

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	議題融入	線上教學 方式 (註5)	「跨領域統整或 協同教學」規劃 (註6, 無則免 填)
			學習內容	學習表現				
			第一學期					
一 8/30- 9/2	單元一 愛，這件事 第1章 歌頌情誼	健體-J-B1具備情意表達的能力，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。 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。	1a-IV-2分析個人與群體健康的影響因素。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。	上課參與 平時觀察 小組討論 經驗分享 紙筆測驗	課綱:健體-生涯-(涯 J4)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
二 9/3-9 /9	單元一 愛，這件事 第1章 歌頌情誼	健體-J-B1具備情意表達的能力，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。 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。	1a-IV-2分析個人與群體健康的影響因素。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。	上課參與 平時觀察 小組討論 經驗分享 紙筆測驗	課綱:健體-生涯-(涯 J4)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
三 9/10- 9/16	單元一 愛，這件事 第2章 珍愛自我	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-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。 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。	1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	上課參與 平時觀察 小組討論 經驗分享 紙筆測驗	法定:健體-性侵害防治教育課程-1 法定:健體-性別平等教育-(性 J4、5、6)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
四 9/17- 9/23	單元一 愛，這件事 第2章	健體-J-A2具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立	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	1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與	上課參與 平時觀察 小組討論	法定:健體-性侵害防治教育課程-1 法定:健體-性別平	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播	

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	議題融入	線上教學 方式 (註5)	「跨領域統整或 協同教學」規劃 (註6,無則免 填)
			學習內容	學習表現				
	珍愛自我	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。	全策略。 Db-IV-6青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 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。	價值觀。	經驗分享 紙筆測驗	等教育-(性 J4、5、6)-1	放：_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台 教學：南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他：_____	
五 9/24- 9/30	單元一 愛，這件事 第2章 珍愛自我	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-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。 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。	1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	上課參與 平時觀察 小組討論 經驗分享 紙筆測驗	法定:健體-性侵害 防治教育課程-1 法定:健體-性別平等 教育-(性 J4、5、6)-1	<input type="checkbox"/> 即時直 播：_____ <input type="checkbox"/> 預錄播 放：_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台 教學：南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他：_____	
六 10/1~ 10/7	單元一 愛，這件事 第3章 「性」福 「保」典	健體-J-B1具備情意表達的能力，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-8愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。	1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。	上課參與 平時觀察 分組討論 紙筆測驗	法定:健體-愛滋病 宣導-1 課綱:健體-法治- (法 J2)-1	<input type="checkbox"/> 即時直 播：_____ <input type="checkbox"/> 預錄播 放：_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台 教學：南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他：_____	
七 10/8~ 10/14	單元一 愛，這件事 第3章 「性」福 「保」典	健體-J-B1具備情意表達的能力，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-8愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。	1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。	上課參與 平時觀察 分組討論 紙筆測驗	法定:健體-愛滋病 宣導-1 課綱:健體-法治- (法 J2)-1	<input type="checkbox"/> 即時直 播：_____ <input type="checkbox"/> 預錄播 放：_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台 教學：南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他：_____	

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	議題融入	線上教學 方式 (註5)	「跨領域統整或 協同教學」規劃 (註6,無則免 填)
			學習內容	學習表現				
八 10/15 ~10/2 1 第一次定期評量	單元一 愛，這件事 第3章 「性」福 「保」典	健體-J-B1具備情意表達的能力，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-8愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。	1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。	上課參與 平時觀察 分組討論 紙筆測驗	法定:健體-愛滋病 宣導-1 課綱:健體-法治- (法 J2)-1	<input type="checkbox"/> 其他:____ <input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
九 10/22 ~10/2 8	單元二 一生「醫」 世 第1章 臺灣「醫」 級棒	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。	Fb-IV-5全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。 4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課綱:健體-品德- (品 J1)-2 課綱:健體-品德- (品 J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十 10/29 ~11/4	單元二 一生「醫」 世 第1章 臺灣「醫」 級棒	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	Fb-IV-5全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。 4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課綱:健體-品德- (品 J1)-2 課綱:健體-品德- (品 J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	

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	議題融入	線上教學 方式 (註5)	「跨領域統整或 協同教學」規劃 (註6,無則免 填)
			學習內容	學習表現				
		動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。						
十一 11/5~ 11/11	單元二 一生「醫」 世 第1章 臺灣「醫」 級棒	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。	Fb-IV-5全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1a-IV-4理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。 4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課綱:健體-品德-(品J1)-2 課綱:健體-品德-(品J8)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十二 11/12 ~11/18	單元二 一生「醫」 世 第2章 正確用藥好 安心	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具備情意表達的能力,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-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。	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。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。 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。 4a-IV-3持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	上課參與 平時觀察 分組報告 經驗分享 紙筆測驗	課綱:健體-品德-(品J1)-1 課綱:健體-品德-(品J8)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十三 11/19	單元二 一生「醫」	健體-J-A2具備理解體育與健康情境	Bb-IV-1正確購買與使用藥品的行動策略。	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。	上課參與 平時觀察	課綱:健體-品德-(品J1)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	

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	議題融入	線上教學 方式 (註5)	「跨領域統整或 協同教學」規劃 (註6,無則免 填)
			學習內容	學習表現				
~11/25	世第2章 正確用藥好安心	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具備情意表達的能力,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-2家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。	2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。 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。 4a-IV-3持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	分組報告 經驗分享 紙筆測驗	課網:健體-品德-(品J8)-1	<input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十四 11/26 ~12/2 第二次定期評量	單元二 一生「醫」世 第2章 正確用藥好安心	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具備情意表達的能力,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-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。	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。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。 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。 4a-IV-3持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	上課參與 平時觀察 分組報告 經驗分享 紙筆測驗	課網:健體-品德-(品J1)-1 課網:健體-品德-(品J8)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十五 12/3~ 12/9	單元三 「癮」爆新 觀點 第1章 青春要玩不藥丸	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	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。 2a-IV-3深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	上課參與 平時觀察 經驗分享 紙筆測驗	法定:健體-反毒認知教學-1 課網:健體-品德-(品EJU1)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一	

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	議題融入	線上教學 方式 (註5)	「跨領域統整或 協同教學」規劃 (註6,無則免 填)
			學習內容	學習表現				
		決體育與健康的問題。		2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。			OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	
十六 12/10 ~12/1 6	單元三 「癮」爆新 觀點 第1章 青春要玩不 藥丸	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。 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。	上課參與 平時觀察 經驗分享 紙筆測驗	法定:健體-反毒認 知教學-1 課網:健體-品德- (品EJU1)-1	<input type="checkbox"/> 即時直 播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播 放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台 教學:南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	
十七 12/17 ~12/2 3	單元三 「癮」爆新 觀點 第1章 青春要玩不 藥丸	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。 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。	上課參與 平時觀察 經驗分享 紙筆測驗	法定:健體-反毒認 知教學-1 課網:健體-品德- (品EJU1)-1	<input type="checkbox"/> 即時直 播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播 放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台 教學:南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	
十八 12/24 ~12/3 0	單元三 「癮」爆新 觀點 第2章 毒來不毒往	健體-J-B1具備情意表達的能力,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-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。	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。 2b-IV-3充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	法定:健體-反毒認 知教學-1 課網:健體-法治- (法J4)-1	<input type="checkbox"/> 即時直 播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播 放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台 教學:南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	
十九 12/31 ~1/6	單元三 「癮」爆新 觀點 第2章 毒來不毒往	健體-J-B1具備情意表達的能力,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-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。	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。 2b-IV-3充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	法定:健體-反毒認 知教學-1 課網:健體-法治- (法J4)-1	<input type="checkbox"/> 即時直 播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播 放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台 教學:南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	

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	議題融入	線上教學 方式 (註5)	「跨領域統整或 協同教學」規劃 (註6,無則免 填)
			學習內容	學習表現				
二十 1/7-1 /13	單元三 「癮」爆新 觀點 第2章 毒來不毒往	健體-J-B1具備情意表達的能力,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-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。	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。 2b-IV-3充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	法定:健體-反毒認 知教學-1 課網:健體-法治- (法 J4)-1	<input type="checkbox"/> 即時直 播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播 放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台 教學:南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
二十一 1/14~ 1/19 第三次定期 評量	單元三 「癮」爆新 觀點 第2章 毒來不毒往	健體-J-B1具備情意表達的能力,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-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。	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。 2b-IV-3充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	法定:健體-反毒認 知教學-1 課網:健體-法治- (法 J4)-1	<input type="checkbox"/> 即時直 播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播 放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台 教學:南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
第二學期								
一 2/15~ 2/17	單元1 消費中學堂 第1章 GO購 「食」力讚	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。	Ea-IV-3從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Eb-IV-1媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2健康消費行動方案與相關法規、組織。	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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-環境- (環 J4)-1	<input type="checkbox"/> 即時直 播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播 放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台 教學:南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
二 2/18~ 2/24	單元1 消費中學堂 第1章 GO購 「食」力讚	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	Ea-IV-3從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Eb-IV-1媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2健康消費行動	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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-環境- (環 J4)-1	<input type="checkbox"/> 即時直 播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播 放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台 教學:南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	

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	議題融入	線上教學 方式 (註5)	「跨領域統整或 協同教學」規劃 (註6,無則免 填)
			學習內容	學習表現				
		係。	方案與相關法規、組織。				<input type="checkbox"/> 其他:___	
三 2/25~ 3/2	單元1 消費中學堂 第1章 GO購 「食」力讚	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。	Ea-IV-3從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Eb-IV-1媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2健康消費行動方案與相關法規、組織。	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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-環境-(環 J4)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	
四 3/3-3 /9	單元一 消費中學堂 第2章 健康消費實踐家	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。	Eb-IV-1媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2健康消費行動方案與相關法規、組織。	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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-人權-(人 J4)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	
五 3/10~ 3/16	單元一 消費中學堂 第2章 健康消費實踐家	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。	Eb-IV-1媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-2健康消費行動方案與相關法規、組織。	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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-人權-(人 J4)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	
六 3/17~ 3/23	單元二 慢病驚心 第1章 慢性病情報 站(上)	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	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-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。 2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-生命-(生 J5)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook	

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	議題融入	線上教學 方式 (註5)	「跨領域統整或 協同教學」規劃 (註6,無則免 填)
			學習內容	學習表現				
		題。		4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。			<input type="checkbox"/> 其他:___	
七 3/24- 3/30 第一次定期評量	單元二 慢病驚心 第1章 慢性病情報 站(上)	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-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-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。 2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3a-IV-1精熟地操作健康技能。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-生命-(生 J5)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	
八 3/31- 4/6	單元二 慢病驚心 第2章 慢性病情報 站(下)	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具備情意表達的能力，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-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-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。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。 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-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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-品德-(品 EJU1)-1 課網:健體-品德-(品 J8)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	
九 4/7-4 /13	單元二 慢病驚心 第2章 慢性病情報 站(下)	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-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-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。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。 4a-IV-2自我監督、增強個人促進健康	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-品德-(品 EJU1)-1 課網:健體-品德-(品 J8)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:___ <input type="checkbox"/> 預錄播放:___ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:___	

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	議題融入	線上教學 方式 (註5)	「跨領域統整或 協同教學」規劃 (註6, 無則免 填)
			學習內容	學習表現				
		健體-J-B1具備情意表達的能力,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。		的行動,並反省修正。 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。				
十 4/14~ 4/20	單元二 慢病驚心 第3章 愛譜生命最 終章	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。	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。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 4b-IV-1主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-品德-(品J9)-1 課網:健體-生命-(生J3)-1 課網:健體-生涯-(涯J6)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十一 4/21~ 4/27	單元二 慢病驚心 第3章 愛譜生命最 終章	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。	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。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 4b-IV-1主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-品德-(品J9)-1 課網:健體-生命-(生J3)-1 課網:健體-生涯-(涯J6)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十二 4/28~ 5/4	單元三 安全防護網 第1章 扭轉危機保 安康	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。	Ba-IV-2居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 Ca-IV-1健康社區的相關問題改善策略與資源。 Fa-IV-3有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。 4b-IV-1主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-品德-(品J1)-2 課網:健體-法治-(法J9)-2 法定:健體-交通安全教育-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十三 5/5~5	單元三 安全防護網	健體-J-C2具備利他及合群的知能與	Ba-IV-2居家、學校及社區安全的防護守	2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	上課參與 平時觀察	課網:健體-品德-(品J1)-2	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	

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	議題融入	線上教學 方式 (註5)	「跨領域統整或 協同教學」規劃 (註6,無則免 填)
			學習內容	學習表現				
/11 第二次定期評量	第1章 扭轉危機保 安康	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。	則與相關法令。 Ca-IV-1健康社區的相關問題改善策略與資源。 Fa-IV-3有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	3b-IV-2熟悉各種人際溝通互動技能。 4b-IV-1主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	紙筆測驗	課網:健體-法治-(法 J9)-2 法定:健體-交通安全教育-1	<input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十四 5/12~ 5/18	單元三 安全防護網 第2章 網住安全	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。	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。 Eb-IV-1媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Fb-IV-1全人健康概念與健康生活型態。	2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-法治-(法 J9)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十五 5/19~ 5/25	單元三 安全防護網 第2章 網住安全	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。	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。 Eb-IV-1媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。 Fb-IV-1全人健康概念與健康生活型態。	2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-1堅守健康的生活規範、態度與價值觀。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課網:健體-法治-(法 J9)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十六 5/26~ 6/1	單元三 安全防護網 第3章 馬路如虎口	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。	Ba-IV-1居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 Ba-IV-2居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 Fb-IV-3保護性的健康行為。	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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	法定:健體-交通安全教育-1 課網:健體-品德-(品 J2)-1 課網:健體-安全-(安 J4)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播:_____ <input type="checkbox"/> 預錄播放:_____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一 OneBook <input type="checkbox"/> 其他:____	
十七	單元三	健體-J-A1具備體	Ba-IV-1居家、學校、	2a-IV-3深切體會健康行動的自覺利益	上課參與	法定:健體-交通安	<input type="checkbox"/> 即時直	

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	議題融入	線上教學 方式 (註5)	「跨領域統整或 協同教學」規劃 (註6, 無則免 填)
			學習內容	學習表現				
6/2-6/8 畢業週	安全防護網 第3章 馬路如虎口	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。	社區環境潛在危機的評估方法。 Ba-IV-2居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 Fb-IV-3保護性的健康行為。	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。	平時觀察 紙筆測驗	全教育-1 課綱: 健體-品德-(品 J2)-1 課綱: 健體-安全-(安 J4)-1	播: _____ <input type="checkbox"/> 預錄播放: _____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他: _____	
十八 6/9-6/15	單元三 安全防護網 第4章 生命之鏈	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。	Ba-IV-3緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 Fb-IV-1全人健康概念與健康生活型態。	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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課綱: 健體-安全-(安 J10)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播: _____ <input type="checkbox"/> 預錄播放: _____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他: _____	
十九 6/16-6/22	單元三 安全防護網 第4章 生命之鏈	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。	Ba-IV-3緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 Fb-IV-1全人健康概念與健康生活型態。	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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課綱: 健體-安全-(安 J10)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播: _____ <input type="checkbox"/> 預錄播放: _____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他: _____	
二十 6/23-6/28 第三次定期評量	單元三 安全防護網 第4章 生命之鏈	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。	Ba-IV-3緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。 Fb-IV-1全人健康概念與健康生活型態。	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。	上課參與 平時觀察 紙筆測驗	課綱: 健體-安全-(安 J10)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播: _____ <input type="checkbox"/> 預錄播放: _____ <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 南一OneBook <input type="checkbox"/> 其他: _____	

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）、性侵害防治教育課程、交通安全教育、反毒認知教學、家庭暴力防治教育、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、兒童權利公約、兒童及少年性剝削防制教育。
- (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。

註4：須依據本土語文/臺灣手語各語種實際開課情形填寫課程計畫。

註5：依據「高雄市高級中等以下學校線上教學計畫」第七點所示：「疫情趨緩後維持線上教學：(一) 全校性線上教學後續得以每月實施1次或每學期實施3次為原則，各班級均須實施。學校得視不同年級，彈性調整次數，並應事前與師生及家長充分說明。……(四) 鼓勵學校於各領域課程計畫規劃時，每學期至少實施3次線上教學。」，故請各校於每學期各領域/科目課程計畫「線上教學」欄勾選，並註明預計實施線上教學之方式。(現有教學平台如均一教育平臺、因材網、達學堂、E-game、教育雲、學習吧、PaGamO等)

註6：依據十二年國民基本教育課程綱要總綱，國民小學及國民中學教育階段規劃說明「領域學習課程跨領域統整課程最多佔領域學習課程總節數五分之一，其學習節數得分開計入相關學習領域，並可進行協同教學」。