

三、普通班-國中(表七之二)

114 學年度_八_年級_健體(健康教育)_領域/科目教學計畫表

第一學期							
教學進度	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	混齡模式 或備註 (無則免填)
		學習表現	學習內容				
第一週	第一篇擁抱青春相信愛 第一章愛的真諦	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。 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略。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	1 讓學生澄清欣賞、喜歡與迷戀。 2 讓學生認識愛的意涵。 3 讓學生學習維繫人際關係好方法。 4 讓學生學習兩性交往邀約拒絕技巧。 5 讓學生學習好好說再見的技巧。	1. 觀察：是否能認真聆聽。 2. 發表：是否熱烈參與討論並積極發言。	【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第二週	第一篇擁抱青春相信愛 第一章愛的真諦	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念	Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法	1 讓學生澄清欣賞、喜歡與迷戀。 2 讓學生認識愛的意涵。	1. 觀察：是否能認真聆聽。 2. 發表：是否熱烈參與討論並積極發言。	【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	

		<p>念。</p> <p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p>	<p>則與因應方法。</p> <p>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略。</p> <p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p>	<p>3 讓學生學習維繫人際關係好方法。</p> <p>4 讓學生學習兩性交往邀約拒絕技巧。</p> <p>5 讓學生學習好好說再見的技巧。</p>	<p>言。</p>	<p>性溝通的素養。</p>	
第三週	第一篇擁抱青春相信愛 第一章愛的真諦	<p>1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p>	<p>Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。</p> <p>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略。</p> <p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p>	<p>1. 維護身體自主權的立場表達與行動。</p> <p>2. 熟悉交友約會安全策略，有效防範性侵。</p>	<p>1. 觀察：是否能認真聆聽。</p> <p>2. 問答：是否能主動分享自己的想法。</p>	<p>【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。</p>	
第四週	第一篇擁抱青春相信愛	1a-IV-1 理解生理、心理	Db-IV-4 愛的意涵與情	1. 維護身體自主權的立場表達與行動。	1. 觀察：是否能認真聆聽。	【生命教育】 生 J1 思考生活、學	

	第一章愛的真諦	與社會各層面健康的概念。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	感發展、維持、結束的原則與因應方法。 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略。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	2. 熟悉交友約會安全策略，有效防範性侵。	2. 問答：是否能主動分享自己的想法。	校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第五週	第一篇擁抱青春相信愛 第一章愛的真諦	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。 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略。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	1. 讓學生熟悉兩性交往邀約與拒絕技巧。 2. 讓學生學習好好說再見的技巧。	1. 觀察：是否能認真聆聽。 2. 發表：是否熱烈參與討論並積極發言。	【生命教育】 生J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	

第六週	第一篇擁抱青春相信愛 第二章真愛要等待	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。	Db-IV-1 生殖器官的造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。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略。 Db-IV-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。	1讓學生澄清青少年階段對性的迷失。 2 讓學生學習思辨並進行親密及性關係的健康抉擇。 3 讓學生知道青少年未婚懷孕時可以尋求的資源	1. 觀察：是否能認真聆聽。 2. 發表：是否熱烈參與討論並積極發言。	【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第七週	第一篇擁抱青春相信愛 第二章真愛要等待	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。	Db-IV-1 生殖器官的造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。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略。 Db-IV-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。	1讓學生澄清青少年階段對性的迷失。 2 讓學生學習思辨並進行親密及性關係的健康抉擇。 3 讓學生知道青少年未婚懷孕時可以尋求的資源	1. 觀察：是否能認真聆聽。 2. 發表：是否熱烈參與討論並積極發言。	【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	第一次評量 語文、數學、自然、社會進行段考評量，而本校健康教育課程採期末一次性評量。
第八週	第二篇不可不知的性	1a-IV-4 理	Db-IV-5 身	1. 維護身體自主權	1. 觀察：是否能認真	【生命教育】	

	<p>第一章我的身體我作主</p>	<p>解促進健康生活的策略、資源與規範。 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。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。</p>	<p>體自主權維護的立場表達與行動，以及交友約會安全策略。</p>	<p>的立場表達與行動。 2. 熟悉性騷擾的內涵與保護自己的方法。 3. 熟悉交友約會安全策略，有效防範性侵。</p>	<p>聆聽。 2. 發表：是否能主動分享自己的想法。</p>	<p>生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。</p>	
第九週	<p>第二篇不可不知的性 第一章我的身體我作主</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4b-IV-1 主</p>	<p>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略。</p>	<p>1. 維護身體自主權的立場表達與行動。 2. 熟悉性騷擾的內涵與保護自己的方法。 3. 熟悉交友約會安全策略，有效防範性侵。</p>	<p>1. 觀察：是否能認真聆聽。 2. 發表：是否能主動分享自己的想法。</p>	<p>【生命教育】 生 J1 思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。</p>	

		動並公開表 明個人對促 進健康的觀 點與立場。					
第十週	第二篇不可不知的性 第二章揭開「性」的 真實面紗	2b-IV-1 堅 守健康的生活 規範、態度 與價值觀。 3b-IV-3 熟 悉大部份的 決策與批判 技能。	Db-IV-7 健 康性價值觀 的建立，色 情的辨識與 媒體色情訊 息的批判能 力。	1 有效應用辨識技 巧，加以澄清錯誤的 性觀念。 2 具備辨識色情媒體 資訊的批判能力。	1. 觀察：是否能熱烈 的參與討論。 2. 問答：能說出色情 對青少年的影響。 3. 問答：是否能認真 聆聽。	【生命教育】 生 J1 思考生活、學 校與社區的公共議 題，培養與他人理 性溝通的素養。	
第十一週	第二篇不可不知的性 第二章揭開「性」的 真實面紗	2b-IV-1 堅 守健康的生活 規範、態度 與價值觀。 3b-IV-3 熟 悉大部份的 決策與批判 技能。	Db-IV-7 健 康性價值觀 的建立，色 情的辨識與 媒體色情訊 息的批判能 力。	1 有效應用辨識技 巧，加以澄清錯誤的 性觀念。 2 具備辨識色情媒體 資訊的批判能力。	1. 觀察：是否能熱烈 的參與討論。 2. 問答：能說出色情 對青少年的影響。 3. 問答：是否能認真 聆聽。	【性別平等教育】 性 J7 解析各種媒體 所傳遞的性別迷 思、偏見與歧視。	
第十二週	第二篇不可不知的性 第三章性病知多少	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。 4b-IV-1 主 動並公開表 明個人對促 進健康的觀 點與立場。	Db-IV-8 愛 滋病及其他 性病的預防 方法與關 懷。	1 探究造成性傳染 病的危險因子及對 健康的影響。 2 熟悉預防性傳染 病的有效方法。 3 願意進行愛滋關 懷以及倡議宣導。	1. 觀察：是否能認真 聆聽。 2. 問答：是否能認 真參與討論。	【性別平等教育】 性 J7 解析各種媒體 所傳遞的性別迷 思、偏見與歧視。	
第十三週	第二篇不可不知的性 第三章性病知多少	4a-IV-1 運 用適切的健 康資訊、產品	Db-IV-8 愛 滋病及其他	1 探究造成性傳染 病的危險因子及對 健康的影響。	1. 觀察：是否能認真 聆聽。 2. 問答：是否能認	【性別平等教育】 性 J7 解析各種媒體	第二次評量 語文、數學、自

		與服務，擬定健康行動策略。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	性病的預防方法與關懷。	2 熟悉預防性傳染病的有效方法。 3 願意進行愛滋關懷以及倡議宣導。	真參與討論。	所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。	然、社會進行段考評量，而本校健康教育課程採期末一
第十四週	第二篇不可不知的性 第三章性病知多少	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。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	Db-IV-8 愛滋病及其他性病的預防方法與關懷。	1 探究造成性傳染病的危險因子及對健康的影響。 2 熟悉預防性傳染病的有效方法。 3 願意進行愛滋關懷以及倡議宣導。	1. 觀察：是否能認真聆聽。 2. 問答：是否能認真參與討論。	【人權教育】 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。	
第十五週	第三篇食在有健康 第一章吃出好健康	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。 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食。 Ea-IV-2 飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。	1. 讓學生省思三餐是否符合青春期一日飲食指南建議。 2. 讓學生自我監督三餐，進行健康的外食行動。 3. 讓學生持續地執行減少食品中毒風險的行動。	1. 觀察：是否能認真聆聽。	【生命教育議題】 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。	
第十六週	第三篇食在有健康	3a-IV-1 精	Ea-IV-1 飲	1. 讓學生省思三餐	1. 觀察：是否能認真	【生命教育議題】	

	<p>第一章吃出好健康</p> <p>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。 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</p>	<p>食的源頭管理與健康的外食。 Ea-IV-2 飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。</p>	<p>是否符合青春期一日飲食指南建議。 2. 讓學生自我監督三餐，進行健康的外食行動。 3. 讓學生持續地執行減少食品中毒風險的行動。</p>	<p>聆聽。</p>	<p>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。</p>	
<p>第十七週</p>	<p>第三篇食在有健康</p> <p>第一章吃出好健康</p> <p>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 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。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食。 Ea-IV-2 飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。</p>	<p>1. 讓學生省思三餐是否符合青春期一日飲食指南建議。 2. 讓學生自我監督三餐，進行健康的外食行動。 3. 讓學生持續地執行減少食品中毒風險的行動。</p>	<p>1. 觀察：是否能認真聆聽。</p>	<p>【生命教育議題】 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。</p>	

第十八週	第三篇食在有健康 第二章食安面面觀	<p>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>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。</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p> <p>4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食。</p> <p>Ea-IV-2 飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能了解各類標章的意義，並透過標章了解食材履歷及安性。 2. 知道如何正確處理食材。 3. 認識食品加工的作用、目的及選購加工食品的注意事項。 4. 解讀食品標示內容，以選擇合乎自己需求的食品。 5. 認識食品添加物的作用。 	<p>1. 觀察：是否能認真聆聽、勇於發表意見。</p>	<p>【生命教育議題】 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。</p>	
第十九週	第三篇食在有健康 第二章食安面面觀	<p>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>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。</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健</p>	<p>Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食。</p> <p>Ea-IV-2 飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能了解各類標章的意義，並透過標章了解食材履歷及安性。 2. 知道如何正確處理食材。 3. 認識食品加工的作用、目的及選購加工食品的注意事項。 4. 解讀食品標示內容，以選擇合乎自己需求的食品。 	<p>1. 觀察：是否能認真聆聽、勇於發表意見。</p>	<p>【生命教育議題】 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。</p>	

		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。		5. 認識食品添加物的作用。			
第二十週	第三篇食在有健康 第二章食安面面觀	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 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。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食。 Ea-IV-2 飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。	1. 學生能了解各類標章的意義，並透過標章了解食材履歷及安性。 2. 知道如何正確處理食材。 3. 認識食品加工的作用、目的及選購加工食品的注意事項。 4. 解讀食品標示內容，以選擇合乎自己需求的食品。 5. 認識食品添加物的作用。	1. 觀察：是否能認真聆聽、勇於發表意見。	【生命教育議題】 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。	
第二十一週	概念複習	第三冊健康教育課程學習表現	第三冊健康教育課程學習內容	第三次健康教育課程學習目標	個人紙本告報 期末紙本評量	第二學期	
教學進度							
單元/主題名稱		學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	混齡模式

		學習表現	學習內容				或備註 (無則免填)
第一週	第一篇生命的旅程 第一章新生命的喜悅	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	1. 讓學生認識懷孕的生理變化。 2. 讓學生熟悉優生保健的重要。	觀察 發表	【家庭教育】 家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。	
第二週	第一篇生命的旅程 第一章新生命的喜悅	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	1. 讓學生認識懷孕的生理變化。 2. 讓學生熟悉優生保健的重要。	觀察 發表 實作	【家庭教育】 家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。	
第三週	第一篇生命的旅程 第一章新生命的喜悅	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	1. 讓學生認識懷孕的生理變化。 2. 讓學生熟悉優生保健的重要。	觀察 發表	【家庭教育】 家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。	
第四週	第一篇生命的旅程	1a-IV-1 理	Aa-IV-1 生	1. 讓學生明白人生	觀察	【生命教育】	

	第二章生長密碼	<p>解生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <p>1a-IV-2 分析個人與群體健康的影响因素。</p> <p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p>	<p>長發育的自我評估與因應策略。</p> <p>Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。</p>	<p>各階段的身心發展任務與個別差異。</p> <p>2. 讓學生可以自我評估生長發育情形。</p> <p>3. 讓學生能提出促進生長發育的策略。</p>	發表	<p>生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。</p>	
第五週	第一篇生命的旅程 第二章生長密碼	<p>1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <p>1a-IV-2 分析個人與群體健康的影响因素。</p> <p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對</p>	<p>Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。</p> <p>Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。</p>	<p>1. 讓學生明白人生各階段的身心發展任務與個別差異。</p> <p>2. 讓學生可以自我評估生長發育情形。</p> <p>3. 讓學生能提出促進生長發育的策略。</p>	觀察 發表	<p>【生命教育】</p> <p>生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。</p>	

		健康造成的衝擊與風險。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。				
第六週	第一篇生命的旅程 第二章生長密碼	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-2 分析個人與群體健康的影响因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行	Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。 Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	1. 讓學生明白人生各階段的身心發展任務與個別差異。 2. 讓學生可以自我評估生長發育情形。 3. 讓學生能提出促進生長發育的策略。	觀察發表	【生命教育】 生J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。

		動，並反省修正。				
第七週	第一篇生命的旅程 第三章樂活老化	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影响因素。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。 Fb-IV-2 健康狀態影響因素與不同性別者平均餘命與健康指標的改善策略。 Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活型態的建立。	1. 能讓學生認識老化的特徵。 2. 讓學生明白健康狀態影響因素與平均餘命的關係。 3. 讓學生檢視自己的生活型態儲備健康老化資本。	觀察	<p>【生命教育】 生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。 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。</p>
第八週	第一篇生命的旅程 第三章樂活老化	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影响因素。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。 Fb-IV-2 健康狀態影響因素與不同性別者平均餘命與健康指標的改善策略。 Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活	1. 能讓學生認識老化的特徵。 2. 讓學生明白健康狀態影響因素與平均餘命的關係。 3. 讓學生檢視自己的生活型態儲備健康老化資本。	觀察 發表	<p>【生命教育】 生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。 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。</p>

			型態的建立。				
第九週	第一篇生命的旅程 第四章用愛說再見	2b-IV-1 堅守健康的生 活規範、態度與價值觀。 3b-IV-1 熟悉各種自我 調適技能。	Aa-IV-3 老化與死亡的 意義與自我 調適。	1. 讓學生明白死亡 的含義及其衝擊。 2. 讓學生熟悉面對 死亡的自我調適技 能。	觀察 發表	【生命教育】 生 J2 探討完整的人 的各個面向，包括身 體與心理、理性與感 性、自由與命定、境 遇與嚮往，理解人的 主體能動性，培養適 切的自我觀。 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。	
第十週	第二篇沉默的殺手 第一章慢性病（一）	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。 2a-IV-2 自 主思考健康 問題所造成 的威脅感與 嚴重性。	Fb-IV-4 新 興傳染病與 慢性病的探 究與其防治 策略。	1. 讓學生了解慢 性病對健康的威 脅。 2. 讓學生探究常 見的慢性病如惡 性腫瘤、心 血管疾病。	觀察 發表	【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。	
第十一週	第二篇沉默的殺手 第一章慢性病（一）	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	Fb-IV-4 新 興傳染病與 慢性病的探 究與其防治 策略。	1. 讓學生了解慢 性病對健康的威 脅。 2. 讓學生探究常 見的慢性病如惡 性腫瘤、心 血管疾病。	觀察 發表	【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。	

		在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。					
第十二週	第二篇沉默的殺手 第一章慢性病（一）	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影响因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。	1. 讓學生了解慢性病對健康的威脅。 2. 讓學生探究常見的慢性病如惡性腫瘤、心血管疾病。	觀察發表	【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。	
第十三週	第二篇沉默的殺手 第二章慢性病（二）	1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 3a-IV-2 因應不同的生	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。 Fb-IV-3 保護性的健康行為建立。 Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活型態的建立。	1. 讓學生了解糖尿病、腎臟病的成因及嚴重性。 2. 讓學生檢視自己家族的慢性病史。 3. 讓學生為預防慢性病實踐健康生活習慣。	觀察發表	【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。	第二次評量 語文、數學、自然、社會進行段考評量，而本校健康教育課程採期末一

		<p>活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p>				
第十四週	第二篇沉默的殺手 第二章慢性病（二）	<p>1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。2a-IV-2自主思考健康問題所造成威脅感與嚴重性。2a-IV-3深切體會健康行動的自覺利益與障礙。3a-IV-2因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p>	<p>Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為建立。</p> <p>Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活型態的建立。</p>	<p>1. 讓學生了解糖尿病、腎臟病的成因及嚴重性。</p> <p>2. 讓學生檢視自己家族的慢性病史。</p> <p>3. 讓學生為預防慢性病實踐健康生活習慣。</p>	<p>觀察發表</p>	<p>【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。</p>

		動，並反省修正。					
第十五週	第三篇即刻救援 第一章急救最前線	1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 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。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	1. 讓學生能夠評估生活中的潛在危機，了解安全的重要。 2. 讓學生熟悉事故傷害處理技巧及傷口照護。 3. 讓學生熟練止血法及簡易包紮技巧。	觀察 發表 問答	【安全教育】 安 J2 判斷常見的事故傷害。 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。	
第十六週	第三篇即刻救援 第一章急救最前線	1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 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。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	1. 讓學生能夠評估生活中的潛在危機，了解安全的重要。 2. 讓學生熟悉事故傷害處理技巧及傷口照護。 3. 讓學生熟練止血法及簡易包紮技巧。	問答 觀察	【安全教育】 安 J11 學習創傷救護技能。	
第十七週	第三篇即刻救援 第一章急救最前線	1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	1. 讓學生能夠評估生活中的潛在危機，了解安全的重要。 2. 讓學生熟悉事故傷害處理技巧及傷	實作 觀察	【安全教育】 安 J11 學習創傷救護技能。	

		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。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	甦姿勢急救技術之演練。	口照護。 3. 讓學生熟練止血法及簡易包紮技巧。			
第十八週	第三篇即刻救援 第二章心肺復甦術	1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	1. 讓學生明白心肺復甦術的使用時機、技巧。 2. 讓學生熟練操作心肺復甦術、復甦姿勢。	觀察分享	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	
第十九週	第三篇即刻救援 第二章心肺復甦術	1b-IV-1 分析健康技能	Ba-IV-3 緊	1. 讓學生明白心肺復甦術的使用時機、技	觀察分享	【安全教育】 安 J10 學習心肺復	

		<p>和生活技能對健康維護的重要性。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</p>	<p>急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。</p>	<p>巧。 2. 讓學生熟練操作心肺復甦術、復甦姿勢。</p>		<p>甦術及 AED 的操作。</p>	
第二十週	第三篇即刻救援 第二章心肺復甦術 (第三次段考)	<p>1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p>	<p>Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。</p>	<p>1. 讓學生明白心肺復術的使用時機、技巧。 2. 讓學生熟練操作心肺復甦術、復甦姿勢。</p>	觀察分享	<p>【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。</p>	

		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。 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。					
第二十一週	概念複習	第三冊健康教育課程學習表現	第三冊健康教育課程學習內容	第三次健康教育課程學習目標	個人紙本告報 期末紙本評量		期末評量

備註：

1. 該學期之課程計畫需經學年會議或領域教學研究會討論，並經課發會審議通過。
2. 議題融入填表說明：
 - (1) 議題融入欄位請依實際情形填入適當的週次。
 - (2) 法律規定教育議題：性別平等教育、家庭教育、家庭暴力防治、性侵害防治教育、環境教育。
 - (3) 課綱十九項議題：性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育。
 - (4) 縣訂議題：長照服務、失智症。
 - (5) 其他議題：性剝削防治教育、職業試探、交通安全、媒體素養、消費者保護、食農教育、高齡教育、安全教育()。

三、普通班-國中(表七之二)

114學年度八年級健體領域/體育教學計畫表

第一學期							
教學期程	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註 (無則免填)
		學習表現	學習內容				
第一週	第四篇 運動全方位 第一章 運動 與身體發展	1c-IV-1 了解各項運動 基礎原理和規則。 1c-IV-4 了解身體發 展、運動和營養的關係。 4c-IV-1 分析並善用運 動相關之科技、資訊、媒 體、產品與服務。	Ab-IV-2 體適能 運動處方基礎設 計原則。	1. 了解運動時身體的生 理反應。 2. 理解運動對身體發展 的正面效益。 3. 了解和應用運動訓練 的原則，診斷運動參與時 的問題。	1. 問答：能說出運動 時身體的生理反應。 2. 實作：能利用資訊 科技或書籍來蒐集與 運動功能相關資料。 3. 問答：能說出運動 對身體發展的正面效 益。 4. 問答：能說出運動 對身體發展和身心健 康之間的關係。	【戶外教育】 戶 J5 在團隊活動 中，養成相互合作 與互動的良好態 度與技能。	第四篇運動全方 位 第一章運動與身 體發展
第二週	第四篇 運動全方位 第一章 運動 與身體發展	1c-IV-1 了解各項運動 基礎原理和規則。 1c-IV-4 了解身體發 展、運動和營養的關係。	Ab-IV-2 體適能 運動處方基礎設 計原則。	應用運動相關的資訊和 科技解決個人運動參與 問題。	1. 問答：能說出運動 訓練原則的原理。 2. 問答：能舉出應用 運動訓練原則的例 子。	【戶外教育】 戶 J5 在團隊活動 中，養成相互合作 與互動的良好態 度與技能。	第四篇運動全方 位 第一章運動與身 體發展
第三週	第四篇運動 全方位 第一章運動 與身體發展	1c-IV-1 了解各項運動 基礎原理和規則。 1c-IV-4 了解身體發 展、運動和營養的關係。 4c-IV-1 分析並善用運 動相關之科技、資訊、媒 體、產品與服務。	Ab-IV-2 體適能 運動處方基礎設 計原則。	應用運動相關的資訊和 科技解決個人運動參與 問題。	1. 問答：能說出運動 相關科技或資訊的種 類和功效。 2. 問答：能發表自己 如何利用網路資源解 決運動參與相關問 題。 3. 實作：蒐集與發表 運動相關科技或資訊 應用情形。 4. 問答：能分析運動 相關資訊科技的功能 和使用注意事項。 5. 實作：能利用資訊	【生涯規畫】 生涯 J3 覺察自己 的能力與興趣。	第四篇運動全方 位 第一章運動與身 體發展

					科技解決運動參與問題。 6. 發表：能應用所學進行運動處方執行的成效分析。		
第四週	第四篇 運動全方位 第二章 肌力訓練	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。	Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。	1. 認識肌力訓練相關知識。 2. 了解增進肌肉適能的益處	1. 問答：學生意能夠了解哪些是生活情境中的肌力訓練。 2. 觀察：認識肌力訓練所鍛鍊的肌群。 3. 實作：學生能運用肌力訓練知識規畫適合自己的訓練計畫。	【生涯規畫】 涯J3覺察自己的能力與興趣。	第四篇 運動全方位 第二章 肌力訓練
第五週	第四篇 運動全方位 第二章 肌力訓練	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。	Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。	規畫與改善肌肉適能。	1. 問答：能說出肌肉適能的增進方法。 2. 實作：能於生活情境中作出有效的肌力訓練。 3. 觀察：學會各部分肌群的訓練動作。	【品德教育】 品J1溝通合作與和諧人際關係。	第四篇 運動全方位 第二章 肌力訓練
第六週	第四篇 運動全方位 第二章 肌力訓練	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。	Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。	規畫與改善肌肉適能。	1. 問答：能說出肌肉適能的增進方法。 2. 實作：能於生活情境中作出有效的肌力訓練。 3. 觀察：學會各部分肌群的訓練動作。	【品德教育】 品EJU6欣賞感恩。	第四篇 運動全方位 第二章 肌力訓練
第七週	第五篇 玩球樂趣多 第一章 籃球（第一次段	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 透過趣味透過影片欣賞，讓學生了解上籃基本動作與快速進攻戰術的速進攻戰術所扮演重要性，激發學習動機及的關鍵角色？	1. 問答：同學們是否能了解上籃技術在快速進攻戰術所扮演重要性，激發學習動機及的關鍵角色？	【安全教育】 安J1理解安全教育的意義。	第五篇 玩球樂趣多 第一章 籃球（第一次段考）

	考) 複習	1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-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。		參與感。 2. 學會運球三步上籃動作要領。 3. 讓學生在練習中，找到最好的跑動起跳及蹬地上籃時機。 4. 了解上籃分解動作要領。 5. 讓學生自我檢視是否已具備運球三步上籃的準備工作。	2. 觀察：是否認真參與活動。 3. 觀察：是否認真參與上籃分解動作練習。 4. 發表：能正確的說出上籃分解動作要領。 5. 實作：能依照動作要領做出上籃動作。	J6 了解運動設施安全的維護。	
第八週	第五篇 玩球 樂趣多 第一章 籃球	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動動作組合及團隊戰術。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-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。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 讓學生在空手跑動接球上籃練習中，找到最好的傳球時機與位置。 2. 讓學生在3人一組直線上籃練習中，學會比賽基本三人小組進攻戰術。 3. 了解快速進攻戰術的特性與要領。 4. 能熟練做出轉守為攻的快速進攻戰術。	1. 觀察：是否認真參與空手跑動接球上籃練習活動。 2. 實作：掌握3人小組直線上籃技巧，運用傳導推進完成上籃練習。	【戶外教育】 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。	第五篇 玩球樂趣 多 第一章 籃球
第九週	第五篇 玩球 樂趣多	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術	1. 運用教練戰術板模擬演練方式，讓學生了解快進攻戰術—以多打少	1. 發表：能說出快速進攻戰術—以多打少	【戶外教育】 戶 J5 在團隊活動多	第五篇 玩球樂趣

	第一章籃球	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-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。	作組合及團隊戰術。	速進攻的跑動傳球路線。 2. 從戰術執行結果檢核表，自我檢驗是否了解戰術目的，並能有效執行。	的四大要領。 2. 觀察：能與他人溝通合作，從錯誤中學習調整。 3. 實作：能在活動中熟練的做出 2 人快速進攻戰術。 4. 觀察：戰術執行前，是否認真參與教練戰術板模擬演練活動。 5. 觀察：戰術執行後，是否能了解執行過程的優與劣，並加以改善。	中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。	第一章籃球
第十週	第五篇 玩球樂趣多 第一章籃球	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-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。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 善用影像資料分析，學習如何檢討改進、調整戰術。 2. 學會 3 對 3 籃球比賽的運作方式。	1. 觀察：是否認真參與三對三籃球比賽練習活動。 2. 實作：戰術執行後是否能透過影像資料分析，提升 團隊進攻效率。	【戶外教育】 戶 J5 在團隊活動中，養成相互合作與互動的良好態度與技能。	第五篇 玩球樂趣多 第一章籃球

第十一週	第五篇 玩球 樂趣多 第二章排球	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ha-IV-1 網 / 牆 性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 透過影片欣賞，讓學生了解肩上發球在比賽中發球的重要性，激發學習動機及參與感。 2. 讓學生在練習中，找到最好的拋球及擊球時機。 3. 了解肩上漂浮發球的動作要領。 4. 讓學生自我檢視是否已具備肩上漂浮發球的準備工作。	1. 問答：同學們是否能了解各式肩上發球在比賽戰術中所使用的目的。 2. 觀察：是否認真參與活動。 3. 觀察：是否認真參與肩上漂浮發球活動。 4. 發表：能正確的說出肩上漂浮發球的動作要領。 5. 實作：能依動作要領做出肩上漂浮發球的動作。	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	第五篇 玩球樂趣 多 第二章排球
第十二週	第五篇 玩球 樂趣多 第二章排球	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ha-IV-1 網 / 牆 性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 讓學生在連續發球練習中，找到最好的拋球及擊球點。 2. 訓練學生在循環練習中，學會比賽基本運作模式。	1. 觀察：是否認真參與肩上漂浮發球活動。 2. 實作：能掌握肩上漂浮發球技巧，控制直、斜線發球的落點位置。	【多元文化】 多 J8 探討不同文化接觸時可能產生的衝突、融合或創新。	第五篇 玩球樂趣 多 第二章排球
第十三週	第五篇 玩球 樂趣多 第二章排球 (第二次段考) 複習	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 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。	Ha-IV-1 網 / 牆 性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 能熟練的控制肩上漂浮發球的方向及落點。 2. 了解肩上漂浮發球的特性，在9人制排球比賽中擬定發球策略。	1. 發表：能說出肩上漂浮發球在比賽中策略及運用。 2. 觀察：知道如何與他人溝通合作從比賽中獲得勝利。 3. 實作：能在活動或比賽中，熟練的使用。	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	第五篇 玩球樂趣 多 第二章排球

		發展專項運動技能。 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。			肩上漂浮發球技術。		
第十四週	第五篇 玩球 樂趣多 第三章羽球	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 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-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ha-IV-1 網 / 牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 瞭解羽球後場區域擊球與高擊球的關聯。 2. 認識後場高擊球在羽球中的重要性。 3. 體驗高擊球動作揮擊的感覺。 4. 運用不同丟擲力量、角度瞭解可產生的效果。 5. 認識與學會長球技術。 6. 認識與學會殺球技術。 7. 能分辨殺球與長球動作要領的不同處。	1. 說明：學生能夠了解何謂羽球後場、什麼是高擊球。 2. 實作：學生能夠做出高手丟羽球的動作。 3. 觀察：完成表格並勇於分享自己使用的丟擲方式。 4. 實作：學生能完成長球、殺球、切球的球路落點與效益。 5. 觀察：是否能夠熱烈參與活動與討論。 6. 實作：學生能依動作要領成功擊出長球。 7. 實作：學生能依動作要領成功擊出殺球。 8. 觀察：是否能夠與同儕合作並熱烈參與活動。	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	第五篇 玩球樂趣多 第三章羽球（第二段考）
第十五週	第五篇 玩球 樂趣多 第三章羽球	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全	Ha-IV-1 網 / 牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 認識與學會切球技術。 2. 能分辨切球與長球、殺球動作要領的不同處。 3. 運用影像記錄立即回放，反思自己的動作技能。 4. 熟練高擊球技術。 5. 瞭解長球、殺球與切球拍攝立即觀看。	1. 實作：學生能依動作要領成功擊出切球。 2. 觀察：學生能在練習活動中積極認真參與。 3. 實作：學生能完成拍攝立即觀看。	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J8 理性溝通與問題解決。	第五篇 玩球樂趣多 第三章羽球

		身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。		的球路特性與可能落點。 6.學習運用長球、殺球與切球的球路特性組合擊球。 7.瞭解場地位置與長球、殺球、切球的使用時機。	4.觀察：是否能夠熱烈參與活動。 5.實作：能了解組合方式的用意，完成表格。 6.實作：對戰紀錄。 7.觀察：學生能在練習活動中積極認真參與。		
第十六週	第五篇 玩球 樂趣多 第四章棒球	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-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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.藉由情境了解棒球好球區，進而提升打擊技能。 2.藉由打擊活動，提升打擊技能。 3.引導學生了解接滾地球技術，並藉由接滾地球了解接球動作要領。	1.認知：能充分了解棒球好球區範圍。 2.情意：尊重同學對於好球帶的判斷，並互相學習判斷方式。 3.情意：認真參與練習活動。 4.認知：能指出打擊動作要領。 5.技能：能做出揮棒動作。	【生涯規劃教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。	第五篇 玩球樂趣多 第四章棒球
第十七週	第五篇 玩球 樂趣多 第四章棒球	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-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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.引導學生了解接滾地球技術，並藉由接滾地球了解接球動作要領。 2.引導學生了解接高飛球技術，並藉由接高飛球了解接球動作要領。	1.情意：認真參與練習活動。 2.認知：能說出接滾地球動作要領。 3.技能：能做出接滾地球動作表現。 4.情意：參與三人制棒球活動。 5.認知：能說出跑壘方法與攻略。 6.技能：活動中能綜合運用所學技能。	【多元文化】 多J8 探討不同文化接觸時可能產生的衝突、融合或創新。	第五篇 玩球樂趣多 第四章棒球
第十八週	第六篇 運動 樣樣行 第一章田賽	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	1.認識跳躍在生活中的重要性及運用方式。 2.瞭解跳躍在各項運動	1.說明：學生能夠清楚了解立定跳遠的動作要領。	第十八週	第六篇 運動樣樣行 第一章田賽

		<p>技能原理。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>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。</p> <p>3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。</p> <p>3d-IV-1 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>中的運用範疇。</p> <p>3. 瞭解並能操作立定跳遠的動作，從中引導學生觀察同學的動作比體會動作過程中身體的感受。</p> <p>4. 透過活動瞭解雙手助擺的重要性。</p> <p>5. 透過活動的規劃，能自行蒐集資訊或觀摩他組的設計，進而瞭解並嘗試做出跳躍的多樣性。</p> <p>6. 活動中能展現自我挑戰精神，也能鼓勵及包容他人。</p> <p>7. 能瞭解提升助跑速度的重要性。</p> <p>8. 能了解並做出起跳動作的動作要領。</p>	<p>2. 問答：學生能說出立定跳遠的要領，並較出差異性。</p> <p>3. 實作：學生能做出立定跳遠的動作。</p> <p>4. 實作：學生能在手持重物擺臂下，立定跳遠跳出更遠的距離。</p> <p>5. 問答：學生能感受並說出手持重物及徒手的立定跳遠之間的差異性。</p> <p>6. 觀察：學生是否能夠鼓勵他人，共同完成挑戰。</p>	
第十九週	<p>第六篇運動 樣樣行 第一章田賽</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>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。</p> <p>3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。</p> <p>3d-IV-1 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p>	<p>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	<p>1. 能瞭解提升助跑速度的重要性。</p> <p>2. 能跑出助跑之三個時期的速度與做出身體姿勢的控制。</p> <p>3. 能了解並做出起跳動作的動作要領。</p> <p>4. 能瞭解起跳時，身體爆發力的重要性，並做出抗阻力的起跳動作。</p> <p>5. 能瞭解用力踩蹬起跳製造出來的高度之重要性並能做出空中平衡動作。</p> <p>6. 能理解空中走步式的動作要領並試著協調做出連貫動作。</p>	<p>【生涯規劃教育】 生涯J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>第六篇運動樣樣行 第一章田賽</p>
第二十週	第六篇運動	1c-IV-1 了解各項運動	Ic-IV-1 民俗運動	<p>1. 了解跳繩的效益，增加觀察</p>	【安全教育】第六篇運動樣樣

	樣樣行 第一章 民俗運動—跳繩	基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。	動進階與綜合動作。 Ic-IV-2 民俗運動個人或團隊展演。	運動參與意願。 2. 了解跳繩的技能概念和迴旋方式。 3. 了解跳繩的技能概念和迴旋方式。	實作	安 J1 理解安全教育的意義。 安 J6 了解運動設施安全的維護。	行 第一章 民俗運動—跳繩
第二十一週	第六篇 運動樣樣行 第二章 民俗運動—跳繩 (第三次段考) 複習	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。	Ic-IV-1 民俗運動進階與綜合動作。 Ic-IV-2 民俗運動個人或團隊展演。	1. 了解跳繩的技能概念和手部變化概念。 2. 能表現不同的手臂交叉跳繩技能。 3. 體驗不同形式的跳繩運動，擬定課後運動參與的計畫。 4. 能主動參與跳繩運動，提升個人體適能。	觀察 實作	【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。	第六篇 運動樣樣行 第一章 民俗運動—跳繩 (第三次段考)

第二學期							
教學期程	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註 (無則免填)
		學習表現	學習內容				
第一週	第四篇青春的躍動 第一章運動營養	1c-IV-4 了解身體發展、運動和營養的關係。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Cb-IV-1 運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。	1. 透過生活實例探討運動表現與運動營養的相關性。 2. 了解運動營養的定義及內容。	問答	【安全教育】 安J3 了解日常生活容易發生事故的原因。	
第二週	第四篇青春的躍動 第一章運動營養	1c-IV-4 了解身體發展、運動和營養的關係。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Cb-IV-1 運動精神、運動營養攝取知識、適合個人運動所需營養素知識。	1. 透過生活實例探討運動表現與運動營養的相關性。 2. 了解運動營養的定義及內容。	問答	【安全教育】 安J3 了解日常生活容易發生事故的原因。	
第三週	第四篇青春的躍動 第二章休閒運動-自行車	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。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。	Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。	1. 了解自行車做為休閒運動的良好條件。 2. 認識與自行車各項結構與用途。	問答 說明	【安全教育】 安J1 理解安全教育的意義。 安J6 了解運動設施安全的維護。	
第四週	第四篇青春的躍動 第二章休閒運動-自行車	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。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。	Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。	了解騎乘自行車前的安全須知與準備。	問答 說明	【安全教育】 安J1 理解安全教育的意義。 安J6 了解運動設施安全的維護。	
第五週	第五篇運動大進擊 第一章籃球～固若金湯	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 透過趣味影片欣賞，讓學生了解防守技術在比賽場上的重要性，激發學習動機及參與感。 2. 學會防守基本動作要領。 3. 讓學生在練習中，找到最	提問 觀察	【品德教育】 品J8 理性溝通與問題解決。	

		通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。		好的防守姿勢與動作。 4. 了解防守移動步法基本動作要領。 5. 讓學生認識合法的防守觀念。			
第六週	第五篇運動大進擊 第一章籃球～固若金湯	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 讓學生了解人盯人防守的觀念與技巧。 2. 讓學生在一對一攻防實戰演練中，學會常用的防守步法動作要領。 3. 了解控制籃板球在比賽場上的重要性。 4. 能熟練的做出爭搶籃板球動作要領。	觀察 發表 實作	【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第七週	第五篇運動大進擊 第一章籃球～固若金湯（第一次段考）複習	2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 從防守情境中，了解強弱邊無球防守的協防觀念。 2. 能實際執行強弱邊無球防守協防戰術。 3. 了解一、二、三線協防觀念，並能實際執行戰術的要求。	觀察 發表 實作	【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。	
第八週	第五篇運動大進	3d-IV-2 運用運動比賽	Hb-IV-1 陣地攻	1. 從3對3攻防實戰演練中，觀察	【品德教育】		

	擊 第一章籃球～ 固若金湯（第一 次段考）	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。 4d-IV-1 發展適合個人 之專項運動技能。	守性球類運動動 作組合及團隊戰 術。	了解協防的動作及觀念。 2.學習如何檢討改進、調整 協防戰術與觀 念。	發表 實作	品J8 理性溝通 與問題解決。	
第九週	第五篇運動大進 擊 第二章排球～ 攻其不備	1c-IV-1 了解各項運動 基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動 技能原理。 1d-IV-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。 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。	Ha-IV-1 網／牆 性球類運動動作 組合及團隊戰術。	1.透過影片欣賞，引導學生 觀看各隊扣球技術所形成 的攻擊戰術，激發學習動機 及參與感。 2.透過趣味活動遊戲，學會 助跑 起跳、扣球、落地等 分解動作。 3.透過站立自拋自扣練習， 學會揮臂扣球動作要領。 4.運用手掌包覆球體擊球， 學會控制球體旋轉及方向 的技術。 5.學會扣球準備的動作要 領。	提問 發表 觀察 實作	【品德教育】 品J8 理性溝通 與問題解決。	
第十週	第五篇運動大進 擊 第二章排球～ 攻其不備	1c-IV-1 了解各項運動 基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動 技能原理。 1d-IV-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。 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。	Ha-IV-1 網／牆 性球類運動動作 組合及團隊戰術。	1.讓學生在練習中，找到最 好的助跑起跳動作及位置。 2.學會助跑起跳，伸臂用手 掌包覆住目標球體。 3.能在空中完成揮臂擊球 動作。 4.學會扣球技術中的落地 動作要領。	觀察 發表 實作	【品德教育】 品J8 理性溝通 與問題解決。	

第十一週	第五篇運動大進擊 第二章排球～攻其不備	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-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。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 學會自拋自扣動作要領。 2. 透過連續扣中間高球練習，學會與他人合作完成扣球技術。	提問 觀察 實作	【品德教育】 品J8 理性溝通與問題解決。	
第十二週	第五篇運動大進擊 第二章排球～攻其不備	2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 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。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 能在空中完成揮臂擊球動作。 2. 學會扣球技術中的落地動作要領。	觀察 發表 實作	【品德教育】 品J8 理性溝通與問題解決。	
第十三週	第五篇運動大進擊 第三章桌球～正、反手結合技術 (第二次段考) 複習	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 認識與了解桌球抽球的原理。 2. 能分辨抽球與平擊球的差異性。 3. 了解正手抽球動作關鍵要素。 4. 學會正手抽球技術。 5. 學會如何接抽球。	說明 問答 實作	【品德教育】 品J8 理性溝通與問題解決。	
第十四週	第五篇運動大進擊 第三章桌球～正、反手結合技術	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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-1 發展適合個人	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 認識桌球正、反手位。 2. 學會左推右攻技術。 3. 認識基本桌球步法。 4. 了解步法與擊球的動作關聯性。 5. 學會側併步動作要領。	觀察 實作	【品德教育】 品J8 理性溝通與問題解決。	

		之專項運動技能。		6. 能善用正、反手結合技術並結合腳步的移動實際比賽。			
第十五週	第五篇運動大進擊 第三章桌球～正、反手結合技術	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 能善用正、反手結合技術並結合腳步的移動實際比賽。 2. 能透過賽前策略與賽後檢討分析比賽情境。	觀察實作行動	【品德教育】品J8 理性溝通與問題解決。	
第十六週	第五篇運動大進擊 第四章足球～群起而攻	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。 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。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 藉由情境設計，了解個人進攻的重要性。 2. 藉由小組搭配，提高小組默契；並透過溝通合作，創造戰術價值。 3. 藉由圖片了解護球動作：(1)壓低重心。 (2)讓球與防守者保持距離。 4. 可共同討論護球要領，並藉由護球之王活動體會護球重要性。	認知情意技能	【生涯規劃教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。 【品德教育】品J8 理性溝通與問題解決。	
第十七週	第五篇運動大進擊 第四章足球～群起而攻	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 藉由跑位接應提升八字傳球的順暢度，並了解不同位置的移動作為。 2. 藉由跑位接應提升八字傳球的順暢度，並了解不同位置的移動作為。	認知情意技能	【生涯規劃教育】 涯J3 覺察自己的能力與興趣。 【品德教育】品J8 理性溝通與問題解決。	
第十八週	第五篇運動大進擊	3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 藉由跑位接應提升八字傳球的順暢度，並了解不同	認知情意	【生涯規劃教育】	

	第四章足球～ 群起而攻	發展專項運動技能。 3c-IV-2 發展動作創作 和展演的技巧，展現個人運動潛能。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	作組合及團隊戰術。 Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	位置的移動作為。 2. 藉由跑位接應提升八字傳球的順暢度，並了解不同位置的移動作為。	技能	涯J3 覺察自己的能力與興趣。 【品德教育】 品J8 理性溝通與問題解決。	
第十九週	第六篇大家動起來 第二章體操	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2c-IV-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。	Ia-IV-2 器械體操動作組合。	1. 從生活中的體操新聞引發興趣，透過提問，引導學生能對體操運動具備欣賞的能力。 2. 瞭解競技體操比賽的種類與評分標準。 3. 瞭解平衡木的動作要領。 4. 能做出平衡木不同方式的走動。	認知 情意 技能	【生涯規劃教育】 涯J6 建立對於未來生涯的願景。	
第二十週	第六篇大家動起來 第二章體操（第三次段考）複習	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	Ia-IV-2 器械體操動作組合。	1. 從生活中的體操新聞引發興趣，透過提問，引導學生能對體操運動具備欣賞的能力。 2. 瞭解競技體操比賽的種類與評分標準。 3. 瞭解平衡木的動作要領。	認知 情意 技能	【生涯規劃教育】 涯J6 建立對於未來生涯的願景。	
第二十一週	休業式 第六篇 大家動起來 第二章體操	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2c-IV-3 表現自信樂	Ia-IV-2 器械體操動作組合。	1. 能做出平衡木不同方式的走動。 2. 學生能嘗試做出平衡木各項動作。 3. 學生能展現有自主決定	認知 情意 技能	【生涯規劃教育】 涯J6 建立對於未來生涯的願景。	

	觀、勇於挑戰的學習態度。	的能力，能設計個人組合動作。			
--	--------------	----------------	--	--	--

備註：

1. 從學校角度提出該學期欲強化學生核心素養所對應的學習內容、學習表現，請另外以螢光色劃記(以學校本位視實際規劃辦理)。
2. 該學期之課程計畫需經學年會議或領域教學研究會討論，並經課發會審議通過。
3. 議題融入填表說明：

- (1)議題融入欄位請依實際情形填入適當的週次。
- (2)法律規定教育議題：性別平等教育、家庭教育、家庭暴力防治、性侵害防治教育、環境教育。
- (3)課綱十九項議題：性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育。
- (4)縣訂議題：長照服務、失智症。
- (5)其他議題：性剝削防治教育、職業試探、交通安全、媒體素養、消費者保護。