

高雄市立蚵寮國中 108 學年度第一學期八年級 健康與體育 學習領域教學計畫表

一、教材來源：選用（翰林版國中健體 2 上教材）

二、教學節數：每週（3）節，學期共（63）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
第一週	8/26~8/30	第一篇拒絕誘惑 第 1 章用藥安全	認識常見的錯誤用藥觀念。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【資訊教育】B-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【反毒認知教學】初步認識毒品的種類和分級	1	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能確實針對自己的用藥方式填寫活動。
第一週	8/26~8/30	第四篇運動樣樣行 第 1 章攻守俱佳 ~籃球	1.熟練上籃的動作。 2.學會搶籃板球的動作。	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。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	2	1.發表：請學生自行舉手發表。 2.觀察：是否能認真練習暖身上籃之動作。
第二週	9/2~9/6	第一篇拒絕誘惑 第 1 章用藥安全	了解正確的用藥觀念。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【資訊教育】B-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【反毒認知教學】初步認識毒品的種類和分級	1	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.問答：是否能說出正確的用藥方式。
第二週	9/2~9/6	第四篇運動樣樣行 第 1 章攻守俱佳 ~籃球	1.熟練搶籃板球的動作。 2.學會「搶進攻籃板」和「搶防守籃板」的動作。	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。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	2	1.發表：請學生自行舉手發表。 2.觀察：是否能認真練習雙手抓籃板球之動作。
第三週	9/9~9/13	第一篇拒絕誘惑 第 1 章用藥安全	1.了解正確的用藥觀念。 2.認識藥害救濟。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【資訊教育】B-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【反毒認知教學】初步認識毒品的種類和分級	1	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.實作：是否能確實填寫活動。
第三週	9/9~9/13	第四篇運動樣樣行 第 1 章攻守俱佳 ~籃球	了解「卡位」的意義與作法。	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。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	2	1.發表：請學生自行舉手發表。 2.觀察：是否能認真練習單手投籃之動作。
第四週	9/16~9/20	第一篇拒絕誘惑 第 2 章致命的吸引力	1.了解吸菸對人體的危害。 2.認識吸菸對人體的影響。 3.了解菸害防制法的規定。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【資訊教育】B-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【環境教育課程】了解菸蒂及檳榔渣對環境造成的髒亂。	1	1.問答：能具體說出吸菸對健康的影響。 2.問答：能具體說出吸菸對健康的影響。 3.觀察：活動進行時能清楚表達自己的看法。

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
第四週	9/16~9/20	第四篇運動樣樣行 第 1 章攻守俱佳~籃球	1.認識籃球場上各區域的功能。 2.知道球場上各種界線所代表的意義。 3.認識籃球場上個人的戰術位置。 4.知道各戰術位置的球員特質。	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。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	2	1.觀察：是否能認真參與活動。 2.觀察：於活動進行中，是否融入團體中。
第五週	9/23~9/27	第一篇拒絕誘惑 第 2 章致命的吸引力	1.了解飲酒對身體的影響。 2.了解檳榔對身體的影響。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【環境教育課程】了解菸蒂及檳榔渣對環境造成的髒亂。	1	1.問答：能具體說出飲酒對身體健康的影響。 2.觀察：用心蒐集相關資料。 3.問答：能具體說出檳榔對身體健康的影響。
第五週	9/23~9/27	第四篇運動樣樣行 第 2 章砰然一擊~排球	1.體會單手拋球與擊球。 2.學會低手發球。	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。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	2	1.觀察：是否能快樂參與活動。 2.觀察：是否依照動作要領練習。
第六週	9/30~10/4	第一篇拒絕誘惑 第 2 章致命的吸引力	認識成癮藥物的種類。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【環境教育課程】了解菸蒂及檳榔渣對環境造成的髒亂。	1	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.問答：是否能說出各種成癮藥物的作用。
第六週	9/30~10/4	第四篇運動樣樣行 第 2 章砰然一擊~排球	1.學會肩上發球。 2.熟練拋球與擊球。	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。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	2	1.觀察：是否能認真參與活動。 2.觀察：是否依照動作要領練習。
第七週	10/7~10/11	第一篇拒絕誘惑 第 2 章致命的吸引力	1.了解成癮藥物對人體造成的影響。 2.了解運動時使用禁藥所帶來的後遺症，並且能夠意志堅決的拒絕使用。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。 【環境教育課程】了解菸蒂及檳榔渣對環境造成的髒亂。	1	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。
第七週	10/7~10/11	第四篇運動樣樣行 第 2 章砰然一擊~排球	熟練發球的動作要領。	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。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	2	1.觀察：是否能認真參與活動。 2.觀察：是否依照動作要領練習。

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
第八週	10/14~10/18	第一篇拒絕誘惑 第 3 章青春不成癮（第一次段考）	1.學習如何拒絕成癮物質。 2.在不傷害自己和他人的前提下，學習有技巧性的拒絕他人不當邀約。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【家政教育】4-4-3 調適個人的家庭角色與其他角色間的衝突。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。	1	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.問答：能說出拒絕他人不當邀約的正確方式。 3.問答：能具體表達成為拒絕高手的方法。 4.觀察：能用心進行拒絕技巧的演練。 5.自評：能做到拒絕對自己有傷害的事物。
第八週	10/14~10/18	第四篇運動樣樣行 第 2 章砰然一擊～排球（第一次段考）	讓學生能利用低手發球或肩上發球，及傳、接球的動作來進行團隊比賽。	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。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	2	1.觀察：是否能認真參與活動。 2.觀察：是否能有團隊默契。 3.提問：比賽中如何判決比數。
第九週	10/21~10/25	第一篇拒絕誘惑 第 3 章 青春不成癮	1.認識菸的戒治方式。 2.認識毒的戒治方式。 3.學習如何遠離成癮物質的誘惑。	5-3-4 評估菸、酒、檳榔、藥物、成癮藥物的危害，並於日常生活中演練有效的拒絕策略。	【家政教育】4-4-3 調適個人的家庭角色與其他角色間的衝突。 【資訊教育】3-4-5 能針對問題提出可行的解決方法。	1	1.觀察：是否能熱烈的參與討論。 2.問答：是否能說出菸的戒治方式有哪些。 3.問答：是否能說出戒治機構的正確名稱。
第九週	10/21~10/25	第四篇運動樣樣行 第 3 章神奇魔力～桌球	1.使學生了解桌球運動，並教導學生明辨各種運動資訊。 2.了解並學會正手發不旋長球的動作要領。	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。 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。	【家政教育】3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。	2	1.問答：能介紹桌球運動的特色。 2.觀察：參與活動時的用心程度。
第十週	10/28~11/1	第二篇安全的生活 第 1 章安全的主張	1.了解事故傷害的防範方式。 2.積極擁有安全行為，避免從事冒險活動。 3.了解安全教育的意義。 4.引導學生積極擁有安全行為，避免從事冒險活動。 5.培養正確的安全觀念與價值觀。	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。 【交通安全教育】能於日常生活行的當中察覺危險的存在。	1	1.觀察：活動進行時能清楚表達自己的看法。 2.實作：認真填寫「個人危機意識」活動的問題。 3.問答：能說出培養安全的正確觀念。 4.觀察：能熱烈參與討論並踴躍發言。

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
第十週	10/28~11/1	第四篇運動樣樣行 第 3 章神奇魔力～桌球	1.使學生了解桌球運動，並教導學生明辨各種運動資訊。 2.了解並學會反手發不旋長球的動作要領。	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。 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。	【家政教育】3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。	2	1.發表：說出反手發不旋長球的動作要領。 2.觀察：能正確的完成反手發不旋長球的動作要領。 3.實作：能依動作要領做出反手發不旋長球的動作。
第十一週	11/4~11/8	第二篇安全的生活 第 2 章防火、防震與防颱	1.認識防火的正確方式。 2.認識滅火器的種類與滅火原理。 3.學習火災的救護要領。 4.學習火災逃生注意事項，及緩降機的使用方法。	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 規畫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】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。 【人權教育】2-4-2 認識各種人權與日常生活的關係。	1	1.問答：能正確說出火災救護要領。 2.觀察：是否能熱烈的參與討論。 3.實作：是否能認真填寫活動。 4.觀察：學習操作滅火器態度認真。 5.問答：能正確的說出火災逃生時須注意的事項。 6.觀察：是否具有安全的觀念。 7.觀察：確實規畫火災逃生計畫。
第十一週	11/4~11/8	第四篇運動樣樣行 第 3 章神奇魔力～桌球	熟練反手發下旋球的動作要領。	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。 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。	【家政教育】3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。	2	1.發表：說出反手發下旋球的動作要領。 2.觀察：能正確的完成反手發下旋球的動作要領。 3.實作：能依動作要領做出反手發下旋球的動作。
第十二週	11/11~11/15	第二篇安全的生活 第 2 章防火、防震與防颱	1.學習正確的地震預防措施與應對方式。 2.學習颱風來襲時的防颱工作與預防方式。	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 規畫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】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。 【人權教育】2-4-2 認識各種人權與日常生活的關係。	1	1.問答：能說出正確防震措施。 2.實作：能確實蒐集救命包。 3.問答：能正確說出地震發生時的處理要領。 4.問答：能正確說出颱風發生時的預防方式。
第十二週	11/11~11/15	第四篇運動樣樣行 第 3 章神奇魔力～桌球	1.了解如何規畫加強桌球技巧的策略。 2.了解個人運動參與及全民運動之間的關係。	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。 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。	【家政教育】3-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。	2	1.問答：說明個人運動參與及全民運動有什麼關係。 2.發表：能說出如何辨別不同情境所需要的運動服務或產品。

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
第十三週	11/18~11/22	第二篇安全的生活 第 3 章戶外安全	1.學習外出旅遊時，完善的行程規畫與準備。 2.認識戶外常見危險。	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。 5-3-3 規畫並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。	【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】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。 【生涯發展教育】B-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【生涯發展教育】B-3-5 發展規畫生涯的能力。	1	1.問答：正確說出旅遊規畫細目。 2.觀察：認真勾選旅遊裝備檢查表。 3.問答：能說出戶外活動常見的危險。
第十三週	11/18~11/22	第四篇運動樣樣行 第 4 章老少咸宜～羽球	學會羽球之發球。	3-3-2 評估個人及他人的動作表現，以改善運動技能。 3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。	【家政教育】B-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。	2	1.觀察：是否能夠熱烈的參與討論。 2.實作：能夠成功發出有效球。 3.問答：能具體說出發球應遵守的規則。
第十四週	11/25~11/29	第二篇安全的生活 第 3 章戶外安全（第二次段考）	1.認識戶外常見危險。 2.學會預防蜂類和蛇類的咬傷方法，並了解若不幸被咬到的急救方法。 3.學會被蛇類咬傷的急救方法。 4.學習避免雷擊的方法。 5.認識戶外常見有毒植物與菇蕈的種類。 6.學習如何避免中毒與處理方式。	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。 5-3-3 規畫並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。	【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】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。 【生涯發展教育】B-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【生涯發展教育】B-3-5 發展規畫生涯的能力。	1	1.問答：能說出戶外活動常見的危險。 2.發表：能說出避免蜂類及毒蛇咬傷的預防方法及急救方法。 3.觀察：能熱烈參與討論並踴躍發言。 4.問答：正確說出雷擊的預防及急救方法。 5.問答：能正確說出有毒植物的中毒途徑。 6.觀察：能說出常見的有毒植物與菇蕈種類。
第十四週	11/25~11/29	第四篇運動樣樣行 第 4 章老少咸宜～羽球（第二次段考）	學會高手擊球、側手擊球。	3-3-2 評估個人及他人的動作表現，以改善運動技能。 3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。	【家政教育】B-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。	2	1.觀察：是否能夠熱烈的參與討論。 2.實作：能夠完成高手、側手擊球之動作。 3.問答：能具體說出高手、側手擊球時應遵守的規則。

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
第十五週	12/2~12/6	第二篇安全的生活 第 4 章急救情報網	1.認識急救的意義。 2.了解急救原則。	5-3-3 規畫並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。	【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】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。 【生涯發展教育】B-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【生涯發展教育】B-3-5 發展規畫生涯的能力。 【全民國防教育】能認識萬安演習的疏散路線及位置	1	1.問答：用心表達急救原則。
第十五週	12/2~12/6	第四篇運動樣樣行 第 4 章老少咸宜～羽球	認識並學會羽球各種基本的擊球法。	3-3-2 評估個人及他人的動作表現，以改善運動技能。 3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。	【家政教育】B-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。	2	1.觀察：能夠成功發出有效球。 2.問答：能知道高手擊球的最佳擊球點，並了解「可伸到」的概念。
第十六週	12/9~12/13	第二篇安全的生活 第 4 章急救情報網	1.學習昏厥(暈倒)的處理。 2.學習呼吸或心跳停止的處理。	5-3-3 規畫並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。	【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】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。 【生涯發展教育】B-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【生涯發展教育】B-3-5 發展規畫生涯的能力。 【全民國防教育】能認識萬安演習的疏散路線及位置	1	1.觀察：根據學生對於急救問題之回答，來判斷其觀念是否正確；根據學生對於急救案例之處理情形，了解學生之急救技能。
第十六週	12/9~12/13	第四篇運動樣樣行 第 4 章老少咸宜～羽球	探索競爭與合作的關係，在目前社會中的普遍性及重要性。	3-3-2 評估個人及他人的動作表現，以改善運動技能。 3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。	【家政教育】B-4-1 運用生活相關知能，肯定自我與表現自我。	2	1.自評：配合課本活動實施。 2.觀察：是否能夠透過合作，追求極致的運動表現。

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
第十七週	12/16~12/20	第二篇安全的生活 第 4 章急救情報網	1.正確學習心肺復甦術的操作步驟。 2.了解進行心肺復甦術時，應該注意的事項。 3.練習心肺復甦術。	5-3-3 規畫並演練緊急情境的處理與救護的策略和行動。	【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】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。 【生涯發展教育】3-3-3 培養解決生涯問題及做決定的能力。 【生涯發展教育】3-3-5 發展規畫生涯的能力。 【全民國防教育】能認識萬安演習的疏散路線及位置	1	1.實作：學生練習心肺復甦術時的用心程度。 2.觀察：學生在練習心肺復甦術，能用心接受老師與同學的指正。
第十七週	12/16~12/20	第五篇青春的躍動 第 1 章安全躍動～跳遠	1.了解跳遠運動源由。 2.認識跳遠時的安全要點。 3.熟悉立定跳遠的動作過程。 4.認識雙手前後擺動對立定跳遠的影響。	3-3-2 評估個人及他人的動作表現，以改善運動技能。 4-3-3 計畫及執行個人增進體適能表現的活動。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	【環境教育】5-3-4 具有參與地區性環境議題調查研究的經驗。	2	1.問答：能夠正確的說出答案。 2.觀察：是否能夠熱烈的參與討論。
第十八週	12/23~12/27	第三篇情誼可貴 第 1 章友情序曲	1.認識兩性交往的形式。 2.了解兩性交往的原則及安全守則。 3.學習與人交往時邀約的撇步。	1-3-3 運用性與性別概念，分析個人與群體在工作、娛樂、人際關係及家庭生活等方面的行為。 1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。	【人權教育】1-4-3 了解法律、制度對人權保障的意義。 【性別平等教育】1-4-3 了解自己的性取向。 【性別平等教育】1-4-5 接納自己的性別特質。 【性別平等教育】2-4-6 習得性別間合宜的情感表達方式。 【性別平等教育】2-4-8 學習處理與不同性別者的情感關係。 【性別平等教育】2-4-10 認識安全性行為並保護自己。 【性別平等教育】2-4-13 釐清婚姻中的性別權力關係。 【性別平等教育】2-4-16 認識性別權益相關的資源與法律。	1	1.問答：能正確說出兩性交往的形式。 2.觀察：能熱烈參與課程活動。
第十八週	12/23~12/27	第五篇青春的躍動 第 1 章安全躍動～跳遠	1.能知道自己立定跳遠動作的正確與否。 2.認識跳遠的基本動作。 3.熟悉助跑的動作要領。	3-3-2 評估個人及他人的動作表現，以改善運動技能。 4-3-3 計畫及執行個人增進體適能表現的活動。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	【環境教育】5-3-4 具有參與地區性環境議題調查研究的經驗。	2	1.問答：能夠正確的說出答案。 2.觀察：是否能夠熱烈的參與討論。

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
第十九週	12/30~1/3	第三篇情誼可貴 第 1 章友情序曲	1.指導學生學會拒絕邀約的技巧。 2.了解兩性交往的安全守則。 3.了解結婚必須經歷一段漫長的交往，且彼此身心發育成熟，也經過深思熟慮後而作的決定。	1-3-3 運用性與性別概念，分析個人與群體在工作、娛樂、人際關係及家庭生活等方面的行為。 1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。	【人權教育】1-4-3 了解法律、制度對人權保障的意義。 【性別平等教育】1-4-3 了解自己的性取向。 【性別平等教育】1-4-5 接納自己的性別特質。 【性別平等教育】2-4-6 習得性別間合宜的情感表達方式。 【性別平等教育】2-4-8 學習處理與不同性別者的情感關係。 【性別平等教育】2-4-10 認識安全性行為並保護自己。 【性別平等教育】2-4-13 釐清婚姻中的性別權力關係。 【性別平等教育】2-4-16 認識性別權益相關的資源與法律。	1	1.問答：能充分運用說「不」的技巧。 2.觀察：是否能熱烈參與表演。 3.觀察：能熱烈參與角色扮演，以及「愛情故事」活動的討論。 4.問答：能說出選擇終身伴侶時，需考量的因素。 5.觀察：是否能熱烈參與討論。 6.實作：是否能確實訪問爸媽活動「爸媽戀愛史」的問題。
第十九週	12/30~1/3	第五篇青春的躍動 第 1 章安全躍動～跳遠	1.熟悉起跳動作的動作要領。 2.熟悉空中動作的動作要領。 3.熟悉落地動作的動作要領。	3-3-2 評估個人及他人的動作表現，以改善運動技能。 4-3-3 計畫及執行個人增進體適能表現的活動。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	【環境教育】5-3-4 具有參與地區性環境議題調查研究的經驗。	2	1.實作：能夠正確的量出適合自己的助跑距離與目標點。 2.實作：能夠正確的做出起跳的動作要領。 3.問答：能夠表達其經驗與認知。 4.實作：能做出正確的姿勢。 5.觀察：是否能夠熱烈的參與討論。
第二十週	1/6~1/10	第三篇情誼可貴 第 2 章兩性圓舞曲	1.了解性行為的定義，並對學生建立正確的「性」觀念。 2.學習拒絕婚前性行為。	1-3-3 運用性與性別概念，分析個人與群體在工作、娛樂、人際關係及家庭生活等方面的行為。 1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。	【人權教育】1-4-3 了解法律、制度對人權保障的意義。 【性別平等教育】1-4-3 了解自己的性取向。 【性別平等教育】1-4-5 接納自己的性別特質。 【性別平等教育】2-4-6 習得性別間合宜的情感表達方式。 【性別平等教育】2-4-8 學習處理與不同性別者的情感關係。 【性別平等教育】2-4-10 認識安全性行為並保護自己。 【性別平等教育】2-4-13 釐清婚姻中的性別權力關係。 【性別平等教育】2-4-16 認識性別權益相關的資源與法律。	1	1.問答：能說出性行為的廣義及狹義的定義。 2.觀察：能踴躍發表看法，且熱烈參與討論及獨立思考解決問題。

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
第二十週	1/6~1/10	第五篇青春的躍動 第 2 章友誼看招～飛盤	1.使學生了解飛盤運動，並教導學生養成休閒活動的習慣。 2.藉由休閒活動促進情感的交流。 3.學會飛盤反手投盤的方法。 4.學會飛盤正手投盤的方法。 5.學會投盤的三個重要技巧。	3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 4-3-1 了解運動參與在個人、社會及文化層面的意義。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	2	1.問答：能說出休閒活動的重要性。 2.實作：能依動作要領做出飛盤的投擲動作。 3.問答：能說出接盤的方法及使用時機。 4.實作：能依動作要領做出接盤的動作。
第二十一週	1/13~1/17	第三篇情誼可貴 第 2 章兩性圓舞曲（第三次段考）	1.了解生命的重要性。 2.了解青少年懷孕可能導致的不良後果，並能體會生命的可貴，進而學會珍惜生命、尊重生命。	1-3-3 運用性與性別概念，分析個人與群體在工作、娛樂、人際關係及家庭生活等方面的行為。 1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。	【人權教育】1-4-3 了解法律、制度對人權保障的意義。 【性別平等教育】1-4-3 了解自己的性取向。 【性別平等教育】1-4-5 接納自己的性別特質。 【性別平等教育】2-4-6 習得性別間合宜的情感表達方式。 【性別平等教育】2-4-8 學習處理與不同性別者的情感關係。 【性別平等教育】2-4-10 認識安全性行為並保護自己。 【性別平等教育】2-4-13 釐清婚姻中的性別權力關係。 【性別平等教育】2-4-16 認識性別權益相關的資源與法律。	1	1.問答：能說出未婚懷孕所造成的傷害。 2.實作：用心參與表演。 3.觀察：能獨立思考並體會生命的可貴。 4.實作：認真的以身體的動作來扮演一顆種子。
第二十一週	1/13~1/17	第五篇青春的躍動 第 2 章友誼看招～飛盤（第三次段考）	1.了解不同的接盤法與使用時機。 2.學會接盤的三個重要技巧。 3.正確使用不同的接盤法與使用時機。	3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 4-3-1 了解運動參與在個人、社會及文化層面的意義。	【生涯發展教育】1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。	2	1.問答：能說出接盤的方法及使用時機。 2.實作：能依動作要領做出接盤的動作。
第二十二週	1/20	第三篇情誼可貴 第 2 章兩性圓舞曲	1.了解生命的重要性。 2.了解青少年懷孕可能導致的不良後果，並能體會生命的可貴，進而學會珍惜生命、尊重生命。	1-3-3 運用性與性別概念，分析個人與群體在工作、娛樂、人際關係及家庭生活等方面的行為。 1-3-4 解釋社會對性與愛之規範及其影響。		1	

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
第二十二週	1/20	第五篇青春的躍動 第 2 章友誼看招～飛盤	1.了解不同的接盤法與使用時機。 2.學會接盤的三個重要技巧。 3.正確使用不同的接盤法與使用時機。	3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 4-3-1 了解運動參與在個人、社會及文化層面的意義。		1	