

臺南市立復興國民中學 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	自編教材	實施年級 (班級/組別)	八年級 (特教甲班)	教學節數	每週(2)節，本學期共(42)節		
課程目標	1. 能了解環境清潔對健康的重要性。 2. 能認識食品標章，選擇健康的食物						
該學習階段 領域核心素養	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 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。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第 1 週	我的家好乾淨 生態課程（我會做家事）	2	1. 能分辨乾淨的環境與髒亂的環境。 2. 能整理置物櫃將物品放置整齊。 3. 能使用抹布擦拭桌椅。 4. 能使用掃把掃地。 5. 能使用拖把拖地。 6. 能分辨乾淨的衣物與有污漬的衣物。 7. 能知道生活環境髒亂對身體健康的影響。 8. 能知道穿著打扮的清潔能影響他人的觀感。 9. 能使用洗衣機清洗衣物。 10. 能晾衣服	1a-IV-2 認識影響 個體健康的因素。 1a-IV-3 認識內在與外在行為對健康的影響。 1a-IV-4 理解促進健康生活的方法。 1b-IV-1 認識日常生活中健康技能及生活技能對健康維護的重要性。 1b-IV-3 因應個人生活情境的健康 需求，認識解決 的健康技	Ba-IV-1 居家、學校、社區環境 潛在危機的判斷。 Da-IV-1 日常生活之衛生保健習慣的實踐與管理。	實作評量 觀察評量	性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。
第 2 週		2					
第 3 週		2					
第 4 週		2					
第 5 週		2					
第 6 週		2					
第 7 週		2					
第 8 週		2					
第 9 週		2					
第 10 週		2					

				能和生 活技能。 2b-IV-2 實踐健康促進的生活型態 3b-IV-4 在日常生活中運用適當生活技能，解決健康問題。			
第 11 週	智慧的消費者 生態課程（超商好鄰居）	2	1. 能認識超商的各種業務。 2. 能說出超商業務中與健康有關的項目。 3. 能認識食品標章。 4. 能找出超商中具有食品標章的食品。 5. 能在眾多商品中選擇健康的食物。 6. 能說出三種超商中的健康食物。	1a-IV-2 認識影響個體健康的因素。 1a-IV-3 認識內在與外在行為對健康的影響。 1a-IV-4 理解促進健康生活的方法。 1b-IV-1 認識日常生活中健康技能及生活技能對健康維護的重要性。 1b-IV-3 因應個人生活情境的健康需求，認識解決的健康技能和生活技能。 3b-IV-4 在日常	Ba-IV-1 居家、學校、社區環境 潛在危機的判斷。 Ca-IV-1 健康社區的維護與資源運用。 Ea-IV-1 健康外食的選擇。 Ea-IV-2-1 飲食安全的認識。 Eb-IV-2 健康消費行動的落實	實作評量 觀察評量	環 J15 認識產品的生命週期，探討其生態足跡、水足跡及碳足跡。
第 12 週		2					
第 13 週		2					
第 14 週		2					
第 15 週		2					
第 16 週		2					
第 17 週		2					
第 18 週		2					
第 19 週		2					
第 20 週		2					
第 21 週		2					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

				<p>生活中運用適當生活技能，解決健康問題。</p> <p>4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，選擇健康行動策略。</p>			
--	--	--	--	---	--	--	--

◎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」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

◎「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。

臺南市立復興國民中學 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	自編教材	實施年級 (班級/組別)	八年級 (特教甲班)	教學節數	每週(2)節，本學期共(40)節		
課程目標	1. 能認識社區環境並在社區活動。 2. 能分辨食材的好壞並運用於日常生活中。						
該學習階段 領域核心素養	健體-J-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 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。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第 1 週	探索台南 生態課程（台南我的家）	2	1. 能認識台南的特色與美食。 2. 能認識台南地區的休閒、藝文場所。 3. 能說出台南的特色小吃。 4. 能說出台南的休閒、運動相關場所。 5. 能實際參觀台南的休閒、運動場所。 6. 能說出如何利用休閒、運動場所維持身心健康。	2c-IV-2 表現利他合群與和諧互動的態度。 3a-IV-2 因應不同的生活情境表現適當的健康技能。 3b-IV-4 在日常生活中運用適當生活技能，解決健康問題。	Ba-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的判斷。 Fb-IV-1 健康生活型態。	實作評量 觀察評量	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 2 週							
第 3 週							
第 4 週							
第 5 週							
第 6 週							
第 7 週							
第 8 週							
第 9 週							
第 10 週		2					
第 11 週	合宜的休閒活動 生態課程（輕鬆好休閒）	2	1. 能說出平常和家人共同的休閒活動。 2. 能認識藝文相關的休閒活動。 3. 能認識體育相關的	1a-IV-2 認識影響個體健康的因素。 1a-IV-3 認識內在與外在行為對	Ba-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的判斷。 Fb-IV-1 健康生	實作評量 觀察評量	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 12 週		2					
第 13 週		2					
第 14 週		2					
第 15 週		2					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

第 16 週		2	休閒活動。	健康的影響。	活型態。		
第 17 週		2	4. 能認識 3C 相關的	1a-IV-4 理解促			
第 18 週		2	休 閒活動。	進健康生活的方			
第 19 週		2	5. 能說出自己常做的	法。			
第 20 週		2	休閒活動。	1b-IV-1 認識日			
第 21 週		2	6. 能體驗各種休閒活 動。	常生活中健康技 能及生活技能對 健康維護的重要 性。 1b-IV-3 因應個 人生活情境的健 康需求，認識解 決的健康技能和 生活技能。 2b-IV-2 實踐健 康促進的生活型 態 4c-IV-1 善用運 動相關的科技、 資訊、媒體、產 品與服務。			

◎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」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

◎「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。