

三、普通班-國中(表七之二)

114 學年度__九__年級__健體__領域教學計畫表

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 0831-0906 0901 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 0907-0913	【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。	

<p>第三週 0914-0920</p>	<p>【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</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。 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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<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。 【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	
<p>第四週 0921-0927</p>	<p>【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</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。 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</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<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</p>	

		的態度，與他人理性溝通與和諧互動。					
第五週 0928-1004	【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 1005-1011	【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	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	

				用無持球的切入來為自己與隊友創造得分機會。		力與興趣。	
第七週 1012-1018 1014-1015 第一次段考	<p>【健教】第二篇健康消費行家 第1章飲食新趨勢（第一次段考）</p> <p>【體育】第五篇團隊動力 第2章排球攔網（第一次段考）</p>	<p>2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</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>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>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。</p> <p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 認識特殊時期的飲食需求內涵。</p> <p>2. 評估自己的健康需求，體認特殊飲食的合適性。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>3. 運用助跑起跳，完成攔網動作。</p>	<p>1. 觀察：是否能認真聆聽。</p> <p>2. 發表：是否能認真參與討論。</p> <p>1. 實作：能在活動或比賽中，熟練的運用攔網觀念與技術。</p> <p>2. 實作：能控制身體，做出跨步、助跑攔網練習。</p>	<p>【家庭教育】 家 J8 探討家庭消費與財物管理策略。</p> <p>【其他議題】 職業試探</p>	
第八週 1019-1025	<p>【健教】第二篇健康消費行家 第1章飲食趨勢</p> <p>【體育】第五篇團隊動力 第2章排球攔網</p>	<p>2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</p> <p>3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活</p>	<p>Ea-IV-3 從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。</p> <p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰</p>	<p>1. 認識特殊時期的飲食需求內涵。</p> <p>2. 評估自己的健康需求，體認特殊飲食的合適性。</p> <p>1. 運用助跑起跳，完成攔網動作。</p> <p>2. 學會攔網技術動作要領。</p>	<p>1. 觀察：熱烈參與討論並踴躍發言。</p> <p>1. 觀察：是否認真參與攔網練習。</p> <p>2. 實作：能控制身體，做出跨步、助跑攔網練習。</p> <p>3. 實作：能熟練的完成跨步攔網技</p>	<p>【家庭教育】 家 J8 探討家庭消費與財物管理策略。</p> <p>【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	

		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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	術。	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。	術。		
第九週 1026-1101	【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 分析健康技能和生活技能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 1102-1108	【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 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 3b-IV-3 熟悉大部份的「決策與批	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	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	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	【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。	

		判」技能。 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。	球在羽球中的重要性。 3. 了解放小球與挑球的特性。	並控制擊球高度。 2. 實作：學生能依動作要領成做出正手放小球。		
第十一週 1109-1115	【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	1a-IV-4 理解促進健康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。	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. 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。	1. 觀察：是否能認真聽課。 2. 分享：是否能主動分享自己的想法。 1. 實作：學生能依動作要領成做出正手放小球。 2. 實作：學生能依動作要領成功擊出正、反手挑球。	【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。 【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 1116-1122	【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	

<p>第十三週 1123-1129 1127-1128 第二次段考</p>	<p>【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</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。 2a-IV-1 關注健康議題本土、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。</p>	<p>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。</p>	<p>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. 認識觸擊短打擊突襲短打動作要領</p>	<p>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。</p>	<p>【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。</p>	
<p>第十四週 1130-1206</p>	<p>【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</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>【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。</p>	

						【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十五週 1207-1213	【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（第二次段考）	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。	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。 3. 藉由排壘球活動認識棒球運動，並積極參與全民運動。	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 1214-1220	【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。	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。	

		1d-IV-3 應用運動比賽的項策略。					
第十七週 1221-1227	【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 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	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. 能理解法特雷克訓練法的內涵。 2. 能結合生活情境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。	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為。	【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。	
第十八週 1228-0103	【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	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。	

		動。					
第十九週 0104-0110	<p>【健教】第三篇永續愛地球 第3章健康社區</p> <p>【體育】第六篇超越自我 第2章競技啦啦隊舞蹈</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>1c-IV-1 了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>Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。</p> <p>Ib-IV-1 自由創作舞蹈。</p>	<p>1. 從社區經營實例，了解永續經營策略。</p> <p>2. 利用問題解決及倡議技巧來解決社區環境問題。</p> <p>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，</p> <p>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。</p> <p>3. 能嘗試做出腳步的各項動作。</p>	<p>1. 觀察：能認真聽課。</p> <p>2. 分享：能主動分享自己的想法。</p> <p>1. 實作：學生能做出簡潔有力的手姿動作。</p>	<p>【家庭教育】</p> <p>家 J10 參與家庭與社區的相關活動。</p> <p>家 J12 分析家庭生活與社區的關係，並善用社區資源。</p> <p>【長照服務】</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 J9 遵守環境設施、設備的安全守則</p>	
第二十週 0111-0117 0116 第三次段考	<p>【健教】第三篇永續愛地球 第3章健康社區</p> <p>【體育】第六篇超越自我 第2章競技啦啦隊舞蹈</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>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>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</p>	<p>Ca-IV-1 健康社區的相關問題改善策略與資源。</p> <p>Ib-IV-1 自由創作舞蹈。</p>	<p>1. 從社區經營實例，了解永續經營策略。</p> <p>2. 利用問題解決及倡議技巧來解決社區環境問題。</p> <p>1. 了解口號在比賽中的具體內容。</p> <p>2. 了解並嘗試做出整齊有力的呼喊口號。</p> <p>3. 能有節奏地做出口號與身體動作的協調搭配。</p>	<p>1. 觀察：能認真聽課。</p> <p>2. 分享：能主動分享自己的想法。</p> <p>1. 實作：學生能自行組合動作並表現出來。</p> <p>2. 觀察：學生能樂在參</p>	<p>【環境教育】</p> <p>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。</p> <p>【長照服務】</p> <p>【國際教育】</p> <p>國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。</p>	

		動技能。					
第二十一週 0118-0124 0119 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。 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	

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 0208-0214 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	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	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。	

		賞本土與世界運動的文化價值。		運動需求思考協助他們參與運動，享受運動權的方法。			
第二週 0215-0221	<p>【健教】第一篇有愛無礙 第1章揭開「性」的真實面紗</p> <p>【體育】第四篇超越運動障礙 第2章地板滾球</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>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</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>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>Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 探究健康的性涵義。</p> <p>2. 有效應用辨識技巧，加以澄清錯誤的性觀念。</p> <p>3. 具備辨識色情媒體資訊的批判能力。</p> <p>1. 了解地板滾球的比賽規則和 技能原理。</p> <p>2. 穩定的表現地板滾球的運動 技能。</p>	<p>1. 問答」：能說出面對色情的正確方法。</p> <p>2. 觀察：能熱烈參與討論並踴躍發言。</p> <p>1. 問答：能說出地板滾球起源與特色。</p> <p>2. 問答：能說出地板滾球的器材與簡單賽制。</p> <p>3. 實作：能表現地板滾球投準動作技能。</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>【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>	
第三週 0222-0228	<p>【健教】第一篇有愛無礙 第2章真愛要等待</p> <p>【體育】第五篇動如脫兔 第1章籃球～5x5 全場比賽</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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</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>1c-IV-1 了</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。</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>Db-IV-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</p> <p>Hb-IV-1 陣</p>	<p>1. 讓學生澄清青少年階段對性的迷失。</p> <p>2. 讓學生學習思辨並進行親密及性關係的健康抉擇。</p> <p>3. 讓學生知道青少年未婚懷孕時可以尋求的資源。</p> <p>1. 在籃球比賽中運用策略達到防守強化與提升進攻效率。</p> <p>2. 展現利他合群態度與同學共同完成比賽。</p>	<p>1. 觀察：是否能認真聽課。</p> <p>2. 問答：是否能主動分享自己的想法。</p> <p>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。</p> <p>2. 實作：學生能口頭說出規則的差異性與違例的罰則。</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J6 察覺知性與感性的衝突，尋求知、情、意、行統整之途徑。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	

		解各項運動基礎原理和規則。	地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。				
第四週 0301-0307	<p>【健教】第一篇有愛無礙 第2章真愛要等待</p> <p>【體育】第五篇動如脫兔 第1章籃球～5x5全場比賽</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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</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>Db-IV-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</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. 讓學生澄清青少年階段對性的迷失。</p> <p>2. 讓學生學習思辨並進行親密及性關係的健康抉擇。</p> <p>3. 讓學生知道青少年未婚懷孕時可以尋求的資源。</p> <p>1. 在籃球比賽中運用策略達到防守強化與提升進攻效率。</p> <p>2. 展現利他合群態度與同學共同完成比賽。</p> <p>3. 透過比賽了解自己的不足並能持續練習。</p>	<p>1. 觀察：進行討論時能具體舉出解決方法。</p> <p>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。</p> <p>2. 實作：對於持球的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。</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J6 察覺知性與感性的衝突，尋求知、情、意、行統整之途徑。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	
第五週 0308-0314	<p>【健教】第一篇有愛無礙 第3章性病知多少</p> <p>【體育】第五篇動如脫兔 第1章籃球～5x5全場比賽</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>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>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p>	<p>Db-IV-8 愛滋病及其他性病的預防方法與關懷。</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. 探究造成性傳染病的危險因子及對健康的影響。</p> <p>2. 熟悉預防性傳染病的有效方法。</p> <p>3. 願意進行愛滋關懷以及倡議宣導。</p> <p>1. 在籃球比賽中運用策略達到防守強化與提升進攻效率。</p> <p>2. 展現利他合群態度與同學共同完成比賽。</p> <p>3. 透過比賽了解自己的不足並能持續</p>	<p>1. 觀察：能否認真聆聽。</p> <p>2. 發表：是否能認真參與討論。</p> <p>1. 實作：場上的隊員能熟悉空間的掌握，不會都擠在一起。</p> <p>2. 實作：能夠發生聲音，彼此提醒走位或接球位置。</p> <p>3. 實作：傳球與走位動作流暢，不發生傳球失誤，且能得分。</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>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	

				練習。			
第六週 0315-0321	<p>【健教】第一篇有愛無礙 第3章性病知多少</p> <p>【體育】第五篇動如脫兔 第2章桌球～下旋球與雙打比賽</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>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>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>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p>	<p>Db-IV-8 愛滋病及其他性病的預防方法與關懷。</p> <p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 探究造成性傳染病的危險因子及對健康的影響。</p> <p>2. 熟悉預防性傳染病的有效方法。</p> <p>3. 願意進行愛滋關懷以及倡議宣導。</p> <p>1. 了解桌球旋轉的特性與原理。2. 學會發與接下旋球。</p> <p>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。</p>	<p>1. 觀察：能否認真聆聽。</p> <p>2. 發表：是否能認真參與討論。</p> <p>1. 觀察：完成動動腦並勇於分享自己的看法。</p> <p>2. 實作：學生能做出摩擦擊球動作。</p> <p>3. 實作：學生能依動作要領成功做出正手發下旋球。</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>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	
第七週 0322-0328 0326-0327 第一次段考	<p>【健教】第一篇有愛無礙 第3章性病知多少(第一次段考)</p> <p>【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)</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>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>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他</p>	<p>Db-IV-8 愛滋病及其他性病的預防方法與關懷。</p> <p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 探究造成性傳染病的危險因子及對健康的影響。</p> <p>2. 熟悉預防性傳染病的有效方法。</p> <p>3. 願意進行愛滋關懷以及倡議宣導。</p> <p>1. 了解桌球旋轉的特性與原理。2. 學會發與接下旋球。</p> <p>3. 了解桌球策略的運用並學習與他人溝通互動。</p>	<p>1. 觀察：能否認真聆聽。</p> <p>2. 發表：是否能認真參與討論。</p> <p>1. 實作：學生能依動作要領成功做出正、反手放小球。</p> <p>2. 實作：學生能成功做出正手抽下旋球。</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>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>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	

		人理性溝通與和諧互動。					
第八週 0329-0404	<p>【健教】第二篇人際好關係 第1章拉近彼此距離</p> <p>【體育】第五篇動如脫兔 第2章桌球～下旋球與雙打比賽</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生活技能。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素分析與溝通技巧。</p> <p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 完整分析有利於人際關係的特質，覺察自己的人際表現。</p> <p>2. 熟悉並運用溝通技巧增進人際關係。</p> <p>3. 願意成為反霸凌的行動者。</p> <p>1. 了解桌球旋轉的特性與原理。2. 學會發與接下旋球。</p> <p>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。</p>	<p>1. 觀察：是否認真聆聽。</p> <p>2. 發表：是否能踴躍發表自己的想法。</p> <p>1. 實作：學生能流暢的做出雙打跑位輪轉。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J1 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	
第九週 0405-0411	<p>【健教】第二篇人際好關係 第1章拉近彼此距離</p> <p>【體育】第五篇動如脫兔 第3章排球～初級進攻戰術</p>	<p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</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>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策</p>	<p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素分析與溝通技巧。</p> <p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 完整分析有利於人際關係的特質，覺察自己的人際表現。</p> <p>2. 熟悉並運用溝通技巧增進人際關係。</p> <p>3. 願意成為反霸凌的行動者。</p> <p>1. 了解快攻動作技術分析。</p> <p>2. 認識團隊進攻戰術概念。</p> <p>3. 學會平行攻擊戰術基本技巧。</p>	<p>1. 觀察：是否認真聆聽。</p> <p>2. 實作：確實完成溝通技巧的練習。</p> <p>1. 提問：是否能說出各種舉球戰術號碼的差異性。</p> <p>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。</p> <p>3. 實作：能寫出常見的進攻戰術暗號。</p>	<p>【人權教育】</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>人 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 J7 了解霸凌防制的精神。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	

		略。					
第十週 0412-0418	<p>【健教】第二篇人際好關係 第1章拉近彼此距離</p> <p>【體育】第五篇動如脫兔 第3章排球～初級進攻戰術</p>	<p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</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>1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p>	<p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素分析與溝通技巧。</p> <p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 完整分析有利於人際關係的特質，觀察自己的人際表現。</p> <p>2. 熟悉並運用溝通技巧增進人際關係。</p> <p>3. 願意成為反霸凌的行動者。</p> <p>1. 了解快攻動作技術分析。</p> <p>2. 認識團隊進攻戰術概念。</p>	<p>1. 觀察：是否認真聆聽。</p> <p>2. 實作：確實完成溝通技巧的練習。</p> <p>1. 觀察：是否認真參與各種快攻攻擊型態的討論。</p> <p>2. 發表：能正確的說出各種快攻的差異性。</p> <p>3. 實作：能做出A式快攻的扣球動作。</p>	<p>【人權教育】</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>人J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安J7 了解霸凌防制的精神。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	
第十一週 0419-0425	<p>【健教】第二篇人際好關係 第2章和諧的家人關係</p> <p>【體育】第五篇動如脫兔 第4章足球～防守</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>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>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>Fa-IV-2 家庭衝突的協與問題解決技巧。</p> <p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 完整分析家人衝突的原因及類型。</p> <p>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。</p> <p>3. 熟悉處理衝突的步驟與原則並能有效解決衝突。</p> <p>1. 了解足球防守方式和概念。</p> <p>2. 學會個人防守中的盯防技巧。</p>	<p>1. 觀察：是否能認真聆聽。</p> <p>2. 分享：踴躍發表自己的想法。</p> <p>1. 實作：能做出個人盯防的防守動作。</p> <p>2. 觀察：是否認真參與小組防守活動演練。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品J1 溝通合作與和諧人際關係。</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>【長照服務】</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯J3 覺察自己的能力與興趣。</p>	
第十二週 0426-0502	<p>【健教】第二篇人際好關係 第2章和諧的家人關係</p> <p>【體育】第五篇動如脫兔 第4章足球～防守</p>	<p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p>	<p>Fa-IV-2 家庭衝突的協與問題解決技巧。</p> <p>Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 完整分析家人衝突的原因及類型。</p> <p>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。</p> <p>3. 熟悉處理衝突的步驟與原則並能有效解決衝突。</p>	<p>1. 觀察：能熱烈參與討論。</p> <p>2. 分享：踴躍發表自己的想法。</p> <p>1. 觀察：是否認真參與2對2單邊斷球防守練習。</p> <p>2. 實作：能與隊友合力完成單邊斷球防守練習。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品J1 溝通合作與和諧人際關係。</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>【家暴防治教育】</p>	

		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。	合及團隊戰術。	效的解決衝突。 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. 了解盯人防守與區域防守的技巧及概念。	守戰術。	【生涯規劃教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。	
第十三週 0503-0509 0504-0505 九年級 第二次段考 0506-0507 七八年級 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 0510-0516	【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	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。	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	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。	【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。	

		<p>的實施程序概念。</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>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺（需換氣 5 次以上）。</p>	<p>作為議題，討論游泳技能原理。</p> <p>2. 了解蝶泳打水的動力來源，並能展現連續蝶腿動作。</p> <p>3. 藉由陸上練習認識蝶泳划水分解動作。</p>	<p>2. 實作：能安全地小組合作完成單臂蝶泳陸上練習。</p>	<p>安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。</p> <p>【長照服務】</p> <p>【海洋教育】</p> <p>海 J2 認識並參與安全的海洋生態旅遊。</p>	
<p>第十五週</p> <p>0517-0523</p>	<p>【健教】第三篇環境安全總動員</p> <p>第 1 章居家安全體檢</p> <p>【體育】第六篇我愛運動</p> <p>第 2 章民俗體育～扯鈴</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>1c-IV-1 了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>Bb-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。</p> <p>Bb-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。</p> <p>Ic-IV-1 民俗運動進階與綜合動作。</p>	<p>1. 能有效評估家中所潛藏的危險因子。</p> <p>2. 探討影響居家安全的因素，有效解決居家安全問題。</p> <p>3. 掌握火場逃生的基本要領，與家人演練逃生路線。</p> <p>1. 了解參與扯鈴運動的優勢。</p> <p>2. 認識與欣賞扯鈴的文化意涵和價值。</p> <p>3. 欣賞扯鈴運動的身體控制能力及身體美學。</p>	<p>1. 觀察：能否認真聆聽。</p> <p>2. 實作：能說出影響居家安全的因素及解決之道。</p> <p>1. 問答：能說出扯鈴運動的相關概念與文化意涵。</p> <p>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。</p>	<p>【安全教育】</p> <p>【交通安全】</p> <p>安 J1 理解安全教育的意義。</p> <p>安 J2 判斷常見的事故傷害。</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>【長照服務】</p> <p>【多元文化教育】</p> <p>多 J2 關懷我族文化遺產的傳承與興革。</p>	
<p>第十六週</p> <p>0524-0530</p>	<p>【健教】第三篇環境安全總動員</p> <p>第 2 章防震安全準備好</p> <p>【體育】第六篇我愛運動</p> <p>第 2 章民俗體育～扯鈴</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>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>Bb-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>Ic-IV-1 民</p>	<p>1. 體認地震對人類帶來的災害。</p> <p>2. 熟悉地震逃生技巧並加以演練。</p> <p>1. 了解扯鈴運動中的繞腿運動技能相關概念。</p> <p>2. 表現扯鈴運動中繞腿運動技能，展現身體的協調和控制</p>	<p>1. 觀察：能否認真聆聽。</p> <p>2. 發表：是否能說出地震對生命財產的影響。</p> <p>3. 發表：是否能說出逃生技巧。</p> <p>1. 說明：學生能清楚了解大輪迴分段化的基本動作要領。</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J1 理解安全教育的意義。</p> <p>安 J2 判斷常見的事故傷害。</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</p>	

			俗運動進階與綜合動作。	能力。	2. 實作：學生能做出大輪迴分段化的各項動作。	素。 安 J8 演練校園災害預防的課題。 【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 0531-0606	<p>【健教】第三篇環境安全總動員 第 3 章交通安全知與行</p> <p>【體育】第六篇我愛運動 第 3 章武術～詠春拳</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>2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。</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>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>Bd-IV-1 武術套路動作與攻防演練應用。</p> <p>Bd-IV-2 技擊綜合動作與攻防演練應用。</p>	<p>1. 能夠察覺道路交通環境的潛藏危機。</p> <p>2. 願意遵守行人、騎、乘車的交通安全。</p> <p>3. 提升自我交通安全素養。</p> <p>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。</p> <p>2. 了解詠春拳這項武術的動作模式。</p>	<p>1. 觀察：能認真聆聽。</p> <p>2. 發表：能說出影響交通安全的因素及解決之道。</p> <p>1. 問答：學生能與教師間互動，回答問題並再深入提問。</p> <p>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。</p>	<p>【安全教育】 【交通安全】</p> <p>安 J1 理解安全教育的意義。</p> <p>安 J2 判斷常見的事故傷害。</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>【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 J8 了解人身自由權，並具有自我保護的知能。</p>	
第十八週 0607-0613 6/10 畢業典禮	<p>【健教】第三篇環境安全總動員 【體育】第 3 章交通安全知與行</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>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p> <p>3b-IV-4 因應不同的生活情境，善</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>1. 能夠察覺道路交通環境的潛藏危機。</p> <p>2. 願意遵守行人、騎、乘車的交通安全。</p> <p>3. 提升自我交通安全素養。</p>	<p>1. 觀察：能認真聆聽。</p> <p>2. 發表：能說出影響交通安全的因素及解決之道。</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 J1 理解安全教育的意義。</p> <p>安 J2 判斷常見的事故傷害。</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>	

		用各種生活技能，解決健康問題。					

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。