## 三、普通班-<mark>國中</mark>(表七B)

## 113 學年度 七 年級 健康與體育 領域/科目教學計畫表

				第一學期			
教學進度	單元/主題名稱	學習重 學習表現	點學習內容	學習目標	評量方式	議題融入	混齢模式 或備註 (無則免填)
第一週	單元1 健康加油「讚」 第1章 全能健康王	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各。目b-IV-4 提的行動,是一個人工學學的一個人工學學的一個人工學學的一個人工學學的一個人工學學的一個人工學學的一個人工學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學	Fb-IV-1 全人 健康概念與健 康生活型態。	1. 瞭解全人健康的定義,並了解健康真正的意涵。 2. 能理解健康至少包含生理、心理與社會三大層面與內涵。 3. 能了解健康檢查的定義、重要性與項目等。	態度檢核 上課參與 小組討論	【生命教育】	
第一週	單元 4 運動穿著與防護 第 1 章 跑步服裝秀	1c-IV-2評估運動 風險,維護安全的 運動情境。 3d-IV-3應用思考 與分析能力,解決 運動情境的問題。	Bc-IV-1 簡易 運動傷害的處 理與風險。	1. 能明白相關運動服裝穿著知識。 2. 能明白何謂運動服裝需求知識。 3. 能自信表達自我運動表現。 4. 能思考運動服裝穿著自我需求。	態度檢核 上課參與 小組討論 經驗分享	【生命教育】	
第二週	單元1 健康加油「讚」 第1章 全能健康王	Ia-IV-1 理解生理、心理與社會各。目b-IV-4 提出的行動,因此是一個人工的一個人工,但是一個人工,但是一個人工,但是一個人工,但是一個人工,但是一個人工,但是一個人工,但是一個人工,可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以	Fb-IV-1 全人 健康概念與健 康生活型態。	1. 瞭解全人健康的定義,並了解健康真正的意涵。 2. 能理解健康至少包含生理、心理與社會三大層面與內涵。 3. 能了解健康檢查的定義、重要性與項目等。 4. 介紹失智症。	態度檢核 上課參與 小組討論 紙筆測驗	【生命教育】 【 <mark>長期照顧服務</mark> 】	
第二週	單元4 運動穿著與防護 第2章 護具大集合	1c-IV-2 評估運動 風險,維護安全的 運動情境。 3d-IV-3 應用思考 與分析能力,解決 運動情境的問題。	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險。	1. 能明白相關護具知識。 2. 能明白護具的運動需求。 3. 能自信表達自我護具的運動 需要。 4. 能選擇何時合宜的運動護 具。	上課參與 課堂問答 紙筆測驗	【生命教育】 【安全教育】 【閱讀素養】	

第三週	單元1 健康加油「讚」 第2章 人體奇航	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。	Da-IV-2身體 各系統、異功 能。 Fb-IV-3保護 性的健康行 為。	1. 認識身體的基本構造,以及 分析生理系統和器官的運作機制。 2. 瞭解維護各部分生理和系統 器官正常運作的重要性。 3. 探究身體各項器官與生理系 統的相關疾病,以及保健之 道。	上課參與課堂問答		
第三週	單元5 體適能 第1章 健康體適能 體適 能檢測	1c-IV-2 評估運動       風險,維護安全的       運動情境。       1d-IV-2 反思自己       的動作技能。	Ab-IV-1 體適 能促進策略與 活動方法。	1. 能明白體適能相關知識及重要性。 2. 能主動並協助他人參與體適能活動。	實作評量上課參與觀察記錄	【閱讀教育】 【生涯規畫】	
第四週	單元1 健康加油「讚」 第2章 人體奇航	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,, 各種生活情類。 決健康問題。	Da-IV-2 身體 各系統、與功 能。 Fb-IV-3 保護 性的健康行 為。	1.認識身體的基本構造,以及 分析生理系統和器官的運作機 制。 2. 瞭解維護各部分生理和系統 器官正常運作的重要性。 3. 探究身體各項器官與生理系 統的相關疾病,以及保健之 道。	上課參與課堂問答小組討論		
第四週	單元5 體適能 第2章 接力 衝破終點線	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。 2d-IV-2 展現運動 欣賞的技巧,體驗 生活的美感。	Ga-IV-1 跑、 跳與推擲的基 本技巧。	1. 能認識起跑的種類。 2. 能明白起跑的動作要領。 3. 能理解接力的方法與策略。 4. 能感受團隊合作的意義。 5. 能做到跑步動作流暢。	上課參與觀察記錄態度檢核	【戶外教育】	
第五週	單元1 健康加油「讚」 第2章 人體奇航	2a-IV-2 自主思考 健康問題所造造成 感脅感與因應不善用 的生活情境能, 各種生活技能, 決健康問題。	Da-IV-2 身體 各系統、與功 能。 Fb-IV-3 保護 性的健康行 為。	1. 認識身體的基本構造,以及 分析生理系統和器官的運作機制。 2. 瞭解維護各部分生理和系統 器官正常運作的重要性。 3. 探究身體各項器官與生理系 統的相關疾病,以及保健之 道。	上課參與課堂問答紙筆測驗	【長期照顧服務】	
第五週	單元5	1c-IV-1 了解各項	Ga-IV-1 跑、	1. 能認識起跑的種類。	上課參與	【戶外教育】	

	體適能	運動基礎原理和規	跳與推擲的基	2. 能明白起跑的動作要領。	觀察記錄		
	第2章	則。	本技巧。	3. 能理解接力的方法與策略。	態度檢核		
	接力 衝破終點線	1d-Ⅳ-1 了解各項		4. 能感受團隊合作的意義。	13.21.12		
	12.77	運動技能原理。		11 /10 84 /2 11 /1 /1 /1 /1 /1 /1 /1 /1 /1 /1 /1 /1			
		2d-IV-2 展現運動					
		欣賞的技巧,體驗					
		生活的美感。					
第六週	 單元 1	1a-IV-3 評估內在	Da-IV-1 衛生	1. 認識眼睛與口腔的基本生理	上課參與		
ヤハ型	健康加油「讚」	與外在的行為對健	保健習慣的實	構造。	上		
	第3章	康造成的衝擊與風	一 践方式與管理	2. 了解常見的眼睛與口腔問	芯/又1双1次		
	プロー	旅追成的国事共風   險。	成の式典   注     策略。	五. 了所市况的wyn 共口层的 題, 並培養正確的保健態度。			
	<b>支</b> 吡啶固	1b-IV-1 分析健康	Da-IV-3 視	3. 能在生活中主動正確執行愛			
		技能和生活技能對	Da-1V-5 祝   力、口腔保健	B. 肥在生冶十王勤止確執行复   眼與護口行動,並定期健康檢			
		投	策略與相關疾	查。			
		性。	,				
		1年。   2a-IV-2 自主思考	′ ′ ′ ′ ′ ′ ′ ′ ′ ′ ′ ′ ′ ′ ′ ′ ′ ′ ′				
		2d-1V-2 日主心号   健康問題所造成的	性的健康行				
<i>k</i>	四二月	威脅感與嚴重性。	為。	1 At 27 24 to 74 11 15 15	1 200 65 752	<b>アムリカオ</b>	
第六週	單元 5	1c-IV-1 了解各項	Ga-IV-1 跑、	1. 能認識起跑的種類。	上課參與	【戶外教育】	
	體適能	運動基礎原理和規	跳與推擲的基	2. 能明白起跑的動作要領。	技能測驗		
	第2章	則。	本技巧。	3. 能理解接力的方法與策略。	態度檢核		
	接力 衝破終點線	1d-IV-1 了解各項		4. 能感受團隊合作的意義。			
		運動技能原理。					
		2d-IV-2 展現運動					
		欣賞的技巧,體驗					
th	pp - 1	生活的美感。	D TT 1 /hl	1 100 110 110 110 110 110 110 110 110 1	1 100 62 150		
第七週	單元1	1a-IV-3 評估內在	Da-IV-1 衛生	1. 認識眼睛與口腔的基本生理	上課參與		
第一次段考	健康加油「讚」	與外在的行為對健	保健習慣的實	構造。	態度檢核		
	第3章	康造成的衝擊與風	踐方式與管理	2. 了解常見的眼睛與口腔問			
	愛眼護齒保健康	險。	策略。	題,並培養正確的保健態度。			
		1b-IV-1 分析健康	Da-IV-3 視	3. 能在生活中主動正確執行愛			
		技能和生活技能對	力、口腔保健	眼與護口行動,並定期健康檢			
		健康維護的重要	策略與相關疾	查。			
		性。	病。				
		2a-IV-2 自主思考					
		健康問題所造成的					
		威脅感與嚴重性。					
第七週	單元6	1c-IV-2 評估運動	Cb-IV-2 各項	1. 認識全臺危險水域及成因。	資料蒐集整理	【生命教育】	

kk 1 /n L	- 18 W	口以 从进山之山	四台加山山上	0 27 24 1, 15 727 17 14 11 25 27 11 1	1 4- 2124	T , 14 11 7
第一次段考	安心暢游	風險,維護安全的	運動設施的安	2. 認識水域環境特性與評估水	小組討論	【人權教育】
	第1章	運動情境。	全使用規定。	域的安全。	上課參與	【品德教育】
	水域安全 智者樂	2c-IV-1 展現運動	Gb-IV-1 岸邊	3. 認識溺水的發生原因並能說		【海洋教育】
	水	禮節,具備運動的	救生步驟	出防溺的方法。		【安全教育】
		道德思辨和實踐能	、安全活動水	4. 熟記防溺十招且能在日後運		
		力。	域的辨識、意	用		
			外落水自救與	۰		
			仰漂 30 秒。			
第八週	單元1	1a-IV-3 評估內在	Da-IV-1 衛生	1. 認識眼睛與口腔的基本生理	上課參與	
	健康加油「讚」	與外在的行為對健	保健習慣的實	構造。	小組討論	
	第3章	康造成的衝擊與風	踐方式與管理	2. 了解常見的眼睛與口腔問		
	愛眼護齒保健康	險。	策略。	題,並培養正確的保健態度。		
		1b-IV-1 分析健康	Da-IV-3 視	3. 能在生活中主動正確執行愛		
		技能和生活技能對	力、口腔保健	眼與護口行動,並定期健康檢		
		健康維護的重要	策略與相關疾	查。		
		性。	病。			
		2a-IV-2 自主思考	764			
		健康問題所造成的				
		成份				
第八週	單元6	1c-IV-2 評估運動	Gb-IV-1 岸邊	1. 能說出自救的基本原則。	上課參與	【海洋教育】
オノス型	安心暢游	風險,維護安全的	救生步驟、安	2. 評估與加強自己的自救能力	態度檢核	【安全教育】
	第2章	運動情境。	全活動水域的	級別。	技能測驗	【閱讀素養】
	和 4 平   自 救 求 生 臨 危 自	1d-IV-1 了解各項	并識、意外落 辨識、意外落	3. 熟悉與善用韻律呼吸、俯漂	1文月已/六小效	120 項 水 / 艮 】
	保	運動技能原理。	水自救與仰漂	前進、仰漂助划與踩水等移動		
	亦	2c-IV-3 表現自信	30 秒。	就生。		
		•	00 A75 °	水生。 		
		樂觀、勇於挑戰的				
<i>k</i> 5 1 vm	單元1	學習態度。 1a-IV-3 評估內在	Da-IV-1 衛生	1 初端明建協口助丛甘土止珊	上细杂的	
第九週	単九 1   健康加油「讚		Da-1V-1 衛生   保健習慣的實	1. 認識眼睛與口腔的基本生理構造。	上課參與 小組討論	
		與外在的行為對健		1* -		
	第3章	康造成的衝擊與風	踐方式與管理	2. 了解常見的眼睛與口腔問	紙筆測驗	
	愛眼護齒保健康	)	策略。	題,並培養正確的保健態度。		
		1b-IV-1 分析健康	Da-IV-3 視	3. 能在生活中主動正確執行愛		
		技能和生活技能對	力、口腔保健	眼與護口行動,並定期健康檢		
		健康維護的重要	策略與相關疾	查。		
		性。	病。			
		2a-IV-2 自主思考	Fb-IV-3 保護			
		健康問題所造成的	性的健康行			
		威脅感與嚴重性。	為。			

第九週	單元6 安心暢游 第2章 自救求生 臨危自 保	1c-IV-2評估運動 風險,維護安全的 運動情境。 1d-IV-1了解各項 運動技能原理。 2c-IV-3表現自信 樂觀、勇於挑戰的 學習態度。	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. 能說出自救的基本原則。 2. 評估與加強自己的自救能力 級別。 3. 熟悉與善用韻律呼吸、俯漂 前進、仰漂助划與踩水等移動 求生。	上課參與態度檢核技能測驗	【海洋教育】 【安全教育】 安 J1 理解安全教育的 意義。 【閱讀素養】 閱 J10 主動尋求多元 的詮釋,並試著表達 自己的想法。
第十週	單元2 青春事件簿 第1章 這一站,青春	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	1.理解生殖器官構造、功能與保健概念。 2.理解促進青春期健康生活的策略與資源。	上課參與平時觀察	【性別平等】
第十週	單元6安心暢游第3章捷泳 流線直進	Ic-IV-1 了解各項運動。 Id-IV-2 反應原理和規則。 Id-IV-2 反能。 2c-IV-2 技能現,與和己的運性人理數(各种性性,不可能,不可能,不可能,可能,可能可能,可能可能,可能可能。 Id-IV-1 了解各項規則。 Id-IV-1 有數學,可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能可能	Gb-IV-2 游泳 前進 25 公尺 (需換氣 5 次 以上)。	1. 能反思捷泳腿部打水動作的 優劣。 2. 能做出捷泳打水前進配合正 面換氣的動作。	上課參與態度檢核技能測驗	【海洋教育】
第十一週	單元2 青春事件簿 第1章 這一站,青春	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	Db-IV-1 生造 对能學生健、 功能學生健。 Db-IV-2 責化衝的 期身應 健康	1.理解生殖器官構造、功能與保健概念。 2.理解促進青春期健康生活的策略與資源。 3.理解青春期身心變化與性衝動調適的策略。 4.精熟地操作生殖器官保健的健康技能。 5.運用適切的健康資訊,擬定	上課參與平時觀察紙筆測驗	【性別平等】

			略。 Db-IV-7健康性價值觀的性價值觀的的 性價值觀的的 說與以 說 說 則 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別	青春期保健的策略。			
第十一週	單元6 安心暢游 第3章 捷泳 流線直進	IC-IV-1 了解各項則 是一下 是一下 是一下 了解各项则。 Id-IV-2 反 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	Gb-IV-2 游泳 前進 25 公尺 (需換氣 5 次 以上)。	1.能反思捷泳腿部打水動作的 優劣。 2.能做出捷泳打水前進配合正 面換氣的動作。 3.能積極參與活動,充分展現 自我。 4.能評量自我,在課堂上或課 餘時間持續自我精進。	上課參與態度檢核技能測驗	【海洋教育】	
第十二週	單元2 青春事件簿 第1章 這一站,青春	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	Db-IV-1 生造 Bb-IV-1 生造 Bb-IV-2 轉生 Bb-IV-2 變性 Bb-IV-2 變性 Bb-IV-2 變性 Bb-IV-0 與 B B B B B B B B B B B B B	1.理解生殖器官構造、功能與保健概念。 2.理解促進青春期健康生活的策略與資源。 3.理解青春期身心變化與性衝動調適的策略。	上課參與平時觀察經驗分享	【性別平等】	
第十二週	單元6 安心暢游第3章 捷泳 流線直進	1c-IV-1 了解各項 運動基礎原理和規則。 1d-IV-2 反思自己 的運動技能。 2c-IV-2 表現利他 合群的態度,與他 人理性溝通與和諧 互動。	Gb-IV-2 游泳 前進 25 公尺 (需換氣 5 次 以上)。	1. 能反思捷泳腿部打水動作的 優劣。 2. 能做出捷泳打水前進配合正 面換氣的動作。 3. 能積極參與活動,充分展現 自我。	上課參與 態度檢核 技能測驗	【海洋教育】 【品德教育】	

第十三週	單元2 青春事件簿 第1章 這一站,青春	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	Db-IV-1 生殖 器官的與理生殖 功能孕生健。 Db-IV-2 青春 期適康因 健康的 略。	1. 理解生殖器官構造、功能與保健概念。 2. 理解促進青春期健康生活的策略與資源。	上課參與經驗分享小組討論	【性別平等】
第十三週	單元7 球類入門 第1章 籃球 出手得分	Ic-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。 3c-IV-1 表現局部 或全身性的身體控 制能力,發展專項 運動技能。	Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運 動動作組合及 團隊戰術。	1. 認識籃球運動的脈絡。 2. 能遵守球場上安全規則及遊戲規則。 3. 能由經驗來了解投籃動作之原理。 4. 了解利用身體部位力量來幫助投籃動作。	上課參與態度檢核技能測驗分組競賽	【品德教育】
第十四週	單元2 青春事件簿 第2章 青春誰人知	1a-IV-1 理與生 理、心理與社會 是 1b-IV-2 認 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	Db-IV-2 期 期 調 連 Bb-IV-3 的 性 性 的 的 上 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的	1. 理解青春期心理健康的概念。 2. 認識青春期心理變化的調適 與因應策略。	上課參與小組討論	【性別平等】 【生涯規劃】
第十四週	單元7 球類入門 第1章 籃球 出手得分	1c-IV-1 了解各項 運動基礎原理和規 則。 2d-IV-3 鑑賞本土	Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運 動動作組合及 團隊戰術。	1. 認識籃球運動的脈絡。 2. 能遵守球場上安全規則及遊戲規則。 3. 能由經驗來了解投籃動作之	上課參與 態度檢核 技能測驗	【品德教育】

		與世界運動的文化 價值。 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。		原理。 4.了解利用身體部位力量來幫助投籃動作。			
第二次段考	單元2 青春事件簿 第2章 青春誰人知	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 2b-IV-2 樂於實證健康促進的生活型態。	Db-IV-2 青春 期調健 中 的 的 的 的 的 Bb-IV-3 特不 的 的 Bb-IV-3 特 所 的 所 的 所 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的	1. 理解青春期心理健康的概念。 2. 認識青春期心理變化的調適 與因應策略。 3. 認識與實踐生活技能,以調 適與修正不同青春期心理健康 的情境。	上課參與小組討論紙筆測驗	【性別平等】	
第二次段考	單元 7 球類入門 第 1 章 籃球 出手得分	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。 3c-IV-1 表現局部 或全身性的身體控 制能力,發展專項 運動技能。	Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運 動動作組合及 團隊戰術。	1. 認識籃球運動的脈絡。 2. 能遵守球場上安全規則及遊戲規則。 3. 能由經驗來了解投籃動作之原理。 4. 了解利用身體部位力量來幫助投籃動作。	上課參與 態度測驗 技能競賽	【品德教育】	
第十六週	單元3 健康「食」行力 第1章 吃出好「食」力	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 健康生活的範。 資源與規範。 2b-IV-1 堅守健康 的生活規範。 與價值觀。	Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食。	1. 認識青春期的營養需求以及 理解飲食指南的內容,並能在 生活當中實踐。 2. 在選購外食時,能夠注意到 並理解食品標示和營養標示的 內容。	上課參與小組討論		
第十六週	單元7	1d-IV-1 了解各項	Ha-IV-1 網/	1. 介紹排球運動基本規則。	上課參與	【品德教育】	

	球類入門第2章排球 一球入魂	運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度,與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部	牆性球類運動 動作組合及團 隊戰術。	2. 遵守球場上安全規則及遊戲規則。 3. 能了解並做到低手傳接球動作之原理原則。 4. 學習運用身體部位來緩衝接球力量。	態度檢核 技能測驗 分組競賽		
th I am	盟ニ 9	或全身性的身體控制能力,發展專項運動技能。	Го IV 1 & А	1 动业生老地丛 炊 差 廊 长 ⑴ 72	1. 細 众 齿		
第十七週	單元3 健康「食」行力 第1章 吃出好「食」力	1a-IV-3 與康治 原 一 日 中 日 中 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日	Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食。	1. 認識青春期的營養需求以及理解飲食指賣。 2. 在實際人工,能夠注意到 2. 在選購外會所不可營養標子 2. 在選購食品標示和營養標子 內容。 3. 能夠選擇符合自身需求,即 符合健康取向的產品。	上課參與論與智之,與一個學學的學學,與一個學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學		
第十七週	單元7 球類入門 第2章 排球一球入魂	Id-IV-1 了解各項 運動技能原理。 Id-IV-2 反思自己 的運動技能。 2c-IV-2 表現利他 合群的態度,與和 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.介紹排球運動基本規則。 2.遵守球場上安全規則及遊戲規則。 3.能了解並做到低手傳接球動作之原理原則。 4.學習運用身體部位來緩衝接球力量。	上課參與核技能測驗分組競賽	【品德教育】	
第十八週	單元3 健康「食」行力 第1章 吃出好「食」力	1a-IV-3 評估內在 與外在的行為對健 康造成的衝擊與風 險。	Ea-IV-1 飲食 的源頭管理與 健康的外食。	1. 認識青春期的營養需求以及 理解飲食指南的內容,並能在 生活當中實踐。 2. 在選購外食時,能夠注意到	紙筆測驗 分組報告		

		1a-IV-4 理解促進 健康生活的策略、 資源與規範。 2b-IV-1 堅守健康 的生活規範、態度 與價值觀。		並理解食品標示和營養標示的 內容。		
第十八週	單元7 球類入門 第3章 羽球 擊球高手	1d-IV-1 了解各項 運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土 與世界運動的文化 價值。 3c-IV-1 表現局部 或全身性的身體控 制能力,發展專項 運動技能。	Ha-IV-1 網/ 牆性球類運動 動作組合及團 隊戰術。	1.認識羽球運動優秀選手及不同羽球結構與飛行距離。 2.能遵守球場上安全規則及遊戲規則。 3.能了解羽球握拍及擊球之原理原則。 4.學習運用身體部位力量來幫助擊球。	上課參與 態度檢核 技能測驗	【品德教育】
第十九週	單元3 健康「食」行力 第2章 「食」在安心	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。	Ea-IV-2 飲食 安全評估方 式、改善等 或食物中毒 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、	1. 了解食物中毒發生的原因、 預防方法。 2. 觀察、發現周遭不安全的飲 食習慣或環境。	上課參與 小組萬集與整 理 觀察記錄	【安全教育】
第十九週	單元7 球類入門 第3章 羽球 擊球高手	1d-IV-1 了解各項 運動技能原理。 2d-IV-3 鑑賞本土 與世界運動的文化 價值。 3c-IV-1 表現局部 或全身性的身體控 制能力,發展專項 運動技能	Ha-IV-1 網/ 牆性球類運動 動作組合及團 隊戰術。	1. 認識羽球運動優秀選手及不同羽球結構與飛行距離。 2. 能遵守球場上安全規則及遊戲規則。 3. 能了解羽球握拍及擊球之原理原則。 4. 學習運用身體部位力量來幫助擊球。 5. 能做出較完整正確的擊球動作。	上課參與態度檢核技能測驗	【品德教育】
第二十週	單元3 健康「食」行力 第2章 「食」在安心	1a-IV-3 評估內在 與外在的行為對健 康造成的衝擊與風 險。	Ea-IV-2 飲食 安全評估方 式、改善策略 與食物中毒預	1.了解食物中毒發生的原因、 預防方法。 2.觀察、發現周遭不安全的飲 食習慣或環境。	紙筆測驗 分組報告	【安全教育】

		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	防處理方法。			
第二十週	單元7 球類入門 第4章 足球 腳下功夫	Id-IV-1 了解 理	Hb-IV-1 陣地 攻守性球類合 動所戰術。	1.明白足球運動的脈絡以及相關裝備。 2.遵守球場上安全規則及遊戲規則。 3.能了解足球傳球動作之原理原則。 4.加強練習身體協調性。	上課參與核人與一個人。	【品德教育】
第二十一週第三次段考	單元3 健康「食」行力 第2章 「食」在安心	1a-IV-3 評估內在 與外在的行為對與 康治成的衝擊與風 為a-IV-2 因應不同 的生活情境 的生活情,持續 現健康技能	Ea-IV-2 飲食 安全評估方 式、改物中毒 與食物方法。	1.了解食物中毒發生的原因、 預防方法。 2.觀察、發現周遭不安全的飲 食習慣或環境。 3.改善不安全的飲食衛生習慣 達到預防食物中毒的效果。	紙筆測驗 分組報告	【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。
第二十一週	單元7 球類入門 第4章 足球 腳下功夫	Id-IV-1 了解各項 運動技能原理。 Id-IV-2 反思自己 的運動技能。 2d-IV-3 鑑賞本土 與世界運動的文化 價值。 3c-IV-1 表現局部 或全身性的身體控 制能力	Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運 動動作組合及 團隊戰術。	1.明白足球運動的脈絡以及相關裝備。 2.遵守球場上安全規則及遊戲規則。 3.能了解足球傳球動作之原理原則。 4.加強練習身體協調性。 5.能運用重心轉移做出點球、停球、撥球及傳球能力。 6.小組相互合作挑戰精神。	上課參與 態度檢核 技能測驗 分組競賽	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧 人際關係。 品 J8 理性溝通與問題 解決。

第二十二 單元7 球類章 足球 腳下功夫	3d-IV-1 學別	Hb-IV-1 陣地 攻動 関 隊 戦 術 。	1. 明縣絡以及相關之一。 日本 日本 日本 日本 日本 日本 日本 日本 日本 日本	上態技分與核驗賽	【品德教育】 品 J1 溝通合作與和諧 人際關係。 品 J8 理性溝通與問題 解決。	
教學進度 單元/主題名稱	學習重	點	趣 羽 口 祵	<b>亚昌士</b> +	送 陌 ch \	混齡模式
教學進度 單元/主題名稱	學習表現	學習內容	學習目標	評量方式	議題融入	或備註 (無則免填)

第一週	單元1 「癮」形大危機 第1章 菸誤人生	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-1 關注健康 議題本土、國際現 況與趨勢。 2a-IV-2 自主思考 健康問題嚴重性。	Bb-IV-3 菸、與Bb-IV-4 標成,身庭響的Bb-IV-4 質與的Bb-IV-4 質與的Bb-IV-4 質與控制。	1.評估抽菸行為對個人身心健康、家庭與社會的衝擊風險。 2.思考抽菸造成的威脅感與嚴重性。 3.因應不同的生活情境,善用拒絕技巧、自我控制並運用相關資源,以拒絕菸品與菸害。	上課參與外組報告	【生命教育】
第一週	單元 4 Baseball 運動誌 第 1 章 從棒球看臺灣	2d-IV-2展現運動 欣賞的技巧,體驗 生活的美感。 2d-IV-3鑑賞本土 與世界運動的文化 價值。	Cb-IV-1 運動 精神、運動營 養攝取組養素 適需營養素知 試。 Ib-IV-1 自由 創作舞蹈。	1. 了解臺灣棒球發展。 2. 了解臺灣棒球現況。	上課參與小組討論	【品德教育】 【多元文化】 【國際教育】
第二週	單元 1 「癮」形大危機 第 1 章 菸誤人生	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-1 關注健康 議題本土、國際現 況與趨勢。 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 款、 酒、的性人家影的性人家影响的性人家影响的性人家影响的性人家影响的好点。 Bb-IV-4 面的自成瘾技制。	1. 評估抽菸行為對個人身心健康、家庭與社會的衝擊風險。 2. 思考抽菸造成的威脅感與嚴重性。 3. 因應不同的生活情境,善用拒絕技巧、自我控制並運用相關資源,以拒絕菸品與菸害。	上課參與資料蒐集與整理紙筆測驗	【生命教育】
第二週	單元 4 Baseball 運動誌 第 2 章 臺灣棒球名人堂	2d-IV-2展現運動 欣賞的技巧,體驗 生活的美感。 2d-IV-3鑑賞本土 與世界運動的文化 價值。	Cb-IV-1 運動 精神、運動營 養攝取知識、 適合個人運動 所需營養素知 識。	1.了解臺灣棒球起源及發展。 2.體會古今臺灣優秀棒球選手 奮鬥精神。	上課參與分組報告	【品德教育】 【多元文化】 【閱讀素養】

第三週	單元1 「癮」形大危機 第2章 酒後誤事	1a-IV-3 評估內在 與外在的衝擊與風 康造成的衝擊與風 內2a-IV-2 自主思考 健康問題與是書 成會以上, 2b-IV-1 規範 的生活規範 與價值觀。	Bb-IV-3 酒物應個與的 養成,身庭響的 大藥成,身庭響的 Bb-IV-4 質與 Bb-IV-4 質與 Bb-IV-4 質與 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	1. 評估喝酒行為對個人身心健康、家庭與社會的衝擊風險。 2. 思考喝酒造成的威脅感與嚴重性。 3. 因應不同的生活情境,善用拒絕技巧、自我控制並運用相關資源,以拒絕喝酒。	上課參與小組討論分組報告	【生命教育】
第三週	單元5 競技體適能 第1章 核心肌群	Ic-IV-2評估運動 風險,維護等 運動情境。 2c-IV-3表現自信 樂觀、勇於挑戰 學習態度。 4c-IV-3規劃提升 體適能動動 的運動計畫。	Ab-IV-1 體適 能促進策略與 活動方法。	1. 核心肌群簡介。 2. 能指出核心肌群指哪些肌肉。 3. 能了解核心肌群與下背疼痛的關聯。 4. 能了解鍛鍊核心肌群的重要性。 5. 能做出正確的核心肌群訓練動作。	上課參與紙筆測驗	【生涯規畫】
第四週	單元1 「癮」形大危機 第2章 酒後誤事	1a-IV-3評估內在 與外在的的衝擊與 康造成的衝擊與 內之a-IV-2自主思 健康問題與思考 健康問題與嚴重 或會感與堅守 之b-IV-1堅守 的生活規範。 與價值觀。	Bb-IV-3 為 物 物 性 人 家 影 的 性 人 家 影 的 性 人 家 影 的 性 人 家 影 的 、 身 庭 響 的 的 、 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。	1.評估喝酒行為對個人身心健康、家庭與社會的衝擊風險。 2.思考喝酒造成的威脅感與嚴重性。 3.因應不同的生活情境,善用拒絕技巧、自我控制並運用相關資源,以拒絕喝酒。	上課參與資料與整理紙筆測驗	【生命教育】
第四週	單元5 競技體適能 第1章 核心肌群	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。 4c-IV-3 規劃提升 體適能與運動技能	Ab-IV-1 體適能促進策略與活動方法。	1.核心肌群簡介。 2.能指出核心肌群指哪些肌肉。 3.能了解核心肌群與下背疼痛的關聯。 4.能了解鍛鍊核心肌群的重要性。 5.能做出正確的核心肌群訓練	上課參與技能測驗	【生涯規畫】

		的運動計畫。		動作。			
第五週	單元1 「癮」形大危機 第3章 紅脣危機	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 自主思成 健康問題嚴重 國際 國際 3b-IV-4 因應 的生活情境 的生活情境 的生活情期 各種生	Bb-IV-3 菸、與及健社 物應個人家影IV-4 質與 的上V-4 質與 Bb-IV-4 質與 成,身庭響的自我 一個 與及健社 一個 與 與 是 一個 的 的 性 人 的 的 是 一個 的 的 是 一個 的 的 是 一個 的 是 一個 的 是 一個 的 自 的 的 是 一個 的 自 的 自 的 自 的 自 的 自 的 自 的 自 的 自 的 自 的	1. 評估檳榔對個人身心健康、 家庭與社會的衝擊風險。 2. 思考嚼食檳榔造成的威脅感 與嚴重性。 3. 因應不同的生活情境,善用 拒絕技巧、自我控制並運用相 關資源,以拒絕檳榔。	上課參與小組討論分組報告	【環境教育】【品德教育】【法治教育】	
第五週	單元 5 競技體適能 第 2 適能	決住IV-1 運則 1d-IV-2 技能發。 Ic-IV-1 避則 1d-IV-2 技表的 項別 1d-IV-2 技表的 項 反能表的 項 反能表的 項 分體,計劃更過 是。 B 分體,計劃數。 4c-IV-3 與計學 数 一 1V-3 與計學 数 一 1V-3 與計學 数 一 1V-3 與計學 数 一 1V-3 與計學 数 一 1 W 是 数 , 數	控制。 Ab-IV-1 體適能吸力法。	1. 能夠清楚說出競技體適能與 一一之之。 2. 學相對的說出, 一一之之。 全人, 全人, 全人, 一一之之。 全人, 一一之之。 全人, 一一之之。 全人, 一一之之。 全人, 一一之之。 一一之。 一一。 一一	上課參與分批測驗技能測驗	【閱讀素養】 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。	
第六週	單元1 「癮」形大危機 第3章 紅脣危機	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	Bb-IV-3 菸、 酒、檳榔、與成 物的成,以及 穩性,以及 個人身心健康 與家庭、社會	1. 評估檳榔對個人身心健康、 家庭與社會的衝擊風險。 2. 思考嚼食檳榔造成的威脅感 與嚴重性。 3. 因應不同的生活情境,善用 拒絕技巧、自我控制並運用相	上課參與 資料蒐集與整 理 紙筆測驗	【環境教育】 【品德教育】 【法治教育】	

第六週	單元5 競技體適能第2章專項適能	威3b-IV-4 特別	的影響。 Bb-IV-4 馬达特 絕技特。 Ab-IV-1 體略 話數 在數 在數 在數 在數 在數 在 在 在 在 在 在	關資源,以拒絕檳榔。  1. 能夠清楚說出競技體適能與一般體的差異。 2. 學生能夠的人體的場別的人體的人體的對別的人體的對別的功能。 3. 學生能分類的不可專項運動中所依照本單元所不經的內所屬的運動類型。	上課參與分組檢測技能測驗	【閱讀素養】	
第七週第一次段考	單元1 「癮」形大危機 第4章 青春不迷「網」	1a-IV-3評估內 與所在的 與 是 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一	Da-IV-4 健康 姿勢、規律運動、充分與實 動、維持與 等略。 Fb-IV-3 保護 性的健康行 為。	1. 評估網路沉迷行為對健康造成的衝擊與風險。 2. 思考沉迷網路造成的危脅與嚴重性。 3. 因應生活情境,善用各種策略。	上課參與紙筆測驗	【生涯規劃】	
第七週第一次段考	單元 6 展臂優游 第 1 章 捷泳 水中協奏曲	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。 3d-IV-3 應用思考	Cc-IV-1 水域 休閒運動綜合 應用。 Gb-IV-2 游泳 前進 25 公尺 (需換氣 5 次 以上)。	1. 能了解捷泳身體縱軸轉體的 特徵,進而應用在動作學習和 技能表現。 2. 能做出捷泳划手動作控制, 並掌握交換划手的時機。 3. 能做出捷泳流暢的手腳聯合 動作,並表現良好的推進速	上課參與技能測驗		

		與分析能力,解決		度。			
第八週	單元1 「癮」形大危機 第4章 青春不迷「網」	運動情境的問題。 1a-IV-3 評估內在 與外在的行為對與 康治 企。 2a-IV-2 自主思成 健康問題嚴重考的 成會 3b-IV-4 因應,等 的生活情境能, 各種生活技能,	Da-IV-4健康 姿勢、規律運動、充分與 動、在持與 筋維持。 Fb-IV-3保護性的健康行為。	1. 評估網路沉迷行為對健康造成的衝擊與風險。 2. 思考沉迷網路造成的危脅與嚴重性。 3. 因應生活情境,善用各種策略。 4. 預防與解決網路沉迷的問題。	上課參與經驗分享紙筆測驗	【生涯規劃】	
第八週	單元 6 展臂優游 第1章 捷泳 水中協奏曲	決健康問題。  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。	Cc-IV-1 水域 休閒運動綜合 應用。 Gb-IV-2 游泳 前進 25 公尺 (需換氣 5 次 以上)。	1.能了解捷泳身體縱軸轉體的 特徵,進而應用在動作學習和 技能表現。 2.能做出捷泳划手動作控制, 並掌握交換划手的時機。 3.能做出捷泳流暢的手腳聯合 動作,並表現良好的推進速 度。	上課參與技能測驗		
第九週	單元2 全境擴散 第1章 傳染病情報站	1a-IV-2分析個人 與群體健康的影響 因素。 1b-IV-3 因應生活 情境的健康需求, 尋求解決的健康 能和生活技能。 2a-IV-3 深切體會 健康行動的自覺利 益與障礙。	Da-IV-1 衛生 保健習慣 選式。 Fb-IV-3 保護 性的健康行 為。 Fb-IV-4 新慢性 病的治 等的的治 等的的治 等。	1. 瞭解傳染病的過去和未來、嚴重性、定義與分析致病原因。 2. 分析新興傳染病對於全球或國家社會發展的影響。 3. 統整與分析所有傳染病的基本預防策略,進而了解保護自己健康的方法。	上課參與平時觀察	【品德教育】	
第九週	單元 6 展臂優游 第1章 捷泳 水中協奏曲	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。 3d-IV-3 應用思考	Cc-IV-1 水域 休閒運動綜合 應用。 Gb-IV-2 游泳 前進 25 公尺 (需換氣 5 次 以上)。	1. 能了解捷泳身體縱軸轉體的 特徵,進而應用在動作學習和 技能表現。 2. 能做出捷泳划手動作控制, 並掌握交換划手的時機。 3. 能做出捷泳流暢的手腳聯合 動作,並表現良好的推進速	上課參與技能測驗		

		與分析能力,解決		度。			
		運動情境的問題。					
	單元2	1a-IV-2 分析個人	Da-IV-1 衛生	1. 瞭解傳染病的過去和未來、	上課參與	【品德教育】	
	全境擴散	與群體健康的影響	保健習慣的實	嚴重性、定義與分析致病原	平時觀察		
	第1章	因素。	踐方式與管理	因。	紙筆測驗		
	傳染病情報站	1b-IV-3 因應生活	策略。	2. 分析新興傳染病對於全球或			
		情境的健康需求,	Fb-IV-3 保護	國家社會發展的影響。			
第十週		尋求解決的健康技	性的健康行	3. 統整與分析所有傳染病的基			
		能和生活技能。	為。	本預防策略,進而了解保護自			
		2a-IV-3 深切體會	Fb-IV-4 新興	己健康的方法。			
		健康行動的自覺利	傳染病與慢性				
		益與障礙。	病的防治策				
			略。				
	單元6	1c-IV-2 評估運動	Ba-IV-3 緊急	1. 能說出基本岸上救生的原則	上課參與	【海洋教育】	
	展臂優游	風險,維護安全的	情境處理與止	及方法。	技能測驗	0	
	第2章	運動情境。	血、包紮、	2. 認識溺水的可能徵兆並提高		【安全教育】	
第十週	救生伸拋划 援力	2c-IV-2 表現利他	CPR、復甦姿	警覺。			
/\*\   \_	同在	合群的態度,與他	勢急救技術。	3. 認識救溺五步並加以熟習			
		人理性溝通與和諧	30 秒。	之。			
		互動。		4. 認識常見救生器具如救生浮			
	777 - 0	4 == 0	D == 4 # 1	標的使用方法。			
	單元2	1a-IV-3 評估內在	Da-IV-1 衛生	1. 了解臺灣常見傳染病的病原	上課參與	【品德教育】	
	全境擴散	與外在的行為對健	保健習慣的實	體、傳染途徑、主要症狀、特	平時觀察		
	第2章	康造成的衝擊與風	踐方式與管理	點,以及預防方法。	經驗分享		
	打擊傳染病	險。	策略。	2. 認識新興傳染病的現況、種			
第十一週		1b-IV-3 因應生活	Fb-IV-3 保護	類、威脅和感染因素,並且能			
		情境的健康需求,	性的健康行	運用各項預防策略自我保護。			
		尋求解決的健康技	為。	3. 了解各類傳染病的嚴重性			
		能和生活技能。		後,能提高警覺,並將所學應			
				用於預防傳染病的自主管理,			
	單元6	1。取9证从深刻	Do TV 9 区 4	進而共同防治各類傳染病。	上油品的	【治兴业本】	
	単元 b   展臂優游	1c-IV-2評估運動	Ba-IV-3 緊急 基份表现的人	1. 能說出基本岸上救生的原則及方法。	上課參與技能測驗	【海洋教育】	
	展育 <b>(</b> )	風險,維護安全的 運動情境。	情境處理與止血、包紮、	及万法。   2. 認識溺水的可能徵兆並提高	<b>投肥冽</b> 鳜	【安全教育】	
	<sup>東 2 草</sup>   救生伸抛划 援力	型動情現。   2c-Ⅳ-2 表現利他	一 CPR、復甦姿	2. 認識湖水的 引 能徵 犯 业 灰 向 警 覺 。			
第十一週	救生神秘划 接刀     同在	2C-1V-2 表現利他   合群的態度,與他	かま数技術。	3. 認識救溺五步並加以熟習			
	门工	一	予念収投術。   Bc-IV-1 簡易	2. 総誠救樹五少业加以烈首 之。			
		互動。	運動傷害的處	4. 認識常見救生器具如救生浮			
		五動。   3d-IV-3 應用思考	理與風險。	標的使用方法。			
	1	00 11 0 您们心气	エガルリス	PNHIKNAA	<u> </u>		1

		與分析能力,解決 運動情境的問題。				
第十二週	單元2 全境擴散 第2章 打擊傳染病	1a-IV-3評估內在 與外在的行為對健 康造成的衝擊與風 險。 1b-IV-3因應生活 情境的健康需求, 尋求解決的健康 能和生活技能。	Da-IV-1 衛生 保健習慣的實 踐方式與管理 策略。 Fb-IV-3 保護 性的健康行 為。	1. 了解臺灣常見傳染病的病原體、傳染途徑、主要症狀、特點,以及預防方法。 2. 認識新興傳染病的現況、種類、威脅和感染因素,並且能運用各項預防策略自我保護。	上課參與平時觀察經驗分享	【品德教育】
第十二週	單元7 球類入門 第1章 籃球 扭轉乾坤	Id-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度,與和對互動。 3c-IV-1 表現局體控制能力,發展專項運動技能,	Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運 動動作組合及 團隊戰術。	1.能了解基本傳接球方式。 2.能在動態活動中選擇並做出 適當的傳接球動作。 3.能有效掌握移位時機。 4.能分析自我與他人的運動表現。 5.能具有團隊意識與運動精神。	上課參與實務操作	【品德教育】
第十三週	單元 2 全境擴散 第 2 章 打擊傳染病	1a-IV-3 評估內在 與外在的行為對健 康造成的衝擊與風 險。 1b-IV-3 因應生活 情境的健康需求, 尋求解決的健康 能和生活技能。	Da-IV-1 衛生 保健習慣的實 踐方式與管理 策略。 Fb-IV-3 保護 性的健康行 為。	1. 了解臺灣常見傳染病的病原體、傳染途徑、主要症狀、特點,以及預防方法。 2. 認識新興傳染病的現況、種類、威脅和感染因素,並且能運用各項預防策略自我保護。	上課參與小經驗分享紙筆測驗	【品德教育】
第十三週	單元7 球類入門 第1章 籃球 扭轉乾坤	1d-IV-2 反思自己 的運動技能。 2c-IV-2 表現利他 合群的態度,與他 人理性溝通與和諧 互動。 3c-IV-1 表現局部 或全身性的身體控 制能力, 發展專項運動技	Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運 動動作組合及 團隊戰術。	1.能了解基本傳接球方式。 2.能在動態活動中選擇並做出 適當的傳接球動作。 3.能有效掌握移位時機。 4.能分析自我與他人的運動表 現。	上課參與 技能 競賽	【品德教育】

		能。				
第十四週第二次段考	單元3 安全守護神 第1章 安全伴我行	1a-IV-2 分析個人 與群體健康的影響 因素。 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-1 居 家、學校在 區環境潛在 機的評估方 法。 Fb-IV-3 保護 性的健康行 為。	1. 認識事故傷害。 2. 了解家庭中常見的事故傷害及預防方法。 3. 了解學校中常見的事故傷害及預防方法。 4. 能對安全問題提出可行的解決方法。	上課參與經驗分享紙筆測驗	【環境教育】
第十四週 <mark>第二次段考</mark>	單元 7 球類入門 第 2 章 排球 高手過招	Ic-IV-1 了解各項 運動基礎原理和規則。 Id-IV-2 反思自 的運動技能。 Id-IV-3 應用策的 接所等的各項策利 比賽的各東東和 大理性 大理性溝通與和諧 互動。	Ha-IV-1 網/ 牆性球類運動 動作組合及團 隊戰術。	1. 能對排球比賽場地有基礎認知。 2. 能表現出正確的基本發球動作。 3. 能在動態活動中正確評估動作要點並據以回饋和反思。 4. 能有效掌握移位與擊球點間的相互關係。	上課參與實務操作	【品德教育】
第十五週	單元3 安全守護神 第1章 安全伴我行	1a-IV-2 分析個人 與群體健康的影響 因素。 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-1 居 家、學校在 。 環境評估方 法。 Fb-IV-3 保護 性的健康行 為。	1.認識事故傷害。 2.了解家庭中常見的事故傷害及預防方法。 3.了解學校中常見的事故傷害及預防方法。 4.能對安全問題提出可行的解決方法。	上課參與平時觀察經驗分享	【環境教育】
第十五週	單元7 球類入門 第2章 排球 高手過招	1c-IV-1 了解各項 運動基礎原理和規則。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 1d-IV-3 應用運動 比賽的各項策的。 2c-IV-2 表現利與他 合群的態度,和能 人理性溝通與和諧	Ha-IV-1 網/ 牆性球類運動 動作組合及團 隊戰術。	1. 能對排球比賽場地有基礎認知。 2. 能表現出正確的基本發球動作。 3. 能在動態活動中正確評估動作要點並據以回饋和反思。 4. 能有效掌握移位與擊球點間的相互關係。 5. 能分析場上情境並擬定策略。	上課參與技能測驗分組競賽	【品德教育】

		互動。				
第十六週	單元3 安全守護神 第2章 急救得來速	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。	1.建立正確的急救觀念與原則。 2.能正確操作基本繃帶包紮法。 3.能正確操作基本三角巾包紮法。 4.了解常見運動傷害的處理原則。 5.培養樂於助人的價值觀。	上課參與平時觀察小組討論實作評量	【安全教育】
第十六週	單元7 球類入門 第3章 羽球 先發制人	Ic-IV-1 了解各項 運動基礎原理和規則。 Id-IV-2 反思自己 的運動技能。 Id-IV-3 應用運動 比賽的各項策略 2c-IV-2 表現利與 合群的態度,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. 能表現出正確的基本發球動作。 2. 能理解並做出米字跑的動作要點。 3. 能了解場區與球路軌跡之間的關聯。 4. 能在比賽情境中立即的擬定策略並提醒隊友。 5. 能有效掌握移位、擊球點與不同角色間的相互關係。	上課參與實務操作	【品德教育】
第十七週	單元3 安全守護神 第2章 急救得來速	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。	1.建立正確的急救觀念與原則。 2.能正確操作基本繃帶包紮 法。 3.能正確操作基本三角巾包紮 法。	上課參與平時觀察經驗分享	【安全教育】 【長期照顧服務】
第十七週	單元7 球類入門 第3章 羽球 先發制人	Ic-IV-1 了解各項 運動基礎原理和規則。 Id-IV-2 反思自己 的運動技能。 Id-IV-3 應用運動 比賽的各項策略。 2c-IV-2 表現利與他 合群的態度,與和能 人理性溝通與和諧	Ha-IV-1 網/ 牆性球類運動 動作組合及團 隊戰術。	1. 能表現出正確的基本發球動作。 2. 能理解並做出米字跑的動作要點。 3. 能了解場區與球路軌跡之間的關聯。 4. 能在比賽情境中立即的擬定策略並提醒隊友。 5. 能有效掌握移位、擊球點與不同角色間的相互關係。	上課參與技能測驗分組競賽	【品德教育】

		互動。				
第十八週	單元3 安全守護神 第2章 急救得來速	1b-IV-1 分析健康 技能和生活技重要性。 1b-IV-2 認識健康 技能和生活的實施程序的實施程序的實施程序的實施程序的健康的情境的健康的健康的健康的健康的健康的技術。 表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表表	Ba-IV-3 緊急 情境處理與止 血、包復輕 CPR、複對術。	1.建立正確的急救觀念與原則。 2.能正確操作基本繃帶包紮 法。 3.能正確操作基本三角巾包紮 法。	上課參與小組討論實作評量	【安全教育】
第十八週	單元7 球類入門 第4章 足球 臨門一腳	Id-IV-1 了解各項運動技能原理自的運動技能。 2c-IV-2 表現與和證子 表現與和證子 表現與和證子 是一IV-3 表現與和證子 是一IV-3 表現與關係,與和證子 是一IV-3 表別與關係,與關係,與關係,與關係,可以可以與關係,可以可以與關係,可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以	Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運 動動作組合及 團隊戰術。	1. 能在動態情境中表現出適當 的踢擊與射門技術。 2. 能正確評估動作要點並據以 回饋和反思。 3. 能分析場上情勢並立即性的 調整策略。 4. 能具有團隊意識與運動精神 並展現在綜合應用中。	上課參與實務操作	【日德教育】
第十九週	單元3 安全守護神 第3章 防災御守	Tb-IV-1 分析技更 分析技重 健性。 1b-IV-3 因康的技 , 的一般, 的解解活 , 是 。 1b-IV-3 因康的技 , 。 3a-IV-1 持 。 3a-IV-2 情 。 3a-IV-2 情 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。	Ba-IV-2 居 家、學全的相 等全與 令。 Ba-IV-4 社的 場 電 環 策 略。	1. 瞭解說。 2. 瞭解與不應的成因與預防 大法。 3. 能發無不可的, 3. 能發生活中的 4. 正。 4. 能發生的 5. 能發生, 5. 能發生, 6. 能對 6. 能對 6. 能對 6. 能對 6. 能對 8. 不同情境演練地震 8. 能情 8. 能對 8. 能對 8. 他 8. 他 8. 他 8. 他 8. 他 8. 他 8. 他 8. 他	上課參與資料蒐集與整理紙筆測驗	【環境教育】【安全教育】【防災教育】
第十九週	單元7	1d-IV-1 了解各項	Hb-IV-1 陣地	1. 能在動態情境中表現出適當	上課參與	【品德教育】

	球類入門第4章足球 臨門一腳	運動技能及思。 1d-IV-2 向 技能 反 思	攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Ba-IV-2居	的踢擊與射門技術。 2. 能正確評估動作要點並據以回饋和反思。 3. 能分析場上情勢並立即性的調整策略。 4. 能具有團隊意識與運動精神並展現在綜合應用中。	實務操作	【戶外教育】
第二十週 <mark>第三次段考</mark>	平九3 安全守護神 第3章 防災御守	TD-IV-I 分析健康 技能和生活的重性。 Ib-IV-3 因應生生 情境的健康的健康的健康, 对于, 持成解决方, 以下, 以下, 以下, 以下, 以下, 以下, 以下, 以下, 以下, 以下	BB-IV-2 居 家 安 里	1. 瞭解 1. 下 1. 下	<b>五蒜多與</b> 紙筆測驗	【安全教育】
第二十週第三次段考	單元7 球類入門 第4章 足球 臨門一腳	Id-IV-1 了解各項 運動技能原理。 Id-IV-2 反思自己 的運動技能。 2c-IV-2 表現利他 合群的態度,與他 人理性溝通與和諧 互動。	Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運 動動作組合及 團隊戰術。	1. 能在動態情境中表現出適當 的踢擊與射門技術。 2. 能正確評估動作要點並據以 回饋和反思。 3. 能分析場上情勢並立即性的 調整策略。 4. 能具有團隊意識與運動精神 並展現在綜合應用中。	上課參與實務操作	【戶外教育】
第二十一週	單元7 球類入門 第4章 足球 臨門一腳	Id-IV-1 了解各項 運動技能原理。 Id-IV-2 反思自己 的運動技能。 2c-IV-2 表現利他 合群的態度,與他 人理性溝通與和諧 互動。	Hb-IV-1 陣地 攻守性球類運 動動作組合及 團隊戰術。	1. 能在動態情境中表現出適當 的踢擊與射門技術。 2. 能正確評估動作要點並據以 回饋和反思。 3. 能分析場上情勢並立即性的 調整策略。 4. 能具有團隊意識與運動精神 並展現在綜合應用中。	上課參與實務操作	【戶外教育】

## 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) 課網十九項議題: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。