

三、普通班-國中(表七之二)

112 學年度__九__年級__健體__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 0825-0831 0830 開學	【健教】第一篇健康體位行家 第1章身體意象 【體育】第四篇挑戰自我 第1章運動防護	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 3b-IV-3 熟悉大部份的「決策與批判」技能。 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。	Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。 Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。	1. 對於體型的自我覺察。 2. 分析影響自己體型觀的因素。 3. 藉由創造性思考重建健康的體型觀。 1. 了解簡易運動風險的概念。 2. 應用運動風險評估指標降低運動情境中的危險問題。 3. 了解簡易運動傷害處理的方法。	1. 觀察：是否能認真聆聽 2. 發表：是否能說出影響身體意象的因素。 1. 問答：能說出PRICE處理原則與步驟。 2. 實作：能正確操作PRICE處理技巧。	【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。 【安全教育】 安 J6 了解運動設施安全的維護。 安 J11 學習創傷救護技能。	
第二週 0901-0907	【健教】第一篇健康體位行家 第1章身體意象 【體育】第四篇挑戰自我 第2章防衛運動	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 3b-IV-3 熟悉大部份的「決策與批判」技能。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。 Bc-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。	1. 對於體型的自我覺察。 2. 分析影響自己體型觀的因素。 3. 藉由創造性思考重建健康的體型觀。 1. 了解跆拳道運動價值以及基本技能原理。 2. 表現跆拳道準備姿勢與基本手法。 3. 表現跆拳道基本步法。	1. 觀察：是否能認真聆聽 2. 發表：是否能說出影響身體意象的因素。 1. 實作：能表現跆拳道準備姿勢與基本手法。 2. 問答：能說出跆拳道基本步法的技能原理。	【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。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

第三週 0908-0914	【健教】第一篇健康體位行家 第2章我型我塑 【體育】第四篇挑戰自我 第2章防衛運動	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。	Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。 Bc-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。	1. 認識健康體位的意涵與測量方式。 2. 了解體位過重、過輕對健康的影響。 1. 表現跆拳道基本腳法和綜合動作的身體控制能力。 2. 表現簡易對打技巧。 3 展現跆拳道運動應有的運動禮節。	1. 問答：能以客觀數據資料判斷健康體位。 2. 觀察：用心蒐集相關資料。 1. 問答：能說出跆拳道基本腳法的技能原理。 2. 實作：能表現跆拳道基本腳法。	【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。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第四週 0915-0921	【健教】第一篇健康體位行家 第2章我型我塑 【體育】第五篇團隊動力 第2章籃球 3X3 籃球	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 1c-IV-1 了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	Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 認識健康體位的意涵與測量方式。 2. 了解體位過重、過輕對健康的影響。 1. 了解三對三籃球賽的打法與比賽規則。 2. 理解三對三籃球賽站位的型態。 3. 了解選擇站位型態，與身材、打法有其相關的地方。 4. 透過教學選擇適合自己與團隊的進攻站位，並以此為進攻的基礎贏得比賽。	1. 問答：能以客觀數據資料判斷健康體位。 2. 觀察：用心蒐集相關資料。 1. 問答：能說出國際三對三籃球賽的規則與一般臺灣在使用的規則有何差異。 2. 實作：使用國際籃球規則的球權更替方式，來進行比賽。	【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。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【其他議題】 職業試探	

		動。					
第五週 0922-0928	【健教】第一篇健康體位行家 第3章健康體位管理 【體育】第五篇團隊動力 第2章籃球 3X3 籃球	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。 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 能具體分辨瘦身廣告陷阱。 2. 能夠釐清坊間減重方法的可行性。 3. 能利用健康體管理策略進行有效的體位管理。 1. 透過球的轉移增加防守難度，提升投籃的空檔。 2. 傳球之後的移，能夠創造投籃機會，造防守者在協防或溝通上的困擾。 3. 進攻者的移動路線與傳球路線必須多所考量，避免造成傳球失誤。 4. 認識球場上常見的無持球切入	1 觀察：能熱烈參與討論。 2. 問答：能分辨各種瘦身廣告的陷阱並判斷減重方法的可行性。 1. 實作：能夠透過球的傳導獲得投籃機會。 2. 實作：解讀防守意圖，利用切傳破壞防守。	【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。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【其他議題】 職業試探	
第六週 0929-1005	【健教】第一篇健康體位行家 第3章健康體位管理 【體育】第五篇團隊動力 第2章籃球 3X3 籃球	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。 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 能具體分辨瘦身廣告陷阱。 2. 能夠釐清坊間減重方法的可行性。 3. 能利用健康體管理策略進行有效的體位管理。 1. 精準的傳球和切入，以及將練習做得平順有連續性。 2. 認識球場上常見的無持球切入方式：開後門切與閃切。 3. 能夠在比賽中利用無持球的切入來為自己與隊友創造得分機會。	1 觀察：能熱烈參與討論。 2. 問答：能分辨各種瘦身廣告的陷阱並判斷減重方法的可行性。 1. 觀察：場上的隊員能熟悉空間的掌握，不會都擠在一起。 2. 實作：能夠發生聲音，彼此提醒走位或接球位置。	【家庭教育】 家 J8 探討家庭消費與財物管理策略。 【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。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

第七週 1006-1012 1008-1009 第一次段考	【健教】第二篇健康消費行家 第1章飲食新趨勢(第一次段考) 【體育】第五篇團隊動力 第2章排球攔網(第一次段考)	2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 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。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 認識特殊時期的飲食需求內涵。 2. 評估自己的健康需求,體認特殊飲食的合適性。 1. 透過影片欣賞,讓學生認識攔網技術,激發學習動機及參與感。 2. 透過趣味活動遊戲,學會攔網動作基本概念,並達成暖身活動目的。 3. 運用助跑起跳,完成攔網動作。	1. 觀察:是否能認真聆聽。 2. 發表:是否能認真參與討論。 1. 實作:能在活動或比賽中,熟練的運用攔網觀念與技術。 2. 實作:能控制身體,做出跨步、助跑攔網練習。	【家庭教育】 家 J8 探討家庭消費與財物管理策略。 【其他議題】 職業試探	
第八週 1013-1019	【健教】第二篇健康消費行家 第1章飲食趨勢 【體育】第五篇團隊動力 第2章排球攔網	2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 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。 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 認識特殊時期的飲食需求內涵。 2. 評估自己的健康需求,體認特殊飲食的合適性。 1. 運用助跑起跳,完成攔網動作。 2. 學會攔網技術動作要領。 3. 讓學生在練習中,學會快速移動、起跳的攔網技巧。 4. 學會助跑攔網,伸臂包覆攔網目標。	1. 觀察:熱烈參與討論並踴躍發言。 1. 觀察:是否認真參與攔網練習。 2. 實作:能控制身體,做出跨步、助跑攔網練習。 3. 實作:能熟練的完成跨步攔網技術。	【家庭教育】 家 J8 探討家庭消費與財物管理策略。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

		3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。					
第九週 1020-1126	【健教】第二篇健康消費行家 第2章消費陷阱 【體育】第五篇團隊動力 第2章排球攔網	1b-IV-1 分析健康技能和對健康維護的重要性。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Eb-IV-1 媒體與廣告迷思的破除與消費資訊的批判。 Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 能夠破除媒體廣告的迷思。 2. 能應用媒體識讀與批判技，來辨識消費資訊。 1. 學會不攔網陣形的動作要領。 2. 透過練習活動，學會與他人合作完成單人攔網陣形。 3. 透過二打二排球比賽練習，學會與他人合作完成扣球技術。	1. 觀察：是否能認真聽課。 2. 分享：能否主動分享自己的想法。 1. 實作：能在練習活動中與他人合作，熟練的操作攔網與防守技術。 2. 實作：能在練習活動中與他人合作，熟練的使用攔網技術。	【家庭教育】 家 J8 探討家庭消費與財物管理策略。 【其他議題】 職業試探	
第十週 1127-1102	【健教】第二篇健康消費行家 第2章消費陷阱 【體育】第五篇團隊動力 第3章羽球前場區域擊球	1b-IV-1 分析健康技能和對健康維護的重要性。 3b-IV-3 熟悉大部份的「決策與批判」技能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Eb-IV-1 媒體與廣告迷思的破除與消費資訊的批判。 Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 能夠破除媒體廣告的迷思。 2. 能應用媒體識讀與批判技巧，來辨識消費資訊。 1. 了解羽球前場區域與可使用的技術。 2. 認識前場區域擊球在羽球中的重要性。 3. 了解放小球與挑球的特性。	1. 實作：能正確搜尋資料來辨識新聞或訊息的真偽。 2. 觀察：能熱烈參與討論並踴躍發言。 1. 實作：學生能夠做出向上擊球動作並控制擊球高度。 2. 實作：學生能依動作要領做出正手放小球。	【家庭教育】 家 J8 探討家庭消費與財物管理策略。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十一週	【健教】第二篇健康消費行家	1a-IV-4 理解促進健康	Eb-IV-2 健康消費行動	1. 留意網路消費陷阱。	1. 觀察：是否能認真聽課。	【人權教育】 人 J3 探索各種利益	

1103-1109	第3章健康消費好決定 【體育】第五篇團隊動力 第3章羽球前場區域擊球	生活的策略與資源規範。 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。	的落實與相關法規、組織。 Eb-IV-3 健康消費決定的問題解決與社會關懷。 Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	2. 明瞭消費者權利與義務，做健康消費好決定。 3. 有能力解決消費問題並實踐社會關懷行動力。 1. 認識與學會正手放小球技術。 2. 學習如何檢核自己與他人的放小球動作。 3. 認識與學會正、反手挑球技術。	2. 分享：是否能主動分享自己的想法。 1. 實作：學生能依動作要領做出正手放小球。 2. 實作：學生能依動作要領成功擊出正、反手挑球。	可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【其他議題】 職業試探	
第十二週 1110-1116	【健教】第二篇健康消費行家 第3章健康消費好決定 【體育】第五篇團隊動力 第3章羽球前場區域擊球	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。 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。 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。	Eb-IV-2 健康消費行動的落實與相關法規、組織。 Eb-IV-3 健康消費決定的問題解決與社會關懷。 Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術	1. 留意網路消費陷阱。 2. 明瞭消費者權利與義務，做健康消費好決定。 3. 有能力解決消費問題並實踐社會關懷行動力。 1. 學習運用前場放小球、挑球的組 2. 了解對手站位並選擇相關技術的方法。	1. 觀察：能否熱烈的參與討論。 2. 問答是否能主動踴躍發表自己的想法。 3. 實作：是否能正確擺放復甦姿勢。 1. 實作：完成小組討論表。	【人權教育】 人 J3 探索各種利益可能發生的衝突，並了解如何運用民主審議方式及正當的程序，以形成公共規則，落實平等自由之保障。 【其他議題】 消費者保護 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 【其他議題】 職業試探	
第十三週 1117-1123	【健教】第三篇永續愛地球 第1章環保問題 【體育】第五篇團隊動力 第4章棒球觸擊短打與布陣戰術	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-1 關	Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。 Cb-IV-2 各項運動設施	1. 覺察人們對環境破壞的情形。 2. 明白環境問題對健康的衝擊與影響。 1. 藉由情境了解運動時事。 2. 認識觸擊短打擊	1. 觀察：是否能認真聆聽。 2. 實作：是否能認真參與討論。 1. 完成觸擊短打擊突襲短打知動作技能。	【環境教育】 環 J2 了解人與周遭動物的互動關係，認識動物需求，並關切動物福利。 環 J10 了解天然災害對人類生活、生	

		注健康議題本土、國際現況與趨勢。 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。	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。	突襲短打動作要領		命、社會發展與經濟產業的衝擊。 環 J11 了解天然災害的人為影響因子。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十四週 1124-1130 第二次段考	【健教】 第三篇永續愛地球 第 1 章環保問題 【體育】 第五篇團隊動力 第 4 章棒球觸擊短打與布陣戰術	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。 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. 覺察人們對環境破壞的情形。 2. 明白環境問題對健康的衝擊與影響。 1. 認識攻守佈陣的戰術策略。 2. 了解不同出局數佈陣分析。	1. 觀察：能熱烈參與討論踴躍發言。 2. 問答：能說出空氣汙染對我們的影響。 1. 技能：能進行打帶跑的相關技能。	【環境教育】 環 J2 了解人與周遭動物的互動關係，認識動物需求，並關切動物福利。 環 J10 了解天然災害對人類生活、生命、社會發展與經濟產業的衝擊。 環 J11 了解天然災害的人為影響因子。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十五週 1201-1207 1205-1206 第二次段考	【健教】 第三篇永續愛地球 第 1 章環保問題（第二次段考） 【體育】 第五篇團隊動力 第 4 章棒球觸擊短打與布陣戰術（第二次	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 3c-IV-1 表現局部或全	Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用	1. 覺察人們對環境破壞的情形。 2. 明白環境問題對健康的衝擊與影響。 1. 認識攻守佈陣的戰術策略。 2. 了解不同出局數佈陣分析。	1. 觀察：能熱烈參與討論踴躍發言。 2. 問答：能說出垃圾減量 6R 原則。 1. 技能：能進行打帶跑的相關技能。	【環境教育】 環 J2 了解人與周遭動物的互動關係，認識動物需求，並關切動物福利。 環 J10 了解天然災害對人類生活、生命、社會發展與經濟	

	段考)	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。	規定。 Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	3. 藉由排壘球活動認識棒球運動，並積極參與全民運動。		產業的衝擊。 環 J11 了解天然災害的人為影響因子。 環 J12 認識不同類型災害可能伴隨的危險，學習適當預防與避難行為。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十六週 1208-1214	【健教】 第三篇永續愛地球 第 2 章我的環保行動 【體育】 第六篇超越自我 第 1 章田徑-長距離跑	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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 應用運動比賽的項策略。	Ca-IV-3 環保永續為基礎的綠色生活型態。 Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ga-IV-2 跑、跳與推擲的基本技巧。	1. 認識碳足跡，了解節能減碳的重要性。 2. 明白綠生活對環境的影響力並加以實踐。 3. 協助改善自己社區的環境問題。 1. 認運用生活實例重新定義長距離跑的價值。 2. 了解長距離跑的項目及內容。 3. 了解長距離跑的技術分析。	實作：能正確認識並找出環保標章的家具與家電。 1. 實作：學生能做出 2. 實作：學生能做出對抗離心力的身體變傾斜角度動作。	【能源教育】 能 J1 認識國內外能源議題。 能 J2 了解減少使用傳統能源對環境的影響。 能 J5 了解能源與經濟發展、環境之間相互的影響與關連。 能 J7 實際參與並鼓勵他人一同實踐節能減碳的行動。 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
第十七週 1215-1221	【健教】 第三篇永續愛地球 第 2 章我的環保行動 【體育】 第六篇超越自我 第 1 章田徑-長距離跑	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 3d-IV-運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-3 應用思考與分	Ca-IV-3 環保永續為基礎的綠色生活型態。 Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ga-IV-2 跑、跳與推擲	1. 認識碳足跡，了解節能減碳的重要性。 2. 明白綠生活對環境的影響力並加以實踐。 3. 協助改善自己社區的環境問題。 1. 能理解法特雷克訓練法的內涵。 2. 能結合生活情境	1. 實作：能結合學校生活環境及所學的概念，創意發揮，設計規劃一條訓練路線。 1. 說明：學生能了解並說出馬拉松的起源。 2. 說明：學生能了解並說出馬拉松距離	【能源教育】 能 J1 認識國內外能源議題。 能 J2 了解減少使用傳統能源對環境的影響。 能 J5 了解能源與經濟發展、環境之間相互的影響與關連。 能 J7 實際參與並鼓	

		析能力，解決運動情境的問題。	的基本技巧。	設計一套法特雷克訓練路線並實際運用。 3. 能了解並做出調整身體姿勢去適應不同地形。	為。	勵他人一同實踐節能減碳的行動。 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
第十八週 1215-1221	【健教】第三篇永續愛地球 第 2 章我的環保行動 【體育】第六篇超越自我 第 1 章田徑-長距離跑	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ca-IV-3 環保永續為基礎的綠色生活型態。 Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ga-IV-2 跑、跳與推擲的基本技巧。	1. 認識碳足跡，了解節能減碳的重要性。 2. 明白綠生活對環境的影響力並加以實踐。 3. 協助改善自己社區的環境問題。 1. 能認真參與配速活動並能分享身體經驗。 2. 能了解跑步的各項裝備及其功能性。	1 觀察：是否能認真聽課。 2. 發表：能主動分享自己的想法。 1. 實作：學生能做出相同距離不同配速的跑法。	【能源教育】 能 J1 認識國內外能源議題。 能 J2 了解減少使用傳統能源對環境的影響。 能 J5 了解能源與經濟發展、環境之間相互的影響與關連。 能 J7 實際參與並鼓勵他人一同實踐節能減碳的行動。 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
第十九週 1229-0104	【健教】第三篇永續愛地球 第 3 章健康社區 【體育】第六篇超越自我 第 2 章競技啦啦隊舞蹈	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。 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情	Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。 Ib-IV-1 自由創作舞蹈。	1. 從社區經營實例，了解永續經營策略。 2. 利用問題解決及倡議技巧來解決社區環境問題。 1. 結合學生生活中觀看運動賽事的經驗及事前準備相關影片， 2. 引發興趣，透過提問討論並引導學生認識競技啦啦隊的起源與發展。	1. 觀察：能認真聽課。 2. 分享：能主動分享自己的想法。 1. 實作：學生能做出簡潔有力的手姿動作。	【家庭教育】 家 J10 參與家庭與社區的相關活動。 家 J12 分析家庭生活與社區的關係，並善用社區資源。 【縣訂議題】 長照服務 【安全教育】 安 J9 遵守環境設施、設備的安全守則	

		境。		3. 能嘗試做出腳步的各項動作。			
第二十週 0105-0111	【健教】第三篇永續愛地球 第3章健康社區 【體育】第六篇超越自我 第2章競技啦啦隊舞蹈	4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。 4b-IV-3 公開進行健康倡導，展現對他人促進健康的信念或行為的影響力。 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。	Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。 Ib-IV-1 自由創作舞蹈。	1. 從社區經營實例，了解永續經營策略。 2. 利用問題解決及倡議技巧來解決社區環境問題。 1. 了解口號在比賽中的具體內容。 2. 了解並嘗試做出整齊有力的呼喊口號。 3. 能有節奏地做出口號與身體動作的協調搭配。	1. 觀察：能認真聽課。 2. 分享：能主動分享自己的想法。 1. 實作：學生能自行組合動作並表現出來。 2. 觀察：學生能樂在參	【環境教育】 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 【縣訂議題】 長照服務 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	
第二十一週 0112-0118 0116-0117 第三次段考	【健教】第三篇永續愛地球 第3章健康社區（第三次段考） 【體育】第六篇超越自我 第2章競技啦啦隊舞蹈（第三次段考）	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。 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	Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。 Ib-IV-1 自由創作舞蹈。	1. 從社區經營實例，了解永續經營策略。 2. 利用問題解決及倡議技巧來解決社區環境問題。 全班認真參與分組練習，並能共同完成班級專屬加油歌。	1. 觀察：能認真聽課。 2. 分享：能主動分享自己的想法。 1. 說明：學生能清楚了解牛角的動作要領。 2. 實作：學生能做出牛角動作。	【環境教育】 環 J4 了解永續發展的意義（環境、社會、與經濟的均衡發展）與原則。 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值	

		身性的身體 控制能力，發 展專項運動 技能。					
第二十二週 0119-0125 0120 休業式	健康/結業式 體育/結業式			期末學習回饋與分 享 期末學習回饋與分 享	同儕討論 同儕討論		
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 或備註 (無則免填)
		學習表現	學習內容				
第一週 0209-0215 0211 開學	【健教】第一篇有愛無礙 第 1 章揭開「性」的 真實面紗 【體育】第四篇超越運 動障礙 第 1 章運動無礙	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。 1c-IV-1 了 解各項運動 基礎原理和 規則。 2d-IV-3 鑑 賞本土與世 界運動的文 化價值。	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。 Cb-IV-3 奧 林匹克運動 會的精神。	1. 探究健康的性涵 義。 2. 有效應用辨識技 巧，加以澄清錯誤 的性觀念。3. 具備辨識 色情媒體資訊的批 判能力。 1. 理解帕拉林匹克 運動會的起 源與文 化價值。2. 認識國 內、外推展適應體 育，營造無障礙運動 環境的具體行動。 3. 同理身心障礙者 運動需求思考協助 他們參與運動，享受 運動權的方法。	1. 觀察：能否認真聆 聽。 2. 發表：能認真參與 討論。 1. 問答：能說出帕拉 林匹克運動會舉辦 之意義。 2. 問答：能說出帕拉 林匹克運動會的主 要價值與體現事例。	【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。 【國際教育】 國 J2 具備國際視野 的國家意識。	
第二週 0216-0222	【健教】第一篇有愛無礙 第 1 章揭開「性」的 真實面紗 【體育】第四篇超越運 動障礙 第 2 章地板滾球	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。 1d-IV-1 了	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。 Hc-IV-1 標 的性球類運	1. 探究健康的性涵 義。 2. 有效應用辨識技 巧，加以澄清錯誤 的性觀念。3. 具備辨識 色情媒體資訊的批 判能力。 1. 了解地板滾球的 比賽規則和 技能原	1. 問答：能說出面 對色情的正確方法。 2. 觀察：能熱烈參與 討論並踴躍發言。 1. 問答：能說出地板 滾球起源與特色。 2. 問答：能說出地板 滾球的器材與簡單 賽制。	【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。 【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	

		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。	動作組合及團隊戰術。	理。 2. 穩定的表現地板滾球的運動技能。	3. 實作：能表現地板滾球投準動作技能。	異。	
第三週 0223-0301	【健教】第一篇有愛無礙 第2章真愛要等待 【體育】第五篇動如脫兔 第1章籃球~5x5全場比賽	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。 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Db-IV-1 生殖器官的構造、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。 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. 在籃球比賽中運用策略達到防守強化與提升進攻效率。 2. 展現利他合群態度與同學共同完成比賽。	1. 觀察：是否能認真聽課。 2. 問答：是否能主動分享自己的想法。 1. 問答：請學生想一想5X5籃球賽的規則與3X3的規則有何差異。 2. 實作：學生能口頭說出規則的差異性與違例的罰則。	【生命教育】 生 J6 察覺知性與感性的衝突，尋求知、情、意、行統整之途徑。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第四週 0302-0308	【健教】第一篇有愛無礙 第2章真愛要等待 【體育】第五篇動如脫兔 第1章籃球~5x5全場比賽	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	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	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	1. 觀察：進行討論時能具體舉出解決方法。 1. 實作：學生防守的人都接不到球，想辦法在進攻者接到球後，能夠抄截。 2. 實作：對於持球的	【生命教育】 生 J6 察覺知性與感性的衝突，尋求知、情、意、行統整之途徑。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

		主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。	少年性行為之法律規範與明智抉擇。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	年未婚懷孕時可以尋求的資源。 1. 在籃球比賽中運用策略達到防守強化與提升進攻效率。 2. 展現利他合群態度與同學共同完成比賽。 3. 透過比賽了解自己的不足並能持續練習。	進攻者無法抄截的話，也要迫使其無法傳球或傳出質量不佳的球以利後續隊友抄球。	
第五週 0309-0315	【健教】第一篇有愛無礙 第3章性病知多少 【體育】第五篇動如脫兔 第1章籃球~5x5全場比賽	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。 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Db-IV-8 愛滋病及其他性病的預防方法與關懷。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	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. 在籃球比賽中運用策略達到防守強化與提升進攻效率。 2. 展現利他合群態度與同學共同完成比賽。 3. 透過比賽了解自己的不足並能持續練習。	1. 觀察：能否認真聆聽。 2. 發表：是否能認真參與討論。 1. 實作：場上的隊員能熟悉空間的掌握，不會都擠在一起。 2. 實作：能夠發生聲音，彼此提醒走位或接球位置。 3. 實作：傳球與走位動作流暢，不發生傳球失誤，且能得分。	【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。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。
第六週 0316-0322	【健教】第一篇有愛無礙 第3章性病知多少 【體育】第五篇動如脫兔 第2章桌球~下旋球與雙打比賽	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。	Db-IV-8 愛滋病及其他性病的預防方法與關懷。 Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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. 了解桌球旋轉的特性與原理。 2. 學會發與接下旋球。	1. 觀察：能否認真聆聽。 2. 發表：是否能認真參與討論。 1. 觀察：完成動動腦並勇於分享自己的看法。 2. 實作：學生能做出摩擦擊球動作。 3. 實作：學生能依動	【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。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。

		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。		3. 了解桌球策略的運用並學習與他人溝通互動。4. 學會雙打比賽。	作要領成功做出正手發下旋球。		
第七週 0323-0329 0327-0328 第一次段考	【健教】第一篇有愛無礙 第3章性病知多少(第一次段考) 【體育】第五篇動如脫兔 第2章桌球～下旋球與雙打比賽 (第一次段考)	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。 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利他合群的态度,與他人理性溝通與和諧互動。	Db-IV-8 愛滋病及其他性病的預防方法與關懷。 Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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. 了解桌球旋轉的特性與原理。2. 學會發與接下旋球。 3. 了解桌球策略的運用並學習與他人溝通互動。	1. 觀察:能否認真聆聽。 2. 發表:是否能認真參與討論。 1. 實作:學生能依動作要領成功做出正、反手放小球。 2. 實作:學生能成功做出正手抽下旋球。	【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。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第八週 0330-0405	【健教】第二篇人際好關係 第1章拉近彼此距離 【體育】第五篇動如脫兔 第2章桌球～下旋球與雙打比賽	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	Fa-IV-3 有利人際關係的因素分析與溝通技巧。 Ha-IV-1 網／牆性球類	1. 完整分析有利於人際關係的特質,覺察自己的人際表現。 2. 熟悉並運用溝通技巧增進人際關係。 3. 願意成為反霸凌的行動者。	1. 觀察:是否認真聆聽。 2. 發表:是否能踴躍發表自己的想法。 1. 實作:學生能流暢的做出雙打跑位輪轉。	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

		的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 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。	運動動作組合及團隊戰術。	1. 了解桌球旋轉的特性與原理。 2. 學會發與接下旋球。 3. 了解桌球策略的運用並學習與他人溝通互動。 4. 學會雙打比賽。			
第九週 0406-0412	【健教】第二篇人際好關係 第1章拉近彼此距離 【體育】第五篇動如脫兔 第3章排球～初級進攻戰術	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 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。	Fa-IV-3 有利人際關係的因素分析與溝通技巧。 Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 完整分析有利於人際關係的特質，覺察自己的人際表現。 2. 熟悉並運用溝通技巧增進人際關係。 3. 願意成為反霸凌的行動者。 1. 了解快攻動作技術分析。 2. 認識團隊進攻戰術概念。 3. 學會平行攻擊戰術基本技巧。	1. 觀察：是否認真聆聽。 2. 實作：確實完成溝通技巧的練習。 1. 提問：是否能說出各種舉球戰術號碼的差異性。 2. 觀察：是否認真參與討論初級進攻戰術，需要運用哪些已學會的技巧。 3. 實作：能寫出常見的進攻戰術暗號。	【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。 人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。 【安全教育】 安 J7 了解霸凌防制的精神。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十週 0413-0419	【健教】第二篇人際好關係 第1章拉近彼此距離 【體育】第五篇動如脫兔 第3章排球～初級進攻戰術	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Fa-IV-3 有利人際關係的因素分析與溝通技巧。 Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組	1. 完整分析有利於人際關係的特質，覺察自己的人際表現。 2. 熟悉並運用溝通技巧增進人際關係。 3. 願意成為反霸凌的行動者。 1. 了解快攻動作技	1. 觀察：是否認真聆聽。 2. 實作：確實完成溝通技巧的練習。 1. 觀察：是否認真參與各種快攻攻擊型態的討論。 2. 發表：能正確的說	【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。 人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。	

		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。	合及團隊戰術。	術分析。 2. 認識團隊進攻戰術概念。	出各種快攻的差異性。 3. 實作：能做出 A 式快攻的扣球動作。	【安全教育】 安 J7 了解霸凌防制的精神。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十一週 0420-0426	【健教】第二篇人際好關係 第 2 章和諧的家人關係 【體育】第五篇動如脫兔 第 4 章足球～防守	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。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Fa-IV-2 家庭衝突的協與問題解決技巧。 Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 完整分析家人衝突的原因及類型。 2. 嘗試用有效的方法處理衝突，練習與家人溝通的合適方法。 3. 熟悉處理衝突的步驟與原則並能有效解決衝突。 1. 了解足球防守方式和概念。 2. 學會個人防守中的盯防技巧。	1. 觀察：是否能認真聆聽。2. 分享：踴躍發表自己的想法。 1. 實作：能做出個人盯防的防守動作。 2. 觀察：是否認真參與小組防守活動演練。	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【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。 【縣訂議題】 長照服務 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十二週 0427-0503	【健教】第二篇人際好關係 第 2 章和諧的家人關係 【體育】第五篇動如脫兔 第 4 章足球～防守	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-3 應用思考與分	Fa-IV-2 家庭衝突的協與問題解決技巧。 Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 完整分析家人衝突的原因及類型。 2. 嘗試用有效的方法處理衝突，練習與家人溝通的合適方法。 3. 熟悉處理衝突的步驟與原則並能有效解決衝突。 1. 學會單邊斷球觀念和策略。 2. 運用單邊斷球技巧，做出成功的防守戰。 3. 了解盯人防守與	1. 觀察：能熱烈參與討論。2. 分享：踴躍發表自己的想法。 1. 觀察：是否認真參與 2 對 2 單邊斷球防守練習。 2. 實作：能與隊友合力完成單邊斷球防守戰術。	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 【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。 【家暴防治教育】 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	

		析能力，解決運動情境的問題。		區域防守的技巧及概念。			
第十三週 0504-0510 0506-0507 九年級 第二次段考	【健教】第二篇人際好關係 第 2 章和諧的家人關係 【體育】第六篇我愛運動 第 1 章游泳～蝶泳	3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 1c-IV-3 了解身體發展與動作發展的關係。 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。	Fa-IV-2 家庭衝突的協與問題解決技巧。 Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺(需換氣 5 次以上)。	1. 完整分析家人衝突的原因及類型。 2. 嘗試用有效的方法處理衝突，練習與家人溝通的合適方法。 3. 熟悉處理衝突的步驟與原則並能有效解決衝突。 1. 以海豚游泳動作作為議題，討論游泳技能原理。 2. 了解蝶泳打水的動力來源，並能展現連續蝶腿動作。 3. 藉由陸上練習認識蝶泳划水分解動作。	1. 觀察：能熱烈參與討論。 2. 分享：踴躍發表自己的想法。 1. 認知：認識海豚游動作，建立蝶泳蝶腿基礎。 2. 情意：勇於挑戰的學習態度。 3. 技能：熟練海豚游蝶腿技能。	【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。 【家暴防治教育】 【海洋教育】 海 J2 認識並參與安全的海洋生態旅遊。	
第十四週 0511-0517 0513-0514 七八年級 第二次段考	【健教】第三篇環境安全總動員 第 1 章居家安全體檢(第二次段考) 【體育】第六篇我愛運動 第 1 章游泳～蝶泳(第二次段考)	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。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展專項運動	Bb-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 Bb-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺(需換氣 5 次以上)。	1. 能有效評估家中所潛藏的危險因子。 2. 探討影響居家安全的因素，有效解決居家安全問題。 3. 掌握火場逃生的基本要領，與家人演練逃生路線。 1. 以海豚游泳動作作為議題，討論游泳技能原理。 2. 了解蝶泳打水的動力來源，並能展現連續蝶腿動作。 3. 藉由陸上練習認識蝶泳划水分解動作。	1. 觀察：能否認真聆聽。 2. 實作：能說出影響居家安全的因素及解決之道。 1. 觀察：有效的認識蝶泳動作技能，並能依照動作順序完成蝶式技能。 2. 實作：能安全地小組合作完成單臂蝶泳陸上練習。	【安全教育】 【交通安全】 安 J1 理解安全教育的意義。 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。 【縣訂議題】 長照服務 【海洋教育】 海 J2 認識並參與安	

		技能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。		作。		全的海洋生態旅遊。	
第十五週 0518-0524	【健教】第三篇環境安全總動員 第 1 章居家安全體檢 【體育】第六篇我愛運動 第 2 章民俗體育～扯鈴	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。 1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。	Bb-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 Bb-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 Ic-IV-1 民俗運動進階與綜合動作。	1. 能有效評估家中所潛藏的危險因子。 2. 探討影響居家安全的因素，有效解決居家安全問題。 3. 掌握火場逃生的基本要領，與家人演練逃生路線。 1. 了解參與扯鈴運動的優勢。 2. 認識與欣賞扯鈴的文化意涵和價值。 3. 欣賞扯鈴運動的身體控制能力及身體美學。	1. 觀察：能否認真聆聽。 2. 實作：能說出影響居家安全的因素及解決之道。 1. 問答：能說出扯鈴運動的相關概念與文化意涵。 2. 實作：能正確表現扯鈴運鈴技能，展現身體的協調和控制能力。	【安全教育】 【交通安全】 安 J1 理解安全教育的意義。 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。 【縣訂議題】 長照服務 【多元文化教育】 多 J2 關懷我族文化遺產的傳承與興革。	
第十六週 0525-0531	【健教】第三篇環境安全總動員 第 2 章防震安全準備好 【體育】第六篇我愛運動 第 2 章民俗體育～扯鈴	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Bb-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。 Ic-IV-1 民俗運動進階與綜合動作。	1. 體認地震對人類帶來的災害。 2. 熟悉地震逃生技巧並加以演練。 1. 了解扯鈴運動中的繞腿運動技能相關概念。 2. 表現扯鈴運動中繞腿運動技能，展現身體的協調和控制能力。	1. 觀察：能否認真聆聽。 2. 發表：是否能說出地震對生命財產的影響。 3. 發表：是否能說出逃生技巧。 1. 說明：學生能清楚了解大輪迴分段化的基本動作要領。 2. 實作：學生能做出大輪迴分段化的各項動作。	【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。 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。 安 J8 演練校園災害預防的課題。 【縣訂議題】 長照服務 【多元文化教育】 多 J2 關懷我族文化遺產的傳承與興革。	

第十七週 0601-0607	【健教】第三篇環境安全總動員 第 3 章交通安全知與行 【體育】第六篇我愛運動 第 3 章武術～詠春拳	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。 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。	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。 Bd-IV-1 武術套路動作與攻防演練應用。 Bd-IV-2 技擊綜合動作與攻防演練應用。	1. 能夠察覺道路交通環境的潛藏危機。 2. 願意遵守行人、騎、乘車的交通安全。 3. 提升自我交通安全素養。 1. 藉由觀看葉問系列的電影或是詠春拳相關的影片，引發興趣，透過提問討論並引導學生認識詠春拳的起源與奧妙之處。 2. 了解詠春拳這項武術的動作模式。	1. 觀察：能認真聆聽。 2. 發表：能說出影響交通安全的因素及解決之道。 1. 問答：學生能與教師間互動，回答問題並再深入提問。 2. 說明：學生能夠瞭解詠春拳的起源、詠春拳的基本套路以及理解詠春拳在眾多中國武術中的獨特性。	【安全教育】 【交通安全】 安 J1 理解安全教育的意義。 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。 【人權教育】 人 J4 了解平等、正義的原則，並在生活中實踐。 人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。	
第十八週 0608-0614 0613 畢業典禮	【健教】第三篇環境安全總動員 【體育】第 3 章交通安全知與行	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 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。	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. 能夠察覺道路交通環境的潛藏危機。 2. 願意遵守行人、騎、乘車的交通安全。 3. 提升自我交通安全素養。	1. 觀察：能認真聆聽。 2. 發表：能說出影響交通安全的因素及解決之道。	【安全教育】 安 J1 理解安全教育的意義。 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。	

備註：

- 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。
- 議題融入填表說明：
 - 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。