

114 學年度__八__年級__健康與體育__領域/科目教學計畫表

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	第一單元愛的你我他 第1章友誼來敲門	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 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。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	Fa-IV-1 自我認同與自我實現。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	學習人際關係的發展進程、維繫人際關係的方法，並能接受關係的結束。	1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2. 總結性評量：能瞭解人際互動的四個模式。 3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【閱讀素養教育】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。	
第一週	第三單元水陸蛟龍 第1章平沙落雁～跳遠	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	1. 能理解暖身、伸展活動，可以減少跳遠練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全的運動行為。 2. 能與同學討論如何提升腿肌力訓練的方法，並正向溝通有效策略，提高學習效能。 3. 能做到跳遠助跑、起跳、空	1. 歷程性評量：積極參與課程並回答問題。 2. 總結性評量：能說出動作要領。	【品德教育】 品 J9 知行合一與自我反省。 【安全教育】 安 J6 了解運動設施安全的維護。	

		<p>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>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>		中動作、落地動作技術。			
第二週	<p>第一單元愛的你我他</p> <p>第 1 章友誼來敲門</p>	<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>2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感</p> <p>3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</p>	<p>Fa-IV-1 自我認同與自我實現。</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. 瞭解人際關係與人際溝通的重要性。</p> <p>2. 瞭解人際溝通的組成內容，並能知道改善人際溝通的方法。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。</p> <p>2. 總結性評量：學習溝通技巧並能有效解決溝通問題。</p> <p>3. 紙筆測驗：完成課本上的問答。</p>	<p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。</p> <p>閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。</p>	
第二週	<p>第三單元水陸蛟龍</p> <p>第 1 章平沙落雁～</p>	1c-IV-2 評估運動風險，維護安	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本	1. 能理解暖身、伸展活動，可以減少跳遠練習或比賽運動傷	1. 歷程性評量：積極參與課程並回答問	【品德教育】 品 J9 知行合一與自我反	

	跳遠	<p>全的運動情境。</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>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	技巧。	<p>害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全的運動行為。</p> <p>2. 能與同學討論如何提升腿肌力訓練的方法，並正向溝通有效策略，提高學習效能。</p> <p>3. 能做到跳遠助跑、起跳、空中動作、落地動作技術。</p> <p>4. 能透過班級檢測活動中，檢視彼此動作正確及完整性。</p> <p>5. 能認識急行跳遠的動作技術及流程，並透過觀摩和合作，改善動作技能表現。</p>	<p>題。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1) 能說出動作要領。</p> <p>(2) 能完成不同的跑步數練習。</p> <p>(3) 能完成 Let' s do it 的練習。</p> <p>3. 學生自我檢核。</p>	<p>省。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 J6 了解運動設施安全的維護。</p>	
第三週	<p>第一單元愛的你我他</p> <p>第 1 章友誼來敲門</p>	<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>2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感</p> <p>3b-IV-1 熟悉各</p>	<p>Fa-IV-1 自我認同與自我實現。</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. 新世代的溝通如何避免衝突和網路霸凌。</p> <p>2. 網路交友如何保護自己。</p> <p>3. 衝突事件發生後如何找回自我人際認同。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。</p> <p>2. 紙筆測驗：完成健康好行。</p>	<p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。</p> <p>閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。</p>	

		種自我調適技能。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。					
第三週	第三單元水陸蛟龍 第 2 章安全無漾～ 仰泳	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 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。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。	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 公尺（需換氣 5 次以上）。	能瞭解水中安全與自救和仰泳之相關知識。	1. 歷程性評量：活動過程中能鼓勵同學與自己。 2. 總結性評量：能完成活動目標。	【海洋教育】 海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。 【安全教育】 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。	
第四週	第一單元愛的你我他 第 2 章尊重他人 珍愛自己	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	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。	能以行動和態度維護身體自主權。	1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2. 總結性評量：能瞭解身體界線的定義。	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，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	

		<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。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>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。</p>	<p>Db-IV-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</p> <p>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。</p>		<p>3. 學生自我檢核：完成 Let' s do it!「界線紅綠燈」檢視自己的身體界線接受程度。</p>	<p>與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。</p> <p>性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。</p> <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、自由與宿命、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。</p>	
第四週	第三單元水陸蛟龍 第 2 章安全無漾～ 仰泳	<p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</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</p>	<p>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。</p> <p>Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺（需換氣 5 次以上）。</p>	<p>1. 能瞭解水中安全與自救和仰泳之相關知識。</p> <p>2. 能瞭解仰泳的動作要領，並能做出仰泳腿部與手部的聯合動作，以及能夠在過程中超越自我。</p> <p>3. 能在模擬溺水情境中做出水中自救的基本動作。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂中發表自己的經驗或看法。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1) 瞭解水域安全的重要性和救溺五步。</p> <p>(2) 瞭解仰泳動作和其背景知識。</p> <p>(3) 能完成活動目標。</p>	<p>【海洋教育】</p> <p>海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。</p> <p>安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。</p>	

		力，發展專項運動技能。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。					
第五週	第一單元愛的你我他 第2章尊重他人 珍愛自己	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 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。 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。 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健	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。 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。	能以行動和態度維護身體自主權。	1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2. 總結性評量： (1)能簡述歸類於性騷擾的行為。 (2)認識#ME TOO 活動並能舉出相關案例。	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，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，運用資源解決問題。 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 【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。	

		康問題。					
第五週	第三單元水陸蛟龍 第 2 章安全無漾～ 仰泳	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 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。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。	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 公尺（需換氣 5 次以上）。	能瞭解仰泳的動作要領，並能做出仰泳腿部與手部的聯合動作，以及能夠在過程中超越自我。	1. 歷程性評量：認真參與比賽並樂在其中。 2. 總結性評量： (1)能簡述規則的重點。 (2)能瞭解仰泳划水動作要領。	【海洋教育】 海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。 【安全教育】 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。	
第六週	第一單元愛的你我他 第 2 章尊重他人 珍愛自己	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健	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。	能以行動和態度維護身體自主權。	1. 歷程性評量： (1)課堂認真聽講並踴躍發言。 (2)積極參與上臺演練。 2. 總結性評量：能瞭解如何因應性騷擾的情況。	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，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，運用資源解決問題。 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。	

		<p>康技能。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>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。</p>	<p>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。</p>			<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、自由與宿命、境遇與嚮往，理解人的主體能动性，培養適切的自我觀。</p>	
第六週	<p>第三單元水陸蛟龍 第 2 章安全無漾～ 仰泳</p>	<p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</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>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原</p>	<p>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。</p> <p>Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺（需換氣 5 次以上）。</p>	<p>能瞭解仰泳的動作要領，並能做出仰泳腿部與手部的聯合動作，以及能夠在過程中超越自我。</p>	<p>1. 歷程性評量：依照教師的說明進行仰泳划水練習。</p> <p>2. 學生自我檢核。</p>	<p>【海洋教育】</p> <p>海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。</p> <p>安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。</p>	

		理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。					
第七週	第一單元愛的你我他 第2章尊重他人 珍愛自己(第一次評量)	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 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。 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。 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-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。 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. 面對色情媒體能夠獨立、批判思考其傳達的意涵,以及對個人性價值觀的負面影響及健康的威脅。 2. 能用健康的方式自主管理情慾,並且建立正向健康的性價值觀。	1. 歷程性評量:課堂認真聽講並踴躍發言。 2. 紙筆測驗:完成Let' s do it!與健康好行。	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題,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,運用資源解決問題。 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 【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。	
第七週	第三單元水陸蛟龍 第3張精彩可騎~ 自行車(第一次評	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。	1. 能認識不同的自行車種類。 2. 能進一步瞭解自行車的結構、零件與功用。	歷程性評量:積極參與課程內容並踴躍發表。	【家庭教育】 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。	

	量)	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</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>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>				<p>【安全教育】</p> <p>安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。</p>	
第八週	<p>第一單元愛的你我他</p> <p>第 3 章愛的練習曲</p>	<p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規</p>	<p>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</p> <p>Db-IV-4 愛的意涵與情感發</p>	<p>能說明親密關係發展進程，並區辨喜歡、愛和迷戀。</p>	<p>1. 歷程性評量：</p> <p>(1) 課堂認真聽講並踴躍發言。</p> <p>(2) 積極參與課堂活動。</p> <p>2. 總結性評量：能瞭</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>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。</p> <p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人</p>	

		<p>範、態度與價值觀。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>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。</p>	<p>展、維持、結束的原則與因應方法。</p> <p>Db-IV-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</p> <p>Fa-IV-1 自我認同與自我實現。</p> <p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>		<p>解親密關係建立過程。</p>	<p>的身體自主權。</p> <p>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。</p> <p>性 J8 解讀科技產品的性別意涵。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。</p> <p>家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <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> <p>生 J17 愛自己與愛他人的能力。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 J7 了解霸凌防制的精神。</p> <p>安 J8 演練校園災害預防的課題。</p> <p>安 J9 遵守環境設施設備的</p>	
--	--	---	---	--	-------------------	--	--

						安全守則。 【多元文化教育】 多 J9 關心多元文化議題並做出理性判斷。	
第八週	第三單元水陸蛟龍 第 3 張精彩可騎～ 自行車	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 1c-IV-1 瞭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。 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。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活	Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。	能知道自行車騎乘注意事項。	1. 歷程性評量：積極參與課程內容並踴躍發表。 2. 總結性評量：熟悉自行車手勢。 3. 學生自我檢核。	【家庭教育】 家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。 【安全教育】 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。	

<p>第九週</p>	<p>第一單元愛的你我他 第3章愛的練習曲</p>	<p>動。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>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。</p>	<p>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</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-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</p> <p>Fa-IV-1 自我認同與自我實現。</p> <p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>能說明經營感情的方法。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。</p> <p>2. 總結性評量： (1)能說出愛與喜歡的定義。 (2)能瞭解感情經營的三個好方法。</p> <p>3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>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。</p> <p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>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。</p> <p>性 J8 解讀科技產品的性別意涵。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。</p> <p>家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <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> <p>生 J17 愛自己與愛他人的</p>	
------------	-------------------------------	--	---	--------------------	--	--	--

						能力。 【安全教育】 安 J7 了解霸凌防制的精神。 安 J8 演練校園災害預防的課題。 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。 【多元文化教育】 多 J9 關心多元文化議題並做出理性判斷。	
第九週	第四單元運動教室 第 1 章前挑後切～ 羽球	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。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 能瞭解切球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出正確的切球動作。 2. 讓學生在運動的情境中對練，將所學的技能連貫使用，練習的過程中彼此互相修正和鼓勵。	歷程性評量： (1) 課堂認真聽講並踴躍發言。 (2) 協助、指導同學完成目標動作。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。	
第十週	第一單元愛的你我他 第 3 章愛的練習曲	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。	能評估自身建立親密關係後的生活變化。	1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2. 總結性評量：能學	【性別平等教育】 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。	

		<p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>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。</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-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</p> <p>Fa-IV-1 自我認同與自我實現。</p> <p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>		<p>會拒絕不想要的親密邀約。</p> <p>3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。</p>	<p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>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。</p> <p>性 J8 解讀科技產品的性別意涵。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。</p> <p>家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <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> <p>生 J17 愛自己與愛他人的能力。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 J7 了解霸凌防制的精神。</p> <p>安 J8 演練校園災害預防的</p>	
--	--	---	---	--	---	---	--

						<p>課題。</p> <p>安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。</p> <p>【多元文化教育】</p> <p>多 J9 關心多元文化議題並做出理性判斷。</p>	
第十週	<p>第四單元運動教室</p> <p>第 1 章前挑後切～羽球</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>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p>	<p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 能瞭解挑球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出正確的挑球動作。</p> <p>2. 讓學生在運動的情境中對練，將所學的技能連貫使用，練習的過程中彼此互相修正和鼓勵。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1)能依教師指令做出正拍挑球、反拍挑球的正確動作。</p> <p>(2)能做出正拍、反拍動作並將球挑過網。</p> <p>(3)可以控制挑球的方向。</p> <p>3. 學生自我檢核。</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。</p>	
第十一週	<p>第一單元愛的你我他</p> <p>第 3 章愛的練習曲</p>	<p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各</p>	<p>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</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>能列舉感情結束時溝通的適當方法。</p>	<p>1. 歷程性評量：</p> <p>(1)課堂認真聽講並踴躍發言。</p> <p>(2)積極參與組內討論並上臺分享。</p> <p>2. 總結性評量：能瞭解分手的不同方式。</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>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。</p> <p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源</p>	

		<p>種人際溝通互動技能。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>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。</p>	<p>Db-IV-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</p> <p>Fa-IV-1 自我認同與自我實現。</p> <p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>			<p>解決問題。</p> <p>性 J8 解讀科技產品的性別意涵。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。</p> <p>家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <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> <p>生 J17 愛自己與愛他人的能力。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 J7 了解霸凌防制的精神。</p> <p>安 J8 演練校園災害預防的課題。</p> <p>安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。</p> <p>【多元文化教育】</p> <p>多 J9 關心多元文化議題並</p>	
--	--	---	---	--	--	---	--

<p>第十一週</p>	<p>第四單元運動教室 第2章堅守崗位～ 籃球</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>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>2d-IV-3 鑑賞運動的本土與世界文化價值。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p>	<p>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 能瞭解團隊合作在籃球比賽中的重要性。</p> <p>2. 瞭解防守基本動作要領與姿勢，並檢核動作的正確性。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1)能正確做出滑併步與交叉步。</p> <p>(2)能正確做出防守基本動作。</p>	<p>做出理性判斷。</p> <p>【生涯規劃教育】 涯 J3 察覺自己的能力與興趣。</p> <p>【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。</p>	
<p>第十二週</p>	<p>第一單元愛的你我他 第3章愛的練習曲</p>	<p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互</p>	<p>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</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-6 青少年</p>	<p>能說明面對感情結束後負面情緒的方法。</p>	<p>1. 歷程性評量：</p> <p>(1)課堂認真聽講並踴躍發言。</p> <p>(2)積極參與組內討論並上臺分享。</p> <p>2. 紙筆測驗：完成健康好行。</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>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。</p> <p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>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。</p>	

		<p>動技能。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>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。</p>	<p>性行為之法律規範與明智抉擇。</p> <p>Fa-IV-1 自我認同與自我實現。</p> <p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>			<p>性 J8 解讀科技產品的性別意涵。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。</p> <p>家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <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> <p>生 J17 愛自己與愛他人的能力。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 J7 了解霸凌防制的精神。</p> <p>安 J8 演練校園災害預防的課題。</p> <p>安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。</p> <p>【多元文化教育】</p> <p>多 J9 關心多元文化議題並做出理性判斷。</p>	
--	--	---	--	--	--	---	--

<p>第十二週</p>	<p>第四單元運動教室 第 2 章堅守崗位～ 籃球</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。 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。 2d-IV-3 鑑賞運動的本土與世界文化價值。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p>	<p>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 學會進攻與防守技術，並發揮團隊合作。 2. 養成遵守常規並主動參與團體的學習。</p>	<p>1. 歷程性評量：認真完成練習且積極參與比賽。 2. 總結性評量： (1)能正確做出防守基本動作。 (2)能完成守護堡壘活動。 (3)能將所學技巧應用在突破重圍的活動中。 (4)能將所學技巧應用在比賽中。 3. 學生自我檢核。</p>	<p>【生涯規劃教育】 涯 J3 察覺自己的能力與興趣。 【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。</p>	
<p>第十三週</p>	<p>第一單元愛的你我他 第 4 章意外的新生命(第二次評量)</p>	<p>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 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。 3b-IV-4 因應不同的生活情</p>	<p>Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健的認識。</p>	<p>能理解非預期懷孕對自身會有什麼影響。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2. 總結性評量：能簡述非預期懷孕造成的五個方面的影響。 3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。</p>	<p>【生命教育】 生 J3 性別與自我之間的關係。 生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。 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>	

		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。				【家庭教育】 家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。 家 J7 約會、婚姻與家庭的發展歷程。 家 J8 親密關係的發展。	
第十三週	第四單元運動教室 第 3 章高手過招～ 排球(第二次評量)	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 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。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 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. 能知悉高手傳接球的運用時機。 2. 能熟悉高手接球的要領。	歷程性評量：積極參與課程並踴躍發表。	【安全教育】 安 J2 判斷常見的事故傷害。 安 J6 了解運動設施安全的維護。	
第十四週	第一單元愛的你我他 第 4 章意外的新生命	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，尋求解決	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健的認識。	1. 認識協助非預期懷孕的各種方法，並理解各種方法會造成的後續結果。 2. 能釐清自己的現狀，堅定自己的立場並思考做的決定後的後果。	1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2. 總結性評量： (1)能簡述非預期懷孕後可尋求協助的四個管道。	【生命教育】 生 J3 性別與自我之間的關係。 生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。 生 J5 覺察生活中的各種迷	

		<p>的健康技能和 生活技能。</p> <p>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。</p> <p>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>(2)能瞭解臺灣女高中生的倡議宣導活動重點。</p> <p>3. 紙筆測驗：完成健康好行。</p>	<p>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>【家庭教育】 家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。 家 J7 約會、婚姻與家庭的發展歷程。 家 J8 親密關係的發展。</p>	
第十四週	<p>第四單元運動教室 第 3 章高手過招～ 排球</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</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>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>能與同學進行高手傳接球練習，進而知道高手傳接球的策略運用。</p>	<p>1. 歷程性評量：積極參與課程並踴躍發表。</p> <p>2. 學生自我檢核。</p>	<p>【安全教育】 安 J2 判斷常見的事故傷害。 安 J6 了解運動設施安全的維護。</p>	
第十五週	<p>第二單元防治大作戰 第 1 章親密的接觸</p>	<p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成</p>	<p>Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關</p>	<p>1. 建立性傳染病防治的基本觀念。</p> <p>2. 評估危險性行為對健康造成</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。</p>	<p>【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人</p>	

	者	<p>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>2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</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>懷。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>的衝擊與風險。</p>	<p>2. 總結性評量：</p> <p>(1) 能說明傳染病三要素。</p> <p>(2) 能說出非經由性行為感染的性病。</p>	<p>的身體自主權。</p> <p>【生命教育】</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>	
第十五週	<p>第四單元運動教室</p> <p>第 4 章運球唯握～桌球</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</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>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p>	<p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 能瞭解桌球運動之相關知識。</p> <p>2. 能瞭解桌球正拍發平擊球之動作要領、並能做出正拍發平擊球技術。</p> <p>3. 能做出正拍發平擊球結合正、反拍連續擊球。</p>	<p>1. 歷程性評量：依據教師指示進行練習與調整動作。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1) 能說出正拍發平擊球的動作要領。</p> <p>(2) 能做出正拍發平擊球的動作。</p> <p>(3) 能做出正拍發平擊球結合反拍推球與正拍發平擊球結合正拍攻球。</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。</p>	

		1d-IV-2 反思自己的運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。					
第十六週	第二單元防治大作戰 第1章親密的接觸者	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。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	關注我國盛行的性病現況與趨勢，並瞭解性病防治的資源、規範及策略。	1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2. 總結性評量：能簡述披衣菌、尖形濕疣、淋病、生殖器疱疹與梅毒的病原體、潛伏期、傳染途徑及症狀。 3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
第十六週	第四單元運動教室 第4章運球唯握～桌球	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 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. 能瞭解桌球正拍發平擊球之動作要領、並能做出正拍發平擊球技術。 2. 能瞭解單打比賽的規則並應用於比賽之中。 3. 瞭解活動的動作要求，以及能夠做出團隊互動合作的精神。	1. 歷程性評量： (1)依據教師指示進行練習與調整動作。 (2)比賽前與隊友討論戰略。 2. 總結性評量：確實瞭解比賽規則。 3. 學生自我檢核。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	

		<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>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p>					
第十七週	<p>第二單元防治大作戰</p> <p>第 1 章親密的接觸者</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>2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</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>Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>理解安全性行為的重要性，並堅定健康的性行為生活規範與態度。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。</p> <p>2. 總結性評量：能瞭解 ABC 防護原則。</p> <p>3. 紙筆測驗：完成健康好行。</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>【生命教育】</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>第五單元享受奔跑 第1章立足天下～ 足球</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>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>	<p>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 能理解做好暖身、伸展活動，可以減少足球練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全運動行為。</p> <p>2. 能做出行進間足球運球和傳接球組合，並透過競爭、合作學習策略，改善動作技能表現，以利於日後學習。</p>	<p>1. 歷程性評量：積極參與課程並踴躍發表。</p> <p>2. 總結性評量：能說出動作要領及對抗勝利的關鍵。</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J6 了解運動設施安全的維護。</p>	
<p>第十八週</p>	<p>第二單元防治大作戰 第2章愛滋病防治</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</p>	<p>Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>認識愛滋病與愛滋病的傳染途徑及症狀。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。</p> <p>2. 總結性評量：能簡述愛滋病的傳染途徑、潛伏期、症狀與</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。</p> <p>人 J6 正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與</p>	

		<p>策略、資源與規範。</p> <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>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>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。</p>			<p>治療方式。</p> <p>3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。</p>	<p>保護弱勢。</p> <p>【法治教育】 法 J2 避免歧視。</p> <p>【品德教育】 品 J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與反思。</p> <p>【國際教育】 國 J11 尊重與維護不同文化群體的人權與尊嚴。</p>	
第十八週	第五單元享受奔跑 第1章立足天下～足球	<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>	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>1. 能理解做好暖身、伸展活動，可以減少足球練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全運動行為。</p> <p>2. 能與同學討論如何提升傳接球之技巧，並正向溝通有效策略，提高學習效能。</p> <p>3. 能從班級的足球比賽觀摩中，體察參賽者運、傳球行進的變化和精湛球技，發表運動欣賞之體驗。</p>	<p>1. 歷程性評量：積極參與課程並踴躍發表。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1)能說出動作要領及關鍵要素並流暢完成。</p> <p>(2)能畫出比賽中黃金三角的陣型。</p> <p>(3)能流暢完成個人動作及小組合作能順利完成。</p> <p>3. 學生自我檢核。</p>	<p>【安全教育】 安 J6 了解運動設施安全的維護。</p>	

		<p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>		<p>4. 能做到左、右足操作前後及左右交互等方向之運球技術。</p> <p>5. 能透過傳球與跑位，學會進攻及防守的技能。</p>			
第十九週	<p>第二單元防治大作戰</p> <p>第 2 章愛滋病防治</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>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>4b-IV-3 公開進行健康倡導，展現對他人促進</p>	<p>Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>1. 理解現階段國內外愛滋感染的盛行率與發生趨勢，正視愛滋病對於個人與社會各層面的衝擊。</p> <p>2. 認識防治愛滋病的資源、規範與策略，並建立正確的防治觀念與態度。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1)能瞭解不同國家的愛滋病現況。</p> <p>(2)能正確使用保險套。</p> <p>3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。</p> <p>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。</p> <p>【法治教育】</p> <p>法 J2 避免歧視。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與反思。</p> <p>【國際教育】</p> <p>國 J11 尊重與維護不同文化群體的人權與尊嚴。</p>	

		健康的信念或行為的影響力。					
第十九週	第五單元享受奔跑 第2章壁壘分明～ 慢速壘球	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 1d-IV-1 瞭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。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	能瞭解慢壘傳接球之相關知識，並做出慢壘傳接球的動作技術。	歷程性評量：課堂認真聽講並積極參與。	【安全教育】 安 J6 了解運動設施安全的維護。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 J9 知行合一與自我反省。	
第二十週	第二單元防治大作戰 第2章愛滋病防治 (第三次評量)	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	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	1. 認識防治愛滋病的資源、規範與策略，並建立正確的防治觀念與態度。 2. 公平看待愛滋感染者，並展現對愛滋病患的關懷。	1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。 2. 總結性評量： (1) 認識紅絲帶運動並能簡述相關案例。 (2) 能說明愛滋病篩	【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。 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。	

		<p>範。</p> <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>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>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。</p>			<p>檢、治療與協助的管道。</p> <p>3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it 與健康好行。</p>	<p>【法治教育】</p> <p>法 J2 避免歧視。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與反思。</p> <p>【國際教育】</p> <p>國 J11 尊重與維護不同文化群體的人權與尊嚴。</p>	
第二十週	<p>第五單元享受奔跑 第 2 章壁壘分明～ 慢速壘球(第三次 評量)</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</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>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>1d-IV-3 應用運</p>	<p>Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>能瞭解慢壘打擊之相關知識，並做出慢壘打擊的動作技術。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聽講並積極參與。</p> <p>2. 學生自我檢核。</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J6 了解運動設施安全的維護。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 J8 理性溝通與問題解決。</p> <p>品 J9 知行合一與自我反省。</p>	

		<p>動比賽的各項策略。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p>					
第二十一週	<p>第二單元防治大作戰</p> <p>第2章愛滋病防治複習(第三次評量)</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>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>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。</p>	<p>Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>1. 認識防治愛滋病的資源、規範與策略，並建立正確的防治觀念與態度。</p> <p>2. 公平看待愛滋感染者，並展現對愛滋病患的關懷。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聽講並踴躍發言。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1) 認識紅絲帶運動並能簡述相關案例。</p> <p>(2) 能說明愛滋病篩檢、治療與協助的管道。</p> <p>3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it 與健康好行。</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。</p> <p>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。</p> <p>【法治教育】</p> <p>法 J2 避免歧視。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 J6 關懷弱勢的意涵、策略，及其實踐與反思。</p> <p>【國際教育】</p> <p>國 J11 尊重與維護不同文化群體的人權與尊嚴。</p>	
第二十一週	<p>第五單元享受奔跑</p> <p>第2章壁壘分明～</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原</p>	<p>Hd-IV-1 守備／跑分性球類運</p>	<p>能瞭解慢壘打擊之相關知識，並做出慢壘打擊的動作技術。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聽講並積極參</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J6 了解運動設施安全的</p>	

	<p>慢速壘球(第三次評量)</p>	<p>理和規則。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 1d-IV-1 瞭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。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p>	<p>動動作組合及團隊戰術。</p>		<p>與。 2. 學生自我檢核。</p>	<p>維護。 【品德教育】 品 J8 理性溝通與問題解決。 品 J9 知行合一與自我反省。</p>	
--	--------------------	---	--------------------	--	--------------------------	---	--

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。

三、普通班-國中(表七B)

113 學年度__八__年級__健康與體育__領域/科目教學計畫表

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	第一單元醫藥大哉問 第1章健康的隱形破壞者	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。 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。 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-2 樂於實	Fb-IV-3 保護性的健康行為。 Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	1. 建立慢性病的基本觀念，並關注我國的十大死因。	1. 歷程性評量：專心聆聽並認真思考。 2. 總結性評量： (1)能瞭解臺灣近年十大死因。 3. 學生自我檢核：檢核自己與慢性病的距離。	【家庭教育】 家J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。 家J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 【生命教育】 生J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。	

		踐健康促進的生活型態。 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。					
第一週	第三單元球類大集合 第1章壁壘森嚴～慢速壘球	1c-IV-1 瞭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。 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。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項	Hd-IV-1 守備跑分性運動動作組合及團隊戰術。	1. 能瞭解慢速壘球之歷史及相關知識。 2. 能瞭解內野接滾地球傳球組合動作之技巧，並做出內野接滾地球傳球的動作技術。	1. 歷程性評量：課堂認真聆聽講解且積極參與課程內容。 2. 總結性評量： (1)能做出接滾地球基本動作。	【安全教育】 安J5 了解特殊體質學生的運動安全。 【閱讀素養教育】 閱J3 理解學科知識內的重要詞彙的意涵，並懂得如何運用該詞彙與他人進行溝通。	

		<p>策略。</p> <p>3d-IV-3 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>					
第二週	<p>第一單元醫藥大哉問</p> <p>第1章健康的隱形破壞者</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>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和</p>	<p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p> <p>Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。</p>	<p>1. 認識常見的慢性病的病因與症狀，並避免接觸各慢性病的危險因子。</p>	<p>1. 歷程性評量：專心聆聽並認真思考。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1)能簡述惡性腫瘤、冠心病、糖尿病與腎臟病的成因、症狀以及預防方法。</p>	<p>【家庭教育】</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。</p>	

		<p>生活技能。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>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。</p>					
第二週	<p>第三單元球類大集合</p> <p>第1章壁壘森嚴～慢速壘球</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</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>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p>	<p>Hd-IV-1 守備跑分性運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 能瞭解內野接滾地球傳球組合動作之技巧，並做出內野接滾地球傳球的動作技術。</p> <p>2. 能瞭解外野接高飛球傳球組合動作之技巧，並做出外野接高飛球傳球的動作技術。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聆聽講解且積極參與課程內容。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1) 能做出接滾地球基本動作。</p> <p>(2) 能做出接高飛球的守備動作。</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安J5 了解特殊體質學生的運動安全。</p> <p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱J3 理解學科知識內的重要詞彙的意涵，並懂得如何運用該詞彙與他人進行溝通。</p>	

		<p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>3d-IV-3 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>					
第三週	<p>第一單元醫藥大哉問</p> <p>第1章健康的隱形破壞者</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>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>1b-IV-3 因應生活情境的健康</p>	<p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p> <p>Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。</p>	<p>能在日常生活中檢視自身健康狀況，做好自我管理，預防慢性病發生。</p>	<p>1. 歷程性評量：專心聆聽並認真思考。</p> <p>2. 總結性評量：能認識慢性病照護的社會資源。</p>	<p>【家庭教育】</p> <p>家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。</p>	

		<p>需求，尋求解決的健康技能和生活技能。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>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。</p>					
第三週	<p>第三單元球類大集合</p> <p>第1章壁壘森嚴～慢速壘球</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</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>1d-IV-1 瞭解各</p>	<p>Hd-IV-1 守備跑分性運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>能瞭解慢速壘球的規則，並進行比賽體會運動的樂趣。</p>	<p>1. 歷程性評量：認真參與比賽並樂在其中。</p> <p>2. 總結性評量：能簡述規則的重點。</p> <p>3. 學生自我檢核。</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J5 了解特殊體質學生的運動安全。</p> <p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J3 理解學科知識內的重要詞彙的意涵，並懂得如何運用該詞彙與他人進行溝通。</p>	

		<p>項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>3d-IV-3 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>				
第四週	<p>第一單元醫藥大哉問</p> <p>第1章健康的隱形破壞者</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>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p>	<p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p> <p>Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。</p>	<p>瞭解代謝症候群判定的標準與衍生的疾病。</p>	<p>1. 歷程性評量：專心聆聽並認真思考。</p> <p>2. 總結性評量：能簡述代謝症候群的定義與標準。</p> <p>3. 紙筆測驗：完成健康好行的紀錄。</p>	<p>【家庭教育】</p> <p>家J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。</p> <p>家J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生J4 分析快樂、幸福與生命意義之間的關係。</p>

		<p>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。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>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。</p>					
第四週	<p>第三單元球類大集合</p> <p>第2章力挽狂籃～籃球</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</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>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各</p>	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>1. 能瞭解團隊合作在籃球比賽中的重要性。</p> <p>2. 瞭解上籃的基本動作要領與姿勢，並檢核動作的正確性。</p> <p>3. 學會卡位與籃板球技術，並發揮團隊合作。</p>	<p>1. 歷程性評量：認真聆聽教師解說。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1) 能正確完成帶球上籃步伐。</p> <p>(2) 運球時步伐正確且動作流暢。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J2 重視群體規範與榮譽。</p>	

		<p>種策略。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>					
第五週	<p>第一單元醫藥大哉問</p> <p>第2章藥你健康</p>	<p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成衝擊與風險。</p> <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。</p> <p>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。</p>	<p>Bb-IV-1 正確購買與使用藥品的行動策略。</p> <p>Bb-IV-2 家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。</p>	<p>1. 能運用正確用藥方式。</p> <p>2. 能理解購藥安全原則。</p>	<p>1. 歷程性評量：專心聆聽並踴躍分享。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1)能瞭解用藥原則。</p> <p>(2)能看懂藥袋或藥盒上的資訊與指示。</p> <p>(3)能瞭解正確的用藥概念。</p>	<p>【生命教育】</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>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p> <p>閱 J6 懂得在不同學習及生活情境中使用文本之規則。</p> <p>閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。</p> <p>閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。</p> <p>閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。</p>	

						<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。</p> <p>涯 J10 職業倫理對工作環境發展的重要性。</p>	
第五週	<p>第三單元球類大集合</p> <p>第 2 章力挽狂籃～籃球</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</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>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活</p>	<p>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 學會卡位與籃板球技術，並發揮團隊合作。</p> <p>2. 養成遵守常規並主動參與團體的學習。</p>	<p>1. 歷程性評量：認真聆聽教師解說。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1) 能正確完成卡位動作。</p> <p>(2) 各組於比賽時能運用策略和防守技巧。</p> <p>3. 學生自我檢核。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J2 重視群體規範與榮譽。</p>	

第六週	第一單元醫藥大哉問 第2章藥你健康	<p>動。</p> <p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成衝擊與風險。</p> <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。</p> <p>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。</p>	<p>Bb-IV-1 正確購買與使用藥品的行動策略。</p> <p>Bb-IV-2 家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。</p>	能辨識藥品的類別。	<p>1. 歷程性評量： (1) 專心聆聽並踴躍分享。 (2) 積極參與分組討論。</p> <p>2. 總結性評量： (1) 能簡述用藥方法與服藥標準。 (2) 能簡述不同藥品的種類。</p> <p>3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it!。</p>	<p>【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。</p> <p>【閱讀素養教育】 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。 閱 J6 懂得在不同學習及生活情境中使用文本之規則。 閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。</p> <p>【生涯規劃教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J10 職業倫理對工作環境發展的重要性。</p>	
第六週	第三單元球類大集合 第3章凌波微步～	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊	<p>1. 能瞭解腳步對於桌球的重要性與應用。</p> <p>2. 能學會側併步的動作</p>	<p>1. 歷程性評量：根據說明進行練習與修正動作。</p> <p>2. 總結性評量：能做出正</p>	<p>【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p>	

	桌球	2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。	戰術。	要領與應用。	確的側併步動作。	品 J2 重視群體規範與榮譽。	
第七週	第一單元醫藥大哉問 第 2 章藥你健康 (第一次評量)	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成衝擊與風險。 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。 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。	Bb-IV-1 正確購買與使用藥品的行動策略。 Bb-IV-2 家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。	1. 能理解藥品的保存與廢棄原則。 2. 能透過政府網站提供的訊息澄清藥品的使用方式。 3. 知道生活技能「批判性思考」的重要性與步驟，並能妥善運用。	1. 歷程性評量： (1) 專心聆聽並踴躍分享。 (2) 積極參與分組討論。 2. 總結性評量： (1) 能認識藥品的保存方式。 (2) 能簡述廢棄藥品的六步驟。 3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it! 與健康好行。	【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【閱讀素養教育】 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。 閱 J6 懂得在不同學習及生活情境中使用文本之規則。 閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。 閱 J8 在學習上遇到問題時，	

						<p>願意尋找課外資料，解決困難。</p> <p>閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。</p> <p>涯 J10 職業倫理對工作環境發展的重要性。</p>	
第七週	<p>第三單元球類大集合</p> <p>第 3 章凌波微步～桌球(第一次評量)</p>	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</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>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</p>	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>1. 能瞭解雙打比賽規則。</p> <p>2. 能瞭解雙打跑位及規則並應用於比賽之中。</p>	<p>1. 歷程性評量：</p> <p>(1)根據說明進行練習與修正動作。</p> <p>(2)根據說明進行比賽。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1)能說出雙打的兩種搭配跑位方法。</p> <p>(2)充分瞭解比賽規則。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 J2 重視群體規範與榮譽。</p>	
第八週	<p>第一單元醫藥大哉問</p> <p>第 3 章全民健保與</p>	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與	<p>1. 能辨別全民健保的設立目標。</p> <p>2. 能理解全民健保的制</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂專心聆聽並積極討論。</p> <p>2. 總結性評量：</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。</p>	

	醫療服務	<p>範。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</p>	資源。	度特性。	<p>(1)能瞭解健保意義與概念。</p> <p>(2)能瞭解健保的納保資格與付費方式。</p>	<p>品 J9 知行合一與自我反省。</p> <p>品 J7 同理分享與多元接納。</p> <p>【生命教育】</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>	
第八週	<p>第三單元球類大集合</p> <p>第 4 章飄移换位～羽球</p>	<p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p>	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	能瞭解反手發球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出標準的反手發球動作。	<p>1. 歷程性評量：課堂上正向積極的練習。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1)能說出反手發球的使用策略和動作要領。</p> <p>(2)能說出簡易發球規則。</p> <p>(3)能將球以標準動作發進目標區域。</p> <p>(4)能控制球飛行的高度。</p>	<p>【國際教育】</p> <p>國 J1 理解我國發展和全球之關聯性。</p> <p>國 J2 發展國際視野的國家意識。</p>	
第九週	<p>第一單元醫藥大哉問</p> <p>第 3 章全民健保與醫療服務</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2a-IV-3 深切體</p>	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	<p>1. 能認識醫療分級制度的服務範圍與善用資源。</p> <p>2. 能妥善運用轉診制度與相關的醫療資源。</p>	<p>1. 歷程性評量：</p> <p>(1)專心聆聽並踴躍分享。</p> <p>(2)積極參與分組討論。</p> <p>2. 總結性評量：</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。</p> <p>品 J9 知行合一與自我反省。</p> <p>品 J7 同理分享與多元接納。</p>	

		<p>會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</p>			<p>(1)能瞭解健康存摺的功能。</p> <p>(2)能瞭解分級醫療的概念。</p> <p>3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。</p>	<p>【生命教育】</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>第三單元球類大集合</p> <p>第 4 章飄移换位～羽球</p>	<p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p>	<p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 能瞭解網前球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出標準的網前球動作。</p> <p>2. 和同學在運動的情境中對練，將所學的技能連貫使用，練習的過程中彼此互相修正和鼓勵。</p>	<p>1. 歷程性評量：能積極為團隊爭取榮耀並給予隊友指導和鼓勵。</p> <p>2. 總結性評量：能運用所學技巧規劃策略成功得分。</p> <p>3. 學生自我檢核。</p>	<p>【國際教育】</p> <p>國 J1 理解我國發展和全球之關聯性。</p> <p>國 J2 發展國際視野的國家意識。</p>	
第十週	<p>第一單元醫藥大哉問</p> <p>第 3 章全民健保與醫療服務</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障</p>	<p>Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。</p>	<p>能妥善運用轉診制度與相關的醫療資源。</p>	<p>1. 歷程性評量：</p> <p>(1)專心聆聽並踴躍分享。</p> <p>(2)積極參與分組討論。</p> <p>2. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。</p> <p>品 J9 知行合一與自我反省。</p> <p>品 J7 同理分享與多元接納。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 J1 思考生活、學校與社區</p>	

		礙。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。				的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	
第十週	第三單元球類大集合 第5章品頭論足～足球	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 能夠理解暖身、伸展活動，可以減少足球練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全的運動行為。 2. 能知道頭頂球不僅是防守排除險情，解救門前危急，也是在進攻端作為得分的關鍵技術。 3. 能完成頭頂球的動作要領。能與隊友完成方向變化的頭頂球表現。能透過競爭和合作學習策略（距離、方向），改善動作技能表現。	1. 歷程性評量：課堂認真聆聽並能理解課堂內容。 2. 總結性評量： (1) 能做出正確頭頂球動作。 (2) 能確實使用額頭正面、側面頂球。	【生涯規劃教育】 涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。	
第十一週	第一單元醫藥大哉	1a-IV-4 理解促	Fb-IV-5 全民健	1. 能認識醫療分級制度	1. 歷程性評量：	【品德教育】	

	<p>問</p> <p>第 3 章全民健保與醫療服務</p>	<p>進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</p>	<p>保與醫療制度、醫療服務與資源。</p>	<p>的服務範圍與善用資源。</p> <p>2. 能妥善運用轉診制度與相關的醫療資源。</p>	<p>(1) 專心聆聽並踴躍分享。</p> <p>(2) 積極參與分組討論。</p> <p>2. 紙筆測驗：完成健康好行。</p>	<p>品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。</p> <p>品 J9 知行合一與自我反省。</p> <p>品 J7 同理分享與多元接納。</p> <p>【生命教育】</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>	
<p>第十一週</p>	<p>第三單元球類大集合</p> <p>第 5 章品頭論足～足球</p>	<p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</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</p>	<p>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 能完成頭頂球的動作要領。能與隊友完成方向變化的頭頂球表現。能透過競爭和合作學習策略（距離、方向），改善動作技能表現。</p> <p>2. 能說出足球發邊線球的規則及動作要領。</p> <p>3. 能從班級的足球比賽觀摩中，體察參賽者頭頂球的精湛球技及關鍵拋投的契機掌握，發表運動欣賞之體驗。</p>	<p>1. 歷程性評量：</p> <p>(1) 課堂認真聆聽並積極參與。</p> <p>(2) 認真參與比賽並能樂在其中。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1) 直球動作正確。</p> <p>(2) 能確實使用額頭正面、側面頂球。</p> <p>(3) 比賽中能達到團隊合作的默契。</p>	<p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J7 學習蒐集與分析工作/教育環境的資料。</p>	

		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。					
第十二週	第二單元安身立命 大作戰 第1章安全裝備總體檢	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。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Ba-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。	1. 評估環境與人為因素對居家安全、交通安全、校園安全的影響與衝擊。 2. 體會遵守居家安全、交通安全與校園安全的防護守則對健康的好處與困難。 3. 能在日常生活中持續檢視並解決造成居家、交通、校園的危險狀況。	1. 歷程性評量： (1) 認真聽講並踴躍發言。 (2) 熱絡討論且積極分享。 2. 總結性評量：能瞭解事故傷害的兩大類。 3. 學生自我檢核：檢視居家環境安全。	【生命教育】 生 J10 行為者善惡與行為對錯的判斷。 生 J12 公共議題中的道德思辨。 【安全教育】 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。 安 J7 了解霸凌防治的精神。 安 J8 演練校園災害預防的課題。 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。	
第十二週	第四單元民俗與舞蹈 第1章舞力全開～土風舞	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。 2d-IV-2 展現運	Ib-IV-1 自由創作舞蹈。 Ib-IV-2 各種社交舞蹈。	1. 瞭解舞蹈的起源分類。 2. 學會土風舞的動作。	歷程性評量：認真聆聽理解上課內容重點。	【國際教育】 國 J5 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	

		動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。					
第十三週	第二單元安身立命 大作戰 第1章安全裝備總體檢(第二次評量)	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。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Ba-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。	1. 評估環境與人為因素對居家安全、交通安全、校園安全的影響與衝擊。 2. 體會遵守居家安全、交通安全與校園安全的防護守則對健康的好處與困難。 3. 能在日常生活中持續檢視並解決造成居家、交通、校園的危險狀況。	1. 歷程性評量： (1) 認真聽講並踴躍發言。 (2) 熱絡討論且積極分享。 2. 學生自我檢核：檢視交通安全意識。 3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【生命教育】 生 J10 行為者善惡與行為對錯的判斷。 生 J12 公共議題中的道德思辨。 【安全教育】 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。 安 J7 了解霸凌防治的精神。 安 J8 演練校園災害預防的課題。 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。	
第十三週	第四單元民俗與舞蹈 第1章舞力全開～土風舞(第二次評量)	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個	Ib-IV-1 自由創作舞蹈。 Ib-IV-2 各種社交舞蹈。	1. 能培養團隊合作的精神。 2. 能夠利用美的原則創作舞步並分享。	1. 歷程性評量：積極主動參與課程並做出動作。 2. 總結性評量： (1) 能夠理解課程內容並與藝術領域連結。 (2) 能夠活用課程中所說	【國際教育】 國 J5 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	

		<p>人運動潛能。</p> <p>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>			<p>的美的原則。</p> <p>3. 學生自我檢核。</p>		
第十四週	<p>第二單元安身立命 大作戰 第 1 章安全裝備總體檢</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>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</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>Ba-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。</p> <p>Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。</p>	<p>能在日常生活中持續檢視並解決造成居家、交通、校園的危險狀況。</p>	<p>1. 歷程性評量：</p> <p>(1) 認真聽講並踴躍發言。</p> <p>(2) 熱絡討論且勇於分享。</p> <p>2. 紙筆測驗：完成健康好行。</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J10 行為者善惡與行為對錯的判斷。</p> <p>生 J12 公共議題中的道德思辨。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。</p> <p>安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。</p> <p>安 J7 了解霸凌防治的精神。</p> <p>安 J8 演練校園災害預防的課題。</p> <p>安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。</p>	
第十四週	<p>第四單元民俗與舞蹈 第 2 章一毬之地～毬子</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</p>	<p>Ic-IV-2 民俗運動個人或團隊展演。</p>	<p>1. 瞭解毬子的起源分類。</p> <p>2. 瞭解毬子各種動作技巧，並學會毬子的動作。</p>	<p>1. 歷程性評量：積極參與課程並練習。</p> <p>2. 總結性評量：能理解動作重點。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p>	

		部或全身性的身體控制能力，發展專項運動技能。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。					
第十五週	第二單元安身立命 大作戰 第 2 章急救技能養成術	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	透過不同類型事故傷害的處理原則與程序，依據生活情境選擇適合的急救技能。	1. 歷程性評量：認真聽講並踴躍發言。 2. 總結性評量： (1)能瞭解急救技術的重要性。 (2)能簡述急救醫藥箱的內容物。 3. 學生自我檢核：檢視自家醫藥箱內容物。	【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【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。	
第十五週	第四單元民俗與舞蹈 第 2 章一毬之地～ 毬子	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	Ic-IV-2 民俗運動個人或團隊展演。	1. 瞭解毬子各種動作技巧，並學會毬子的動作。 2. 能培養團隊合作的精神。	1. 歷程性評量：積極參與課程並練習。 2. 總結性評量： (1)能確實做出小武動作。 (2)能正確做出踢毬動作。	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。	

		<p>動技能。</p> <p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>			<p>(3)能與隊友討論、改善問題。</p> <p>3. 學生自我檢核。</p>	
第十六週	<p>第二單元安身立命大作戰</p> <p>第 2 章急救技能養成術</p>	<p>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p> <p>1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。</p> <p>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。</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。</p>	<p>1. 透過不同類型事故傷害的處理原則與程序，依據生活情境選擇適合的急救技能。</p> <p>2. 因應生活情境執行緊急狀況的止血與包紮技術。</p>	<p>1. 歷程性評量：認真聽講並踴躍發言。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1)能分辨開放性創傷與閉鎖性創傷。</p> <p>(2)能學會開放性傷口處理步驟。</p> <p>3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。</p>	<p>【生命教育】</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>【安全教育】</p> <p>安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。</p> <p>安 J11 學習創傷救護技能。</p>
第十六週	<p>第四單元民俗與舞蹈</p> <p>第 3 章拳拳到位～基本防身術</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>3d-IV-3 運用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-1 發展適</p>	<p>Bd-IV-1 武術套路動作與攻防技巧。</p>	<p>1. 認識人體弱點，以及使用基本防禦姿勢保護弱點不受攻擊。</p> <p>2. 學會移動與基本防禦姿勢配合。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聆聽並理解上課重點。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1)能做出防禦的基本動作。</p> <p>(2)能做出各項移動的基本動作。</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。</p>

		合個人之專項運動技能。					
第十七週	第二單元安身立命 大作戰 第2章急救技能養成術	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	因應生活情境執行緊急狀況的止血與包紮技術。	1. 歷程性評量：認真聽講並踴躍發言。 2. 總結性評量： (1)能根據不同狀況選用不同包紮材料與包紮方法。 (2)能正確完成包紮。 3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it!與健康好行。	【生命教育】 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 【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。	
第十七週	第四單元民俗與舞蹈 第3章拳拳到位～ 基本防身術	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 運用思考與分析能力，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。	Bd-IV-1 武術套路動作與攻防技巧。	1. 學會反擊。 2. 分析環境與情境，思考適合使用基本防身術的時機。	1. 歷程性評量：課堂認真聆聽並積極參與課程。 2. 總結性評量：能善用防身技巧。 3. 學生自我檢核。	【安全教育】 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。	
第十八週	第二單元安身立命 大作戰 第3章攜手搶救	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 3a-IV-2 因應不	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、	能體會 CPR 心肺復甦術、AED 使用與復甦姿勢對健康與生命的重要性	1. 歷程性評量：課堂認真聆聽並積極參與課程。 2. 總結性評量：	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。	

		同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。 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。	復甦姿勢急救技術。	並瞭解實施程序。	(1)能簡述 CPR 與 AED 的作用與原則。 (2)能瞭解生命之鏈。	安 J11 學習創傷救護技能。	
第十八週	第五單元運動教室 第 1 章無懼障礙～帕運	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-1 瞭解運動在美學上的特質與表現方式。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。	1. 能說明帕運的相關知能。 2. 能理解帕運的歷史由來。 3. 能尊重身心障礙者並且主動協助。	1. 歷程性評量：課堂認真聆聽並積極參與課程。 2. 總結性評量： (1)能理解帕運的歷史演進。 (2)能舉出調適身心的方式。 3. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。	【人權教育】 人 J4 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。 【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。	
第十九週	第二單元安身立命 大作戰	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止	能熟練的操作 CPR 心肺復甦術、AED 使用與復甦	1. 歷程性評量：課堂認真聆聽並積極參與課程。	【安全教育】 安 J10 學習心肺復甦術及 AED	

	<p>第 3 章攜手搶救</p>	<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。</p> <p>1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。</p>	<p>血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。</p>	<p>姿勢的流程，並配合不同的生活情境調整操作的流程。</p>	<p>2. 總結性評量：能熟悉急救流程的口訣與步驟。</p>	<p>的操作。</p> <p>安 J11 學習創傷救護技能。</p>	
<p>第十九週</p>	<p>第五單元運動教室 第 1 章無懼障礙～帕運</p>	<p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</p> <p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>2d-IV-1 瞭解運動在美學上的特質與表現方式。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p>	<p>Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。</p>	<p>1. 能尊重身心障礙者並且主動協助。</p> <p>2. 能主動欣賞帕運比賽並關心體育事務議題。</p> <p>3. 能同理身心障礙者並實際體會生命意義。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聆聽並積極參與課程。</p> <p>2. 總結性評量：</p> <p>(1) 能說明夏季帕運與冬季帕運的差別。</p> <p>(2) 能理解各比賽項目的規則與賽制。</p> <p>(3) 能同理身心障礙者的實際感受。</p> <p>(4) 能瞭解我國身心障礙體育組織單位。</p> <p>(5) 能理解身心障礙者權利公約內容。</p> <p>3. 學生自我檢核。</p> <p>4. 紙筆測驗：完成 Let' s</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人 J4 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。</p> <p>人 J5 了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。</p> <p>【生命教育】</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>	

					do it。		
第二十週	第二單元安身立命 大作戰 第3章攜手搶救 (第三次評量)	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。 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。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	能熟練的操作 CPR 心肺復甦術、AED 使用與復甦姿勢的流程，並配合不同的生活情境調整操作的流程。	1. 歷程性評量： (1) 課堂認真聆聽並積極參與課程。 (2) 認真進行演練。 2. 總結性評量：能正確完成急救流程。	【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。	
第二十週	第五單元運動教室 第2章身心靈合一～瑜伽(第三次評量)	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。 3c-IV-2 發展動作創作和展演	Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。	1. 能瞭解瑜伽的起源與歷史背景。 2. 能學會單人和雙人瑜伽的動作。	1. 歷程性評量： (1) 課堂積極參與課程並表達意見。 (2) 認真聆聽並配合指導進行活動。 2. 總結性評量：能理解瑜伽的種類與特性。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。	

		<p>的技巧，展現個人運動潛能。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。</p> <p>2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。</p> <p>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</p>					
第二十一週	<p>第二單元安身立命 大作戰 第3章攜手搶救 (第三次評量)</p>	<p>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p> <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。</p> <p>1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。</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。</p>	<p>能熟練的操作 CPR 心肺復甦術、AED 使用與復甦姿勢的流程，並配合不同的生活情境調整操作的流程。</p>	<p>1. 歷程性評量：課堂認真聆聽並積極參與課程。</p> <p>2. 總結性評量：能正確評估救援順序。</p> <p>3. 紙筆測驗：完成健康好行。</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J10 學習心肺復甦術及 AED 的操作。</p> <p>安 J11 學習創傷救護技能。</p>	
第二十一週	第五單元運動教室	2c-IV-2 表現利	Ce-IV-1 其他休	1. 能學會單人和雙人瑜	1. 歷程性評量：認真聆聽	【生涯規劃教育】	

<p>第2章身心靈合一 ～瑜伽(第三次評 量)</p>	<p>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。 3c-IV-2 發展動 作創作和展演 的技巧，展現個 人運動潛能。 1d-IV-2 反思自 己的動作技能。 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。</p>	<p>閒運動綜合應 用。</p>	<p>伽的動作。 2. 能培養團隊合作的精 神。</p>	<p>並配合指導進行活動。 2. 總結性評量：能與同學 分享自身感受。 3. 學生自我檢核。 4. 紙筆測驗：完成 Let' s do it。</p>	<p>涯 J3 覺察自己的能力與興 趣。 涯 J11 分析影響個人生涯決 定的因素。</p>	
-------------------------------------	---	----------------------	--------------------------------------	---	--	--

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。