# 臺南市立柳營國民中學 114 學年度第一學期七年級健體領域學習課程(調整)計畫

(■普通班/□體育班)

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(63)節。
課程目標	第1.2.3.4.5.6.7.第1.2.3.4.5.6.7.第1.2.对财政	求養義機,, 估原安、我巧巧發翻目及自及,善並 與則全水精。。球滾本學我成及用能 體。意中進 及等動會悅因對健針 適 識自的 正技有調納,健康對 能 。救態 手巧與適的並康技危 檢 及度 高。組身態思造能險 測 救。 遠 合	公變化。 實現自我。 實現自我成 實現自我成 實現自我成 實力 實力 實 實 實 實 實 數 數 數 數 數 學 學 的 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。		
該學習階段 領域核心素養	輕言放棄。 健體-J-A2 具備理解 的問題。	體育與健康情境的	的全貌,並做獨立思	考與分析的知能	聚索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不 E,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康 .行並發揮主動學習與創新求變的能力。

健體-J-B1 具備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解體育與保健的基本概念,應用於日常生活中。 健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體,以增進學習的素養,並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。

健體-J-B3 具備審美與表現的能力,了解運動與健康在美學上的特質與表現方式,以增進生活中的豐富性與美感體驗。

健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識,並主動參與公益團體活動,關懷社會。

健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。

健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養,關心本土與國際體育與健康議題,並尊重與欣賞其間的差異。

				課程架構脈絡			
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習	重點	評量方式	融入議題
<b>秋于</b> 列在	十九六石到石村	小女人	<b>一</b> 一 一	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
_	第1單元健康青	1	1. 從生理、心理與	la-IV-1 理解生理、心	Aa-IV-1 生長發育的自	1. 口頭評量	【人權教
9/01-	春向前行		社會不同的層面認	理與社會各層面健康的	我評估與因應策略。	2. 紙筆評量	育】
9/05	第 1 章健康人生		識健康的內涵。	概念。	Da-IV-2 身體各系統、		人 J5 了解社
	開步走		2. 認識身體構造與	2b-IV-2 樂於實踐健康	器官的構造與功能。		會上有不同
			各系統的運作機	促進的生活型態。	Fa-IV-3 有利人際關係		的群體和文
			制,並在生活中落	4a-IV-2 自我監督、增	的因素與有效的溝通技		化,尊重並
			實健康促進的保健	強個人促進健康的行	巧。		欣賞其差
			行動。	動,並反省修正。			異。
_	第3單元健康自	2	1. 了解運動前健康	1c-IV-2 評估運動風	Ab-IV-1 體適能促進策	1. 口語問答	【性别平等
9/01-	主有活力		評估的意義及內	<b>險</b> ,維護安全的運動情	略與活動方法。	2. 認知測驗卷	教育】
9/05	第1章活躍人生		容。	境。	Ab-IV-2 體適能運動處	3. 學習單	性 J11 去除
	——健康評估與		2. 學會運動前健康	4c-IV-3 規劃提升體適	方基礎設計原則。	4. 課堂觀察	性別刻板與
	體適能檢測		安全問卷的使用方	能與運動技能的運動計		5. 運動行為計	性別偏見的
			法。	畫。		畫實踐表	情感表達與
			3. 學會運動前危險				溝通,具備
			因子分類的評量標				與他人平等
			準。				互動的能
			4. 了解體適能檢測				カ。
			項目及流程安排。				
			5. 學會運動處方基				

				課程架構脈絡			
业组扣如	思 二 悔 江 私 <i>句</i> 顿	公 业	超羽口 抽	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			本設計原則。				
- 9/08- 9/12	第1單元健康青 春向前行 第1章健康人生	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。	Aa-IV-1 生長發育的自 我評估與因應策略。 Da-IV-2 身體各系統、	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【 人 權 教 育】 人 J5 了解社
	開步走		實健康促進的保健行動。 2. 理解生長發育的個別差異與影響因素,接受自己在成長過程中的改變。	促進的生活型態。 4a-IV-2 自我監督、增 強個人促進健康的行	Fa-IV-3 有利人際關係 的因素與有效的溝通技		會群 尊 其 有 其 差
= 9/08- 9/12	第3單元健康自主有 2 章 安全運動 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	2	1. 的 2. 的事項範 3. 的可並略於 5. 的事項範 3. 的可並略 4. 一致 5. 一致 5. 一致 6. 一数 6. 一	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。 4c-IV-1 分析並善用運 動相關之科技、資訊、	的處理與風險。 Cb-IV-2 各項運動設施	2. 課堂觀察	【育環續義社濟展則環不害的習與為環】4發(會的)。 J同可危適避境 人人 人名
Ξ	第1單元健康青	1	1. 理解生長發育的	1a-IV-1 理解生理、心	Aa-IV-1 生長發育的自	1. 口頭評量	【人權教
9/15-	春向前行		個別差異與影響因	理與社會各層面健康的	我評估與因應策略。	2. 紙筆評量	育】

				課程架構脈絡			
W. 铒 Hn 和	四二的江利力顿	<b>公由</b>	鐵羽口1冊	學習	重點	評量方式	融入議題
教字 期柱	<b>单几</b> 兴活勤名稱	即數	字首日标	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
教學期程 9/19 三 9/15- 9/19	單元與活動名稱 1章健康 1章健康 1章健康 元 2 章 元 3 章 元 3 章 元 3 章 元 3 章 元 4 章 元 3 章 元 4 章 元 5 章 元 5 章 元 5 章 元 5 章 元 5 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元 6 章 元	節數	學 接程解,我在健 識的護心 解 自改的活督中生 自化能的 無人 人 一	學習表現 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、增強個人促進康,並反省修正。  1c-IV-1 了解各項運動 基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動 開大學文章的運動情	學習內容 Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。  Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cd-IV-1 戶外休閒運動	(表現任務)	
			2. 了解目行車網報 在	技能原理。			生踐。

				課程架構脈絡			
拟斑扣如	四二的江利力份	<b>然 却</b>	俊羽口压	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				4d-IV-3 執行提升體適			
				能的身體活動。			
四	第1單元健康青	1	1. 認識眼睛、牙	1b-IV-2 認識健康技能	Da-IV-1 衛生保健習慣	1. 口頭評量	【性別平等
9/22-	春向前行		齒、耳朵及皮膚的	和生活技能的實施程序	的實踐方式與管理策	2. 紙筆評量	教育】
9/26	第2章個人衛生		結構與功能運作。	概念。	略。		性 J4 認識身
	與保健		2. 思考青少年常見	2a-IV-2 自主思考健康	Da-IV-2 身體各系統、		體自主權相
			視力、口腔、聽力	問題所造成的威脅感與	器官的構造與功能。		關議題,維
			及皮膚問題的威脅	嚴重性。	Da-IV-3 視力、口腔保		護自己與尊
			與嚴重性,以培養	3a-IV-1 精熟地操作健	健策略與相關疾病。		重他人的身
			正確的保健策略。	康技能。			體自主權。
			3. 能精熟潔牙及護				
			眼的健康技能,實				
			踐良好的衛生保健				
			習慣。				
四	第4單元活力青	2	1. 具備道路行駛之	1c-IV-1 了解各項運動	Cb-IV-2 各項運動設施	1. 課堂觀察	【人權教
9/22-	春大放送		事前準備作業及安	基礎原理和規則。	的安全使用規定。	2. 口語問答	育】
9/26	第1章雙輪闖天		全裝備確認等知	1c-IV-2 評估運動風	Cd-IV-1 戶外休閒運動		人 J4 了解平
	下——自行車		能。	險,維護安全的運動情	綜合應用。		等、正義的
			2. 認識自行車騎乘	境。			原則,並在
			禮儀及尊重路權,	1d-IV-1 了解各項運動			生活中實
			能有效降低意外事	技能原理。			踐。
			故發生的機會。	1d-IV-2 反思自己的運			
			3. 能具備自行車簡	動技能。			
			易故障排除的技	2c-IV-1 展現運動禮			
			能,以及規畫安全	節,具備運動的道德思			
			的自行車漫遊旅程	辨和實踐能力。			
				2d-IV-3 鑑賞本土與世			
				界運動的文化價值。			

				課程架構脈絡			
划艇扣扣	四二的江利力位	<b>从</b> 山	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				3c-IV-1 表現局部或全			
				身性的身體控制能力,			
				發展專項運動技能。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
				動。			
				4d-IV-3 執行提升體適			
				能的身體活動。			
五	第1單元健康青	1	1. 認識眼睛、牙	1b-IV-2 認識健康技能	Da-IV-1 衛生保健習慣	1. 口頭評量	【性別平等
9/29-	春向前行		齒、耳朵及皮膚的	和生活技能的實施程序	的實踐方式與管理策	2. 紙筆評量	教育】
10/03	第 2 章個人衛生		結構與功能運作。	概念。	略。		性 J4 認識身
	與保健		2. 思考青少年常見	2a-IV-2 自主思考健康	Da-IV-2 身體各系統、		體自主權相
			視力、口腔、聽力	問題所造成的威脅感與	器官的構造與功能。		關議題,維
			及皮膚問題的威脅	嚴重性。	Da-IV-3 視力、口腔保		護自己與尊
			與嚴重性,以培養	3a-Ⅳ-1 精熟地操作健	健策略與相關疾病。		重他人的身
			正確的保健策略。	康技能。			體自主權。
			3. 能精熟潔牙及護				
			眼的健康技能,實				
			踐良好的衛生保健				
			習慣。				_
五	第4單元活力青	2	1. 了解跑步的動作		Ab-IV-1 體適能促進策		【生涯規劃
9/29-	春大放送		要領。	基礎原理和規則。	略與活動方法。	2. 口語問答	教育】
10/03	第2章疾走如風		2. 養成練習時集中				涯 J3 覺察自
	——跑		注意力並注意周遭		的安全使用規定。	4. 學習單	己的能力與
			環境安全的習慣。	1d-IV-2 反思自己的運		5. 技能實作	興趣。
				動技能。	的基本技巧。	6. 運動行為計	涯 J4 了解自
				2d-IV-3 鑑賞本土與世		畫實踐表	己的人格特
				界運動的文化價值。			質與價值

				課程架構脈絡			
划御扣如	四二的江毛 为伦	<b>大大 山</b>	<b>超到口</b> 馬	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				3c-IV-1 表現局部或全			觀。
				身性的身體控制能力,			涯 J6 建立對
				發展專項運動技能。			於未來生涯
				3d-IV-1 運用運動技術			的願景。
				的學習策略。			
				3d-IV-2 運用運動比賽			
				中的各種策略。			
				3d-IV-3 應用思考與分			
				析能力,解決運動情境			
				的問題。			
				4c-IV-2 分析並評估個			
				人的體適能與運動技			
				能,修正個人的運動計			
				畫。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
				動。			
				4d-IV-3 執行提升體適			
				能的身體活動。			
六	第1單元健康青	1	1. 認識眼睛、牙	1b-IV-2 認識健康技能	Da-IV-1 衛生保健習慣	1. 口頭評量	【性别平等
10/06-	春向前行		齒、耳朵及皮膚的			2. 紙筆評量	教育】
10/10	第2章個人衛生		結構與功能運作。	概念。	略。		性 J4 認識身
	與保健		2. 思考青少年常見	2a-IV-2 自主思考健康	Da-IV-2 身體各系統、		體自主權相
			視力、口腔、聽力				關議題,維
			及皮膚問題的威脅	嚴重性。	Da-IV-3 視力、口腔保		護自己與尊
			與嚴重性,以培養	3a-IV-1 精熟地操作健	健策略與相關疾病。		重他人的身
			正確的保健策略。	康技能。			體自主權。
			3. 能精熟潔牙及護				

				課程架構脈絡			
机朗扣如	四二的江利力份	<b>次</b> 副	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			眼的健康技能,實				
			踐良好的衛生保健				
			習慣。				
六	第4單元活力青	2	1. 學會短距離跑及	1c-IV-1 了解各項運動	Ab-Ⅳ-1 體適能促進策	1. 課堂觀察	【生涯規劃
10/06-	春大放送		接力跑的動作技	基礎原理和規則。	略與活動方法。	2. 口語問答	教育】
10/10	第2章疾走如風		巧。	1d-IV-1 了解各項運動	Cb-IV-2 各項運動設施	3. 認知測驗卷	涯 J3 覺察自
	——跑		2. 養成積極參與的	技能原理。	的安全使用規定。	4. 學習單	己的能力與
			態度,並隨時注意	1d-IV-2 反思自己的運	Ga-IV-1 跑、跳與推擲	5. 技能實作	興趣。
			安全。	動技能。	的基本技巧。	6. 運動行為計	涯 J4 了解自
			3. 培養尊重他人及	2d-IV-3 鑑賞本土與世		畫實踐表	己的人格特
			團隊合作的精神。	界運動的文化價值。			質與價值
				3c-IV-1 表現局部或全			觀。
				身性的身體控制能力,			涯 J6 建立對
				發展專項運動技能。			於未來生涯
				3d-IV-1 運用運動技術			的願景。
				的學習策略。			
				3d-IV-2 運用運動比賽			
				中的各種策略。			
				3d-IV-3 應用思考與分			
				析能力,解決運動情境			
				的問題。			
				4c-IV-2 分析並評估個			
				人的體適能與運動技			
				能,修正個人的運動計			
				畫。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
				動。			

				課程架構脈絡			
弘 鍜 Hn 和	四二 <b>向江利</b> 力顿	<b>然 和</b>	段 羽 口 1冊	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				4d-IV-3 執行提升體適 能的身體活動。			
セ 10/13- 10/17	第1單元健康青春向前行第2章個人衛生與保健【第一次評量	1	1. 齒結 2. 視及與正 3. 眼踐習	概念。 2a-IV-2 自主思考健康 問題所造成的威脅感與 嚴重性。	的實踐方式與管理策略。 Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。 Da-IV-3 視力、口腔保		【教性體關護重體性育】4 記權,與的。 平 識權,與的。
セ 10/13- 10/17	第4單元活力青春大放送第2章疾走如風 第一次評量 3 第一次評量	2	1. 養成積極參與的 態度,並隨時注意 安全。 2. 培養尊重他人及 團隊合作的精神。	基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動	的安全使用規定。	2. 口語問答	【教涯己興涯己質觀涯於的生育 J的趣 J的與 o J o 未願

				課程架構脈絡			
拟组织加加	四二向江利 夕顿	<b>公</b> 制。	剱 羽 口 1冊	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				中的各種策略。			
				3d-IV-3 應用思考與分			
				析能力,解決運動情境			
				的問題。			
				4c-IV-2 分析並評估個			
				人的體適能與運動技			
				能,修正個人的運動計			
				畫。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
				動。			
				4d-IV-3 執行提升體適			
				能的身體活動。			
八	第1單元健康青	1	1. 認識眼睛、牙		Da-IV-1 衛生保健習慣	1. 口頭評量	【性別平等
10/20-	春向前行		齒、耳朵及皮膚的			2. 紙筆評量	教育】
10/24	第 2 章個人衛生		結構與功能運作。	概念。	略。		性 J4 認識身
	與保健		2. 思考青少年常見	• • • •			體自主權相
			視力、口腔、聽力				關議題,維
			及皮膚問題的威脅	嚴重性。	Da-IV-3 視力、口腔保		護自己與尊
			與嚴重性,以培養		健策略與相關疾病。		重他人的身
			正確的保健策略。	康技能。			體自主權。
			3. 能精熟潔牙及護				
			眼的健康技能,實				
			踐良好的衛生保健				
	ht 1 111 1 .1-		習慣。	1 1		1 m 1/2 12 abs	<b>V</b> 12 52 11
八	第4單元活力青	2	1. 學習如何判斷水	. ,	Cb-IV-2 各項運動設施		【海洋教
10/20-	春大放送		域安全。	基礎原理和規則。	的安全使用規定。	2. 口語問答	育】
10/24	第 3 章優游自在		2. 了解安全戲水要	1c-1V-2 評估運動風	Cc-IV-1 水域休閒運動	3. 學習單	海 J1 參與多

				課程架構脈絡			
<b>业</b> 组 扣 和	B 二 由 江 私 夕 较	節數	超羽口抽	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	即數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
	——游泳		點。	險,維護安全的運動情	綜合應用。	4. 技能實作	元海洋休閒
			3. 練習運用救生圈	境。	Gb-IV-1 岸邊救生步		與水域活
			等救生物品從岸上	1d-IV-1 了解各項運動	驟、安全活動水域的辨		動,熟練各
			安全救人。	技能原理。	識、意外落水自救與仰		種水域求生
				1d-IV-2 反思自己的運	漂 30 秒。		技能。
				動技能。	Gb-IV-2 游泳前進 25 公		
				2c-IV-3 表現自信樂	尺(需換氣 5 次以		
				觀、勇於挑戰的學習態	上)。		
				度。			
				3c-IV-1 表現局部或全			
				身性的身體控制能力,			
				發展專項運動技能。			
				3d-IV-3 應用思考與分			
				析能力,解決運動情境			
				的問題。			
				4c-IV-2 分析並評估個			
				人的體適能與運動技			
				能,修正個人的運動計			
				畫。			
九	第1單元健康青	1	1. 觀察並說出青春		· ·		【性別平等
10/27-	春向前行		期常見的生理問	的健康需求,尋求解決		2. 紙筆評量	教育】
10/31	第3章我的青春		題,並學習處理生				性 J11 去除
	檔案		理問題的健康技		Da-IV-4 健康姿勢、規		性別刻板與
			能。	2b-IV-2 樂於實踐健康	律運動、充分睡眠的維		性別偏見的
			2. 能理解性生理問		持與實踐策略。		情感表達與
			題對於個人的意	3a-IV-2 因應不同的生			溝通,具備
			義,並落實健康的				與他人平等
			生活型態。	正,持續表現健康技	因應的策略。		互動的能

				課程架構脈絡			
弘 鍜 Hn 和	四二内江利 <b>夕</b> 硕	<b>公</b> 制	銀羽口1冊	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
h	<b>열1留ご江九圭</b>	9	1 编羽浑用松山图	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。	Ch W 9 夕石沼私机长	1 出出部 荥	力。
九 10/27- 10/31	第4章 第一游泳	2	1.等安2.漂學自3.發神樂習生教習踩一方用團享。與我全練及會教運揮,趣用品。母,基。泳合中財從一漂且本一技為合中人水水種式游隊水人水水種式游隊水源且本一技合中、至水一能作遊	境。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。	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。 Gb-IV-2 游泳前進 25 公	2. 口語問答	【育海元與動種技海】月海水,水能學体域練求。
+ 11/03-	第1單元健康青 春向前行	1	1. 觀察並說出青春期 常見的生理問		Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕		【性別平等 教育】

				課程架構脈絡			
拟的机如	四二的江利力位	<b>太</b>	超 羽 口 压	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
11/07	第3章我的青春檔案		題,並學習處理生 理問題的健康 能理解性生理問 題對於個人 數對於質健康的 生活型態。	的健康技能和生活技能。 2b-IV-2 樂於實踐健康 促進的生活型態。 3a-IV-2 因應不同的生	生理、優生保健。 Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。 Db-IV-2 青春期身心變化的調適與性衝動健康		性性性情溝與互力 出別偏表,人的 大工列偏表,人的 大工人的與備等能
+	第5單元熱門運	2	1. 能了解籃球運球	康資訊、產品與服務, 擬定健康行動策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球	1. 課堂觀察	【生涯規劃
11/03- 11/07	動大會串第 1 章掌控自如 ——籃球	2	1. 技技和善之操以等術用解題學了之原展作做上雙向並略運發之所相理策技到下手之學於動運海方與關,略能左、左之習活動團法學前一次與一人,一人,一人,一人,一人,一人,一人,一人,一人,一人,一人,一人,一人,一	險,維護安全的運動情 · 1d-IV-1 了解各項運動 技能原理。 · 1d-IV-2 反思自己的 · 数技能。 · 1d-IV-3 應用運動比 · 1d-IV-3 應用運動比 · 0各項策略。 · 2c-IV-2 表現利他理性 · 2c-IV-2 表現人理 · 2c-IV-2 表現他人理性 · 3。	類運動動作組合及團隊戰術。	1. 2. 3. 4. 合 運 實 署 第 4. 合 運 實 署 8 6. 學 3 6. 學 5 6. 學 5 6. 學 6 6. 學 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6	教育】 程 教 別 別 の の の の の の の の の の の の の

				課程架構脈絡			
拟斑织如	四二的江南 力位	<b>次 山</b>	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				4c-IV-2 分析並評估個			
				人的體適能與運動技			
				能,修正個人的運動計			
				畫。			
				4c-Ⅳ-3 規劃提升體適			
				能與運動技能的運動計			
				畫。			
+-	第1單元健康青	1	1. 能因應自身的生	1b-IV-3 因應生活情境	Db-IV-1 生殖器官的構	1. 口頭評量	【性別平等
11/10-	春向前行		活情境持續表現健	的健康需求,尋求解決	造、功能與保健及懷孕	2. 紙筆評量	教育】
11/14	第 3 章我的青春		康技能,接納並喜	的健康技能和生活技	生理、優生保健。		性 J11 去除
	檔案		歡自己青春期的變	能。	Da-IV-4 健康姿勢、規		性別刻板與
			化。	2b-IV-2 樂於實踐健康	律運動、充分睡眠的維		性別偏見的
			2. 認識性衝動,並	促進的生活型態。	持與實踐策略。		情感表達與
			能運用適切的資訊		Db-IV-2 青春期身心變		溝通,具備
			擬定健康因應的行	活情境進行調適並修	化的調適與性衝動健康		與他人平等
			動策略。	正,持續表現健康技	因應的策略。		互動的能
				能。			カ。
				4a-IV-1 運用適切的健			
				康資訊、產品與服務,			
				擬定健康行動策略。			
+-	第5單元熱門運	2	1. 能養成遵理守法		,		【生涯規劃
11/10-	動大會串		的態度,實踐運用		類運動動作組合及團隊	2. 口語問答	教育】
11/14	第 1 章掌控自如		民主溝通及法律程		戰術。	3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	籃球		序來進行活動之人			4. 合作學習	己的能力與
			權、法治觀念,培			5. 運動行為計	興趣。
			養「勝不驕、敗不			畫實踐表	
			<b>餒」之運動家精</b>			6. 學習單	
			神。。	1d-IV-3 應用運動比賽			

				課程架構脈絡			
机朗扣如	四二的江利力份	<i>大</i> 大 山/	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			2. 能養成固定運動 的習慣 動 的 提 動 的 提 能 與 理 動 的	的各項策略。	THIT		
+= 11/17- 11/21	第1單元健康青春向前行第3章我的青春檔案	1	1. 能因應自身規 語 持續 持 接 接 的 已 青 春 期 的 的 健 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。	的健康技能和生活技	造、功能與保健及懷孕 生理、優生保健。 Da-IV-4 健康姿勢、規 律運動、充分睡眠的維 持與實踐策略。 Db-IV-2 青春期身心變 化的調適與性衝動健康	1. 口頭評量2. 紙筆評量	【教性性性情溝與互力性育】11刻偏表,人即 去板見達具平的

				課程架構脈絡			
机链扣和	四二的江利力位	<b>然 却</b>	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				擬定健康行動策略。			
十二	第5單元熱門運	2	1. 了解排球運動的	1c-IV-1 了解各項運動	Bc-IV-1 簡易運動傷害	1. 課堂觀察	【安全教
11/17-	動大會串		由來與低手傳球適	基礎原理和規則。	的處理與風險。	2. 口語問答	育】
11/21	第2章排除萬難		用時機。	1d-IV-1 了解各項運動	Ha-IV-1 網/牆性球類運	3. 技能實作	安 J3 了解日
	排球		2. 學會排球低手傳	技能原理。	動動作組合及團隊戰	4. 運動行為計	常生活容易
			球與接球步法。	1d-IV-2 反思自己的運	術。	畫實踐表	發生事故的
				動技能。		5. 學習單	原因。
				2c-IV-2 表現利他合群			安 J6 了解運
				的態度,與他人理性溝			動設施安全
				通與和諧互動。			的維護。
				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。			
				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。			

				課程架構脈絡			
九郎北西	四二的江利力份	<b>次</b> 副	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				4d-IV-2 執行個人運動 計畫,實際參與身體活 動。			
+= 11/24- 11/28	第1單元健康青春向前行第4章活出青春的光彩	1	1. 了解自我概念形 成認說自己,認識自己,建自我概念 2. 認前自我概念 合立機念方式 增進自我概念。	2b-IV-2 樂於實踐健康	Fa-IV-1 自我認同與自 我實現。	1. 口頭評量2. 紙筆評量	【教涯已興涯已質觀涯於的生育 J3 的趣 J4 的與。 J未願題 解
+= 11/24- 11/28	第5單元熱門運動大會串第2章排除萬難——排球	2	1. 學會球場別 2. 中共 3. 中共 6 集 4 集 4 集 4 集 4 年 4 年 5 年 6 年 7 年 7 年 8 年 8 年 8 年 8 年 8 年 8 年 8 年 8	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	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。 Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 課堂觀察 2. 过期 3. 技能實行 4. 運動 4. 運 5. 學習 5. 學習	【育安常發原安動的 全 了活事。了施 育 了 所容故解

				課程架構脈絡			
拟组织加加	四二向江利 <b>夕</b> 位	佐 和	與羽口 1冊	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				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。			
十四	第1單元健康青	1	1. 肯定自己的價			1. 口頭評量	【生涯規劃
12/01-	春向前行		值,樂於嘗試提升		我實現。	2. 紙筆評量	教育】
12/05	第 4 章活出青春		自我價值的方法,	衝擊與風險。			涯 J3 覺察自
	的光彩		以激發自我潛能與				己的能力與
	【第二次評量		實現自我。	促進的生活型態。			興趣。
	週】		2. 學習以積極正向				涯 J4 了解自
			的想法、語言、行	調適技能。			己的人格特
			動和生活經驗,建				質與價值
			立健康樂觀的生活				觀。
			態度。				涯 J6 建立對
			3. 學習設定目標,				於未來生涯

				課程架構脈絡			
h/ 63 Hn 4n	四二小公子子,为杨	太 山	的可口馬	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			建立自信與追求成				的願景。
			長,實現心中的理				
			想。				
十四	第5單元熱門運	2	1. 能了解羽球發	1c-IV-1 了解各項運動	Ha-IV-1 網/牆性球類運	1. 課堂觀察	【性别平等
12/01-	動大會串		球、接發球與正手	基礎原理和規則。	動動作組合及團隊戰	2. 口語問答	教育】
12/05	第 3 章羽中作樂		高遠球之動作要領	1c-IV-2 評估運動風	術。	3. 技能實作	性 J11 去除
	——羽球		與運用時機,並能	險,維護安全的運動情		4. 學習單	性別刻板與
	【第二次評量		透過練習與反思增	境。		5. 分組討論	性別偏見的
	週】		進動作技能。	1d-IV-1 了解各項運動			情感表達與
			2. 能做到正確且流				溝通,具備
			暢之正手發球與高	1d-IV-2 反思自己的運			與他人平等
			遠球動作, 並充分	動技能。			互動的能
			實踐運用,進而有	2c-Ⅳ-2 表現利他合群			カ。
			效提升身體 適能,	的態度,與他人理性溝			【人權教
			養成規律運動習				育】
			慣。	2c-Ⅳ-3 表現自信樂			人 J3 探索各
				觀、勇於挑戰的學習態			種利益可能
				度。			發生的衝
				3c-Ⅳ-1 表現局部或全			突,並了解
				身性的身體控制能力,			如何運用民
				發展專項運動技能。			主審議方式
				3d-Ⅳ-1 運用運動技術			及正當的程
				的學習策略。			序,以形成
				4d-IV-1 發展適合個人			公共規則,
				之專項運動技能。			落實平等自
							由之保障。
十五	第2單元環境安	1	1. 認識居家環境之		Ba-IV-1 居家、學校、		【安全教
12/08-	全總動員		潛在危機,及其對	在的行為對健康造成的	社區環境潛在危機的評	2. 紙筆評量	育】

				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	融入議題
72.7777	-1 703(10 3070 41)	M. 37	7 4 4 7/1	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
12/12	第 1 章環境安全		健康造成的衝擊與	衝擊與風險。	估方法。		安 J1 理解安
	搜查線		風險。	2a-IV-2 自主思考健康	Ba-IV-2 居家、學校及		全教育的意
			2. 了解事故傷害的	問題所造成的威脅感與	社區安全的防護守則與		義。
			定義及發生原因,	嚴重性。	相關法令。		安 J2 判斷常
			並思考事故傷害對	3b-IV-3 熟悉大部份的			見的事故傷
			健康造成的威脅與	決策與批判技能。			害。
			嚴重性。	4a-IV-1 運用適切的健			安 J3 了解日
				康資訊、產品與服務,			常生活容易
				擬定健康行動策略。			發生事故的
							原因。
							安 J4 探討日
							常生活發生
							事故的影響
							因素。
							【 防 災 教
							育】
							防 J9 了解校
							園及住家內
							各項避難器
							具的正確使
							用方式。
十五	第5單元熱門運	2	1. 能做到正確且流		Ha-IV-1 網/牆性球類運		【性別平等
12/08-	動大會串		暢之正手發球與高	基礎原理和規則。	動動作組合及團隊戰	2. 口語問答	教育】
12/12	第 3 章羽中作樂		遠球動作, 並充分	1c-IV-2 評估運動風	術。	3. 技能實作	性 J11 去除
	羽球		實踐運用,進而有	險,維護安全的運動情		4. 學習單	性別刻板與
			效提升身體適能,	境。		5. 分組討論	性別偏見的
			養成規律運動習	1d-IV-1 了解各項運動			情感表達與
			慣。	技能原理。			溝通,具備

				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	融入議題
<b>秋于州任</b>	十九六石初石将	四 奴	于日口你	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			2. 能了解個別差	1d-IV-2 反思自己的運			與他人平等
			異,養成尊重他人	動技能。			互動的能
			之態度,透過合作	2c-IV-2 表現利他合群			カ。
			學習,解決學習歷	的態度,與他人理性溝			【人權教
			程所面臨之問題,	通與和諧互動。			育】
			並發揮團隊精神,	2c-IV-3 表現自信樂			人 J3 探索各
			促進人際互動關	觀、勇於挑戰的學習態			種利益可能
			係。	度。			發生的衝
				3c-Ⅳ-1 表現局部或全			突,並了解
				身性的身體控制能力,			如何運用民
				發展專項運動技能。			主審議方式
				3d-IV-1 運用運動技術			及正當的程
				的學習策略。			序,以形成
				4d-IV-1 發展適合個人			公共規則,
				之專項運動技能。			落實平等自
							由之保障。
十六	第2單元環境安	1	1. 認識居家環境之				【安全教
12/15-	全總動員		潛在危機,及其對	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		2. 紙筆評量	育】
12/19	第 1 章環境安全		健康造成的衝擊與		估方法。		安 J1 理解安
	搜查線		風險。	2a-IV-2 自主思考健康	·		全教育的意
			2. 了解事故傷害的				義。
			定義及發生原因,	嚴重性。	相關法令。		安 J2 判斷常
			並思考事故傷害對				見的事故傷
			健康造成的威脅與				害。
			嚴重性。	4a-IV-1 運用適切的健			安 J3 了解日
				康資訊、產品與服務,			常生活容易
				擬定健康行動策略。			發生事故的
							原因。

				課程架構脈絡			
机钳机和	四二例汇制力位	<b>大</b>	超 田 口 1番	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
							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
1 >-	佐 C 四 こ 雨 汀 ム	0	1 4 7 7 8 11 12 11 1-	1- 17 1 2 知为云深利	D- N7 1 然日 宏和 冶 皮	1 细尘细点	用方式。
十六 12/15-	第6單元靈活自 如好身手	2	1. 能了解體操地板		Bc-IV-1 簡易運動傷害 的處理與風險。		【性別平等 教育】
12/15-	如好牙丁   第 1 章登峰造極		運動項目的動作技 巧發展,以及與其		Ia-IV-1 徒手體操動作	2. 口語問答 3. 技能實作	教
14/19	・		相關之知識與技能		組合。	3. 投肥貝作 4. 學習單	體自主權相
	月豆 7六		原理,並能反思和		海口	5. 運動行為計	關議題,維
			發展學習策略,以	· =		畫實踐表	護自己與尊
			改善動作技能。	技能原理。		<b>五</b> 只 <b>以</b> 化	重他人的身
			2. 能做出各式跳				體自主權。
			躍、滾翻與側翻等				性 J11 去除
			動作技巧,並學習	感。			性別刻板與
			運用於其他運動項	3c-IV-1 表現局部或全			性別偏見的
			目或平日生活中,	身性的身體控制能力,			情感表達與
			保護個人人身安	發展專項運動技能。			溝通,具備
			全。	3c-IV-2 發展動作創作			與他人平等
				和展演的技巧,展現個			互動的能
				人運動潛能。			力。
				3d-IV-3 應用思考與分			【人權教

				課程架構脈絡			
机锅地加加	四二小公子子,为不	<b>然 副</b>	的可口馬	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				析能力,解決運動情境的問題。			育】 人 J8 了解人 身自 中權 身 其
+± 12/22- 12/26	第全總 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章		1. 潛健風 2. 定並健嚴 3. 技事免錯認在康險了義思康重熟能故聽誤居機成 事發事成。批減生未生家,的 故生故的 判少原經略家,的 做生故的 判少原經略之對與 的,對與 考的避之	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 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,	Ba-IV-1 居家、學校的評估方法。 Ba-IV-2 居家、學校的發展, Ba-IV-2 居家、學校與相關法令。		【育安全義安見害安常發原安常事因【育防園各具安】11教。 12的。 13生生因 13生故素 15以及項的全 理育 判事 了活事。探活的。 15住避正全 解的 斷故 解容故 討發影 災 解家難確教 安意 常傷 日易的 日生響 教 校內器使教

				課程架構脈絡			
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	•	重點	評量方式	融入議題
10.1 /1/12	-1 202(10 30) 20 41	NI XX	7 4 4 7/1	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
							用方式。
十七	第6單元靈活自	2	1. 藉由各式跳躍、	1c-IV-1 了解各項運動	Bc-IV-1 簡易運動傷害	1. 課堂觀察	【性別平等
12/22-	如好身手		滾翻與側翻等動作	基礎原理和規則。	的處理與風險。	2. 口語問答	教育】
12/26	第 1 章登峰造極		技巧,表現個人局	1c-IV-2 評估運動風	Ia-IV-1 徒手體操動作	3. 技能實作	性 J4 認識身
	體操		部或全身性的身體	險,維護安全的運動情	組合。	4. 學習單	體自主權相
			控制能力,進而發	境。		5. 運動行為計	關議題,維
			展動作創作和展演	1d-IV-1 了解各項運動		畫實踐表	護自己與尊
			的技巧,展現個人	技能原理。			重他人的身
			的運動潛能。	2d-IV-2 展現運動欣賞			體自主權。
			2. 能具備審美與表	的技巧,體驗生活的美			性 J11 去除
			現的能力,培養賞	感。			性別刻板與
			析、建構與分享的	3c-IV-1 表現局部或全			性別偏見的
			態度與能力,進而	身性的身體控制能力,			情感表達與
			有效精進個人學習	發展專項運動技能。			溝通,具備
			與挑戰個人極限。	3c-Ⅳ-2 發展動作創作			與他人平等
				和展演的技巧,展現個			互動的能
				人運動潛能。			カ。
				3d-IV-3 應用思考與分			【人權教
				析能力,解決運動情境			育】
				的問題。			人 J8 了解人
							身自由權,
							並具有自我
							保護的知
							能。
十八	第2單元環境安	1	1. 因應不同環境安	1b-IV-1 分析健康技能	Ba-IV-4 社區環境安全	1. 口頭評量	【安全教
12/29-	全總動員		全狀況(交通、校	和生活技能對健康維護	的行動策略。	2. 紙筆評量	育】
1/02	第 2 章營造安全		園、社區),了解健	的重要性。	Fb-IV-3 保護性的健康		安 J2 判斷常
	好環境		康技能與生活技能	2b-IV-1 堅守健康的生	行為。		見的事故傷

				課程架構脈絡			
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標		重點	評量方式	融入議題
32 7 79112	1 200(11 000 111	71 24	1 4 - 1/1	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			對於健康維護的重	活規範、態度與價值	Ba-IV-1 居家、學校、		害。
			要性。	觀。	社區環境潛在危機的評		安 J3 了解日
			2. 將所學運用於日	3a-IV-2 因應不同的生	估方法。		常生活容易
			常生活,養成預防				發生事故的
			事故,常保有安全	正,持續表現健康技			原因。
			意識的正確態度。	能。			安 J4 探討日
				4a-IV-3 持續地執行促			常生活發生
				進健康及減少健康風險			事故的影響
				的行動。			因素。
							【防災教】
							育】
							防 J8 繪製社
							區防災地圖
							並參與社區
							防災演練。
十八	第6單元靈活自	2	1. 了解創意啦啦舞			1. 課堂觀察	【性別平等
12/29-	如好身手		的由來,知悉啦啦		蹈。	2. 口語問答	教育】
1/02	第2章呼朋唤友		隊表演大致分為競	. , . ,		3. 技能實作	性 J11 去除
	——創意啦啦舞		技啦啦隊、舞蹈啦				性別刻板與
			啦隊及創意啦啦				性別偏見的
			舞。	技能原理。			情感表達與
			2. 了解舞蹈啦啦隊				溝通,具備
			以身體的展現為				與他人平等
			主,並以芭蕾、現				互動的能
			代舞及爵士舞為基				力。
			礎,結合旋轉、跳				【人權教】
				2c-IV-3 表現自信樂			育】
			等元素,透過舞蹈	觀、勇於挑戰的學習態			人 J4 了解平

				課程架構脈絡			
机朗扣和	四二的江利力位	<b>太</b>	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			編排、隊形變化,慘惡,以為此,以為此,以為此,以為此,以為此,以為此,以為此,以為此,以為此,以為此	2d-IV-1 了解運動在美			等原生踐、則活。
十九 1/05- 1/09	第2單元環境安 全總動員 第2章營造安全 好環境	1	1. 將所學運用於 事養成有 等 ,常保有 意 。 2. 因應不同 時 境 , 養 成 的 正 確 態 事 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。	2b-IV-1 堅守健康的生	的行動策略。 Fb-IV-3 保護性的健康	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【育安見害安常發原安 安 J2 事 了居车也

				課程架構脈絡			
<b>业</b> 與 扣 和	思 二 悔 江 私 <i>句</i> 顿	<b>公业</b>	超羽口 抽	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數學習目標		學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
十九 1/05- 1/09	第6單元靈活動 2章呼順 第2章呼啦啦舞	2	1學會編創啦啦隊口 號。 2. 培養團隊合作的 精神。	學習 4a-IV-3 持減 4a-IV-3 及。    1c-IV-1 理		(表現任務) 1. 課堂觀察 2. 口話實作	常事因【育防區並防【教性性性情溝與互力【育人等實生故素 防】B 防參災性育 J 別別感通他動。人 J 4、内活的。   繪災與練別 11 刻偏表,人   了正对 發影 災 製地社。平 去板見達具平的 權 解義生響 教 社圖區 等 除與的與備等能 教 平的
				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			原則,並在生活中實踐。

				課程架構脈絡			
th 朗 th th	四二的江利力位	<b>然</b>	的可口馬	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
# 1/12- 1/16	第全第好【週】	1	1. 害技2. 境透能調 人名	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。	的行動策略。 Fb-IV-3 保護性的健康 行為。	1. 口頭評量	【育安見害安常發原安常事因【育防安】J2的。J3生生因J4生故素 医型事 了活事。探活的。災 繪教 解容故 討發影 災 製教 常傷 日易的 日生響 教 社

				課程架構脈絡			
加朗地加	m - h w to b etc	th bu	<b>约 13 14</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
							區防災地圖
							並參與社區
							防災演練。
廿	第6單元靈活自	2	1. 能了解扯鈴運鈴	1c-IV-1 了解各項運動	Ic-IV-1 民俗運動進階	1. 課堂觀察	【生涯規劃
1/12-	如好身手		技術之相關知識與		與綜合動作。	2. 口語問答	教育】
1/16	第 3 章鈴漓盡致		技能原理,並能反			3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	扯鈴		思和發展策略,以	險,維護安全的運動情		4. 運動行為計	己的能力與
	【第三次評量		改善動作技能。	境。		畫實踐表	興趣。
	週】		2. 能做到繞腳及繞	1d-IV-1 了解各項運動			涯 J4 了解自
			腳轉身之運動技	技能原理。			己的人格特
			能,學習並充分運	1d-IV-2 反思自己的運			質與價值
			用策略於活動中,	動技能。			觀。
			解決運動相關問題	2c-IV-1 展現運動禮			涯 J6 建立對
			及能發揮團隊合作	節,具備運動的道德思			於未來生涯
			學習之方法。	辨和實踐能力。			的願景。
			3. 能學習如何欣賞	2c-IV-2 表現利他合群			
			扯鈴動作,並提供	的態度,與他人理性溝			
			回饋給同一組的同	通與和諧互動。			
			學,進而增進彼此	2c-IV-3 表現自信樂			
			學習效能。	觀、勇於挑戰的學習態			
				度。			
				2d-IV-2 展現運動欣賞			
				的技巧,體驗生活的美			
				感。			
				3c-IV-1 表現局部或全			
				身性的身體控制能力,			
				發展專項運動技能。			
				3d-IV-1 運用運動技術			

				課程架構脈絡			
划留出加加	四二的 <i>江</i> 毛力位	<i>大</i> 大 山	组到口证	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				的學習策略。			
				3d-IV-3 應用思考與分			
				析能力,解決運動情境			
				的問題。			
				4c-IV-1 分析並善用運			
				動相關之科技、資訊、			
				媒體、產品與服務。			
				4c-IV-3 規劃提升體適			
				能與運動技能的運動計			
				畫。			
				4d-IV-1 發展適合個人			
	bb 4 100 - 11 3- b	-	4 - 1 - 1 - 1 - 1	之專項運動技能。	1 1 1 5 1 1	1	<b>7</b>
廿一	第1單元健康青	1	1.配合「健康是多	1a-IV-1 理解生理、心		. , ,	【人權教
1/19-	春向前行		層面的,個人可以		我評估與因應策略。	2. 紙筆評量	育】
1/23	第2單元環境安		採取有效的自我照	_	Ba-IV-1 居家、學校、		人 J5 了解社
	全總動員		顧方法來增進健康		社區環境潛在危機的評		會上有不同
	複習第 1、2 單		康」與「正確認識		估方法。 Do NI O 日 字 與 B L T		的群體和文
	元 【休業式】		自己、肯定與接納	衝擊與風險。 1b-Ⅳ-1 分析健康技能	Ba-IV-2 居家、學校及 社區安全的防護守則與		化,尊重並 於 賞 其 差
	【作耒八】		自己,並且能夠自 我實現,是健康心		相關法令。		八
			理的基礎」兩大內		Ba-IV-4 社區環境安全		【性別平等
			涵。「活出青春的		的行動策略。		教育】
			光彩」透過人物故		Da-IV-1 衛生保健習慣		性 J4 認識身
			事讓學生了解自我		的實踐方式與管理策		體自主權相
			概念的意義,探討	1b-IV-3 因應生活情境	略。		關議題,維
			影響自我概念的形		Da-IV-2 身體各系統、		護自己與尊
			成因素,進而引導		器官的構造與功能。		重他人的身
			學生分析自己和他	•	Da-IV-3 視力、口腔保		體自主權。

				課程架構脈絡			
机链扣和	四二的 <i>江</i> 毛力位	<b>从</b> 却	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			人的差異,藉由測	2a-IV-2 自主思考健康	健策略與相關疾病。		性 J11 去除
			驗工具了解自己的	問題所造成的威脅感與	Da-IV-4 健康姿勢、規		性別刻板與
			特點,願意發揮自	嚴重性。	律運動、充分睡眠的維		性別偏見的
			己的優點和面對缺	2b-IV-1 堅守健康的生	持與實踐策略。		情感表達與
			點,嘗試提升自我	活規範、態度與價值	Db-IV-1 生殖器官的構		溝通,具備
			價值的方法,學習	觀。	造、功能與保健及懷孕		與他人平等
			運用正向的想法、	2b-IV-2 樂於實踐健康	生理、優生保健。		互動的能
			語言、行動和生活	促進的生活型態。	Db-IV-2 青春期身心變		力。
			經驗,展現自我悅	3a-IV-1 精熟地操作健	化的調適與性衝動健康		【生涯規劃
			納和健康樂觀的生	康技能。	因應的策略。		教育】
			活態度。藉由生活	3a-IV-2 因應不同的生	Fa-IV-1 自我認同與自		涯 J3 覺察自
			案例,鼓勵學生設	活情境進行調適並修	我實現。		己的能力與
			定目標,付諸實際	正,持續表現健康技	Fa-IV-3 有利人際關係		興趣。
			行動,以完成自己	能。	的因素與有效的溝通技		涯 J4 了解自
			的目標。	3b-IV-1 熟悉各種自我	巧。		己的人格特
			2. 第二單元透過評	調適技能。	Fb-IV-3 保護性的健康		質與價值
			估環境中潛在危	3b-IV-3 熟悉大部份的	行為。		觀。
			險、認識防護守	決策與批判技能。			涯 J6 建立對
			則,進而擬定安全	4a-IV-1 運用適切的健			於未來生涯
			行動計畫。讓學生	康資訊、產品與服務,			的願景。
			具備安全知識、培	擬定健康行動策略。			【安全教
			養安全意識、展現	4a-IV-2 自我監督、增			育】
			安全技能與行動,	強個人促進健康的行			安 J1 理解安
			以降低事故傷害所	動,並反省修正。			全教育的意
			带來的健康威脅與	4a-IV-3 持續地執行促			義。
			危害,並能積極營	進健康及減少健康風險			安 J2 判斷常
			造安全的生活環	的行動。			見的事故傷
			境!				害。

				課程架構脈絡			
th 铒 thn 化	四二 加江利 力 位	<b>然 却</b>	段 羽 口 1冊	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
							安 J3 了解日
							常生活容易
							發生事故的
							原因。
							安 J4 探討日
							常生活發生
							事故的影響
							因素。
							【防災教】
							育】
							防 J8 繪製社
							區防災地圖
							並參與社區 防災演練。
							防 <b>J9</b> 了解校
							園 及 住 家 內
							各項避難器
							具的正確使
							用方式。
廿一	第3單元健康自	2	1. 認識運動前健康	1c-IV-1 了解各項運動	Ab-IV-1 體適能促進策	1. 口語問答	【性別平等
1/19-	主有活力		評估與體適能檢	基礎原理和規則。	略與活動方法。	2. 認知測驗卷	教育】
1/23	第4單元活力青		測。	1c-IV-2 評估運動風	Ab-Ⅳ-2 體適能運動處	3. 學習單	性 J4 認識身
	春大放送		2. 了解運動處方設	險,維護安全的運動情	方基礎設計原則。	4. 課堂觀察	體自主權相
	第5單元熱門運		計原則。	境。	Bc-IV-1 簡易運動傷害	5. 運動行為計	關議題,維
	動大會串		3. 建立使用運動設	1c-IV-3 了解身體發展	的處理與風險。	畫實踐表	護自己與尊
	第6單元靈活自		施安全意識。	與動作發展的關係。	Cb-IV-2 各項運動設施	6. 技能實作	重他人的身
	如好身手		4. 學會自行車、跑	1d-IV-1 了解各項運動	的安全使用規定。	7. 合作學習	體自主權。
	複習第 3~6 單		步、水中自救及救	技能原理。	Cc-IV-1 水域休閒運動	8. 分組討論	性 J11 去除

				課程架構脈絡			
机钳机和	四二 <b>均</b> 江毛 为 位	<b>太 山</b>	<b>超到口</b> 馬	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
	元		人原則。	1d-IV-2 反思自己的運	綜合應用。		性別刻板與
	【休業式】		5. 培養自我挑戰、	動技能。	Cd-IV-1 戶外休閒運動		性別偏見的
			自我精進的態度。	1d-IV-3 應用運動比賽	綜合應用。		情感表達與
			6. 培養自我挑戰、	的各項策略。	Ga-IV-1 跑、跳與推擲		溝通,具備
			自我精進的態度。	2c-IV-1 展現運動禮	的基本技巧。		與他人平等
			7. 認識籃球的單、	節,具備運動的道德思	Gb-IV-1 岸邊救生步		互動的能
			雙手投籃技巧。	辨和實踐能力。	驟、安全活動水域的辨		力。
			8. 了解排球的接球	2c-IV-1 展現運動禮			【人權教
			技巧。	節,具備運動的道德思			育】
			9. 熟悉羽球發球、		Gb-IV-2 游泳前進 25 公		人 J3 探索各
			接發球及正手高遠				種利益可能
			球的技巧。	的態度,與他人理性溝	·		發生的衝
			10. 認識體操的跳		Ha-IV-1 網/牆性球類運		突,並了解
			躍、翻滾等技巧。	2c-IV-3 表現自信樂			如何運用民
			11. 了解創意啦啦舞		術。		主審議方式
			的基本動作與組		Hb-IV-1 陣地攻守性球		及正當的程
			合。	2d-IV-1 了解運動在美			序,以形成
			12. 學習扯鈴的繞腳				公共規則,
			及繞腳轉身技巧。	式。	Ia-IV-1 徒手體操動作		落實平等自
				2d-IV-2 展現運動欣賞			由之保障。
				的技巧,體驗生活的美	Ib-IV-1 自由創作舞		人 J4 了解平
				感。	蹈。		等、正義的
				2d-IV-3 鑑賞本土與世			原則,並在
				界運動的文化價值。	與綜合動作。		生活中實
				3c-IV-1 表現局部或全			踐。
				身性的身體控制能力,			人 J8 了解人
				發展專項運動技能。			身自由權,
				3c-IV-2 發展動作創作			並具有自我

				課程架構脈絡			
拟斑织如	四二的江利力位	太 事1	<b>超到口压</b>	學習重點	<u></u> ኔ	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				和展演的技巧,展現個			保護的知
				人運動潛能。			能。
				3d-IV-1 運用運動技術			【環境教
				的學習策略。			育】
				3d-IV-2 運用運動比賽			環 J4 了解永
				中的各種策略。			續發展的意
				3d-IV-3 應用思考與分			義(環境、
				析能力,解決運動情境			社會、與經
				的問題。			濟的均衡發
				4c-IV-1 分析並善用運			展)與原
				動相關之科技、資訊、			則。
				媒體、產品與服務。			環 J12 認識
				4c-IV-2 分析並評估個			不同類型災
				人的體適能與運動技			害可能伴隨
				能,修正個人的運動計			的危險,學
				畫。			習適當預防
				4c-IV-3 規劃提升體適			與 避 難 行
				能與運動技能的運動計			為。
				畫。			【海洋教
				4d-IV-1 發展適合個人			育】
				之專項運動技能。			海 J1 參與多
				4d-IV-2 執行個人運動			元海洋休閒
				計畫,實際參與身體活			與水域活
				動。			動,熟練各
				4d-IV-3 執行提升體適			種水域求生
				能的身體活動。			技能。
							【生涯規劃
·							教育】

				課程架構脈絡			
北岛出口	<b>留二的江私夕</b> 较	節數	超羽口播	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	即数	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
							涯 J3 覺察自
							己的能力剪
							興趣。
							涯 J4 了解自
							己的人格特
							質與價值
							觀。
							涯 J6 建立對
							於未來生源
							的願景。
							【安全者
							育】
							安 J3 了解日
							常生活容易
							發生事故的
							原因。
							安 J6 了解選
							動設施安全
							的維護。

- ◎教學期程請敘明週次起訖,如行列太多或不足,請自行增刪。
- ◎「表現任務-評量方式」請具體說明。
- ◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

# 臺南市立柳營國民中學 114 學年度第二學期七年級健體領域學習課程(調整)計畫

(■普通班/□體育班)

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。
課程目標	第二冊健康 1. 能理解各的 1. 能理解各的 1. 認解從事實身,不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不	一般民意所的國際人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人人	權利與義務。 走。 體心理、生理及社 是進行批判性思考並 已與未來趨勢。 引表達個對衝突。 則包好互動,以及學	會各健康層面造 做出有利健康的 酒、檳榔的立場	决定。
	第二部體育 1. 認識 2. 2. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 4. 9. 2. 2. 3. 4. 9. 4. 2. 2. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3. 4. 3.	營養補給知識。 精神建立並技術。 念及自接盤技術。 作,探索與創作身體 技巧並認識接發亞 技及手推擋及正司	次賞能力,學習旋踢; 豊律動。	技能。	
該學習階段	健體-J-A1 具備體育	與健康的知能與怠	悲度,展現自我運動	與保健潛能,探	<b>E</b> 索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不

#### 領域核心素養

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。

	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	融入議題					
<b>教学期程</b>	半儿兴心助石栱	即数	字 白 日 徐	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵					
_	第1單元醫療消	1	1. 了解傳染病與社	1a-IV-2 分析個人與群	Fb-Ⅳ-3 保護性的健康	1. 認知評量	【環境教					
2/09-	費面面觀		會發展的重要性。	體健康的影響因素。	行為。		育】					
2/13	第 1 章傳染病的		2. 認識傳染病發生	2a-IV-1 關注健康議題	Fb-Ⅳ-4 新興傳染病與		環 J4 了解永					
2/11-13	世界		的三大要素。	本土、國際現況與趨	慢性病的防治策略。		續發展的意					
調整至			3. 知道臺灣目前常	勢。			義(環境、					
1/21-23			見的傳染病種類與	3a-IV-2 因應不同的生			社會、與經					
上課			預防方法。	活情境進行調適並修			濟的均衡發					
				正,持續表現健康技			展)與原					
				能。			則。					
				4a-IV-2 自我監督、增								
				強個人促進健康的行								
				動,並反省修正。								
_	第4單元自主鍛	2	1. 了解心肺耐力對	1c-IV-2 評估運動風	Ab-IV-1 體適能促進策	1. 課堂觀察	【生涯規劃					
2/09-	鍊展活力		健康的重要性。	險,維護安全的運動情	略與活動方法。	2. 口語問答	教育】					
2/13	第 1 章健康地基		2. 了解評估心肺耐	境。	Ab-Ⅳ-2 體適能運動處		涯 J3 覺察自					
	-心肺耐力		力的方法。	2c-IV-2 表現利他合群	方基礎設計原則。		己的能力與					

				課程架構脈絡			
机朗扣和	四二的江利力位	<b>然 </b>	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			3. 學度會加何 會度會如何 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個 一個	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			興趣。 涯 J6 建立對 於 未 來 生 涯 的願景。
= 2/16- 2/20	春節假日	0					
= 2/23- 2/27	第1單元醫療消費面面觀第1章傳染病的世界	1	1. 會 2. 的 3. 見預 (	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	行為。 Fb-IV-4 新興傳染病與	1. 情意評量 2. 技能評量	【育環續義社濟展則環 () () () () () () () () () () () () ()

				課程架構脈絡			
机倒扣如	四二小江土,为杨	太山	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				動,並反省修正。			
11	第4單元自主鍛	2	1. 了解個人體型與	1c-IV-1 了解各項運動	Bd-IV-2 技擊綜合動作	1. 課堂觀察	【生涯規劃
2/23-	鍊展活力		身體活動量的分	基礎原理和規則。	與攻防技巧。	2. 口語問答	教育】
2/27	第2章動吃關係		級,進而估算符合	1c-IV-2 評估運動風		3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	大解密-運動營		自己的每天熱量需	險,維護安全的運動情		4. 認知測驗卷	己的能力與
	養		求。	境。		5. 運動行為計	興趣。
	第 3 章武德技藝		2. 認識各類營養素	1d-IV-1 了解各項運動		畫實踐表	涯 J6 建立對
	-跆拳道		與其代表性食物,	技能原理。		6. 學習單	於未來生涯
			了解各類營養素對	1d-IV-2 反思自己的運			的願景。
			運動的重要性,並	動技能。			
			能均衡飲食。	2c-IV-1 展現運動禮			
			3. 了解水分對人體	節,具備運動的道德思			
			的重要性,並能評	辨和實踐能力。			
			估脫水可能引起的	2c-IV-2 表現利他合群			
			生理現象,以及具	的態度,與他人理性溝			
			備從事運動前水分	通與和諧互動。			
			補充的正確觀念。	2c-IV-3 表現自信樂			
			4. 能掌握運動前、	觀、勇於挑戰的學習態			
			中及後的營養與水	度。			
			分增補策略,並於	2d-IV-1 了解運動在美			
			運動競賽前,能自	學上的特質與表現方			
			行規畫一份簡易的	式。			
			運動營養增補表	3c-Ⅳ-1 表現局部或全			
			單,增進運動表現	身性的身體控制能力,			
			及賽後修復。	發展專項運動技能。			
				3d-IV-1 運用運動技術			
			1. 能理解跆拳道技	的學習策略。			
			術之相關知識與技	4c-IV-1 分析並善用運			

	課程架構脈絡										
弘 鍜 Hn 和	四二 <b>均江利力</b> 顿	<b>然 和</b>	段羽口攝	學習	重點	評量方式	融入議題				
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵				
四 3/02- 3/06	第	1	能自項思發的2.與左並之協1.保識醫診度療原我運個展有能旋右用肌調了的醫師、,資理身動人精效做踢邊以力性解概療、醫以源,體之動進學到技交提、之臺念分轉藥有。能力險技作戰步,,全軟適全透、診業運結, 術技略正並手身度。民過家、等用語與,術技。正並手身度。民過家、等用	媒體、Ad-IV-2 實際 4d-IV-2 實際 4d-IV-4 實際 4d-IV-5 實際 4d-IV-6 與服務人身 理略 (建) 是 2a-IV-2 是 10 是 2a-IV-3 是 10 是 2a-IV-3 是 10 是 1	用藥品的行動策略。 Bb-IV-2 家庭、同儕、 文化、媒體、廣告等傳 達的藥品選購資訊。 Fb-IV-3 保護性的健康 行為。 Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。		【育生活迷活康食閒我題值求道·生】J5中思作促運娛關上思解命 覺的,息進動樂係進辨 察各在、、、、等行,決教 生種生健飲休人課價尋之				
四 3/02-	第4單元自主鍛鍊展活力	2	1. 能做到馬步正拳 與旋踢技術,並能		Bd-IV-2 技擊綜合動作 與攻防技巧。	1. 課堂觀察 2. 口語問答	【生涯規劃 教育】				

				課程架構脈絡			
机锅料加加	四二点十五月份	太山	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
3/06	第 3 章武德技藝		左右邊交換,手腳	1c-IV-2 評估運動風		3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	-跆拳道		並用以提升全身性	險,維護安全的運動情		4. 互評表	己的能力與
			之肌力、柔軟度與	境。		5. 學習單	興趣。
			協調性之體適能。	1d-IV-1 了解各項運動			涯 J6 建立對
			2. 能展現「以禮	技能原理。			於未來生涯
			始、以禮終」、守	1d-IV-2 反思自己的運			的願景。
			紀律之武徳精神。	動技能。			
			3. 能展現包容異己	2c-IV-1 展現運動禮			
			並相互尊重之態	節,具備運動的道德思			
			度,運用民主方式	辨和實踐能力。			
			進行和諧溝通,並	2c-IV-2 表現利他合群			
			能相互協助指導,	的態度,與他人理性溝			
			發揮團隊合作學習	通與和諧互動。			
			精神。	2c-IV-3 表現自信樂			
			4. 能欣賞並實踐運	觀、勇於挑戰的學習態			
			動中力與美的展	度。			
			現,培養自信樂	2d-IV-1 了解運動在美			
			觀、勇於挑戰的學	學上的特質與表現方			
			習態度。	式。			
				3c-IV-1 表現局部或全			
				身性的身體控制能力,			
				發展專項運動技能。			
				3d-IV-1 運用運動技術			
				的學習策略。			
				4c-IV-1 分析並善用運			
				動相關之科技、資訊、			
				媒體、產品與服務。			
				4d-IV-2 執行個人運動			

				課程架構脈絡			
业组出口	思 二 <b>的 江 私 夕</b> 较	<b>公业</b>	超羽口抽	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				計畫,實際參與身體活 動。			
五 3/09- 3/13	第1單元醫療消費面配觀第2章醫藥保衛	1	1.保識醫診度療 2.與適行的珍度了的醫師、,資養用當為醫惜。擊念分轉藥有。正習醫節支療養,級轉分效。確慣療省出資金透、診業運的並及不,源民過家、等用。就選用必培的健認庭急制醫。醫擇藥要養態	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 持續地執行促進康及減少健康及減少健康的行動。	Bb-IV-2 家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1. 技能評量	【育生活迷活康食閒我題值求道生】J5中思作促運娛關上思解命 覺的,息進動樂係進辨 察各在、、、、等行,決教 生種生健飲休人課價尋之
五 3/09- 3/13	第5單元挑戰體 能秀青春 第1章飛雲掣電 一飛盤	2	1. 與知並略能 2. 手下盤運中能接識能,。能傳手法用,解發數反以做盤式,策解機關理展作、式之充活相,解納能和善正上夾學於數盤相原發動手手接習於動態,策技 反、接分動關	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。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-1 展現運動的道德明理數的	Ce-IV-1 其他休閒運動 綜合應用。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知測驗卷	【育品作際品體譽 超

				課程架構脈絡			
払 鍵 Hn 和	四二向江利 夕仰	<b>然</b> 曲	銀羽口1冊	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			問題及發揮團隊合作學習之方法。	的態度,與他人理性溝 通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全 身性的身體控制能力, 發展專項運動技能。 4c-IV-2 分析並評估個 人的體適能與運動技 能,修正個人的運動計	1 H 1 1 P		
六 3/16- 3/20	第1單元醫療消費面面觀第2章醫藥保衛戰	1	1.於品藥 2. 思藥減方 3. 與適行的珍度認人的五學考與少式養用當為醫惜。識體分大習技醫常及成藥的,療醫錯的類核運能療見醫正習醫節支療誤影及心用,迷不療確慣療省出資用響正能批質思當行的並及不,源無經正批質思當行的並及不,源數藥用。性用以藥。醫擇藥要養態對藥用。性用以藥。醫擇藥要養態	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險	Bb-IV-2 家庭、同儕、 文化、媒體、廣告等傳 達的藥品選購資訊。 Fb-IV-3 保護性的健康 行為。 Fb-IV-5 全民健保與醫	1. 技能評量	【育生活迷活康食閒我題值求道生】J5中思作促運娛關上思解。 覺的,息進動樂係進辨 教 生種生健飲休人課價尋之
六	第5單元挑戰體	2	1. 能做到正手、反	1c-IV-1 了解各項運動	Ce-IV-1 其他休閒運動	1. 課堂觀察	【品德教
3/16- 3/20	能秀青春 第 1 章飛雲掣電		手傳盤及上手式、 下手式與夾接之接	基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動	綜合應用。	2. 技能實作	育】 品 J1 溝通合

				課程架構脈絡			
<b>北</b> 與 田 印	<b>留二囱江私夕</b> 较	<b>绘业</b>	超羽口抽	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
	一飛盤		盤法,並學習充分	技能原理。			作與和諧人
			運用策略於活動	1d-IV-2 反思自己的運			際關係。
			中,解決運動相關	動技能。			品 J2 重視群
			問題及發揮團隊合				體規範與榮
			作學習之方法。	的各項策略。			譽。
			2. 能養成固定運動	2c-IV-1 展現運動禮			
			的習慣,有計畫的				
			提升體適能與運動				
			技能。	2c-IV-2 表現利他合群			
				的態度,與他人理性溝			
				通與和諧互動。			
				3c-IV-1 表現局部或全			
				身性的身體控制能力,			
				發展專項運動技能。			
				4c-IV-2 分析並評估個			
				人的體適能與運動技			
				能,修正個人的運動計			
	th 1 叩 - sn + sh	1	1 10 11 11 10 10 15 16	畫。	Di Ti i — "b alt III da ib	1 1 + +	<b>7</b> 3 A W
七 2/00	第1單元醫療消	1	1. 認識錯誤用藥對	1a-IV-4 理解促進健康	Bb-IV-1 正確購買與使		【生命教
3/23-	費面面觀		於人體的影響、藥	生活的策略、資源與規	用藥品的行動策略。	2. 認知評量	育】
3/27	第2章醫藥保衛		品的分類及正確用	範。	Bb-IV-2 家庭、同儕、		生 J5 覺察生
	<b>製</b>		藥五大核心能力。	2a-IV-2 自主思考健康	文化、媒體、廣告等傳		活中的各種
	【第一次評量		2. 學習運用批判性		達的藥品選購資訊。		迷思,在生
	週】		思考技能,質疑用	嚴重性。	Fb-IV-3 保護性的健康		活作息、健
			藥與醫療迷思,以		行為。		康促進、飲
			減少常見不當用藥		Fb-IV-5 全民健保與醫 感制度、緊痪服效與答		食運動、休
			方式及醫療行為。	4a-IV-3 持續地執行促 進健康及並小健康国際			閒娛樂、人
			3. 養成正確的就醫	進健康及減少健康風險	源。		我關係等課

				課程架構脈絡			
机朗扣加	四二的江利力位	<b>太</b> 山	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
+ 3/23- 3/27	第6年第一一个 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	2	與適行的珍度 1.動泳式(2.划作3.打4.→往水門當為醫惜。認會姿、決學手與打水划往後→習醫節支療 與泳蝶式。捷手氣練漂練抱水上質療省出資 林比蝶與 泳腳酯習浮習水→劈並及不,源 匹賽式自 打配作:打:→手臂選用必培的 克四、由 水合。浮水抓往臂。	的行動。  1c-IV-1 了解各項運動各項運動各項理和規則各項理和規則各項理的的方式。 1d-IV-2 反思自己的表現的是一IV-2 表現他人理性的。 2c-IV-2 表現他人理性對近極的。 2c-IV-3 表現的學習能	尺(需換氣 5 次以	2. 口語問答	題值求道  【教涯已興上思解。  生育 J3 的趣作,决
ス 3/30- 4/03	第1單元醫療消 費面面觀 第2章醫藥保衛 戰	1	1. 認識錯誤用藥對 於人體的影響、藥 品的分類及正確用 藥五大核心能力。	動。 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	用藥品的行動策略。 Bb-IV-2 家庭、同儕、	1. 情意評量2. 認知評量	【 生 命 教 育】 生 J5 覺察生 活中的各種

				課程架構脈絡			
划额地加加	四二小叶子,为杨	太山	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			2. 學習運用批判性	問題所造成的威脅感與	達的藥品選購資訊。		迷思,在生
			思考技能,質疑用	嚴重性。	Fb-IV-3 保護性的健康		活作息、健
			藥與醫療迷思,以	3b-IV-3 熟悉大部份的	行為。		康促進、飲
			减少常見不當用藥	決策與批判技能。	Fb-IV-5 全民健保與醫		食運動、休
			方式及醫療行為。	4a-IV-3 持續地執行促	療制度、醫療服務與資		閒娛樂、人
			3. 養成正確的就醫	進健康及減少健康風險	源。		我關係等課
			與用藥習慣並選擇	的行動。			題上進行價
			適當的醫療及用藥				值思辨,尋
			行為,節省不必要				求解決之
			的醫療支出,培養				道。
			珍惜醫療資源的態				
			度。				
八	第5單元挑戰體	2	1. 打水練習:浮板	1c-IV-1 了解各項運動	Cb-IV-3 奥林匹克運動	1. 課堂觀察	【生涯規劃
3/30-	能秀青春		打水、漂浮打水。	基礎原理和規則。	<b>會的精神。</b>	2. 口語問答	教育】
4/03	第 2 章力爭上游		2. 划手練習: 抓水	1d-IV-1 了解各項運動	Gb-IV-2 游泳前進 25 公	3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	一游泳		→往內抱水→往外	技能原理。	尺(需換氣 5 次以	4. 運動行為計	己的能力與
			往後推水→手臂出	1d-IV-2 反思自己的運	上)。	畫實踐表	興趣。
			水→水上移臂。	動技能。			
			3. 手腳配合練習:	2c-IV-2 表現利他合群			
			入門者從划二次手	的態度,與他人理性溝			
			踢六次腳之六打法	通與和諧互動。			
			學起。	2c-IV-3 表現自信樂			
			4. 換氣動作練習:	觀、勇於挑戰的學習態			
			岸上划手換氣、下	度。			
			水後池邊換氣練	4c-IV-1 分析並善用運			
			羽。	動相關之科技、資訊、			
			5. 認識單臂划手換	媒體、產品與服務。			
			氣及一手六腳 等捷	4d-Ⅳ-2 執行個人運動			

				課程架構脈絡			
机钳扣和	四二的江东 为位	<b>次 </b>	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			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	計畫,實際參與身體活動。			
九 4/06- 4/10	第2單元拒絕成癮有妙招第1章菸害現形記	1	受化 1. 電程理健擊 2. 品息批有的人會的 述的進做 2. 品息批准 4 人。 含過心各衝 差 3. 品,此有利健康的人。 查 4. 一次	在的行為對健康造成的 衝擊與風險。 2a-IV-1 關注健康議題 本土、國際現況與趨 勢。 3b-IV-3 熟悉大部份的 決策與批判技能。 3b-IV-4 因應不同的生	榔、藥物的成分與成癮性,以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 Bb-IV-4 面對成癮物質	1. 技能評量	【法 治 教育】 法 J3 認識法 律之意義 制定。
九 4/06- 4/10	第5單元挑戰體 能秀青春 第3章身體塗鴉 一創造性舞蹈	2	1. 了解舞蹈藝術的 起源與舞蹈的類 2. 認識創造性舞 3. 享受體驗舞蹈元素的樂趣,學會 素的樂趣元素創作。 4. 增進基本身體適	1c-IV-1 了解各項運動 基礎原理和規則。 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	Ib-IV-1 自由創作舞蹈。 Ib-IV-2 各種社交舞蹈。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作	【生涯規劃 教育】 涯 J3 覺察自 己的能力 興趣。

				課程架構脈絡			
拟解机如	四二 <b>均江利力</b> 顿	<b>然</b> 和	銀羽口1冊	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			能,與身體動覺的	身性的身體控制能力,			
			敏銳度,探索自我	發展專項運動技能。			
			潛能的發揮與實	3c-Ⅳ-2 發展動作創作			
			現。	和展演的技巧,展現個			
				人運動潛能。			
				4c-IV-1 分析並善用運			
				動相關之科技、資訊、			
				媒體、產品與服務。			
				4d-IV-1 發展適合個人			
				之專項運動技能。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
				動。			
十	第2單元拒絕成	1	1. 利用菸害(含電子			1. 技能評量	【法治教
4/13-	<b>癮有妙招</b>		煙)的情境演練生活				育】
4/17	第 1 章菸害現形		技能,並能主動公		性,以及對個人身心健		法 J3 認識法
	記		開表達個人拒絕吸				律之意義與
			菸(含電子煙)態度				制定。
			與反對二手菸的立		Bb-Ⅳ-4 面對成癮物質		
			場。	3b-IV-3 熟悉大部份的			
			2. 關注臺灣對菸品		制。		
			(含電子煙)的法律	= ' ' '			
			規範內容與現況,				
			以及國際菸害公約				
			規範對於臺灣的影	1			
			響。	明個人對促進健康的觀			
	10	_		點與立場。			
十	第5單元挑戰體	2	1. 享受體驗舞蹈元	1c-IV-1 了解各項運動	Ib-IV-1   自 由 創 作 舞	1. 課堂觀察	【生涯規劃

				課程架構脈絡			
机钳机切	四二的江利力位	<b>从</b> 山	<b>约 羽 口 1</b> 两	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
4/13-	能秀青春		素的樂趣,學會運	基礎原理和規則。	蹈。	2. 口語問答	教育】
4/17	第 3 章身體塗鴉		用舞蹈元素創作。	2c-IV-3 表現自信樂	Ib-IV-2 各種社交舞	3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	-創造性舞蹈		2. 增進基本身體適	觀、勇於挑戰的學習態	蹈。		己的能力與
			能,與身體動覺的	度。			興趣。
			敏銳度,探索自我	2d-IV-1 了解運動在美			
			潛能的發揮與實	學上的特質與表現方			
			現。	式。			
			3. 培養舞蹈欣賞能				
			力,豐富肢體動作				
			的美感經驗。	發展專項運動技能。			
				3c-IV-2 發展動作創作			
			精神,積極正向的				
			學習態度。	人運動潛能。			
				4c-IV-1 分析並善用運			
				動相關之科技、資訊、			
				媒體、產品與服務。			
				4d-IV-1 發展適合個人			
				之專項運動技能。			
				4d-IV-2 執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			
,	# 0 m - 1 - m 1		1 /1 14 / 1	動。	D1 777 0 14 1- 1-	1 11 11 11 11 11	<b>7</b> 31 31 12
+-	第2單元拒絕成	1	1. 利用菸害(含電子	1a-IV-3 評估內在與外			【法治教
4/20-	瘾有妙招		煙)的情境演練生活			2. 情意評量	育】
4/24	第 1 章菸害現形		技能, 並能主動公		性,以及對個人身心健		法 J3 認識法
	記		開表達個人拒絕吸				律之意義與
			菸(含電子煙)態度	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	響。		制定。
			與反對二手菸的立	勢。	Bb-IV-4 面對成癮物質		
			場。	3D-1V-3 熟悉大部份的	的拒絕技巧與自我控		

				課程架構脈絡			
机钳地加	四二小叶子,为杨	太山	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			2. 關注臺灣對菸品	決策與批判技能。	制。		
			(含電子煙)的法律	3b-Ⅳ-4 因應不同的生			
			規範內容與現況,	活情境,善用各種生活			
			以及國際菸害公約	技能,解決健康問題。			
			規範對於臺灣的影	4b-IV-1 主動並公開表			
			響。	明個人對促進健康的觀			
				點與立場。			
+-	第6單元球藝大	2	1. 能了解籃球投籃	1c-IV-1 了解各項運動	Hb-Ⅳ-1 陣地攻守性球	1. 課堂觀察	【生涯規劃
4/20-	會串		技術之相關知識與	基礎原理和規則。	類運動動作組合及團隊	2. 口語問答	教育】
4/24	第1章應聲入網		技能原理,並能反	1c-IV-3 了解身體發展	戰術。	3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	一籃球		思和發展策略,以	與動作發展的關係。			己的能力與
			改善動作技能。	1d-IV-1 了解各項運動			興趣。
			2. 能做到左、右手	技能原理。			
			上籃,並依據自己	1d-IV-2 反思自己的運			
			的能力,找出適合	動技能。			
			自己的投籃方式。	1d-IV-3 應用運動比賽			
			3. 能主動提出問	的各項策略。			
			題,尋求協助以提	2c-IV-2 表現利他合群			
			高成功的機會。	的態度,與他人理性溝			
			4. 能養成固定運動	通與和諧互動。			
			的習慣,有計畫的	2c-IV-3 表現自信樂			
			提升體適能與運動	觀、勇於挑戰的學習態			
			技能。	度。			
				2d-IV-2 展現運動欣賞			
				的技巧,體驗生活的美			
				感。			
				3c-Ⅳ-1 表現局部或全			
				身性的身體控制能力,			

				課程架構脈絡			
机朗扣如	四二的江南 力位	<b>次 山</b>	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教学期程	<b>单</b> 兀妈活動名稱	即數	学 省 日 標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
十二 4/27-5/01	單元與活動名稱 2 單元拒絕 成	節數	學習習解	發 3d-IV-1 專 1 專 3d-IV-2 實	Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成態性,以及對個人身心影性,以及對個人身的影響。 Bb-IV-4 面對成癮物質	(表現任務)	

				課程架構脈絡			
机朗扣如	四二的江利力位	<b>太 山</b>	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			榔的態度與立場。				
+=	第6單元球藝大	2	1. 能了解籃球投籃	1c-IV-1 了解各項運動	Hb-Ⅳ-1 陣地攻守性球	1. 技能實作	【生涯規劃
4/27-	會串		技術之相關知識與	基礎原理和規則。	類運動動作組合及團隊	2. 合作學習	教育】
5/01	第 1 章應聲入網		技能原理,並能反	1c-IV-3 了解身體發展	戰術。	3. 運動行為計	涯 J3 覺察自
	一籃球		思和發展策略,以	與動作發展的關係。		畫實踐表	己的能力與
			改善動作技能。	ld-IV-1 了解各項運動		4. 學習單	興趣。
			2. 能做到左、右手				
			上籃,並依據自己				
			的能力,找出適合				
			自己的投籃方式。	1d-Ⅳ-3 應用運動比賽			
			3. 能主動提出問				
			題,尋求協助以提	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,			
			高成功的機會。	的態度,與他人理性溝			
			4. 能養成固定運動				
			的習慣,有計畫的				
			提升體適能與運動	觀、勇於挑戰的學習態			
			技能。	度。			
				2d-IV-2 展現運動欣賞			
				的技巧,體驗生活的美			
				感。 □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □			
				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			
				ou-1v-5 應用 芯考 與分			
				初 能 力 , 解 决 建 勤 俏 境 。 的 問 題 。			
				时间起。			

				課程架構脈絡			
机朗扣加	四二的江利力份	<b>次</b> 副	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	節數 學習目標 -	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
				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。			
十三	第2單元拒絕成	1	1. 面對各項邀約飲	1a-IV-3 評估內在與外	Bb-IV-3 菸、酒、檳	1. 情意評量	【法治教
5/04-	癮有妙招		酒與嚼食檳榔訊息	在的行為對健康造成的	榔、藥物的成分與成癮	2. 技能評量	育】
5/08	第2章克癮制勝		時,能堅持拒絕態	衝擊與風險。	性,以及對個人身心健		法 J3 認識法
			度,並做出有利健	2a-IV-1 關注健康議題	康與家庭、社會的影		律之意義與
			康的決定。	本土、國際現況與趨	響。		制定。
			2. 利用情境演練生	勢。	Bb-IV-4 面對成癮物質		
			活技能,能公開表	3b-IV-2 熟悉各種人際	的拒絕技巧與自我控		
			達個人拒絕飲酒、	溝通互動技能。	制。		
			酒後駕車與嚼食檳	3b-IV-4 因應不同的生			
			榔的態度與立場。	活情境,善用各種生活			
				技能,解決健康問題。			
				4b-IV-1 主動並公開表			
				明個人對促進健康的觀			
				點與立場。			
十三	第6單元球藝大	2	1. 了解排球的各式		Ha-IV-1 網/牆性球類運		【人權教
5/04-	會串		基本攻擊技術。	基礎原理和規則。	動動作組合及團隊戰	*	育】
5/08	第2章百發百中		2. 學會如何將排球		術。	3. 技能實作	人 J5 了解社
	一排球		戰術運用在比賽				會上有不同
			上。	2c-IV-2 表現利他合群			的群體和文
			3. 增加運動欣賞的				化,尊重並
			能力。	通與和諧互動。			欣賞其差

				課程架構脈絡			
机朗扣和	四二的江利力份	<b>次</b> 副	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教学期程 	<b>里</b> 兀與沽動名稱	即數	学習日標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
教學期程     十四     5/11-     5/15	單元與活動名稱 2 單元 招 2 第 2 第 2 第 2 第 3 第 3 第 3 第 4 第 4 第 4 第 4 第 4 第 4 第 4	節數 1	學 對嚼能並決用能人駕應注與外與習 對嚼能並決用能人駕應注與外與 各食堅做定情,拒車度飲嚼法與外與項檳持出。境能絕與與酒食律決明。 境能絕與與酒食律況 總網拒有 演公飲嚼出、檳規。 飲息態健 生表、檳 後在的	學習表現 2c-IV-3 現 自學 表 現 自學 表 現 自學 表 現 自學 表 現 自學 感 是 可 表 現 自學 感 是 可 表 現 自學 感 是 可 表 現 是 要 表 現 自學 要 表 現 是 要 表 現 自學 要 表 現 是 要 表 現 是 要 要 表 更 是 要 要 的 看 是 要 要 的 是 要 要 的 是 是 要 要 的 是 是 要 要 的 是 是 是 要 要 的 是 是 是 是	學習內容  Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性,以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 Bb-IV-4 面對成癮物質	(表現任務)	
			4. 了解酒與檳榔所 造成的社會、並 與健康問題,並 與 數親友遠離酒 類 數 等 成 瘾 物 質				

				課程架構脈絡			
划留出加加	四二的江利力位	<b>从 却</b>	<b>约 羽 口 1</b> 两	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
十四	第6單元球藝大	2	1. 了解排球的各式	1c-IV-1 了解各項運動	Ha-IV-1 網/牆性球類運	1. 課堂觀察	【人權教
5/11-	會串		基本攻擊技術。	基礎原理和規則。	動動作組合及團隊戰	2. 口語問答	育】
5/15	第2章百發百中		2. 學會如何將排球	1d-IV-2 反思自己的運	術。	3. 技能實作	人 J5 了解社
	一排球		戰術運用在比賽	動技能。			會上有不同
	【第二次評量		上。	2c-IV-2 表現利他合群			的群體和文
	週】		3. 增加運動欣賞的	的態度,與他人理性溝			化,尊重並
			能力。	通與和諧互動。			欣賞其差
				2c-IV-3 表現自信樂			異。
				觀、勇於挑戰的學習態			
				度。			
				3c-Ⅳ-1 表現局部或全			
				身性的身體控制能力,			
				發展專項運動技能。			
				3d-IV-2 運用運動比賽			
				中的各種策略。			
十五	第2單元拒絕成	1	1. 了解飲酒與嚼食	1a-IV-3 評估內在與外	Bb-IV-3 菸、酒、檳	1. 認知評量	【法治教
5/18-	癮有妙招		檳榔成癮的過程,	在的行為對健康造成的	榔、藥物的成分與成癮	2. 技能評量	育】
5/22	第2章克癮制勝		以及對個人心理、	衝擊與風險。	性,以及對個人身心健		法 J3 認識法
			生理和社會健康層	2a-IV-1 關注健康議題	康與家庭、社會的影		律之意義與
			面造成的衝擊與風	本土、國際現況與趨	響。		制定。
			險。	勢。	Bb-Ⅳ-4 面對成癮物質		
			2. 面對各項邀約飲	3b-IV-2 熟悉各種人際	的拒絕技巧與自我控		
			酒與嚼食檳榔訊息	溝通互動技能。	制。		
			時,能堅持拒絕態	3b-IV-4 因應不同的生			
			度,並做出有利健	活情境,善用各種生活			
			康的決定。	技能,解決健康問題。			
			3. 利用情境演練生	4b-IV-1 主動並公開表			
			活技能,能公開表	明個人對促進健康的觀			

教學期程 單元與活動名稱 節數 學習目標 學習表現 學習內容 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 應物質誘 惑。	評量方式 (表現任務)	融入議題
學習表現 學習內容 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	 (表現任務)	<b>声</b> 华 、
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 鄉等成癮物質誘	(表現任務)	實質內涵
十五   第6 單元球藝大   2   1.能了解桌球運動   1c-IV-I 了解各項運動   基礎原理和規則。   1d-IV-I 了解各項運動   動動作組合及團隊   1d-IV-I 了解各項運動   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。   1d-IV-2 反思自己的運動技能。   1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。   2c-IV-2 表現利他合群   1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。   2c-IV-2 表現利他合群   1d-IV-1 運用運動技術   1d-IV-1 運用工作工作工作工作工作工作工作工作工作工作工作工作工作工作工作工作工作工作工作		實性育 J別別感通他動。 性育 J別別感通他動。 平 去板見達具平的

				課程架構脈絡			
女 朗 Hn 和	四二向江利力位	<b>公</b> 和	鐵羽口油	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
			律的運動習慣。				
十六	第3單元人際健	1	1. 理解家庭的健康	1a-IV-2 分析個人與群	Fa-IV-2 家庭衝突的協	1. 情意評量	【家庭教
5/25-	康家		生活的規範意義並	體健康的影響因素。	調與解決技巧。		育】
5/29	第 1 章健康家庭		肯定其價值,體悟	2b-IV-1 堅守健康的生	Fa-IV-3 有利人際關係		家 J5 了解與
	加加油		家庭關係的影響	活規範、態度與價值	的因素與有效的溝通技		家人溝通互
			性,並能遵守合宜	觀。	巧。		動及相互支
			的健康生活規範。	3b-IV-2 熟悉各種人際			持的適切方
			2. 分析家庭溝通不	溝通互動技能。			式。
			良與衝突問題發生	3b-IV-4 因應不同的生			【法治教
			的因素,並願意反	活情境,善用各種生活			育】
			省修正,嘗試運用	技能,解決健康問題。			法 J5 認識憲
			策略方法以經營家	4a-IV-2 自我監督、增			法的意義。
			庭關係。	強個人促進健康的行			
			3. 認識家庭暴力的	動,並反省修正。			
			發生因素與相關法				
			規,善用各項社會				
			資源協助自己或他				
			人處理家暴問題。				
十六	第6單元球藝大	2	1. 能了解桌球運動		Ha-IV-1 網/牆性球類運	,	【性别平等
5/25-	會串		之相關知識與基本		動動作組合及團隊戰	·	教育】
5/29	第 3 章桌拿好手		技術原理,藉由各		術。	3. 技能實作	性 J11 去除
	- 桌球		項練習與反思,學				性別刻板與
			習正確動作技能,				性別偏見的
			於練習與競賽中展	動技能。			情感表達與
			現。	1d-IV-3 應用運動比賽			溝通,具備
			2. 進行練習或競賽	· · · · · ·			與他人平等
			時,遵守規範,注				互動的能
			意運動安全,並尊	的態度,與他人理性溝			力。

				課程架構脈絡			
拟解机如	四二 临江和 夕 位	<b>公</b> •	剱 羽 口 1冊	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
++ 6/01- 6/05	第3單元人際健康家 第1章健康家庭加加油	1	重溝式識3.感趣適增律1.生肯家性的2.良的省策庭3.侧頭培。透受,能強的理活定庭,健分與因修略關認差合養 持球時獲進動家規價係進天实,,法。家具作團 學動能提養價的意,的守規溝題願試經 暴採的隊 習的與升成。健義體影合範通發意運營 力用模意 ,樂體與規 康並悟響宜 不生反用家 的	通点IV-1 略。 3d-IV-1 略	Fa-IV-2 家庭衝突的協 調與解決技巧。 Fa-IV-3 有利人際關係	(表現任務)	實質
			發生因素與相關法 規,善用各項社會 資源協助自己或他 人處理家暴問題。				
十七	第6單元球藝大	2	1. 能了解足球停空	1c-IV-1 了解各項運動	Ab-IV-1 體適能促進策	1. 課堂觀察	【生涯規劃

				課程架構脈絡			
机链扣和	四二的江利力位	<b>次</b> 副	<b>超到口压</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
6/01-6/05	會串第4章舉足輕重一足球		中術能和善2.與術運決能習中術能和善2.與術運決能習之原發動能踢,用運發之空知並略能停中研動關係。 空球擬中問合 中談能,。 空球擬中問合 球換反以 中之策,題作	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。 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。	略與活動方法。 Hb-IV-1 陣地攻守性球 類運動動作組合及團隊	2. 口語問答	實
ナハ 6/08-	第3單元人際健康家	1	1. 認識各種型態的 人際互動關係,分	動。 1a-IV-2 分析個人與群	Fa-IV-3 有利人際關係 的因素與有效的溝通技		【生涯規劃 教育】

				課程架構脈絡			
机钳机机		<i>t</i>	<b>约 171 14</b>	學習	重點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
6/12	第2章人際關係		析適合自己的人際		巧。	3. 認知評量	涯 J14 培養
	停看聽		互動因素,演練並	問題所造成的威脅感與			並涵化道德
			善用溝通技能與衝				倫理意義於
			突處理策略,解決				日常生活。
			人際關係問題。	溝通互動技能。			【法治教
				3b-IV-4 因應不同的生			育】
				活情境,善用各種生活			法 J5 認識憲
				技能,解決健康問題。			法的意義。
				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。			
十八	第6單元球藝大	2	1. 能做到停空中球		Ab-IV-1 體適能促進策		【生涯規劃
6/08-	會串		與踢空中球之技		略與活動方法。	2. 口語問答	教育】
6/12	第 4 章舉足輕重		術,並能研擬策略	1d-IV-1 了解各項運動		3. 技能實作	涯 J3 覺察自
	-足球		運用於活動中,解	技能原理。	類運動動作組合及團隊	4. 運動欣賞	己的能力與
			決運動相關問題及	1d-IV-2 反思自己的運	戰術。	5. 運動計畫	興趣。
			能發揮團隊合作學	動技能。			涯 J6 建立對
			習之方法。	1d-IV-3 應用運動比賽			於未來生涯
			2. 能養成遵理守法	的各項策略。			的願景。
			的態度與實踐運用	2c-IV-2 表現利他合群			
			民主溝通進行活	的態度,與他人理性溝			
			動,培養公平競爭	通與和諧互動。			
			的運動家精神。	2d-IV-2 展現運動欣賞			
			3. 透過足球比賽活	的技巧,體驗生活的美			
			動,能做到尊重同	感。			

	課程架構脈絡								
机钳地加	四二四十九月份	<b>然</b> 山	<b>超到口压</b>	學習	評量方式	融入議題			
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵		
			學、共同參與事務	3c-IV-1 表現局部或全					
			及合作學習的態	身性的身體控制能力,					
			度。	發展專項運動技能。					
			4. 設計適合的運動	3d-Ⅳ-1 運用運動技術					
			計畫,養成規律運	的學習策略。					
			動習慣,提升體適	3d-IV-2 運用運動比賽					
			能與運動技能。	中的各種策略。					
				4c-IV-3 規劃提升體適					
				能與運動技能的運動計					
				畫。					
				4d-IV-2 執行個人運動					
				計畫,實際參與身體活					
				動。					
十九	第3單元人際健	1	1. 認識各種型態的	1a-IV-2 分析個人與群	Fa-IV-3 有利人際關係	1. 情意評量	【生涯規劃		
6/15-	康家		人際互動關係,分	體健康的影響因素。	的因素與有效的溝通技	2. 技能評量	教育】		
6/19	第2章人際關係		析適合自己的人際	2a-IV-2 自主思考健康	巧。	3. 認知評量	涯 J14 培養		
	停看聽		互動因素,演練並	問題所造成的威脅感與			並涵化道德		
			善用溝通技能與衝	嚴重性。			倫理意義於		
			突處理策略,解決	3b-IV-2 熟悉各種人際			日常生活。		
			人際關係問題。	溝通互動技能。			【法治教		
			2. 了解網路交友的	3b-IV-4 因應不同的生			育】		
			注意事項,並願意	活情境,善用各種生活			法 J5 認識憲		
			建立正向而良好的	技能,解決健康問題。			法的意義。		
			網路內外人際互	4a-IV-2 自我監督、增					
			動。	強個人促進健康的行					
			3. 認識霸凌並了解	動,並反省修正。					
			相關規範,保護自	4a-IV-3 持續地執行促					
			己,避免成為霸凌	進健康及減少健康風險					

課程架構脈絡									
松餅州加加	四二 <b>均江利力</b> 顿	60 然业	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	學習重點		評量方式	融入議題		
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵		
			的加害人或受害者。	的行動。					
十九 6/15- 6/19	第4單元自主鍛鍊展活力 複習第4單元	2	1. 認知說 () () () () () () () () () () () () ()	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-4 了解身體發展、運動和營養的關	略與活動方法。 Ab-IV-2 體適能運動處 方基礎設計原則。 Bc-IV-1 簡易運動傷害 的處理與風險。 Bd-IV-2 技擊綜合動作 與攻防技巧。 Cb-IV-1 運動精神、運 動營養攝取知識、適合	<ol> <li>口語問答</li> <li>技能實作</li> <li>認知測驗卷</li> <li>運動行為計 畫實踐表</li> </ol>	【教涯已興涯於的【育安常事因生育 J的趣 J未願安】 J 生故素涯 覺能。建來景安 探活的。規 察力 立生。全 探活的。		

課程架構脈絡									
机链扣和	四二的江利力位	江和夕郊 竺毗	<b>约</b>	學習	評量方式	融入議題			
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵		
				3c-IV-1 表現局部或全					
				身性的身體控制能力,					
				發展專項運動技能。					
				3d-Ⅳ-1 運用運動技術					
				的學習策略。					
				3d-Ⅳ-2 運用運動比賽					
				中的各種策略。					
				3d-IV-3 應用思考與分					
				析能力,解決運動情境					
				的問題。					
				4c-IV-1 分析並善用運					
				動相關之科技、資訊、					
				媒體、產品與服務。					
				4c-IV-2 分析並評估個					
				人的體適能與運動技					
				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。					
廿	第3單元人際健	1	1. 認識各種型態的	1a-IV-2 分析個人與群			【生涯規劃		
6/22-	康家		人際互動關係,分		的因素與有效的溝通技		教育】		
6/26	第2章人際關係		析適合自己的人際	2a-Ⅳ-2 自主思考健康	巧。	3. 認知評量	涯 J14 培養		

	課程架構脈絡									
如餅扣扣	四二 <b>均江利力</b> 顿	<b>公由</b>	鐵羽口1冊	學習	評量方式	融入議題				
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵			
	停看聽		互動因素,演練並	問題所造成的威脅感與			並涵化道德			
	【第三次評量		善用溝通技能與衝	嚴重性。			倫理意義於			
	週】		突處理策略,解決	3b-IV-2 熟悉各種人際			日常生活。			
			人際關係問題。	溝通互動技能。			【法治教			
			2. 了解網路交友的	3b-IV-4 因應不同的生			育】			
			注意事項,並願意	活情境,善用各種生活			法 J5 認識憲			
			建立正向而良好的	技能,解決健康問題。			法的意義。			
			網路內外人際互	4a-IV-2 自我監督、增						
			動。	強個人促進健康的行						
			3. 認識霸凌並了解	動,並反省修正。						
			相關規範,保護自	4a-IV-3 持續地執行促						
			己,避免成為霸凌	進健康及減少健康風險						
			的加害人或受害	的行動。						
			者。							
廿	第5單元挑戰體	2	1. 認識飛盤的基礎	1c-IV-1 了解各項運動	Cb-IV-3 奥林匹克運動	1. 課堂觀察	【生涯規劃			
6/22-	能秀青春		概念及傳接盤技		<b>會的精神。</b>	2. 口語問答	教育】			
6/26	複習第5單元		術。		Ce-IV-1 其他休閒運動		涯 J3 覺察自			
	【第三次評量		2. 學習並增進捷泳		綜合應用。	4. 運動行為計	己的能力與			
	週】		的能力。	ld-IV-2 反思自己的運	·	畫實踐表	興趣。			
			3. 透過運動五大要		尺 ( 需換氣 5 次以		【品德教			
			素,探索與創作身		· ·		育】			
			體律動。	的各項策略。	Ib-IV-1 自由創作舞		品 J1 溝通合			
				2c-Ⅳ-1 展現運動禮			作與和諧人			
				節,具備運動的道德思			際關係。			
				辨和實踐能力。	蹈。		品 J2 重視群			
				2c-IV-2 表現利他合群			體規範與榮			
				的態度,與他人理性溝			譽。			
				通與和諧互動。						

課程架構脈絡									
机朗扣加	四二的 <i>江毛</i> 为 60	<b>然 却</b>	<b>朗 羽 巾 L</b> 番	學習	評量方式	融入議題			
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵		
				2c-IV-3 表現自信樂					
				觀、勇於挑戰的學習態					
				度。					
				2d-IV-1 了解運動在美					
				學上的特質與表現方					
				式。					
				3c-IV-1 表現局部或全					
				身性的身體控制能力,					
				發展專項運動技能。					
				3c-IV-2 發展動作創作 和展演的技巧,展現個					
				人運動潛能。					
				4c-IV-1 分析並善用運					
				動相關之科技、資訊、					
				媒體、產品與服務。					
				4c-IV-2 分析並評估個					
				人的體適能與運動技					
				能,修正個人的運動計					
				畫。					
				4d-IV-1 發展適合個人					
				之專項運動技能。					
				4d-IV-2 執行個人運動					
				計畫,實際參與身體活動。					
廿一	第1單元醫療消	1	1. 能理解各種傳染	1a-IV-2 分析個人與群	Bb-IV-1 正確購買與使	1. 情意評量	【環境教		
6/29-	費面面觀		病的病原體、傳染	體健康的影響因素。	用藥品的行動策略。	2. 認知評量	育】		
7/03	第2單元拒絕成		途徑、症狀及預防	1a-IV-3 評估內在與外	Bb-IV-2 家庭、同儕、	3. 技能評量	環 J4 了解永		
	癮有妙招		方法。	在的行為對健康造成的	文化、媒體、廣告等傳		續發展的意		

	課程架構脈絡								
h/ 缀 lbn co	四二次十九万分。然如		<b>约</b> 羽 口 压	學習	重點	評量方式	融入議題		
教學期程	單元與活動名稱	即數	即數	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵
	第3單元人際健		2. 認識健保的意義	衝擊與風險。	達的藥品選購資訊。		義(環境、		
	康家		及一般民眾應有的	1a-IV-4 理解促進健康	Bb-IV-3 菸、酒、檳		社會、與經		
	複習第 1~3 單		權利與義務。	生活的策略、資源與規	榔、藥物的成分與成癮		濟的均衡發		
	元		3. 了解從事醫療消	範。	性,以及對個人身心健		展)與原		
	【休業式】		費時應注意的事	2a-Ⅳ-1 關注健康議題	康與家庭、社會的影		則。		
			項。	本土、國際現況與趨	響。		【生命教		
			4. 培養維護身體健	勢。	Bb-IV-4 面對成癮物質		育】		
			康的醫療觀念及態	2a-IV-2 自主思考健康	的拒絕技巧與自我控		生 J5 覺察生		
			度。	問題所造成的威脅感與	制。		活中的各種		
			5. 了解使用成瘾物	嚴重性。	Fa-IV-2 家庭衝突的協		迷思,在生		
			質菸、酒、檳榔對	2b-IV-1 堅守健康的生	調與解決技巧。		活作息、健		
			人體心理、生理及	活規範、態度與價值	Fa-IV-3 有利人際關係		康促進、飲		
			社會各健康層面造	觀。	的因素與有效的溝通技		食運動、休		
			成的衝擊與風險。	3a-IV-2 因應不同的生	巧。		閒娛樂、人		
			6. 面對菸、酒、檳	活情境進行調適並修	Fb-IV-3 保護性的健康		我關係等課		
			榔的訊息與觀點,	正,持續表現健康技	行為。		題上進行價		
			能進行批判性思考	能。	Fb-IV-4 新興傳染病與		值思辨,尋		
			並做出有利健康的	3b-IV-2 熟悉各種人際	慢性病的防治策略。		求解決之		
			決定。	溝通互動技能。	Fb-IV-5 全民健保與醫		道。		
			7. 關注菸、酒、檳	3b-IV-3 熟悉大部份的	療制度、醫療服務與資		【法治教		
			榔國內法律規範現	決策與批判技能。	源。		育】		
			況與未來趨勢。	3b-IV-4 因應不同的生			法 J3 認識法		
			8. 利用情境演練生	活情境,善用各種生活			律之意義與		
			活技能,能主動公	技能,解決健康問題。			制定。		
			開表達個人拒絕	4a-IV-2 自我監督、增			法 J5 認識憲		
			菸、酒、檳榔的立	強個人促進健康的行			法的意義。		
			場。	動,並反省修正。			【家庭教		
			9. 認識並改善自己	4a-IV-3 持續地執行促			育】		

	課程架構脈絡									
机倒地加	四二小公子子,为不	<i>tt</i> <b>b</b> 1	4. 约羽口	學習	評量方式	融入議題				
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵			
			的人際關係,學習	進健康及減少健康風險			家 J5 了解與			
			理智的面對衝突。	的行動。			家人溝通互			
			10. 學習利用人際關	4b-IV-1 主動並公開表			動及相互支			
			係技巧,促進家庭	明個人對促進健康的觀			持的適切方			
			的良好互動,以及	點與立場。			式。			
			學習如何面對家庭				【生涯規劃			
			暴力。				教育】			
			11. 建立正向且良好				涯 J14 培養			
			的網路內外人際互				並涵化道德			
			動。				倫理意義於			
			12. 培養正確的人際				日常生活。			
			交往觀念。							
廿一	第6單元球藝大	2	1. 學習籃球投籃與	1c-IV-1 了解各項運動	Ab-IV-1 體適能促進策	1. 課堂觀察	【生涯規劃			
6/29-	會串		上籃。	基礎原理和規則。	略與活動方法。	2. 口語問答	教育】			
7/03	複習第6單元		2. 學習排球低手發	1c-IV-3 了解身體發展	Ha-IV-1 網/牆性球類運	3. 技能實作	涯 J3 覺察自			
	【休業式】		球技巧並認識接發	與動作發展的關係。	動動作組合及團隊戰	4. 學習單	己的能力與			
			球隊形。	1d-IV-1 了解各項運動	術。	5. 合作學習	興趣。			
			3. 學習桌球正手發	技能原理。	Hb-IV-1 陣地攻守性球		涯 J6 建立對			
			球、反手推擋及正	1d-IV-2 反思自己的運	類運動動作組合及團隊	畫實踐表	於未來生涯			
			手平擊球技術。	動技能。	戰術。		的願景。			
			4. 學習足球停球、	1d-IV-3 應用運動比賽			【人權教			
			踢空中球技術。	的各項策略。			育】			
				2c-IV-2 表現利他合群			人 J5 了解社			
				的態度,與他人理性溝			會上有不同			
				通與和諧互動。			的群體和文			
				2c-IV-3 表現自信樂			化,尊重並			
				觀、勇於挑戰的學習態			欣賞其差			
i				度。			異。			

	課程架構脈絡									
hi 樹 lin co 即一本 V co b co		. <i>Ft</i> h	b)	學習重黑	學習重點		融入議題			
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵			
				2d-IV-2 展現運動欣賞			【性別平等			
				的技巧,體驗生活的美			教育】			
				感。			性 J11 去除			
				3c-IV-1 表現局部或全			性別刻板與			
				身性的身體控制能力,			性別偏見的			
				發展專項運動技能。			情感表達與			
				3d-IV-1 運用運動技術			溝通,具備			
				的學習策略。			與他人平等			
				3d-IV-2 運用運動比賽			互動的能			
				中的各種策略。			力。			
				3d-IV-3 應用思考與分						
				析能力,解決運動情境						
				的問題。						
				4c-IV-2 分析並評估個						
				人的體適能與運動技						
				能,修正個人的運動計						
				畫。						
				4c-Ⅳ-3 規劃提升體適						
				能與運動技能的運動計						
				畫。						
				4d-IV-2 執行個人運動						
				計畫,實際參與身體活						
				動。						

- ◎教學期程請敘明週次起訖,如行列太多或不足,請自行增刪。
- ◎「表現任務-評量方式」請具體說明。
- ◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。