

高雄市立蚵寮國民中學110學年度 八 年級健康與體育領域課程計畫

週次	單元/主題名稱	對應領域核心素養指標	學習重點		評量方式	跨領域統整或協同教學規劃 (無則免填)	議題融入	
			學習內容	學習表現				
第一學期								
1	9/1~9/4	第四篇運動全方位第一章運動與身體發展	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源,以擬定運動與保健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體,以增進學習的素養,並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-4 了解身體發展、運動和營養的關係。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	實作 觀察 問答	9/1第一學期開學及正式上課	法定:健體-生涯-(生 J3)-2
1	9/1~9/4	第一篇致命吸引力第一章拒菸我最行	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知	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。	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	觀察 發表	9/1第一學期開學及正式上課	課綱:健體-法治-(法 J3)-1

			能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	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。	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。			
2	9/5~9/11	第四篇運動全方位第一章運動與身體發展	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源,以擬定運動與保健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體,以增進學習的素養,並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體	Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-4 了解身體發展、運動和營養的關係。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	實作 觀察 問答		法定:健體-生涯 -(生 J3)-2

			的互動關係。					
2	9/5~9/11	第一篇致命吸引力 第一章拒菸我最行	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>	<p>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。</p> <p>Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。</p> <p>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。</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>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>	觀察發表		課綱:健體-法治 -(法 J3)-1
3	9/12~9/18	第四篇運動全方位 第一章運動與身體發展	<p>健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源,以擬定運動與保健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p> <p>健體-J-B2 具備善用體育與</p>	Ab-IV-2 體適能運動處方基礎設計原則。	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-4 了解身體發展、運動和營養的關係。</p> <p>4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。</p>	實作觀察問答		法定:健體-生涯 -(生 J3)-2

			健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。					
3	9/12~9/18	第一篇致命吸引力 第一章拒菸我最行	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	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。	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。 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。	問答 觀察		課綱：健體-法治 -(法 J3)-1
4	9/19~9/25	第四篇運動全方位 第二章肌力訓練	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保	Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。	實作 觀察 問答		法定：健體-生涯 -(生 J14)-2 課綱：健體-閱讀 -(閱 J6)-2

			健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。					
4	9/19~9/25	第一篇致命吸引力 第二章酒、檳榔的世界	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。	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。	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。	問答 觀察		法定:健體-環境 -(環 J4)-1 法定:健體-反毒 -(身 J1)
5	9/26~10/2	第四篇運動全方位 第二章肌力訓練	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源,以擬定運動與保健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。	實作 觀察 問答		法定:健體-生涯 -(生 J14)-2 課綱:健體-閱讀 -(閱 J6)-2
5	9/26~10/2	第一篇致命吸引力 第二章酒、檳榔的世界	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理	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。	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。	觀察 問答		法定:健體-環境 -(環 J4)-1 法定:健體-反毒 -(身 J1)

			與解決體育與健康的問題。					
6	10/3~10/9	第四篇運動全方位第二章肌力訓練	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源,以擬定運動與保健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 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。	實作 觀察 問答		法定:健體-生涯 -(生 J14)-2 課綱:健體-閱讀 -(閱 J6)-2
6	10/3~10/9	第一篇致命吸引力第三章無毒人生	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解體育與保健的基本概念,應用於日常生活中。	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。	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。	觀察 問答		課綱:健體-法治 -(法 J4)-1 課綱:健體-品德 -(品 EJU4)-1 法定:健體-反毒 -(身 J1)
7	10/10~10/16	第五篇玩球樂趣多	健體-J-A2 具	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及	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。	觀察 技能	第一次定期評量	法定:健體-性平

		第一章籃球(第一次段考)	備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	團隊戰術。	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。 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-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。 3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問題。	情意		-(性 J4)-2 課綱:健體-人權 -(人 J5)-2 法定:健體-生涯 -(生 J3)-2
7	10/10~10/16	第一篇致命吸引力 第三章無毒人生(第一次段考)	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 備情意表達的能力,能以同理心	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。	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。	觀察 問答	第一次定期評量	課綱:健體-法治 -(法 J4)-1 課綱:健體-品德 -(品 EJU4)-1 法定:健體-反毒 -(身 J1)

			與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。					
8	10/17~10/23	第五篇玩球樂趣多 第一章籃球	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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。 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。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	觀察 技能 情意		法定:健體-性平 -(性 J4)-2 課綱:健體-人權 -(人 J5)-2 法定:健體-生涯 -(生 J3)-2
8	10/17~10/23	第一篇致命吸引力 第三章無毒人生	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適	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	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。	觀察 問答		課綱:健體-品德 -(品 EJU4)-1 法定:健體-反毒 -(身 J1)



			當的策略,處理與解決體育與健康的問題。健體-J-B1 備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解體育與保健的基本概念,應用於日常生活中。	與 支持性規範、戒治資源的運用。				
9	10/24~10/30	第五篇玩球樂趣多 第一章籃球	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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。 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。 3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境的問題。	觀察 技能 情意		法定:健體-性平 -(性 J4)-2 課綱:健體-人權 -(人 J5)-2 法定:健體-生涯 -(生 J3)-2

9	10/24~10/30	第二篇防疫總動員第一章新興傳染病	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源,以擬定運動與保健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p>	<p>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。</p>	<p>1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。</p> <p>2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</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>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。</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>	觀察 問答		
10	10/31~11/6	第五篇玩球樂趣多第一章籃球	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群</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>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>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>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</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>	觀察 技能 情意		<p>法定:健體-性平-(性 J4)-2</p> <p>課綱:健體-人權-(人 J5)-2</p> <p>法定:健體-生涯-(生 J3)-2</p>

			的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。					
10	10/31~11/6	第二篇防疫總動員 第一章新興傳染病	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	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。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。 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。	觀察 問答		
11	11/7~11/13	第五篇玩球樂趣多 第二章排球	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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-1 發展適合個人之專項運動技能。	發表 觀察 實作		法定:健體-性平 -(性 J4)-2 課綱:健體-人權 -(人 J5)-2 法定:健體-生涯

			能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。					-(生 J3)-2
11	11/7~11/13	第二篇防疫總動員 第一章新興傳染病	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	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。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。 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。	觀察 問答		
12	11/14~11/20	第五篇玩球樂趣多 第二章排球	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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-1 發展適合個人之專項運動技能。	發表 觀察 實作		法定:健體-性平 -(性 J4)-2 課綱:健體-人權 -(人 J5)-2 法定:健體-生涯 -(生 J3)-2

			與解決體育與健康的問題。					
12	11/14~11/20	第二篇防疫總動員 第二章認識台灣傳染病	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度,展現自我運動與保健潛能,探索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不輕言放棄。 健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體,以增進學習的素養,並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	觀察 發表 討論		法定:健體-愛滋病-(性 J-A1)-1
13	11/21~11/27	第五篇玩球樂趣多 第二章排球	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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-1 發展適合個人之專項運動技能。	發表 觀察 實作		法定:健體-性平-(性 J4)-2 課綱:健體-人權-(人 J5)-2 法定:健體-生涯-(生 J3)-2

			與解決體育與健康的問題。					
13	11/21~11/27	第二篇防疫總動員 第二章認識台灣傳染病	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度,展現自我運動與保健潛能,探索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不輕言放棄。 健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體,以增進學習的素養,並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	觀察發表實作		法定:健體-愛滋病-(性 J-A1)-1
14	11/28~12/4	第五篇玩球樂趣多 第三章羽球(第二次段考)	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	觀察實作問答	第二次定期評量	法定:健體-性平-(性 J4)-2 課綱:健體-人權-(人 J5)-2 法定:健體-生涯-(生 J3)-2

			<p>與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>					
14	11/28~12/4	<p>第三篇擁抱青春相信愛</p> <p>第一章愛的真諦(第二次段考)</p>	<p>健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</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>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p>	1a-IV-1理解生理、心理與社會各層面健康的概念。	觀察實作	第二次定期評量	<p>課綱:健體-人權-(人 J8)-1</p> <p>法定:健體-家暴(J-A1)</p> <p>法定:健體-性剝削-(性 J-A1)-1</p>

			健體-J-B1 備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解體育與保健的基本概念,應用於日常生活中。					
15	12/5~12/11	第五篇玩球樂趣多 第三章羽球	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解體育與保健的基本概念,應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	觀察 實作 問答		法定:健體-性平 -(性 J4)-2 課綱:健體-人權 -(人 J5)-2 法定:健體-生涯 -(生 J3)-2



			度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。					
15	12/5~12/11	第三篇擁抱青春相信愛 第一章愛的真諦	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 健體-J-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。	Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	1a-IV-1理解生理、心理與社會各層面健康的概念。	觀察 實作		課綱:健體-人權-(人 J8)-1 法定:健體-家暴(J-A1) 法定:健體-性剝削-(性 J-A1)-1
16	12/12~12/18	第五篇玩球樂趣多 第四章棒球	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知	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。	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。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，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。	認知 情意 技能		法定:健體-性平-(性 J4)-2 課綱:健體-人權-(人 J5)-2 法定:健體-生涯



16	12/12~12/18	<p>第三篇擁抱青春相信愛 第二章約會的事</p>	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解體育與保健的基本概念,應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</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。 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。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策、資源與規範。 3b-IV-1 熟悉各自我調適技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。</p>	觀察發表		<p>法定:健體-性平-(性 J4, J5)-1 課綱:健體-人權-(人 J8)-1 法定:健體-家暴(J-A1) 法定:健體-性剝削-(性 J-A1)-1 法定:健體-兒童權利公約-(兒 J-A2、B1、C2)-1</p>
17	12/19~12/25	<p>第五篇玩球樂趣多 第四章棒球</p>	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。</p>	<p>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>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。 3d-IV-3 應用思考與分析能力,解決運動情境</p>	認知情意技能		<p>法定:健體-性平-(性 J4)-2 課綱:健體-人權</p>

			<p>貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的</p>		<p>的問題。</p> <p>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>			<p>-(人 J5)-2</p> <p>法定:健體-生涯</p> <p>-(生 J3)-2</p>
--	--	--	--	--	---	--	--	---

			差異。					
17	12/19~12/25	第三篇擁抱青春相信愛 第二章約會的事	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-B1 備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解體育與保健的基本概念,應用於日常生活中。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</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-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>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策、資源與規範。</p> <p>3b-IV-1 熟悉各自我調適技能。</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。</p>	觀察發表		<p>法定:健體-性平-(性 J4, J5)-1</p> <p>課綱:健體-人權-(人 J8)-1</p> <p>法定:健體-家暴(J-A1)</p> <p>法定:健體-性剝削-(性 J-A1)-1</p> <p>法定:健體-兒童權利公約-(兒 J-A2、B1、C2)-1</p>
18	12/26~1/1	第六篇運動樣樣行 第一章田	健體-J-A1 具備體育與健康	Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	<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>2c-IV-2 表現利他合群的態度,與他人理性溝</p>	觀察實作		法定:健體-性平-(性 J4)-2

		<p>賽</p> <p>的知能與態度,展現自我運動與保健潛能,探索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不輕言放棄。</p> <p>健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體,以增進學習的素養,並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>		<p>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>3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧,展現個人運動潛能。</p> <p>3d-IV-1 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>			<p>課綱:健體-人權 -(人 J5)-2</p> <p>法定:健體-生涯 -(生 J3)-2</p>
18	12/26~1/1	<p>第三篇擁抱青春相信愛 第二章約會的事</p>	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全</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-5 身體自主權維護的立場表達與行</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策、資源與規範。</p> <p>3b-IV-1 熟悉各自我調適技能。</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。</p>	觀察實作		<p>法定:健體-性平 -(性 J4, J5)-1</p> <p>課綱:健體-人權</p>

			<p>貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>	<p>動，以及交友約會安全策略。</p> <p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p>				<p>-(人 J8)-1</p> <p>法定:健體-家暴(J-A1)</p> <p>法定:健體-性剝削-(性 J-A1)-1</p> <p>法定:健體-兒童權利公約-(兒 J-A2、B1、C2)-1</p>
19	1/2~1/8	第六篇運動樣樣行第一章田賽	<p>健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、</p>	<p>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</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>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>3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個</p>	觀察實作		<p>法定:健體-性平-(性 J4)-2</p> <p>課綱:健體-人權-(人 J5)-2</p> <p>法定:健體-生涯-(生 J3)-2</p>

			<p>自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>		<p>人運動潛能。</p> <p>3d-IV-1 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>			
19	1/2~1/8	<p>第三篇擁抱青春相信愛</p> <p>第三章真愛要等待</p>	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理</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>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>	觀察發表		<p>課綱:健體-生命-(生 J3)-1</p> <p>法定:健體-性平-(性 J4)-2</p> <p>法定:健體-家暴(J-A1)</p> <p>法定:健體-性剝削-(性 J-A1)-1</p>



			與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解體育與保健的基本概念,應用於日常生活中。					
20	1/9-1/15	第六篇運動樣樣行 第一章民俗運動—跳繩	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。	Ic-IV-1 民俗運動進階與綜合動作。 Ic-IV-2 民俗運動個人或團隊展演。	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。 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。	觀察 實作		法定:健體-性平-(性 J4)-2 課綱:健體-人權-(人 J5)-2 法定:健體-生涯-(生 J3)-2
20	1/9-1/15	第三篇擁抱青春相信愛 第三章真愛要等待	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。	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。	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。	觀察 實作		課綱:健體-生命-(生 J3)-1 法定:健體-性平-(性 J4)-2 法定:健體-家暴(J-A1) 法定:健體-性剝削-(性 J-A1)-1

			健體-J-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。					
21	1/16~1/20	第六篇運動樣行第一章民俗運動一 跳繩(第三次段考)	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	Ic-IV-1 民俗運動進階與綜合動作。 Ic-IV-2 民俗運動個人或團隊展演。	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。 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。	觀察 實作	第三次定期評量 1/20課程結束	法定:健體-性平 -(性 J4)-2 課綱:健體-人權 -(人 J5)-2 法定:健體-生涯 -(生 J3)-2
21	1/16~1/20	第三篇擁抱青春相信愛第三章真愛要等待(第三次段考)	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 備情意表達的能	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-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。	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。	觀察 實作	第三次定期評量 1/20課程結束	課綱:健體-生命 -(生 J3)-1 法定:健體-性平 -(性 J4)-2 法定:健體-家暴 (J-A1) 法定:健體-性剝 削-(性 J-A1)-1

			力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。					
第二學期								
1	2/11~2/12	第四篇青春的躍動 第一章運動營養	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	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。	1c-IV-4 了解身體發展、運動和營養的關係。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	問答說明	2/11第二學期開學及正式上課	課綱:健體-安全-(安 J3)-2
1	2/11~2/12	第一篇生命的旅程 第一章新生命的喜悅	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	觀察發表實作	2/11第二學期開學及正式上課	法定:健體-家庭-(家 J4)-1
2	2/13~2/19	第四篇青春的躍動 第一章運動營養	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以	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。	1c-IV-4 了解身體發展、運動和營養的關係。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	問答說明		課綱:健體-安全-(安 J3)-2

			擬定運動與保健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。					
2	2/13~2/19	第一篇生命的旅程 第一章新生命的喜悅	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度,展現自我運動與保健潛能,探索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不輕言放棄。	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	觀察發表實作	第一篇生命的旅程 第一章新生命的喜悅	法定:健體-家庭-(家 J4)-1
3	2/20~2/26	第四篇青春的躍動 第一章運動營養	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源,以擬定運動與保健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	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。	1c-IV-4 了解身體發展、運動和營養的關係。 4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動。	問答說明		課綱:健體-安全-(安 J3)-2
3	2/20~2/26	第一篇生命的旅程 第一章新生命的喜悅	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度,展現自我運動與保健潛	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	觀察實作		法定:健體-家庭-(家 J4)-1

			能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。					
4	2/27-3/5	第四篇青春的躍動 第二章休閒運動-自行車	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。	1c-IV-1 了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。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。	問答說明		課綱:健體-交安-(安 J1, J6)-2
4	2/27-3/5	第一篇生命的旅程 第二章生長密碼	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知	Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。 Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	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。 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。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	觀察		課綱:健體-生命-(生 J2)-1

			能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。					
5	3/6~3/12	第四篇青春的躍動 第二章休閒運動-自行車	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。	1c-IV-1 了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。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。	問答 說明		課綱:健體-交安 -(安 J1, J6)-2
5	3/6~3/12	第一篇生命的旅程 第二章生長密碼	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適	Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。 Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	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。 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。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	觀察		課綱:健體-生命 -(生 J2)-1

			當的策略,處理與解決體育與健康的問題。					
6	3/13~3/19	第四篇青春的躍動 第二章休閒運動-自行車	健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源,以擬定運動與保健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。	1c-IV-1 了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。 4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。	問答說明		課綱:健體-交安 -(安 J1, J6)-2
6	3/13~3/19	第一篇生命的旅程 第二章生長密碼	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度,展現自我運動與保健潛能,探索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不輕言放棄。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理	Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。 Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	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。 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。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。	觀察		課綱:健體-生命 -(生 J2)-1

			與解決體育與健康的問題。					
7	3/20~3/26	第五篇運動大進擊 第一章籃球(第一次段考)	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解體育與保健的基本概念,應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度,並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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。 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。 3d-IV-3 應用思考與分析能力,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。	提問 觀察	第一次定期評量	課綱:健體-品德-(品 J8)-2
7	3/20~3/26	第一篇生命的旅程	健體-J-A1 具	Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感	觀察	第一次定期評量	課綱:健體-生命-(生 J2, J3)-1



		第三章樂活老化(第一次段考)	備體育與健康的知能與態度,展現自我運動與保健潛能,探索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不輕言放棄。 健體-J-B1 備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解體育與保健的基本概念,應用於日常生活中。	Fb-IV-2 健康狀態影響因素與不同性別者平均餘命與健康指標的改善策略。 Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活型態的建立。	與嚴重性。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。			
8	3/27~4/2	第五篇運動大進擊 第一章籃球	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 備情意表達的能	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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。 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。 3d-IV-3 應用思考與分析能力,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。	觀察 發表 實作		課綱:健體-品德 -(品 J8)-2

			<p>力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>					
8	3/27-4/2	<p>第一篇生命的旅程 第三章樂活老化</p>	<p>健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>健體-J-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互</p>	<p>Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。</p> <p>Fb-IV-2 健康狀態影響因素與不同性別者平均餘命與健康指標的改善策略。</p> <p>Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活型態的建立。</p>	<p>1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。</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-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p>	觀察		<p>課綱：健體-生命-(生 J2, J3)-1</p>

			動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。					
9	4/3-4/9	第五篇運動大進擊 第一章籃球	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧</p>	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<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>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>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</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-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	觀察 發表 實作		課綱:健體-品德 -(品 J8)-2

			互動的素養。					
9	4/3-4/9	第一篇生命的旅程 第四章用愛說再見	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度,展現自我運動與保健潛能,探索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不輕言放棄。	Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。	觀察		課綱:健體-生命-(生 J2, J3)-1
10	4/10~4/16	第五篇運動大進擊 第二章排球	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 備情意表達的能力,能以同理心與人溝通互動,並理解體育與保健的基本概念,應用於日常生活中。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 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。 3d-IV-3 應用思考與分析能力,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。	提問 發表 觀察 實作		課綱:健體-品德-(品 J8)-2

			健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。					
10	4/10~4/16	第二篇 沉默的殺手 第一章 慢性病（一）	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。	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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	觀察 發表		課綱：健體-生命 -(生 J3)-1
11	4/17~4/23	第五篇 運動大進擊	健體-J-A2 具	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團	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。	觀察 發表		課綱：健體-品德

		第二章排球	備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。	隊戰術。	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。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	實作		-(品 J8)-2
11	4/17~4/23	第二篇沉默的殺手 第一章慢性病(一)	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。	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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	觀察發表		課綱:健體-生命 -(生 J3)-1 法定:健體-健康 飲食-(身 JA1)

			<p>動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p>					
12	4/24~4/30	第五篇運動大進擊 第二章排球	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互</p>	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	<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>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>3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。</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-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	提問 觀察 實作		課綱:健體-品德 -(品 J8)-2

			<p>動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>				
12	4/24~4/30	<p>第二篇 沉默的殺手</p> <p>第一章 慢性病 (一)</p>	<p>健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適</p>	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。	<p>1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。</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>	觀察發表	<p>課綱:健體-生命-(生 J3)-1</p> <p>法定:健體-健康飲食-(身 JA1)</p>



			當的策略,處理與解決體育與健康的問題。					
13	5/1~5/7	第五篇運動大進擊 第三章桌球(第二次段考)	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1 了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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	說明 問答 實作	第二次定期評量	課綱:健體-品德-(品 J8)-2
13	5/1~5/7	第二篇沉默的殺手 第二章慢性病(二)(第二次段考)	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度,展現自我運動與保健潛能,探索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不輕言放棄。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。 Fb-IV-3 保護性的健康行為建立。 Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活型態的建立。	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。 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。	觀察 發表	第二次定期評量	課綱:健體-生命-(生 J3)-1 法定:健體-愛滋-(愛 J1)-1 法定:健體-健康飲食-(身 JA1)

			當的策略,處理與解決體育與健康的問題。					
14	5/8~5/14	第五篇運動大進擊 第三章桌球	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1 了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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	觀察 實作		課綱:健體-品德 -(品 J8)-2
14	5/8~5/14	第二篇沉默的殺手 第二章慢性病(二)	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度,展現自我運動與保健潛能,探索人性、自我價值與生命意義,並積極實踐,不輕言放棄。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適	Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的探究與其防治策略。 Fb-IV-3 保護性的健康行為建立。 Fb-IV-1 全人健康概念的發展與健康正向生活型態的建立。	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。 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。	觀察 發表		課綱:健體-生命 -(生 J3)-1 法定:健體-愛滋 -(愛 J1)-1 法定:健體-健康 飲食-(身 JA1)

			當的策略,處理與解決體育與健康的問題。					
15	5/15~5/21	第五篇運動大進擊第三章桌球	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。	Ha-IV-1 網／牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1 了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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	觀察 實作 行動		課綱:健體-品德-(品 J8)-2
15	5/15~5/21	第三篇即刻救援第一章急救最前線	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理與解決體育與健康的問題。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	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-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。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。	問答 觀察		課綱:健體-水域安全-(安 J2, J3, J4)-1
16	5/22~5/28	第五篇運動大進擊第四章足球	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌,並做獨立思考與分析的知能,進而運用適當的策略,處理	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。 Hd-IV-1 守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	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。 2c-IV-1 展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實踐能力。 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的技巧,展現個人運動潛能。	認知 情意 技能		法定:健體-生涯-(涯 J3)-2 課綱:健體-品德-(品 J8)-2

			<p>與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。</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>			
16	5/22~5/28	第三篇即刻救援第一章急救最前線	健體-J-A2 具備理解體育與	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	<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-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>	問答 觀察		課綱:健體-水域安全-(安 J11)-1

			健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。		3a-IV-1 精熟地操作健康技能。			
17	5/29-6/4	第五篇運動大進擊 第四章足球	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活</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>Hc-IV-1 標的性球類運動動作組合及團隊戰術。</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>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>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>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>3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。</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>	認知 情意 技能		<p>法定:健體-生涯 -(涯 J3)-2</p> <p>課綱:健體-品德 -(品 J8)-2</p>

			<p>動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>健體-J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。</p>					
17	5/29-6/4	第三篇即刻救援第一章急救最前線	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p>	<p>Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。</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-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>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p>	問答觀察		課綱:健體-水域安全-(安 J11)-1
18	6/5-6/11	第六篇大家動起來第一章游泳	<p>健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生</p>	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。</p> <p>Cc-IV-1 水域休閒活動綜合運用。</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>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>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</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>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>	認知情意技能	畢業週	法定:健體-海洋-(海 J1)-2

		<p>命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>	<p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>			
--	--	--	-----------------------------------	--	--	--

18	6/5-6/11	第三篇即刻救援 第二章心肺復甦術	健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	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。 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。 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。	觀察 分享	畢業週	課綱:健體-水域安全-(安 J10)-1
19	6/12~6/18	第六篇大家動起來 第一章游泳	健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。 健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-A3 具	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定。 Cc-IV-1 水域休閒活動綜合運用。 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）。	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。 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。 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。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	認知 情意 技能		法定:健體-海洋-(海 J1)-2



			備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。				
19	6/12~6/18	第三篇即刻救援 第二章心肺復甦術	健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	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。 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。 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。	觀察 分享	課綱:健體-水域安全-(安 J10)-1
20	6/19~6/25	第六篇大家動起來 第二章體操	健體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與	Ia-IV-2 器械體操動作組合。	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-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 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。	認知情意 技能	法定:健體-生涯-(涯 J6)-2

			表現方式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。		3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。			
20	6/19~6/25	第三篇即刻救援 第二章心肺復甦術	健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	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。 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。 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。	觀察 分享		課綱:健體-水域安全-(安 J10)-1
21	6/26~6/30	第六篇大家動起來 第二章體操(第三次段考)	健體-J-B3 具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與表現方式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。	Ia-IV-2 器械體操動作組合。	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-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 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。	認知 情意 技能	第三次定期評量 6/30課程結束	法定:健體-生涯-(涯 J6)-2
21	6/26~6/30	第三篇即刻救援 第二章心肺復甦術 (第三次段考)	健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活	Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術之演練。	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。 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。 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。	觀察 分享	第三次定期評量 6/30課程結束	課綱:健體-水域安全-(安 J10)-1

			動，關懷社會。				
--	--	--	---------	--	--	--	--

註1：若為一個單元或主題跨數週實施，可合併欄位書寫。

註2：「議題融入」中「法定議題」為必要項目，課綱議題則為鼓勵填寫。(例：法定/課綱：領域-議題-(議題實質內涵代碼)-時數)

(一) 法定議題：性別平等教育、環境教育課程、海洋教育、家庭教育、生涯發展教育(含職業試探、生涯輔導課程)、反毒認知教學、性侵害防治教育課程、交通安全教育、家庭暴力防治、低碳環境教育、愛滋病宣導、健康飲食教育、水域安全宣導教育課程、登革熱防治教育、全民國防教育(紅色字體為時數較易不足之議題)、兒童權利公約、性剝削防制教育課程或宣導(今年新增之議題)。

(二) 課綱議題：性別平等、環境、海洋、家庭教育、人權、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、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。

註3：九年級第二學期須規劃學生畢業考後或國中會考後至畢業前課程活動之安排。(15~18週 - 可加入高中職宣導、班際活動、補考、或畢業典禮準備等；第19~21週 - 已畢業，不用寫。)

註4：教學進度表中，每學期末「休業式」請更改為「課程結束」。

註5：請各位教師注意各廠商第二學期課程計畫只有二十週，但依教育局公告之行事曆，為二十一週，所以課程計畫要寫到二十一週。