的靜態伸展訓練之動作與技巧,並能正確的操作傳展動作。 3. 了解柔軟度的訓練原則及訓練處方,並能進一步規畫與安排柔軟度訓練。 4. 認識柔軟度評估的檢測細則,並能正確執行柔軟度評估的檢測的方法與步驟。	Ic-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。 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。	1. 觀 2. 問 3. 活	值觀。 【安全教育】 安 J3 了解日常 生活容易發生事 故的原因。
_		0					
=	第1單元健康 飲食生	1	1. 能檢視自身狀態,調整並修正 外食的選擇方式,並有信心持續 執行。	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-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	Ea-IV-1 飲食 的源頭管理與 健康的外食。	1. 口頭 評量 2. 紙筆	【家庭教育】 家 J6 覺察與實 踐青少年在家庭

活家		3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	Eb-IV-2 健康	評量	中的角色責任
第1章		能,解決健康問題。	消費行動方案		【生涯規劃教
飲食源		4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,	與相關法規、		育】
頭探索		並反省修正。	組織。		涯 J4 了解自
趣					的人格特質與
					值觀。
第4單	2 【第2章運動知識家-運動傷害	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Bc-IV-1 簡易	【第2	【安全教育】
元健康	防護】	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	運動傷害的處	章運動	安 J1 理解安
體能樂	1. 了解哪些人為疏失可能會導致	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	理與風險。	知識家	教育的意義。
生活	校園運動傷害發生。	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和	Bd-IV-2 技擊	-運動	【品德教育】
第2章	2. 了解急、慢性運動傷害的定	實踐能力。	綜合動作與攻	傷害防	品 J2 重視群
運動知	義,並能進一步舉例。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	防技巧。	護】	規範與榮譽。
識家-	3. 認識校園內常見的急性運動傷	與和諧互動。	Cb-IV-2 各項	1. 課堂	
運動傷	害類型與事故發生時的處理方	2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美	運動設施的安	觀察	
害防護	法。	感。	全使用規定。	2. 口語	
第3章	4. 能分辨緊急性運動傷害,並能	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發		問答	
化險為	在第一時間尋求專業人士協助。	展專項運動技能。		3. 技能	
夷護身	【第3章化險為夷護身法一柔	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的		實作	
法一柔	道】	問題。		【第3	
道	5. 了解柔道練習時周遭環境的安			章化險	
	全性。			為夷護	
	6. 學會後倒、側倒時護身的動作			身法—	
	技巧。			柔道】	
	7. 了解柔道禮儀的重要性與動作			4. 課堂	
	要領。			觀察	
	8. 養成積極參與的態度,並隨時			5. 口語	
	注意安全。			問答	
	9. 培養尊重他人及互助合作的精			6. 技能	
	神。			實作	
				7. 學習	
				活動單	

四	第1單	1	1. 能了解安全衛生的飲食原則及	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	Ea-IV-2 飲食	1. 口頭	【家庭教育】
	元健康		其重要性,並知曉不符合安全衛	擊與風險。	安全評估方	評量	家 J6 覺察與實
	飲食生		生的飲食,容易引起食品中毒。	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	式、改善策略	2. 紙筆	踐青少年在家庭
	活家		2. 能說明食品中毒的預防與處理	4a-Ⅳ-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的	與食物中毒預	評量	中的角色责任。
	第2章		方法,並因應不同的情況,覺察	行動。	防處理方法。		
	安全衛		自身在執行上的阻力及思考可行				
	生飲食		的解決策略。				
	樂						
	第4單	2	1. 了解柔道練習時周遭環境的安	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Bd-IV-2 技擊	1. 課堂	【品德教育】
	元健康		全性。	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	綜合動作與攻	觀察	品 J2 重視群體
	體能樂		2. 學會後倒、側倒時護身的動作	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。	防技巧。	2. 口語	規範與榮譽。
	生活		技巧。	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和	Cb-IV-2 各項	問答	
	第3章		3. 了解柔道禮儀的重要性與動作	實踐能力。	運動設施的安	3. 技能	
	化險為		要領。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	全使用規定。	實作	
	夷護身		4. 養成積極參與的態度,並隨時	與和諧互動。		4. 學習	
	法一柔		注意安全。	2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美		活動單	
	道		5. 培養尊重他人及互助合作的精	感。			
			神。	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。			
五	第1單	1	1. 能說明食品中毒的預防與處理	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	Ea-IV-2 飲食	1. 口頭	【家庭教育】
	元健康		方法,並因應不同的情況,覺察	擊與風險。	安全評估方	評量	家 J6 覺察與實
	飲食生		自身在執行上的阻力及思考可行	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	式、改善策略	2. 紙筆	踐青少年在家庭
	活家		的解決策略。	4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的	與食物中毒預	評量	中的角色責任。
	第2章		2. 能分析自己現有飲食方式應該	行動。	防處理方法。		
	安全衛		改善的方向,並樂於嘗試於生活				
	生飲食		中落實安全衛生的飲食原則,以				
	樂		預防食品中毒發生。				
	第4單	2	【第3章化險為夷護身法—柔	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Bd-IV-2 技擊	【第3	【品德教育】
	元健康		道】	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	綜合動作與攻	章化險	品 J2 重視群體
	體能樂		1. 了解柔道練習時周遭環境的安	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	防技巧。	為夷護	規範與榮譽。
	生活		全性。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	Cb-IV-2 各項	身法—	【生涯規劃教
	第5單			2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和	運動設施的安	柔道】	育】

	元熱血		0 留入从仁 加仁吐益从七儿		1	414	
	, 0,,,,		2. 學會後倒、側倒時護身的動作	實踐能力。	全使用規定。	1. 課堂	涯 J3 覺察自己
	向前行		技巧。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	Cb-IV-3 奥林	觀察	的能力與興趣。
	第3章		3. 了解柔道禮儀的重要性與動作	與和諧互動。	匹克運動會的	2. 口語	
	化險為		要領。	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	精神。	問答	
	夷護身		4. 養成積極參與的態度,並隨時	2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美	Gb-IV-2 游泳	3. 技能	
	法一柔		注意安全。	感。	前進25公尺	實作	
	道		5. 培養尊重他人及互助合作的精	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發	(需換氣5次	4. 學習	
	第1章		神。	展專項運動技能。	以上)。	活動單	
	水中蛙		【第1章水中蛙游-游泳】	4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活		【第1	
	游一游		6. 認識蛙式動作特色,以及蛙泳	動。		章水中	
	泳		選手與其競賽成績紀錄。			蛙游-	
			7. 學習蛙式踢腳、划手、手腳配			游泳】	
			合,以及换氣動作的動作要領與			5. 課堂	
			練習方法。			觀察	
			8. 認識蛙式競賽規則。			6. 口語	
			9. 能積極運用學會之游泳技能,			問答	
			發揮團隊合作精神,享受水中遊			7. 技能	
			戲之樂趣。			實作	
						8. 學習	
						活動單	
六	第1單	1	1. 能透過分析社會食品安全事件	1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的	Eb-IV-2 健康	1. 口頭	【家庭教育】
	元健康		的背景,體認落實健康消費原則	健康技能和生活技能。	消費行動方案	評量	家 J6 覺察與實
	飲食生		的重要性,並能主動公開表明自	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	與相關法規、	2. 紙筆	踐青少年在家庭
	活家		己促進健康、預防食品安全事件	3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	組織。	評量	中的角色責任。
	第3章		發生的觀點與立場。	能,解決健康問題。	Eb-IV-3 健康		
	食品安		2. 能了解倡議生活技能的步驟,	4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點	消費問題的解		
	全行動		並願意因應日常生活中的不同情	與立場。	決策略與社會		
	派		況,調整並維護健康安全的飲食		關懷。		
			生活。				
	第5單	2	1. 認識蛙式動作特色,以及蛙泳	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Cb-IV-3 奥林	1. 課堂	【生涯規劃教
	元熱血		選手與其競賽成績紀錄。	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。	匹克運動會的	觀察	育】
	向前行			1d-IV-2 反思自己的運動技能。	精神。	2. 口語	涯 J3 覺察自己

セ	第水游泳 第元病	1	2.學習蛙式踢腳、划手、手腳配合,以及換氣動作的動作要領與練習方法。 3.認識蛙式競賽規則。 4.能積極運用學會之游泳技能,發揮團隊合作精神,享受水中遊戲之樂趣。 1.認識慢性病,了解不健康的生活習慣是造成慢性病的主要因素,評估慢性病對生活品質的影	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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動。  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。	Gb-IV-2 游泳 前進25 公尺 (需換氣 5 次 以上)。 Fb-IV-2 健康 狀態影響因性 分析與不同性	問 3. 實 4. 活 1. 評 2. 1. 評 2.	的能力與興趣。 【生命教育】 生 J5 覺察生活 中的各種迷思,
	界第健生「少「【次週】 1康,糖 癌第評】 1一章人少」 」一量		響。 2. 認識惡性腫瘤與糖尿病,了解 不健康的生活習慣可能引發慢性 病的產生,並學習預防方法。 3. 了解保持良好生活習慣的重要 性,並運用生活技能,改善不健 康的生活習慣。	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行動。	別者 一 別 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一	評量	在生作、飲樂課題 、健運、 、健運、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、
	第元向第水游泳第智運定野5熱前1中一 2者動向單血行章蛙游 章的一越	2	【第1章水中蛙游一游泳】 1.認識蛙式動作特色,以及蛙泳 選手與其競賽成績紀錄。 2.學習蛙式踢腳、划手、手腳配 合,以及換氣動作的動作要領與 練習方法。 3.認識蛙式競賽規則。 4.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 戲之樂趣。 【第2章智者的運動一定向越 野】	Ic-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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,與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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	Cb-IV-3 與林 匹克神。 Cd-IV-1 外 休閒 戶 作開 。 Ce-IV-1 動 作用。 Ce-IV-2 動 作用。 Gb-IV-2 浴 分 份 一 以	【章蛙游1.觀2.問3.實4.活第水游泳課察口答技作學動1中一】堂語能習單	【有】 至 其 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是

	【第一		5. 能了解定向越野運動的由來、	動。	以上)。	【第2	戶 J3 理解知識
	次評量		國際組織、國內的發展狀況及其			章智者	與生活環境的關
	週】		運動的特性。			的運動	係,獲得心靈的
			6. 能說出不同定向越野比賽的類			- 定向	喜悅,培養積極
			型、流程,以及成功完成競賽的			越野】	面對挑戰的能力
			必要條件。			5. 課堂	與態度。
			7. 能了解定向越野運動的個人裝			觀察	戶 J5 在團隊活
			備,以及競賽中會使用的器材設			6. 口語	動中,養成相互
			備及其功能。			問答	合作與互動的良
			8. 能熟悉定向越野運動的基本技			7. 技能	好態度與技能。
			術、體能要素及心理能力。			實作	【品德教育】
			9. 能透過參與定向越野競賽及訓				品 J1 溝通合作
			練,養成運動的習慣並提升體適				與和諧人際關
			能。				係。
							品 J2 重視群體
							規範與榮譽。
八	第2單	1	1. 認識慢性病,了解不健康的生	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。	Fb-IV-2 健康	1. 認知	【生命教育】
(3/31-	元慢性		活習慣是造成慢性病的主要因	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	狀態影響因素	評量	生 J5 覺察生活
4/1 第	病的世		素,評估慢性病對生活品質的影	重性。	分析與不同性	2. 技能	中的各種迷思,
一次定	界		響。	3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正,	別者平均餘命	評量	在生活作息、健
期考)	第1章		2. 認識惡性腫瘤與糖尿病,了解	持續表現健康技能。	健康指標的改		康促進、飲食運
	健康人		不健康的生活習慣可能引發慢性	4a-Ⅳ-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的	善策略。		動、休閒娛樂、
	生,少		病的產生,並學習預防方法。	行動。	Fb-IV-4 新興		人我關係等課題
	「糖」		3. 了解保持良好生活習慣的重要		傳染病與慢性		上進行價值思
	少		性,並運用生活技能,改善不健		病的防治策		辨,尋求解決之
	「癌」		康的生活習慣。		略。		道。
	第5單	2	1. 能了解定向越野運動的由來、	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Cd-IV-1 户外	1. 課堂	【戶外教育】
	元熱血		國際組織、國內的發展狀況及其	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	休閒運動綜合	觀察	户 J2 擴充對環
	向前行		運動的特性。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	應用。	2. 口語	境的理解,運用
	第2章		2. 能說出不同定向越野比賽的類	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。	Ce-IV-1 其他	問答	所學的知識到生
	智者的		型、流程,以及成功完成競賽的	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	休閒運動綜合	3. 技能	活當中,具備觀
	運動-		必要條件。	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的	應用。	實作	察、描述、測

	定向越	3 能了解	定向越野運動的個人裝	問題。			量、紀錄的能
	野野		競賽中會使用的器材設	4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,			力。
	_1	備及其功能		修正個人的運動計畫。			//   戶 J3 理解知識
			定向越野運動的基本技	4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活			與生活環境的關
			要素及心理能力。	動。			( ) 八八
			參與定向越野競賽及訓	<b>到</b> 。			喜悅,培養積極
			多與足问越打				一 告忧,培食慎極 一 面對挑戰的能力
			<b>建期的首俱业灰开短週</b>				
		能。					與態度。
							户 J5 在團隊活
							動中,養成相互
							合作與互動的良
							好態度與技能。
							【品德教育】
							品 J1 溝通合作
							與和諧人際關
							係。
							品 J2 重視群體
							規範與榮譽。
九	第2單		性病,了解不健康的生	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。	Fb-IV-2 健康	1. 認知	【生命教育】
	元慢性	., ., .	造成慢性病的主要因	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	狀態影響因素	評量	生 J5 覺察生活
	病的世		慢性病對生活品質的影	重性。	分析與不同性	2. 技能	中的各種迷思,
	界	響。		3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正,	別者平均餘命	評量	在生活作息、健
	第1章	2. 認識惡/	性腫瘤與糖尿病,了解	持續表現健康技能。	健康指標的改		康促進、飲食運
	健康人		生活習慣可能引發慢性	4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的	善策略。		動、休閒娛樂、
	生,少		,並學習預防方法。	行動。	Fb-IV-4 新興		人我關係等課題
	「糖」	3. 了解保持	持良好生活習慣的重要		傳染病與慢性		上進行價值思
	少	性,並運	用生活技能,改善不健		病的防治策		辨,尋求解決之
	「癌」	康的生活	習慣。		略。		道。
	第5單	2 【第2章	智者的運動-定向越	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Cd-IV-1 户外	【第2	【戶外教育】
	元熱血	野】		1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	休閒運動綜合	章智者	戶 J2 擴充對環
	向前行			1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	應用。	的運動	境的理解,運用
	第2章			1d-IV-2 反思自己的運動技能。	Ce-IV-1 其他	一定向	所學的知識到生

	智者的		1. 能了解定向越野運動的由來、	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。	休閒運動綜合	越野】	活當中,具備觀
	運動-		國際組織、國內的發展狀況及其	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	應用。	1. 課堂	察、描述、測
	定向越		運動的特性。	與和諧互動。		觀察	量、紀錄的能
	野		2. 能說出不同定向越野比賽的類	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		2. 口語	力。
	第3章		型、流程,以及成功完成競賽的	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發		問答	戶 J3 理解知識
	力拔山		必要條件。	展專項運動技能。		3. 技能	與生活環境的關
	河一八		3. 能了解定向越野運動的個人裝	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。		實作	係,獲得心靈的
	人制拔		備,以及競賽中會使用的器材設	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。		【第3	喜悅,培養積極
	河		備及其功能。	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的		章力拔	面對挑戰的能力
			4. 能熟悉定向越野運動的基本技	問題。		山河一	與態度。
			術、體能要素及心理能力。	4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,		八人制	户 J5 在團隊活
			5. 能透過參與定向越野競賽及訓	修正個人的運動計畫。		拔河】	動中,養成相互
			練,養成運動的習慣並提升體適	4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。		4. 課堂	合作與互動的良
			能。	4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活		觀察	好態度與技能。
			【第3章力拔山河一八人制拔	動。		5. 口語	【品德教育】
			河】			問答	品 J1 溝通合作
			6. 認識八人制拔河運動的發展與			6. 技能	與和諧人際關
			文化。			實作	係。
			7. 了解團體運動的特質與精神。				品 J2 重視群體
			8. 了解拔河運動的安全注意事				規範與榮譽。
			項。				【生涯規劃教
			9. 認識八人制拔河基本動作、裝				育】
			備與器材。				涯 J3 覺察自己
			10. 能與同學合作做出起步、進				的能力與興趣。
			攻動作。				
			11. 了解八人制拔河簡易規則,				
			能欣賞、觀摩拔河比賽。				
+	第2單	1	1. 認識循環系統及心血管疾病,	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。	Da-IV-2 身體	1. 情意	【生命教育】
	元慢性		了解不健康的生活習慣對循環系	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	各系統、器官	評量	生 J5 覺察生活
	病的世		統的影響,並學習預防心血管疾	重性。	的構造與功	2. 認知	中的各種迷思,
	界		病的方法。	3a-Ⅳ-2 因應不同的生活情境進行調適並修正,	能。	評量	在生活作息、健
	第2章			持續表現健康技能。	Fb-IV-4 新興		康促進、飲食運

	小「,「不「	2. 認識泌尿系統及腎臟病,了解 不健康的生活習慣對腎臟的影響,並學習保養腎臟的方法。 3. 覺察並關懷自己與家人的健康 狀況,並向家人宣導健康生活型 態。	4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的 行動。	傳染病與慢性 病的防治策 略。		動、休閒娛樂、 人我關係等課題 上進行價值思 辨,尋求解決之 道。
	第元向第力河人河5熱前3拔一制河人河	1. 認識八人制拔河運動的發展與 文化。 2. 了解團體運動的特質與精神。 3. 了解拔河運動的安全注意事項。 4. 認識八人制拔河基本動作、裝備與器材。 5. 能與同學合作做出起步、進攻動作。 6. 了解八人制拔河簡易規則,能欣賞、觀摩拔河比賽。	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。	Ce-IV-1 其他 休閒運動綜合 應用。	1. 觀 2. 問 3. 實 望 語 6 3. 實	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己 的能力與興趣。
+-	第元病界第小「,「不「2慢的~2心腎 慢經心單性世 章謹」 」 」	1. 認識循環系統及心血管疾病, 了解不健康的生活習慣對循管等 統的影響,並學習預防心血管疾病的方法。 2. 認識泌尿系統及腎臟病,了解 不健康的生活習慣對腎臟。 等,並學習保養腎臟的方法。 3. 覺察並關懷自己與家人的健康 狀況,並向家人宣導健康生活型 態。	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。 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行動。	Da-IV-2 身體 各系統與 的構造。 Fb-IV-4 新興 傳染病與防治 略。	1. 情意 評量 2. 評量	【生J5 各種原 教察 是在 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是

	kK = 111	0	V kk 0 to 1. 1b 1 2 - 1 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	1 17 1 2 20 1 - 1 10 4 1 1 1 - 10 1 10 11	O 17 1 12 11	<b>7</b> kk 0	V J ve le bi Li
	第5單	2	【第3章力拔山河一八人制拔	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ce-IV-1 其他	【第3	【生涯規劃教
	元熱血		河】	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	休閒運動綜合	章力拔	育】
	向前行		1. 認識八人制拔河運動的發展與	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。	應用。	山河一	涯 J3 覺察自己
	第6單		文化。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	Hd-IV-1 守備	八人制	的能力與興趣。
	元球賽		2. 了解團體運動的特質與精神。	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。	/跑分性球類	拔河】	【品德教育】
	對決		3. 了解拔河運動的安全注意事	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	運動動作組合	1. 課堂	品 J1 溝通合作
	第3章		項。	與和諧互動。	及團隊戰術。	觀察	與和諧人際關
	力拔山		4. 認識八人制拔河基本動作、裝	2c-Ⅳ-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		2. 口語	係。
	河一八		備與器材。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發		問答	【性別平等教
	人制拔		5. 能與同學合作做出起步、進攻	展專項運動技能。		3. 技能	育】
	河		動作。	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。		實作	性 J7 解析各種
	第1章		6. 了解八人制拔河簡易規則,能	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。		【第1	媒體所傳遞的性
	棒壘一		欣賞、觀摩拔河比賽。	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的		章棒壘	别迷思、偏見與
	家親一		【第1章棒壘一家親-棒壘球】	問題。		一家親	歧視。
	棒壘球		7. 能了解棒球與壘球運動之差	4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。		-棒壘	
			異,以及打擊動作的相關知識與			球】	
			技能原理,並能反思、發展學習			4. 課堂	
			策略,改善動作技能。			觀察	
			8. 能做出棒壘球投手投球與打者			5. 口語	
			打擊等動作,表現個人局部或全			問答	
			身性的身體控制能力,展現個人			6. 技能	
			的運動潛能,並將此技巧運用於			實作	
			其他運動項目或日常生活中。			7. 學習	
			9. 能於活動中保護個人及他人的			活動單	
			人身安全。				
			10. 能欣賞與表現棒壘球運動,				
			培養良好人際關係與團隊合作精				
			神,並精進、挑戰個人極限。				
+=	第2單	1	1. 認識循環系統及心血管疾病,	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。	Da-IV-2 身體	1. 情意	【生命教育】
	元慢性		了解不健康的生活習慣對循環系	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	各系統、器官	評量	生 J5 覺察生活
	病的世		統的影響,並學習預防心血管疾	重性。	的構造與功	2. 認知	中的各種迷思,
	界		病的方法。	3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正,	能。	評量	在生活作息、健
					ı		

	第小「,「不「		2. 認識泌尿系統及腎臟病,了解不健康的生活習慣對腎臟的影響,並學習保養腎臟的方法。 3. 覺察並關懷自己與家人的健康 狀況,並向家人宣導健康生活型態。	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。	Fb-IV-4 新興 傳染病與慢性 病的防治策 略。		康促進、飲食運動、休閒娛樂、 人我關係等課題 上進行價值思 辨道。
	第元對第棒家棒6 球決1 壘親壘單賽 章一一球	2	1. 異大語 主與 主與 主與 主與 主與 主與 主與 主與	Ic-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。 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-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。	Hd-IV-1 守備 /跑分性球類 運動動作組合 及團隊戰術。	1. 觀 2. 問 3. 實 4. 活課察 口答技作學動堂語能習單	【品JI 满人 新通為關係 「有」 「新通際」 「有」 「一個」 「一個」 「一個」 「一個」 「一個」 「一個」 「一個」 「一個
十三	第元病界第「「長孤2慢的」3漫慢路單單性世 章」」不	1	1. 同理罹患慢性病親友的身心狀態,給予適當的心理支持。 2. 採用精確的健康資訊,支持陪伴罹病親友。	1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的健康技能和生活技能。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	Fb-IV-4 新興 傳染病與慢性 病的防治策 略。	1. 情 語 2. 評 量	【生病的生與生越折促幸 育】老常人值 起生無索價 是無索價 是生無索價 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是

	第6單	2	【第1章棒壘一家親-棒壘球】	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ha-IV-1 網/	【第1	【品德教育】
	元球賽		1. 能了解棒球與壘球運動之差	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	牆性球類運動	章棒壘	品 J1 溝通合作
	對決		異,以及打擊動作的相關知識與	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。	動作組合及團	一家親	與和諧人際關
	第1章		技能原理,並能反思、發展學習	1d-Ⅳ-2 反思自己的運動技能。	隊戰術。	-棒壘	係。
	棒壘一		策略,改善動作技能。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	Hd-IV-1 守備	球】	【性別平等教
	家親—		2. 能做出棒壘球投手投球與打者	與和諧互動。	/跑分性球類	1. 課堂	育】
	棒壘球		打擊等動作,表現個人局部或全	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	運動動作組合	觀察	性 J7 解析各種
	第2章		身性的身體控制能力,展現個人	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發	及團隊戰術。	2. 口語	媒體所傳遞的性
	排敵禦		的運動潛能,並將此技巧運用於	展專項運動技能。		問答	別迷思、偏見與
	攻一排		其他運動項目或日常生活中。	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。		3. 技能	歧視。
	球		3. 能於活動中保護個人及他人的	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。		實作	【人權教育】
			人身安全。	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的		4. 學習	人 J5 了解社會
			4. 能欣賞與表現棒壘球運動,培	問題。		活動單	上有不同的群體
			養良好人際關係與團隊合作精	4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。		【第2	和文化,尊重並
			神,並精進、挑戰個人極限。			章排敵	欣賞其差異。
			【第2章排敵禦攻—排球】			禦攻-	
			5. 了解排球的攻擊基本技術。			排球】	
			6. 學會如何將排球攻擊運用在比			5. 課堂	
			賽上。			觀察	
			7. 增加運動欣賞的能力。			6. 口語	
						問答	
						7. 技能	
						實作	
十四	第2單	1	1. 同理罹患慢性病親友的身心狀	1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的	Fb-IV-4 新興	1. 情意	【生命教育】
(5/	元慢性		態,給予適當的心理支持。	健康技能和生活技能。	傳染病與慢性	評量	生 J3 反思生老
13~	病的世		2. 採用精確的健康資訊,支持陪	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	病的防治策	2. 認知	病死與人生無常
5/1	界		伴罹病親友。	3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技	略。	評量	的現象,探索人
4	第3章			能,解決健康問題。			生的目的、價值
第	「漫」			4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的			與意義。
二	「慢」			立場。			生 J7 面對並超
次	長路不						越人生的各種挫
定	孤單						折與苦難,探討

期 考)	【第二 次評量						促進全人健康與 幸福的方法。
考)	次計重 週】						羊個的刀法。
	第6單	2	1. 了解排球的攻擊基本技術。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ha-IV-1 網/	1. 課堂	【人權教育】
	元球賽		2. 學會如何將排球攻擊運用在比	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	牆性球類運動	觀察	人 J5 了解社會
	對決		賽上。	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	動作組合及團	2. 口語	上有不同的群體
	第2章		3. 增加運動欣賞的能力。	與和諧互動。	隊戰術。	問答	和文化,尊重並
	排敵禦			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。
	攻一排			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3單	1	1. 能了解並能說出急救的目的。	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	Ba-IV-3 緊急	1. 認知	【安全教育】
	元千鈞		2. 能分享自己面對急救情境的想	念。	情境處理與止	評量	安 J11 學習創傷
	一髮覓		法與感受,並覺察過去經驗對自	1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的	血、包紮、	2. 技能	救護技能。
	生機		己採取急救行動的影響。	健康技能和生活技能。	CPR、復甦姿	評量	
	第1章		3. 知道急救及一般傷口照護的原	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	勢急救技術。		
	安全百		則,建立傷口照護的正確觀念。	2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能			
	分百		4. 能判斷各種止血法、包紮法的	感。			
			適用時機,掌握操作關鍵步驟,	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。			
			並能正確執行。				
	第6單	2		1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ha-IV-1 網/	1. 課堂	【生涯規劃教
	元球賽		手網前短球的動作要領及運用時	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	牆性球類運動	觀察	育】
	對決		機,並能透過練習與反思增進動	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	動作組合及團	2. 口語	涯 J3 覺察自己
	第3章		作技能。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	隊戰術。	問答	的能力與興趣。
	羽出驚		2. 能做到正確且流暢的正手殺球	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		3. 技能	
	人一羽		與正、反手網前短球動作,並充	與和諧互動。		實作	
	球		分實踐運用,進而有效提升身體	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		4. 分組	
			適能,養成規律運動習慣。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發		討論	
			3. 能了解個別差異,養成尊重他	展專項運動技能。		5. 學習	
			人的態度,透過合作學習,解決	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。		活動單	

			學習歷程所面臨的問題,並發揮	4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。			
			團隊精神,促進人際互動關係。				
十六	第3單	1	1. 能了解並能說出急救的目的。		Ba-IV-3 緊急	1. 認知	【安全教育】
	元千鈞	1	2. 能分享自己面對急救情境的想	念。	情境處理與止	評量	安 J11 學習創傷
	一髮覓		法與感受,並覺察過去經驗對自	1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的	血、包紮、	2. 技能	救護技能。
	生機		己採取急救行動的影響。	健康技能和生活技能。	CPR、復甦姿	評量	4X-5X-1X-10
	第1章		3. 知道急救及一般傷口照護的原	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	勢急救技術。	"I ±	
	安全百		則,建立傷口照護的正確觀念。	2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能	7 3424214		
	分百		4. 能判斷各種止血法、包紮法的	感。			
	7 4		適用時機,掌握操作關鍵步驟,	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。			
			並能正確執行。	OU IT I MANAGEMENT REMARKA			
	第6單	2		│ │1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ha-IV-1 網/	1. 課堂	【生涯規劃教
	元球賽			1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	牆性球類運動	觀察	育】
	對決		機,並能透過練習與反思增進動	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	動作組合及團	2. 口語	涯 J3 覺察自己
	第3章		作技能。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	隊戰術。	問答	的能力與興趣。
	羽出驚		2. 能做到正確且流暢的正手殺球	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	13 12111	3. 技能	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,
	人一羽		與正、反手網前短球動作,並充	與和諧互動。		實作	
	球		分實踐運用,進而有效提升身體	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		4. 分組	
	,		適能,養成規律運動習慣。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發		討論	
			3. 能了解個別差異,養成尊重他	展專項運動技能。		5. 學習	
			人的態度,透過合作學習,解決	3d-Ⅳ-2 運用運動比賽中的各種策略。		活動單	
			學習歷程所面臨的問題,並發揮	4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。			
			團隊精神,促進人際互動關係。				
十七	第3單	1	1. 能了解並能說出急救的目的。	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	Ba-IV-3 緊急	1. 認知	【安全教育】
	元千鈞		2. 能分享自己面對急救情境的想	念。	情境處理與止	評量	安 J11 學習創傷
	一髮覓		法與感受,並覺察過去經驗對自	1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的	血、包紮、	2. 技能	救護技能。
	生機		己採取急救行動的影響。	健康技能和生活技能。	CPR、復甦姿	評量	
	第1章		3. 知道急救及一般傷口照護的原	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	勢急救技術。		
	安全百		則,建立傷口照護的正確觀念。	2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能			
	分百		4. 能判斷各種止血法、包紮法的	感。			
			適用時機,掌握操作關鍵步驟,	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。			
			並能正確執行。				

	r				I		1
	第6單	2		1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Hb-IV-1 陣地	1. 課堂	【生涯規劃教
	元球賽		識和技能原理,並能反思、發展	ld-IV-1 了解各項運動技能原理。	攻守性球類運	觀察	育】
	對決		學習策略,以改善動作技能。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	動動作組合及	2. 口語	涯 J3 覺察自己
	第4章		2. 能做出進攻三重威脅動作、各	2c-Ⅳ-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	團隊戰術。	問答	的能力與興趣。
	誰與爭		式擺脫動作及個人攻守基本動作	與和諧互動。		3. 技能	
	鋒-籃		技能,並學習運用策略於活動或	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		實作	
	球		籃球比賽中。	2d-Ⅳ-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美		4. 比賽	
			3. 能遵守籃球規則,以培養守	感。		統計表	
			法、尊重他人與團隊合作之精	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發			
			神。	展專項運動技能。			
			4. 養成積極參與的態度,並集中	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。			
			注意力,隨時注意周遭環境安	3d-Ⅳ-2 運用運動比賽中的各種策略。			
			全。	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的			
			5. 能具備審美與表現的能力,培	問題。			
			養賞析、建構和分享的態度與能	4d-Ⅳ-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活			
			力,進而有效精進個人學習,挑	動。			
			戰個人極限。	4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。			
十八	第3單	1	1. 在面對急救情境時,願意運用	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	Ba-IV-3 緊急	1. 情意	【安全教育】
	元千鈞		所學之急救技術幫助需要幫助的	念。	情境處理與止	評量	安 J10 學習心肺
	一髮覓		人。	1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的	血、包紮、	2. 技能	復甦術及 AED 的
	生機		2. 了解心肺復甦術CPR(含AED、	健康技能和生活技能。	CPR、復甦姿	評量	操作。
	第2章		復甦姿勢)的使用時機、執行步	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	勢急救技術。		
	急救一		驟與關鍵注意事項,並能迅速且	2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能			
	瞬間		正確的執行。	感。			
				3a-IV-1 精熟地操作健康技能。			
	第6單	2	1. 能了解籃球攻守技巧之相關知	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Hb-IV-1 陣地	1. 課堂	【生涯規劃教
	元球賽		識和技能原理,並能反思、發展	, ,, = ,, = ,, ,, ,, ,, ,, ,, ,, ,, ,, ,	攻守性球類運	觀察	育】
	對決		學習策略,以改善動作技能。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	動動作組合及	2. 口語	涯 J3 覺察自己
	第4章		2. 能做出進攻三重威脅動作、各	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	團隊戰術。	問答	的能力與興趣。
	誰與爭		式擺脫動作及個人攻守基本動作	與和諧互動。		3. 技能	
	鋒-籃		技能,並學習運用策略於活動或	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		實作	
	球		籃球比賽中。	2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美		4. 比賽	
-					•		•

3. 能遵守襄琰規則,以培養守 法、 尊重他人與関係合作之精神。 4. 養成積極率與的態度,並集中 注意力,隨時注意用遭環境突 全。 5. 能具傷等與表現的能力,將 養質析、建構和分字的態度與能 力,造而有效精強側人學習,概 元平約 一變兒 生機 第2 字 意故一 瞬間 第6 單 元末蘇 等方, 在學數分別的使用時機、執行空 環與關鍵注意事項,並能迅速且 正確的執行。 第6 單 元末蘇 對決 至 2 1. 能了解合政行分技術的技能與 第2 2 2 1. 能了解合政行分技術的技能與 第2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2								
神。 4. 養成積極參與的態度,並集中 1 注意力,随時注意周達環境实 2 企。 5. 能具備審美與表現的能力,培養資析、建構和分字的態度與能力,通過人極限。 4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動,與個人極限。 4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動,與個人極限。 4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動,與個人極限。 4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動,與個人極限。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。 2. 了解心肺複起術CPR(含AED、食業多數)的使用時機、執行步,療與關鍵注意事項,並能迅速且正確的執行。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 4d-IV-2 評估選動風險,維護安全的運動情境。 4d-IV-2 評估選動風險,維護安全的運動情境。 4d-IV-2 評估選動風險,維護安全的運動情境。 4d-IV-2 評估選動出險,維護安全的運動情境。 4d-IV-2 是思利他合稱的態度,與他人理性溝違,動於作組合及 图際戰部。 1d-IV-2 是思利他合稱的態度,與他人理性溝違,如察 4d-IV-2 是思利他合稱的態度,與他人理性溝違。 4d-IV-2 是用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 4d-IV-3 規劃提升體適能與運動技能, 4d-IV-3 規劃提升體適能與運動技能, 4d-IV-3 規劃提升體適能與運動技能, 4d-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的 2 學習				3. 能遵守籃球規則,以培養守	感。		統計表	
4. 養成積極參與的態度,並集中 注意力,隨時注意周遭環境安 全。 5. 能具備審美與表現的能力,培 養實析,建構和分享的態度與能 力,進而有效精進個人學習,挑 較個人極限。 一人。 2. 丁解心肺複髮術CPR(含AED、				法、尊重他人與團隊合作之精	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發			
注意力,隨時注意周遭環境安全。				神。	展專項運動技能。			
全。				4. 養成積極參與的態度,並集中	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。			
5. 能具備審美與表現的能力,培養質析、建構和分享的態度與能力,進而有效精進個人學習,概較個人極限。 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。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。 4d-IV-3 緊急 1. 情意 [安全教育] 於一 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2				注意力,隨時注意周遭環境安	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。			
大力・連而有效精進個人學習,挑				全。	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的			
一十九 第 3 單 1 1.在面對急救情境時,願意運用 所學之急救技術幫助需要幫助的 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概 6 型 2. 了解心肺復甦術CPR(含AED、 2. 了解心肺復甦術CPR(含AED、 2. 可解心肺復甦術方。 2. 下 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1				5. 能具備審美與表現的能力,培	問題。			
數個人極限。				養賞析、建構和分享的態度與能	4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活			
十九 第 3 單 元十约 一變 2 表数技術幫助需要幫助的 人。				力,進而有效精進個人學習,挑	動。			
一一類的				戰個人極限。	4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。			
一獎見 生機 第 2 章 為數一 聯開	十九	第3單	1	1. 在面對急救情境時,願意運用	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	Ba-IV-3 緊急	1. 情意	【安全教育】
生機 第 2章		元千鈞		所學之急救技術幫助需要幫助的	念。	情境處理與止	評量	安 J10 學習心肺
第2章		一髮覓		人。	1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的	血、包紮、	2. 技能	復甦術及 AED 的
無與關鍵注意事項,並能迅速且 正確的執行。		生機		2. 了解心肺復甦術CPR(含AED、	健康技能和生活技能。	CPR、復甦姿	評量	操作。
瞬間 正確的執行。		第2章		復甦姿勢)的使用時機、執行步	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	勢急救技術。		
第6單   2   1.能了解合球得分技術的技能與   1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。   原理,並能在反思後改善動作技   1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。   放守性球類運   觀察   京】   1d-IV-2 反思自己的運動技能。   2.能修正錯誤之動作,與隊友相   1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。   2.能修正錯誤之動作,與隊友相   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   資本   各項技術的使用時機,發揮團隊   與和諧互動。   名c-IV-1表現局部或全身性的身體控制能力,發   各項技術的使用時機,發揮團隊   與和諧互動。   名c-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。   3.能了解性別平等之意涵並做到   3d-IV-2運用運動比賽中的各種策略。   4.能養成規律運動的習慣,有計   4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計		急救一		驟與關鍵注意事項,並能迅速且	2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能			
第6單 2 1.能了解合球得分技術的技能與		瞬間		正確的執行。	感。			
$ \begin{array}{cccccccccccccccccccccccccccccccccccc$					3a-IV-1 精熟地操作健康技能。			
對決 第 5 章 2 . 能修正錯誤之動作,與隊友相 2. 能修正錯誤之動作,與隊友相 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2. 能修正錯誤之動作,與隊友相 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 2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通 2c-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-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 運用運動比賽中的各種策略。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能, 6作學習的態度。 4. 能養成規律運動的習慣,有計 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計		第6單	2	1. 能了解合球得分技術的技能與	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Hb-IV-1 陣地	1. 課堂	【性別平等教
第5章 合作玩 互溝通解決相關問題,並能了解 2c-IV-2表現利他合群的態度,與他人理性溝通 3c 技能 9 的情感表達與溝 6 有技術的使用時機,發揮團隊 9 公子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。 3. 能了解性別平等之意涵並做到 9 尊重異性、共同參與討論及與之合作學習的態度。 4. 能養成規律運動的習慣,有計 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計		元球賽		原理,並能在反思後改善動作技	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	攻守性球類運	觀察	育】
合作玩		對決		能。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	動動作組合及	2. 口語	性 J11 去除性別
球一合		第5章		2. 能修正錯誤之動作,與隊友相	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。	團隊戰術。	問答	刻板與性別偏見
球 合作學習提升技術水準以達到目 ac-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發標。 3. 能了解性別平等之意涵並做到		合作玩		互溝通解決相關問題,並能了解	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
標。 3. 能了解性別平等之意涵並做到 尊重異性、共同參與討論及與之 合作學習的態度。 4. 能養成規律運動的習慣,有計 4. 化一IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計		球一合		各項技術的使用時機,發揮團隊	與和諧互動。		實作	通,具備與他人
3. 能了解性別平等之意涵並做到 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 尊重異性、共同參與討論及與之 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能, 合作學習的態度。 4. 能養成規律運動的習慣,有計 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計		球		合作學習提升技術水準以達到目	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發		4. 合作	平等互動的能
尊重異性、共同參與討論及與之 $4c-IV-2$ 分析並評估個人的體適能與運動技能,				標。	展專項運動技能。		學習	力。
合作學習的態度。 4. 能養成規律運動的習慣,有計 $4c-IV-3$ 規劃提升體適能與運動技能的運動計				3. 能了解性別平等之意涵並做到	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。			
4. 能養成規律運動的習慣,有計 $4c-IV-3$ 規劃提升體適能與運動技能的運動計				尊重異性、共同參與討論及與之	4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,			
				合作學習的態度。	修正個人的運動計畫。			
畫的提升體適能與運動技能。 畫。				4. 能養成規律運動的習慣,有計	4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計			
				畫的提升體適能與運動技能。	畫。			

					_		
二十	第3單	1	1. 在面對急救情境時,願意運用	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	Ba-IV-3 緊急	1. 情意	【安全教育】
(6/	元千鈞		所學之急救技術幫助需要幫助的	念。	情境處理與止	評量	安 J10 學習心肺
25~	一髮覓		人。	1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的	血、包紮、	2. 技能	復甦術及 AED 的
6/2	生機		2. 了解心肺復甦術CPR(含AED、	健康技能和生活技能。	CPR、復甦姿	評量	操作。
6	第2章		復甦姿勢)的使用時機、執行步	2a-Ⅳ-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	勢急救技術。		
第	急救一		驟與關鍵注意事項,並能迅速且	2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能			
三	瞬間		正確的執行。	感。			
次	【第三			3a-IV-1 精熟地操作健康技能。			
定	次評量						
期	週】						
考)	第6單	2	1. 能了解合球得分技術的技能與	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Hb-IV-1 陣地	1. 課堂	【性別平等教
	元球賽		原理,並能在反思後改善動作技	1c-Ⅳ-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	攻守性球類運	觀察	育】
	對決		能。	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	動動作組合及	2. 口語	性 J11 去除性別
	第5章		2. 能修正錯誤之動作,與隊友相	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。	團隊戰術。	問答	刻板與性別偏見
	合作玩		互溝通解決相關問題,並能了解	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
	球一合		各項技術的使用時機,發揮團隊	與和諧互動。		實作	通,具備與他人
	球		合作學習提升技術水準以達到目	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發		4. 合作	平等互動的能
	【第三		標。	展專項運動技能。		學習	力。
	次評量		3. 能了解性別平等之意涵並做到	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。			
	週】		尊重異性、共同參與討論及與之	4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,			
			合作學習的態度。	修正個人的運動計畫。			
			4. 能養成規律運動的習慣,有計	4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計			
			畫的提升體適能與運動技能。	畫。			
二十一	第1單	1	1. 希望讓學生有能力為自己選購	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	Ba-IV-3 緊急	1. 認知	【家庭教育】
	元健康		安全的飲食,同時也將探討現在	擊與風險。	情境處理與止	評量	家 J6 覺察與實
	飲食生		社會流行的食品,並學習如何聰	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規	血、包紮、	2. 技能	踐青少年在家庭
	活家		明的消費。同時將擴大「人與食	範。	CPR、復甦姿	評量	中的角色責任。
	第2單		物」的視野,增加從生態的觀	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概	勢急救技術。	3. 情意	【人權教育】
	元慢性		點,討論人們如何成為健康飲食	念。	Da-IV-2 身體	評量	人 J6 正視社會
	病的世		消費者。	1b-IV-3 因應生活情境的健康需求,尋求解決的	各系統、器官		中的各種歧視,
	界		2. 認識癌症、糖尿病與預防方	健康技能和生活技能。	的構造與功		並採取行動來關
	第3單		法。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴	能。		懷與保護弱勢。

CE 1 空标题羽钟钟	(沖田野/デナ事			
C5-1 領域學習課程 元千鈞	<sup>調                                    </sup>			
一髮覓	病、腎臟病與預防方法。			
生機	4. 學習患者與照顧者的身心調適			
複習第	與生活調整。			
1~3	5. 學習包紮技巧及傷口照護,正			
單元	確使用適合的急救方法。			
【休業	6. 學習心肺復甦術(CPR)、自動			
式】	體外心臟電擊去顫器(AED)操作			
	步驟。			

重性。

護,正

2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能 感。

3a-Ⅳ-1 精熟地操作健康技能。

3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正, 持續表現健康技能。

3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。

3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。

3b-IV-4 因應不同的生活情境,善用各種生活技 能,解決健康問題。

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 行動。

4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的 立場。

Db-IV-1 生殖 器官的構造、 功能與保健及 懷孕生理、優 生保健。

Ea-IV-1 飲食 的源頭管理與 健康的外食。 Eb-IV-2 健康 消費行動方案 與相關法規、 組織。

Fb-IV-1 全人 健康概念與健 康生活型態。 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。 Fb-IV-4 新興

傳染病與慢性 病的防治策 略。 Fb-IV-5 全民

健保與醫療制 度、醫療服務 與資源。

人 J9 認識教育 權、工作權與個 人生涯發展的關 係。

【生命教育】 生 J3 反思生老 病死與人生無常 的現象,探索人 生的目的、價值 與意義。

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、 人我關係等課題 上進行價值思 辨,尋求解決之 道。

生 J7 面對並超 越人生的各種挫 折與苦難,探討 促進全人健康與 幸福的方法。

【生涯規劃教

育】

涯 J4 了解自己 的人格特質與價 值觀。

涯 J13 培養生涯 規劃及執行的能 力。

					【安全教育】
					安 J10 學習心肺
					復甦術及 AED 的
					操作。
					安 J11 學習創傷
					救護技能。
第4單 2	1. 能運用客觀的測量方式評估柔	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適	1. 課堂	【安全教育】
元健康	軟度,亦可自行設計訓練處方提	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。	能促進策略與	觀察	安 J1 理解安全
體能樂	升柔軟度。	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	活動方法。	2. 口語	教育的意義。
生活	2. 學習各種運動傷害預防及處理	1d-IV-2 反思自己的運動技能。	Bc-IV-1 簡易	問答	安 J3 了解日常
第5單	方法,能在運動前辨識可能的風	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。	運動傷害的處	3. 學習	生活容易發生事
元熱血	險,作為個人運動傷害預防之	2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和	理與風險。	活動單	故的原因。
向前行	道。	實踐能力。	Bd-IV-2 技擊	4. 技能	【生涯規劃教
第6單	3. 了解柔道禮儀、運動安全知	2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝通	綜合動作與攻	實作	育】
元球賽	識、各種護身倒法的技能、競賽	與和諧互動。	防技巧。	5. 分組	涯 J3 覺察自己
對決	規則等。	2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	Cb-IV-2 各項	討論	的能力與興趣。
複習第	4. 了解蛙式的動作要領,並能在	2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美	運動設施的安	6. 比賽	【戶外教育】
4~6	課餘時間自我練習。	感。	全使用規定。	統計表	户 J2 擴充對環
單元	5. 認識定向越野與其基本能力。	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力,發	Cb-IV-3 奥林	7. 合作	境的理解,運用
【休業	6. 了解並學會拔河的動作要領。	展專項運動技能。	匹克運動會的	學習	所學的知識到生
式】	7. 學會棒球及慢速壘球的投球及	3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	精神。		活當中,具備觀
	打擊等基本動作。	3d-Ⅳ-2 運用運動比賽中的各種策略。	Cd-IV-1 户外		察、描述、測
	8. 了解與學習排球攻擊動作中的	3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的	休閒運動綜合		量、紀錄的能
	步法,以及動作要領。	問題。	應用。		力。
	9. 了解與練習羽球正手殺球與	4c-Ⅳ-2 分析並評估個人的體適能與運動技能,	Ce-IV-1 其他		戶 J3 理解知識
	正、反手網前短球的基本技術。	修正個人的運動計畫。	休閒運動綜合		與生活環境的關
	10. 學習運用籃球的個人防守技	4c-Ⅳ-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計	應用。		係,獲得心靈的
	術、出手機會判斷方式。	畫。	Gb-IV-2 游泳		喜悅,培養積極
	11. 了解合球的比賽方式、種類	4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	前進25公尺		面對挑戰的能力
	與規則,以及合球得分的技術。	4d-Ⅳ-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活	(需換氣5次		與態度。
		動。	以上)。		户 J5 在團隊活
		4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。	Ha-IV-1 網/		動中,養成相互

牆性球類運動	合作與互動的良
動作組合及團	好態度與技能。
隊戰術。	【品德教育】
Hb-IV-1 陣地	品 J1 溝通合作
攻守性球類運	與和諧人際關
動動作組合及	係。
團隊戰術。	品 J2 重視群體
Hd-IV-1 守備	規範與榮譽。
/跑分性球類	【性別平等教
運動動作組合	育】
	性 J7 解析各種
	媒體所傳遞的性
	別迷思、偏見與
	歧視。
	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。
	【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。
	動作組合及團 隊戰術。 Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運 動動作組合及 團隊戰術。 Hd-IV-1 守備

- ◎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。