

高雄市立蚵寮國中 103 學年度第二學期三年級健康教育學習領域教學計畫表

一、教材來源：選用（翰林版第六冊）

二、教學節數：每週（1）節，學期共（ 18 ）節

三、各單元內涵分析：

週次	實施期間	單元名稱	單元學習目標	相對應能力指標	重大議題指標	節數	評量方式或備註
第一 三週	1/21 ~ 3/6	第一篇安全生活 體驗 第 1 章現代人身 安全	1.認識霸凌的種類。 2.了解被霸凌者的身心影響及霸凌者的身心發展。 3.學會該如何面對及處理校園勒索、暴力。 4.知道網路上所隱藏的危機，並加以防範。 5.學會戲水安全的守則，並實際運用於生活中。 6.學會遇上危險時，可以用身上的物品攻擊對方，保護自己。 7.學會避免讓自己處在危險的環境中。 8.學習預防危險的方式。 9.認識急難救助單位，並學會尋求協助。	5-3-1 評估日常生活的安全性，並討論社會對促進個人及他人安全的影響。 5-3-2 規劃並參與改善環境危機所需的預防策略和行動。	【人權教育】1-4-3 了解法律、制度對人權保障的意義。 【人權教育】2-4-2 認識各種人權與日常生活的關係。	3	1.問答：是否能說出霸凌的種類。 2.觀察：是否能獨立思考且處理危機，並能熱烈參與討論並知道面臨校園暴力事件時的處理方式。 3.問答：能說出網路世界潛伏的危機。 4.觀察：熱烈參與討論，並能說出自身或他人的切身經驗。 5.問答：能說出戲水安全守則。 6.問答：能說出遇上危險時應該怎麼處理及如何避免危險。 7.實作：蒐集社會上現有的急難救助單位，或社會福利機構之資料。
第四 五週	3/9 ~ 2/20	第一篇安全生活 體驗 第 2 章交通安全	1.了解行人、自行車、汽車之用路安全。 2.了解行人之用路安全與規定。 3.了解自行車安全。 4.學會自行車安全帽挑選及安全檢查。 5.養成遵守交通規則的良好習慣。	5-3-1 評估日常生活的安全性，並討論社會對促進個人及他人安全的影響。	【人權教育】2-4-2 認識各種人權與日常生活的關係。	2	1.觀察：是否能夠熱烈的參與討論。 2.實作：能確實記錄上學途中的各項重點。 3.問答：說出騎自行車的正確交通規則。 4.觀察：用心參與、踴躍發言。

週次	實施期間	單元名稱	單元學習目標	相對應能力指標	重大議題指標	節數	評量方式或備註
第六 ~ 第七週	3/23 ~ 4/3	第一篇安全生活 體驗 第 3 章職場安全	1.認識常見職業傷害內容，並培養職業安全概念。 2.認識常見的職業傷害內容，並培養職業安全概念。 3.了解職業安全的重要。 4.學會職業安全的注意事項，並落實於生活中。 5.主動關懷家人工作健康。	5-3-1 評估日常生活的安全性，並討論社會對促進個人及他人安全的影響。	【人權教育】2-4-2 認識各種人權與日常生活的關係。	2	1.問答：能說出如何關心家人的職業健康？ 2.觀察：能熱烈的參與討論。 3.問答：能說出如何預防職業傷害。 4.問答：能說出如何保障職業安全。 5.問答：能說出職業安全的注意事項。 6.觀察：會主動關懷家人工作健康情形。 7.實作：確實執行「家人職業安全行動計畫」。並記錄在「我的行動計畫」中。
第八 ~ 第九週	4/6 ~ 4/17	第二篇愛護我們的地球 第 1 章息息相關話空氣	1.了解空氣污染的來源包括天然污染源和人為污染源。 2.認識空氣污染對人體和環境的危害。 3.了解氣象報告中空氣污染指標的意義。 4.知道防制空氣污染的行為，並願意從日常生活中由自己做起。	7-3-4 分析人類行為如何改變全球環境，並探討環境改變對人類健康的影響。 7-3-5 提出個人、社區及組織機構為建造更健康的社區與環境所擬定的行動方案與法規。	【人權教育】2-4-7 探討人權議題對個人、社會及全球的影響。 【環境教育】1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 【環境教育】3-4-2 養成積極探究國內外環境議題的態度。 【環境教育】4-4-2 能草擬自己居住社區之環境保護行動計畫。 【環境教育】5-4-2 參與舉辦學校或社區的環境保護與永續發展相關活動。	2	1.觀察：從發言中發現學生對於空氣污染成因的了解程度。 2.觀察：從發言中發現學生對於空氣污染成因的了解程度。 3.實作：記錄並分析空氣污染事件，勾選自己已做到之環保行為。 4.實作：實際記錄建造健康環境的個人行動方案，並且努力達成。

週次	實施期間	單元名稱	單元學習目標	相對應能力指標	重大議題指標	節數	評量方式或備註
第十 十一 週	4/20 ~ 5/1	第二篇愛護我們的地球（第一次段考） 第 2 章拒絕垃圾污染	1.明白臺灣地區中每人每天的垃圾量。 2.了解大量垃圾對我們居住環境會造成哪些危機。 3.認識垃圾的處理方法。 4.切實執行環保行動生活守則。	7-3-4 分析人類行為如何改變全球環境，並探討環境改變對人類健康的影響。	【人權教育】2-4-7 探討人權議題對個人、社會及全球的影響。 【環境教育】1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 【環境教育】3-4-2 養成積極探究國內外環境議題的態度。 【環境教育】4-4-2 能草擬自己居住社區之環境保護行動計畫。 【環境教育】5-4-2 參與舉辦學校或社區的環境保護與永續發展相關活動。 【環境教育】5-4-4 具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。	2	1.觀察：讓學生踴躍發言，並從中了解學生對垃圾問題的體認。 2.實作：能清楚說出戲劇中浪費資源、製造垃圾之處。 3.觀察：確實於日常生活中，做到垃圾減量。
第十二 十三 週	5/4 ~ 5/15	第二篇愛護我們的地球 第 3 章節能減碳捍衛地球	1.了解為什麼要「節能」。 2.了解為什麼要「減碳」。 3.認識碳足跡。 4.學會什麼是「綠色生活」，並實踐於生活中。 5.學會食、衣、住、行、育樂中該怎麼做到節能減碳。 6.將綠色生活落實於生活中。	7-3-4 分析人類行為如何改變全球環境，並探討環境改變對人類健康的影響。 7-3-5 提出個人、社區及組織機構為建造更健康的社區與環境所擬定的行動方案與法規。	【人權教育】2-4-7 探討人權議題對個人、社會及全球的影響。 【環境教育】1-4-1 覺知人類生活品質乃繫於資源的永續利用和維持生態平衡。 【環境教育】3-4-2 養成積極探究國內外環境議題的態度。 【環境教育】4-4-2 能草擬自己居住社區之環境保護行動計畫。 【環境教育】5-4-2 參與舉辦學校或社區的環境保護與永續發展相關活動。 【環境教育】5-4-4 具有提出改善方案、採取行動，進而解決環境問題的經驗。	2	1.觀察：確實於日常生活中，做到節約能源。 2.觀察：確實於日常生活中，做到減少碳排放量。 3.觀察：讓學生踴躍發言，並從中了解學生對於「碳足跡」的體認。

週次	實施期間	單元名稱	單元學習目標	相對應能力指標	重大議題指標	節數	評量方式或備註
第十四 十八週	5/18 ~ 6/19	第三篇打造健康社區 第 1 章健康社區面面觀	1.了解社區的轉變。 2.學習健康社區推動的技巧。	7-3-5 提出個人、社區及組織機構為建造更健康的社區與環境所擬定的行動方案與法規。	<p>【人權教育】1-4-5 討論世界公民的責任，並提出一個富有公平、正義永續發展的社會藍圖。</p> <p>【人權教育】2-4-2 認識各種人權與日常生活的關係。</p> <p>【人權教育】2-4-7 探討人權議題對個人、社會及全球的影響。</p> <p>【家政教育】3-3-4 認識並能運用社區資源。</p> <p>【環境教育】4-4-1 能運用科學方法鑑別、分析、了解週遭的環境狀況與變遷。</p> <p>【環境教育】4-4-2 能草擬自己居住社區之環境保護行動計畫。</p> <p>【環境教育】5-4-2 參與舉辦學校或社區的環境保護與永續發展相關活動。</p> <p>【環境教育】5-4-3 能與同儕組成團隊，採民主自治程序，進行環境規劃以解決環境問題。</p>	5	觀察：認真聽講並熱烈參與討論。

高雄市立蚵寮國中 103 學年度第二學期三年級體育學習領域教學計畫表

一、教材來源：選用（翰林版第六冊）

二、教學節數：每週（2）節，學期共（ 36 ）節

三、各單元內涵分析：

第一 三週	1/21 ~ 3/6	第四篇團隊動力 第 1 章最佳拍檔 ~羽球	1.了解羽球技術的組合運用，並能在比賽時靈活運用。 2.了解單、雙打比賽之戰術，並在比賽時運用得宜。 3.了解雙打比賽之戰術，並在比賽時運用得宜。	3-3-1 計畫並發展特殊性專項運動技能。 3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	【人權教育】1-4-4 探索各種權利可能發生的衝突，並了解如何運用民主方式及合法的程序，加以評估與取捨。	6	1.提問：是否了解羽球組合技術之運用。 2.觀察：是否認真參與活動的練習。 3.提問：是否了解羽球規則。 4.發表：是否了解羽球單打進攻戰術。
第四 六週	3/16 ~ 3/27	第四篇團隊動力 第 2 章攻守俱佳 ~籃球	1.了解暖身運動對於身體活動的重要性。 2.能確實在活動前從事暖身運動。 3.能確實熟悉裁判手勢。 4.了解執法裁判對於籃球比賽的重要性。	3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。 6-3-3 應用溝通技巧與理性情緒管理方式以增進人際關係。 6-3-5 理解道德、社會、文化、政策等因素如何影響價值或規範，並能加以認同、遵守或尊重。	【人權教育】1-4-4 探索各種權利可能發生的衝突，並了解如何運用民主方式及合法的程序，加以評估與取捨。	6	1.問答：是否了解籃球規則。 2.觀察：是否快樂參與活動。 3.實作：學生是否能正確比出各種裁判手勢。 4.實作：學生是否能規劃出完整的比賽規則與賽制。
第七 九週	3/30 ~ 4/17	第四篇團隊動力 第 3 章嚴陣以待? 排球	1.從遊戲中體會單手拋球及扣球的動作，並學習控制方向。 2.了解排球比賽時位置輪轉的順序。 3.了解排球比賽中隊形配置的方式。 4.熟悉隊形換位的方法。	3-3-1 計畫並發展特殊性專項運動技能。 3-3-2 評估個人及他人的動作表現，以改善運動技能。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。	【人權教育】1-4-4 探索各種權利可能發生的衝突，並了解如何運用民主方式及合法的程序，加以評估與取捨。	6	1.觀察：是否快樂參與活動。 2.觀察：是否認真參與活動。 3.觀察：是否可將隊形配置的觀念實際運用於比賽中。 4.發表：可否踴躍發表自己之意見。
第十 十一週	4/20 ~ 5/1	第四篇團隊動力 第 4 章生命體驗? 適應體育	1.能了解身心障礙運動的由來。 2.體驗身心障礙運動並學習正確的人生觀。	4-3-4 評估各種不同需求者的運動需求與計畫。 6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。	【人權教育】1-4-4 探索各種權利可能發生的衝突，並了解如何運用民主方式及合法的程序，加以評估與取捨。	4	1.提問：是否了解身心障礙運動。 2.提問：是否了解與身心障礙者相處之道。 3.觀察：是否認真參與活動。 4.作答：能觀察並說出教師錯誤動作。 5.實作：能與組員共同努力合作。

第十二 ~ 十四週	5/4 ~ 5/22	第五篇多元休閒 體驗 第 1 章迎風快感 ~ 自行車	1.學習安全騎乘自行車。 2.認識自行車比賽之種類。 3.認識自行車安全配備。 4.認識自行車安全守則。 5.認識國內自行車專用道。	5-3-1 評估日常生活的安全性,並討論社會對促進個人及他人安全的影響。	【生涯發展教育】2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。	6	1.提問：如有欣賞過圖片或文字是針對自行車這項體育活動的報導，請學生針對競技與休閒兩者間的不同提出見解。 2.觀察：是否認真參與活動。 3.提問：高競技性（自由車賽）與休閒運動（單人自行車或雙人以上協力車），在場地與配備間有何差異。 4.觀察：是否認真參與活動。
第十五 ~ 十六週	5/25 ~ 6/5	第五篇多元休閒 體驗 第 3 章滾球大賽 ~ 保齡球	1.了解保齡球的基本概念。 2.了解保齡球之動作要領。 3.熟悉保齡球之計分方式。	4-3-2 選擇提升休閒活動參與的方法，並執行個人終生運動計畫。	【生涯發展教育】2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。	4	1.問答：是否了解保齡球運動的基本概念。 2.觀察：是否快樂參與活動。
第十七 ~ 十八週	6/8 ~ 6/19	第五篇多元休閒 體驗 第 4 章碰碰樂~ 撞球	1.能了解撞球的基本概念。 2.認識撞球打擊技巧。 3.熟悉撞球之比賽規則。	4-3-2 選擇提升休閒活動參與的方法，並執行個人終生運動計畫。	【生涯發展教育】2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。	4	1.觀察：是否快樂參與活動。 2.提問：是否了解撞球基本常識。