

113 學年度七年級健康與體育領域教學計畫表

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 8/26-8/30 (8/30 開學日)	第一篇健康滿點 第一章健康舒適角	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響因素。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。	Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	1. 理解並覺察身體、心理與社會各層面的健康。 2. 因應生活情境的健康需求，尋求解決健康問題。 3. 自我監督促進健康的行動並反省修正。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生命教育	
	第四篇運動好健康 第一章體適能	4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。	1. 了解體適能的定義。 2. 分析體是能對生活的影響。 3. 了解體適能的分類和要素。 4. 分辨健康體適能與技能體適能的差異。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生涯規劃 長照服務、 失智症	
第二週 9/2-9/6	第一篇健康滿點 第一章健康舒適角	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響因素。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。	Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	1. 自我監督促進健康的行動並反省修正。 2. 能了解健康包含身體、心理與社會三大層面，且三大層面會互相影響。 3. 理解並覺察生理、心理與社會各層面的健康。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生命教育 消費者保護 長照服務 失智症	
	第四篇運動好健康 第一章體適能	4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。	Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。	1. 了解體適能的定義。 2. 分析體是能對生活的影響。 3. 了解體適能的分類和要素。 4. 分辨健康體適能與技能體適能的差異。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	生涯規劃 長照服務 失智症	

第三週 9/9-9/13	第一篇健康滿點 第二章身體的奧妙	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 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。	Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。 Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。	1. 能看懂自己的健康檢查報告，並依結果改善自己的生活型態或尋求專業醫療人員協助。 2. 能知道政府補助基礎健康檢查的資訊。 3. 能主動關心家人是否定期進行健康檢查。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生命教育	
	第四篇運動好健康 第一章體適能	4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。	Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。	1. 能執行體適能運動處方。 2. 能分析運動計畫執行成效。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	生涯規劃 長照服務 失智症	
第四週 9/16-9/20	第一篇健康滿點 第二章身體的奧妙	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-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。 Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。	1. 能看懂自己的健康檢查報告，並依結果改善自己的生活型態或尋求專業醫療人員協助。 2. 能知道政府補助基礎健康檢查的資訊。 3. 能主動關心家人是否定期進行健康檢查。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	長照服務 失智症	
	就是愛運動 第一章游泳	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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Gb-IV-2 游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。	1. 學習基本泳姿提升游泳效能。 2. 藉由基礎訓練，提升游泳基本能力。 3. 藉由陸上划手練習，熟練划手能力。 4. 透過水上划手練習、提升划手效能。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	海洋教育 安全教育 (水域安全) 生涯規劃	

<p>第五週 9/23-9/27</p>	<p>第一篇健康滿點 第二章身體的奧妙</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。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。 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>Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。 Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。</p>	<p>1. 能看懂自己的健康檢查報告，並依結果改善自己的生活型態或尋求專業醫療人員協助。 2. 能知道政府補助基礎健康檢查的資訊。 3. 能主動關心家人是否定期進行健康檢查。</p>	<p>1. 課堂參與 2. 口頭提問</p>	<p>家庭教育 長照服務 失智症</p>	
	<p>就是愛運動 第一章游泳</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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Gb-IV-2 游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。</p>	<p>1. 學習基本泳姿提升游泳效能。 2. 藉由基礎訓練，提升游泳基本能力。 3. 藉由陸上划手練習，熟練划手能力。 4. 透過水上划手練習、提升划手效能。</p>	<p>1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量</p>	<p>海洋教育 安全教育 (水域安全) 生涯規劃</p>	
<p>第六週 9/30-10/4</p>	<p>第一篇健康滿點 第二章身體的奧妙</p>	<p>4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。 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>Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。 Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。</p>	<p>1. 能看懂自己的健康檢查報告，並依結果改善自己的生活型態或尋求專業醫療人員協助。 2. 能知道政府補助基礎健康檢查的資訊。 3. 能主動關心家人是否定期進行健康檢查。</p>	<p>1. 課堂參與 2. 口頭提問</p>	<p>家庭教育 長照服務 失智症</p>	
	<p>就是愛運動 第一章游泳</p>	<p>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。</p>	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Gb-IV-2 游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。</p>	<p>1. 學習基本泳姿提升游泳效能。 2. 藉由基礎訓練，提升游泳基本能力。 3. 藉由陸上划手練習，熟練划手能力。 4. 透過水上划手練習、提升划手效能。</p>	<p>1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量</p>	<p>海洋教育 安全教育 (水域安全) 生涯規劃</p>	

第七週 10/7-10/11 (10/8-10/9 第一次定期考 查)	第二篇健康照護 第一寵 eye 百分比	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。	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。	1. 能覺察自己的視力健康情形。 2. 讓學生認識眼球構造及常見視力問題。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	長照服務 失智症	
	就是愛運動 第一章游泳	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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Gb-IV-2 游泳前進25公尺(需換氣5次以上)。	1. 學習基本泳姿提升游泳效能。 2. 藉由基礎訓練,提升游泳基本能力。 3. 藉由陸上划手練習,熟練划手能力。 4. 透過水上划手練習、提升划手效能。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	海洋教育 安全教育 (水域安全) 生涯規劃	
第八週 10/14-10/18	第二篇健康照護 第一章寵 eye 百分比	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。 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。	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。	1. 能覺察自己的視力健康情形。 2. 能認識眼球構造及常見視力問題。 3. 能有效進行視力保健,養成護眼好習慣。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	長照服務 失智症 安全教育- 食藥安全	
	第五篇健康動氣來 第三章羽球	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。 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. 認識羽球運動的起源。 2. 學會羽球握拍方法。 3. 認識準備發球前的持球動作。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	性別平等教育 人權教育 品德教育	
第九週 10/21-10/25	第二篇健康照護 第二章健康從齒開始	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。	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。	1. 覺察自己牙齒健康情形。 2. 認識牙齒構造及口腔健康問題。 3. 精熟潔牙方法。 4. 實踐照護牙齒好習慣。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生涯規劃 長照服務	

	第五篇健康動氣來 第三章羽球	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. 學會羽球正拍發高遠球。與反拍發網前短球。 2. 認識接發球區。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	性別平等教育 人權教育 品德教育	
第十週 10/28-11/1	第二篇健康照護 第二章健康從齒開始	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。	1. 覺察自己牙齒健康情形。 2. 認識牙齒構造及口腔健康問題。 3. 精熟潔牙方法。 4. 實踐照護牙齒好習慣。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	高齡教育 長照服務 失智症	
	第五篇健康動起來 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。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 傳接球基本概念介紹。 2. 與隊友合作運用傳接球完成進攻。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	性別平等教育 人權教育 品德教育	
第十一週 11/4-11/8	第二篇健康照護 第三章護膚保衛戰	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。	1. 認識皮膚構造及常見皮膚問題。 2. 熟練洗臉、防晒方法。 3. 實踐照護皮膚好習慣。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	環境教育	
	第五篇健康動起來 第一章籃球	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。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 傳接球基本概念介紹。 2. 與隊友合作運用傳接球完成進攻。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	性別平等教育 人權教育 品德教育	
第十二週 11/11-11/15	第二篇健康照護 第三章護膚保衛戰	3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。	1. 認識皮膚構造及常見皮膚問題。 2. 熟練洗臉、防晒方法。 3. 實踐照護皮膚好習慣。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	環境教育	
	第五篇健康動起來 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	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 認識排球低手發球、低手傳接球等排球基礎技術的重要性。 2. 認識正確的排球低手擊球的手	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	生涯規劃 性別平等教育	

		技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術	部動作、身體軀幹姿勢的穩定。 3. 能夠操作低手擊球的動作，以及指出低手擊球動作的正確與否。		人權教育 品德教育	
第十三週 11/18-11/22 (11/21-11/22 校慶)	第二篇健康照護 第四章聽力保健	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-4 提出健康自主管理的行動策略。	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。	1. 認識耳朵構造及常見耳朵相關疾病。 2. 實踐照護耳朵好習慣。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	閱讀素養	
	第五篇健康動起來 第二章排球	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。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術	1. 認識排球低手發球、低手傳接球等排球基礎技術的重要性。 2. 認識正確的排球低手擊球的手部動作、身體軀幹姿勢的穩定。 3. 能夠操作低手擊球的動作，以及指出低手擊球動作的正確與否。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	生涯規劃 性別平等教育 人權教育	
第十四週 11/25-11/29	第二篇健康照護 第四章聽力保健	1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。	1. 認識耳朵構造及常見耳朵相關疾病。 2. 實踐照護耳朵好習慣。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生命教育 長照服務 失智症	
	健康體適能	4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。	Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。	1. 認識立定跳遠 2. 認識柔軟度 3. 認識心肺耐力 4. 認識捲腹仰臥起坐	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	長照服務 失智症	

第十五週 12/2-12/6 (12/2-12/3 第二次定期考 查)	第三篇快樂青春行 第一章蛻變的你	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-4 提出健康自主管理的行動策略。 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。 Db-IV-2 青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。	1. 自主思考青春期的健康問題。 2. 提出青春期保健自主管理的行動策略。 3. 樂於實踐青春期健康促進的生活型態。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	性別平等教育 家庭暴力防治 生命教育	
	健康體適能	4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。	Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。	1. 認識立定跳遠 2. 認識柔軟度 3. 認識心肺耐力 4. 認識捲腹仰臥起坐	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	長照服務 失智症	
第十六週 12/9-12/13	第三篇快樂青春行 第一章蛻變的你	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。	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-2 青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。	1. 自主思考青春期的健康問題。 2. 提出青春期保健自主管理的行動策略。 3. 樂於實踐青春期健康促進的生活型態。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生涯規劃 性別平等教育 性侵防治教育 生命教育	
	第六篇健康跑跳碰 第一章田徑	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，與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰學習態度。	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	1. 了解起跑的重要性，並體驗短距離的蹲踞式起跑、中長距離跑的站立式起跑的動作要領。 2. 體驗不同的短距離起跑、中長距離起跑方式，並熟悉其動作的要領。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	安全教育 性別平等教育 品德教育	
第十七週 12/16-12/20	第三篇快樂青春行 第一章蛻變的你	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-4 提出健康自主管理的行動策略。 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。 Db-IV-2 青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。	1. 自主思考青春期的健康問題。 2. 提出青春期保健自主管理的行動策略。 3. 樂於實踐青春期健康促進的生活型態。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	性別平等教育 性侵防治教育 性剝削防治教育 生命教育	

	第六篇健康跑跳碰 第一章田徑	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 應與思考能力與分析能力，解決運動情境問題。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	1. 了解起跑的重要性，並體驗短距離的蹲踞式起跑、中長距離跑的站立式起跑的動作要領。 2. 體驗不同的短距離起跑、中長距離起跑方式，並熟悉其動作的要領。	實作：馬克操 實作：接力技巧 實作：鉛球投擲 測驗：跳遠,100公尺	安全教育 性別平等教育 品德教育	
第十八週 12/23-12/27	第三篇快樂青春行 第二章打造獨一無二的我	2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 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。	Db-IV-2 青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。 Fa-IV-1 自我認同與自我實現。	1. 自主思考自己的特質、自我概念。 2. 運用正向思維充分地肯定自我。 3. 樂於自我實現的生活型態。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生命教育 安全教育- 交通安全	
	第六篇健康跑跳碰 第一章田徑	3d-IV-3 應與思考能力與分析能力，解決運動情境問題。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。 Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	1. 了解起跑的重要性，並體驗短距離的蹲踞式起跑、中長距離跑的站立式起跑的動作要領。 2. 體驗不同的短距離起跑、中長距離起跑方式，並熟悉其動作的要領。	實作：馬克操 實作：接力技巧 實作：鉛球投擲 測驗：鉛球,400公尺	安全教育 性別平等教育	
第十九週 12/30-1/3	第三篇快樂青春行 第二章打造獨一無二的我	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 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。	Db-IV-2 青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。 Fa-IV-1 自我認同與自我實現。	1. 自主思考自己的特質、自我概念。 2. 運用正向思維充分地肯定自我。 3. 樂於自我實現的生活型態。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生命教育	
	第五篇健康動氣來 第三章羽球	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。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 認識羽球運動的起源。 2. 學會羽球握拍方法。 3. 認識準備發球前的持球動作。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	性別平等教育 人權教育 品德教育	

		通與和諧互動。					
第二十週 1/6-1/10	第三篇快樂青春行 第三章打破性別刻板印象	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。	Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。	1. 思辨性別刻板印象的內涵。 2 熟悉打破性別刻板印象的技能。 3 公開表明尊重他人性別特質的立場。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	性別平等教育 性侵害防治教育 生命教育	
	第五篇健康動氣來 第三章羽球	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. 學會羽球正拍發高遠球。與反拍發網前短球。 2. 認識接發球區。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	性別平等教育 人權教育 品德教育	
第二十一週 1/13-1/17 (1/16-1/17 第三次定期考查)	第三篇快樂青春行 第三章打破性別刻板印象	4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 4b-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。	1. 思辨性別刻板印象的內涵。 2 熟悉打破性別刻板印象的技能。 3 公開表明尊重他人性別特質的立場。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	性別平等教育	
	第五篇健康動氣來 第三章羽球	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. 學會羽球正拍發高遠球。與反拍發網前短球。 2. 認識接發球區。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	性別平等教育 人權教育	
第二十二週 1/20-1/24 (1/20 休業式)	第三篇快樂青春行 第三章打破性別刻板印象	4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。 4b-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。	1. 思辨性別刻板印象的內涵。 2 熟悉打破性別刻板印象的技能。 3 公開表明尊重他人性別特質的立場。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	性別平等教育 生命教育	
	第五篇健康動氣來 第三章羽球	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. 學會羽球正拍發高遠球。與反拍發網前短球。 2. 認識接發球區。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	性別平等教育 人權教育	

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 2/10-2/14 (2/11 開學日)	第一篇致命的吸引力 第一章拒菸我最行	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源的運用。	1 讓學生認識菸、酒、檳榔的成分。 2 讓學生思考菸、酒、檳榔對健康造成的威脅感與嚴重性。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	家庭教育 生命教育	
	預備週 量身高體重	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。	能透過運動及飲食控制自身體重	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	生命教育	
第二週 2/17-2/21	第一篇致命的吸引力 第一章拒菸我最行	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。 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。	Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源的運用。	1 讓學生認識菸、酒、檳榔的成分。 2 讓學生思考菸、酒、檳榔對健康造成的威脅感與嚴重性。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	性別平等教育 生命教育	

	第五篇健康動氣來 第三章羽球	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。 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. 認識羽球運動的起源。 2. 學會羽球握拍方法。 3. 認識準備發球前的持球動作。 4. 學會羽球正拍發高遠球。與反拍發網前短球。 5. 認識接發球區。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	性別平等教育 人權教育 品德教育	
第三週 2/24-2/28	第一篇致命的吸引力 第一章拒菸我最行	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。 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。	Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源的運用。	1 讓學生認識菸、酒、檳榔的成分。 2 讓學生思考菸、酒、檳榔對健康造成的威脅感與嚴重性。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生命教育	
	第五篇健康動氣來 第三章羽球	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. 認識羽球運動的起源。 2. 學會羽球握拍方法。 3. 認識準備發球前的持球動作。 4. 學會羽球正拍發高遠球。與反拍發網前短球。 5. 認識接發球區。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	性別平等教育 人權教育 品德教育	
第四週 3/3-3/7	第一篇致命的吸引力 第二章酒、檳榔的世界	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。	Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。	1 讓學生認識菸、酒、檳榔的成分。 2 讓學生思考菸、酒、檳榔對健康造成的威脅感與嚴重性。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生命教育 安全教育- 交通安全	
	第四篇運動大視界 第一章運動新視野	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4c-IV-3 規劃提升體適	Bc-IV-2 終身運動計畫的擬定原則。	1. 利用資訊科技或書籍蒐集運動功能相關資料。 2. 評估自己對運動功能的認知。 3. 了解運動對學習效益影響的相關資訊，建立正確的運動價值。 4. 了解運動對心理的正面效益，	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	生涯規劃	

		能與運動技能的運動計畫。		提高運動參與動機。			
第五週 3/10-3/14	第一篇致命的吸引力 第二章酒、檳榔的世界	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。	Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。	1 讓學生認識菸、酒、檳榔的成分。 2 讓學生思考菸、酒、檳榔對健康造成的威脅感與嚴重性。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生涯規劃 食農教育 生命教育 安全教育- 交通安全	
	第四篇運動大視界 第一章運動新視野	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。	Bc-IV-2 終身運動計畫的擬定原則。	1. 利用資訊科技或書籍蒐集運動功能相關資料。 2. 評估自己對運動功能的認知。 3. 了解運動對學習效益影響的相關資訊，建立正確的運動價值。 4. 了解運動對心理的正面效益，提高運動參與動機。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	生涯規劃	
第六週 3/17-3/21	第一篇致命的吸引力 第三章無毒人生	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-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。	Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源的運用。	1. 讓學生了解成癮藥物對生理、心理、社會健康的衝擊與影響。 2. 讓學生關注與毒品相關法律規範。 3. 讓學生能夠思辨偽裝的新興毒品並堅定拒毒的立場。 4. 讓學生協助有毒品癮的同學或家人尋求戒毒資源。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	性侵害防治教育 生命教育 家庭暴力防治	
	第四篇運動好健康 第一章體適能	4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-2 執行個人運動	Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。	1. 了解體適能的定義。 2. 分析體是能對生活的影響。 3. 了解體適能的分類和要素。 4. 分辨健康體適能與技能體適能的差異。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	生涯規劃	

		計畫，實際參與身體活動。					
第七週 3/24-3/28 (第一次定期 考查)	第一篇致命的吸引力 第三章無毒人生	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-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。 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。	Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源的運用。	1. 讓學生了解成癮藥物對生理、心理、社會健康的衝擊與影響。 2. 讓學生關注與毒品相關法律規範。 3. 讓學生能夠思辨偽裝的新興毒品並堅定拒毒的立場。 4. 讓學生協助有毒品癮的同學或家人尋求戒毒資源。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生命教育	
	第四篇運動好健康 第一章體適能	4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。	1. 能正確實作體適能檢測方法。 2. 了解體適能運動處方基礎設計原則。 3. 能評估個人體適能檢測結果。 4. 能設計體適能促進的運動計畫。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	生涯規劃	

第八週 3/31-4/4	第一篇致命的吸引力 第三章無毒人生	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-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。	Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源的運用。	1. 讓學生了解成癮藥物對生理、心理、社會健康的衝擊與影響。 2. 讓學生關注與毒品相關法律規範。 3. 讓學生能夠思辨偽裝的新興毒品並堅定拒毒的立場。 4. 讓學生協助有毒品癮的同學或家人尋求戒毒資源。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	家庭教育 生命教育	
	第六篇就是愛運動 第一章游泳	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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Gb-IV-2 游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。	1. 學習基本泳姿提升游泳效能。 2. 藉由基礎訓練，提升游泳基本能力。 3. 藉由陸上划手練習，熟練划手能力。 4. 透過水上划手練習、提升划手效能。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	海洋教育 安全教育 (水域安全)	
第九週 4/7-4/11	第一篇致命的吸引力 第三章無毒人生	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。 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。	Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。 Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 Bb-IV-5 拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源的運用。	1. 讓學生了解成癮藥物對生理、心理、社會健康的衝擊與影響。 2. 讓學生關注與毒品相關法律規範。 3. 讓學生能夠思辨偽裝的新興毒品並堅定拒毒的立場。 4. 讓學生協助有毒品癮的同學或家人尋求戒毒資源。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生命教育	
	第六篇就是愛運動 第一章游泳	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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Gb-IV-2 游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。	1. 學習基本泳姿提升游泳效能。 2. 藉由基礎訓練，提升游泳基本能力。 3. 藉由陸上划手練習，熟練划手能力。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	海洋教育 安全教育 (水域安全)	

				4. 透過水上划手練習、提升划手效能。			
第十週 4/14-4/18	第二篇防疫總動員 第一章新興傳染病	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-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	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. 讓學生明白傳染病是如何發生。 2. 讓學生了解常見傳染病對健康的威脅感與嚴重性。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生命教育	
	第五篇球類真好玩 第一章籃球	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。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動。	1. 給球跟進投籃練習。 2. 擺脫防守者完成接球投籃動作。 3. 基本小組戰術介紹。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	生涯規劃 品德教育	
第十一週 4/21-4/25	第二篇防疫總動員 第一章新興傳染病	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。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。	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. 讓學生明白傳染病是如何發生。 2. 讓學生了解常見傳染病對健康的威脅感與嚴重性。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生命教育	

	第五篇球類真好玩 第一章籃球	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，解決運動情感的問題。 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。	1. 能夠在有防守者的情況下，選擇較好的投籃機會。 2. 藉由比進攻者少一人的防守者情況下，演練前面所學基本戰術：運球切入分球與給球後跟進。 3. 了解個人命中率在不同投籃位置的變化。	1. 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	生涯規劃 品德教育	
第十二週 4/28-5/2	第二篇防疫總動員 第一章新興傳染病	2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 3a-IV-2 因應不同的生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。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	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. 讓學生明白傳染病是如何發生。 2. 讓學生了解常見傳染病對健康的威脅感與嚴重性。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	生命教育	
	第六篇就是愛運動 第一章游泳	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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Gb-IV-2 游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。	1. 學習基本泳姿提升游泳效能。 2. 藉由基礎訓練，提升游泳基本能力。 3. 藉由陸上划手練習，熟練划手能力。 4. 透過水上划手練習、提升划手效能。	1. 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	海洋教育 安全教育 (水域安全)	
第十三週 5/5-5/9	第二篇防疫總動員 第二章 認識台灣傳染病	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防治策略。	1. 讓學生明白傳染病是如何發生。 2. 讓學生了解常見傳染病對健康的威脅感與嚴重性。	1. 課堂參與 2. 口頭提問 3. 實作評量	生命教育	

	第六篇就是愛運動 第一章游泳	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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Gb-IV-2 游泳前進25公尺（需換氣5次以上）。	1. 學習基本泳姿提升游泳效能。 2. 藉由基礎訓練，提升游泳基本能力。 3. 藉由陸上划手練習，熟練划手能力。 4. 透過水上划手練習、提升划手效能。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	海洋教育 安全教育 (水域安全)	
第十四週 5/12-5/16 (第二次定期 考查)	第二篇防疫總動員 第二章 認識台灣傳染病	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防治策略。	1. 讓學生明白傳染病是如何發生。 2. 讓學生了解常見傳染病對健康的威脅感與嚴重性。	1. 課堂參與 2. 口頭提問 3 實作評量	閱讀素養	
	第六篇就是愛運動 第一章游泳	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。	Gb-IV-2 仰泳前進25公尺。	1. 學習基本泳姿提升游泳效能。 2. 踢腿動作能力提升	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	海洋教育 安全教育 (水域安全)	
第十五週 5/19-5/23	第三篇醫療新世代 第一章用藥安全	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 3b-IV-3 熟悉大部分的決策與批判技能。 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。	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. 具體辨識藥物的種類。 2. 了解正確用藥的行動。 3. 能夠尋求用藥資源與諮詢。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	消費者保護 安全教育 (食藥安全)	
	第五篇球類真好玩 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。	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，引導學生觀看舉球員與隊友間的暗號戰術，了解舉球員在比賽中的重要性，激發學習動機及參與感。 2. 學會正面高手傳球的動作要領。 讓學生在練習中，找到最好的觸球及傳球時機。	1. 課堂參與 2. 口頭提問 3 實作評量	生涯規劃 品德教育	

第十六週 5/26-5/30	第三篇醫療新世代 第一章用藥安全	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 3b-IV-3 熟悉大部分的決策與批判技能。 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。	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. 具體辨識藥物的種類。 2. 了解正確用藥的行動。 3. 能夠尋求用藥資源與諮詢。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	消費者保護 安全教育 (食藥安全)	
	第五篇球類真好玩 第二章排球	2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 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. 了解正面、背後高手傳球的動作要領。 2. 讓學生自我檢視是否能將高手傳球控制在目標範圍。	1. 課堂參與 2. 口頭提問 3 實作評量	生涯規劃 品德教育	
第十七週 6/2-6/6	第三篇醫療新世代 第一章用藥安全	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 3b-IV-3 熟悉大部分的決策與批判技能。 4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。	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. 了解藥品選購與使用的迷思。 2. 熟悉藥品廣告訊息的識讀與批判技能。 3. 練習正確選購藥品的好決定。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	消費者保護 長照服務 失智症 安全教育 (食藥安全)	
	第六篇就是愛運動 第二章水上安全與自救	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 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。	1. 藉由新聞訊息傳遞了解安全水域判斷。 2. 讓學生了解常見水域意外發生的原因。 3. 讓學生了解常見水域意外發生的原因。	1. 課堂參與 2. 口頭提問 3 實作評量	海洋教育 安全教育 (水域安全)	
第十八週 6/9-6/13	第三篇醫療新世代 第二章我愛健保	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1. 體認全民健保與醫療制度的重要。 2. 能夠妥善使用醫療服務與資源。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	長照服務 失智症	
	第六篇就是愛運動 第二章水上安全與自救	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。	1. 認識安全水域與警示旗。 2. 自救學習技能操作。	1. 課堂參與 2. 口頭提問	海洋教育 安全教育	

	自救	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。	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。	3. 浮具自製技能操作。 4. 叫叫伸拋划救援法。	3 實作評量	(水域安全)	
第十九週 6/16-6/20	第三篇醫療新世代 第二章我愛健保	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1. 體認全民健保與醫療制度的重要。 2. 能夠妥善使用醫療服務與資源。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	長照服務 失智症	
	第五篇球類真好玩 第三章桌球	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。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 透過趣味的桌球運動發展起源敘述，讓學生了解桌球運動歷史的演進，激發學習動機及參與感。 2. 讓學生了解各式球拍特性，並找到最適合自己的持拍方式。	1. 課堂參與 2. 口頭提問 3 實作評量	生涯規劃 品德教育	
第二十週 6/23-6/27 (第三次定期 考查)	第三篇醫療新世代 第二章我愛健保	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1. 體認全民健保與醫療制度的重要。 2. 能夠妥善使用醫療服務與資源。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	長照服務 失智症	
	第五篇球類真好玩 第三章桌球	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. 使學生了解桌球運動的基本規則，並從球感練習中訓練手持球拍控制球的能力。 2. 了解並學會正手發不旋轉長球的動作要領。 3. 學會正手平擊球的動作要領。	1. 課堂參與 2. 口頭提問 3 實作評量	生涯規劃 品德教育	
第二十一週 6/30-7/4 (6/30 休業式)	第三篇醫療新世代 第二章我愛健保	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1. 體認全民健保與醫療制度的重要。 2. 能夠妥善使用醫療服務與資源。	1 課堂參與 2. 口頭問答 3. 實作評量	長照服務 失智症	
	第五篇球類真好玩 第三章桌球	3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 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. 使學生了解桌球運動的基本規則，並從球感練習中訓練手持球拍控制球的能力。 2. 了解並學會正手發不旋轉長球	1. 課堂參與 2. 口頭提問 3 實作評量		

		之專項運動技能。		的動作要領。 3. 學會正手平擊球的動作要領。			
--	--	----------	--	----------------------------	--	--	--