

彰化縣鹿港國民中學 111 學年度 第一學期八年級健康與體育領域／科目課程（部定課程）

5、各年級領域學習課程計畫

5-1 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃符合課程綱要規定，且能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。

5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、興趣和動機，提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。

5-3 議題融入(七大或 19 項)且內涵適合單元/主題內容

教材版本	奇鼎	實施年級 (班級/組別)	八年級上學期	教學節數	每週(3)節，本學期共(63)節。
課程目標	<p>健康</p> <p>1-1 友誼來敲門</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.學習人際關係的發展進程、維繫人際關係的方法，並能接受關係的結束。 2.瞭解人際關係與人際溝通的重要性。 3.瞭解人際溝通的組成內容，並能知道改善人際溝通的方法。 <p>1-2 尊重他人 珍愛自己</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.能以行動或立場維護身體自主權。 2.能面對色情媒體能夠獨立、批判思考其傳達的意涵，以及對個人性價值觀的負面影響及健康的威脅。 3.能用健康的方式自主管理情慾，並且建立正向健康的性價值觀。 <p>1-3 愛的練習曲</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.能說明親密關係發展進程，並區辨喜歡、愛和迷戀。 2.能說明經營感情的方法。 3.能列舉感情結束時溝通的適當方法。 4.能說明面對感情結束後負面情緒的方法。 5.能評估自身建立親密關係後的生活變化。 <p>1-4 意外的新生命</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.能理解非預期懷孕對自身會有什麼影響。 2.認識協助非預期懷孕的各種方法，並理解各種方法會造成的後續結果。 3.能辨別懷孕的三大進程。 				

2-1 親密的接觸者

1. 建立傳染病防治的基本觀念。
2. 評估危險性行為對健康造成的衝擊與風險。
3. 關注我國盛行的性病現況與趨勢，並瞭解性病防治的資源、規範及策略。
4. 理解安全性行為的重要性，並堅定健康的性行為生活規範與態度。

2-2 愛滋病防治

1. 理解現階段國內外愛滋感染的盛行率與發生趨勢，正視愛滋病對於個人與社會各層面的衝擊。
2. 認識防治愛滋病的資源、規範與策略，並建立正確的防治觀念與態度。
3. 公平看待愛滋感染者，並展現對愛滋病的關懷。

體育

3-1 平沙落雁～跳遠

1. 能理解暖身、伸展活動，可以減少跳遠練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全的運動行為。
2. 能與同學討論如何提升腿肌力訓練的方法，並正向溝通有效策略，提高學習效能。
3. 能做到跳遠助跑、起跳、空中動作、落地動作技術。
4. 能透過班級檢測活動中，檢視彼此動作正確及完整性。
5. 能認識急行跳遠的動作技術及流程，並透過觀摩和合作，改善動作技能表現。

3-2 安全無漾～仰泳

1. 能瞭解水中安全與自救和仰泳之相關知識。
2. 能瞭解仰泳的動作要領，並能做出仰泳腿部與手部的聯合動作，以及能夠在過程中超越自我。
3. 能在模擬溺水情境中做出水中自救的基本動作。

3-3 精彩可騎～自行車

1. 能認識不同的自行車種類。
2. 能進一步瞭解自行車的結構、零件與功用。
3. 能知道自行車騎乘注意事項。

4-1 前挑後切～羽球

1. 能瞭解切球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出正確的切球動作。
2. 能瞭解挑球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出正確的挑球動作。
3. 和同學在運動的情境中對練，將所學的技能連貫使用，練習的過程中彼此互相修正和鼓勵。

4-2 堅守崗位～籃球

- 1.能瞭解團隊合作在籃球比賽中的重要性。
- 2.瞭解防守基本動作要領與姿勢，並檢核動作的正確性。
- 3.學會進攻與防守技術，並發揮團隊合作。
- 4.養成遵守常規並主動參與團體的學習。

4-3 高手過招～排球

- 1.能知悉高手傳接球的運用時機。
- 2.能熟悉高手接球的要領。
- 3.能與同學進行高手傳接球練習，進而知道高手傳接球的策略運用。

4-4 運球唯握～桌球

- 1.能瞭解桌球運動之相關知識。
- 2.能瞭解桌球正拍發平擊球之動作要領、並能做出正拍發平擊球的技術。
- 3.能瞭解單打比賽的規則並應用於比賽之中。
- 4.瞭解活動的動作要求，以及能夠做出團隊互動合作的精神。
- 5.能做出正拍發平擊球結合正、反手發擊球。

5-1 立足天下～足球

- 1.能理解做好暖身、伸展活動，可以減少足球練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全運動行為。
- 2.能做出行進間足球運球和傳接球組合，並透過競爭、合作學習策略，改善動作技能表現，以利於日後學習。
- 3.能與同學討論如何提升傳接球之技巧，並正向溝通有效策略，提高學習效能。
- 4.能從班級的足球比賽觀摩中，體察參賽者運、傳球行進的變化和精湛球技，發表運動欣賞之體驗。
- 5.能做到左、右足操作前後及左右交互等方向之運球技術。
- 6.能透過傳球與跑位，學會進攻及防守的技能。

5-2 壁壘分明～慢速壘球

- 1.能瞭解慢壘傳接球之相關知識，並做出慢壘傳接球的動作技術。
- 2.能瞭解慢壘打擊之相關知識，並做出慢壘打擊的動作技術。

領域核心素養

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

	<p>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-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。</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-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。</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>重大議題融入</p>	<p>【閱讀素養】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。</p> <p>【海洋教育】 海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。</p> <p>【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。</p> <p>【生命教育】 生 J3 性別與自我之間的關係。 生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。 生 J5 人不只是客體，更是具有自我尊嚴的主體。 生 J17 愛自己與愛他人的能力。</p> <p>【家庭教育】 家 J4 對家人愛與關懷的表達。 家 J7 約會、婚姻與家庭的發展歷程。 家 J8 親密關係的發展。</p> <p>【安全教育】</p>

安 J7 了解霸凌防制的精神。
 安 J8 演練校園災害預防的課題。
 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。
【多元文化教育】
 多 J9 關心多元文化議題並做出理性判斷。

課程架構

教學進度 (週次)	教學單元名稱	節數	學習重點		學習目標	學習活動	評量方式	融入議題 內容重點
			學習表現	學習內容				
第一週	◎健康 1-1： 友誼來敲門	1	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	Fa-IV-1 自我認同與自我實現。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。	1.學習人際關係的發展進程、維繫人際關係的方法，並能接受關係的結束。 2.瞭解人際關係與人際溝通的重要性。 3.瞭解人際溝通的組成內容，並能知道改善人際溝通的方法。	教學準備材料： 1. 重點 PPT。 2. 便利貼。 3. 紙張。 4. 彩色筆。 5. 膠帶。 1. 能說明自我認同和建立人際關係的關聯。 2. 能說明人際關係建立的原則和方法。 3. 能說明人際關係的發展進展。 4. 能接受人際關係的結束。 5. 能說明人際溝通與建立人際關係的關聯。 6. 能說明人際溝通的組成要素。 7. 能列舉改善人際溝通的方法。 8. 能列舉在網路交友自我人身安全策略。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	【閱讀素養】 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。

<p>第一週</p>	<p>◎體育 3-1：平沙落雁 ～跳遠</p>	<p>2</p>	<p>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。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰勇的學習態度。 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。</p>	<p>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	<p>1.能理解暖身、伸展活動，可以減少跳遠練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全的運動行為。 2.能與同學討論如何提升腿肌力訓練的方法，並正向溝通有效策略，提高學習效能。 3.能做到跳遠助跑、起跳、空中動作、落地動作技術。 4.能透過班級檢測活動中，檢視彼此動作正確及完整性。 5.能認識急行跳遠的動作技術及流程，並透過觀摩和合作，改善動作技能表現。</p>	<p>教學準備材料： 粉筆、跳高軟墊、橡皮筋、沙坑、擴音機。</p>	<p>1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗</p>	
------------	---------------------------------	----------	--	-----------------------------	--	--	--	--

第二週	<p>◎健康</p> <p>1-1：友誼來敲門</p>	1	<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-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感</p> <p>3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</p>	<p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p> <p>Fa-IV-1 自我認同與自我實現。</p>	<p>1.學習人際關係的發展進程、維繫人際關係的方法，並能接受關係的結束。</p> <p>2.瞭解人際關係與人際溝通的重要性。</p> <p>3.瞭解人際溝通的組成內容，並能知道改善人際溝通的方法。</p>	<p>教學準備材料：</p> <ol style="list-style-type: none"> 重點 PPT。 便利貼。 紙張。 彩色筆。 膠帶。 <ol style="list-style-type: none"> 能說明自我認同和建立人際關係的關聯。 能說明人際關係建立的原則和方法。 能說明人際關係的發展進展。 能接受人際關係的結束。 能說明人際溝通與建立人際關係的關聯。 能說明人際溝通的組成要素。 能列舉改善人際溝通的方法。 能列舉在網路交友自我人身安全策略。 	<ol style="list-style-type: none"> 歷程性評量 總結性評量 學生自我檢核 紙筆測驗 	<p>【閱讀素養】</p> <p>閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。</p> <p>閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。</p>
	<p>◎體育</p> <p>3-1：平沙落雁～跳遠</p>	2	<p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧</p>	<p>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 能理解暖身、伸展活動，可以減少跳遠練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全的運動行為。 能與同學討論如何提升腿肌力訓練 	<p>教學準備材料：</p> <p>粉筆、跳高軟墊、橡皮筋、沙坑、擴音機。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 歷程性評量 總結性評量 學生自我檢核 紙筆測驗 	

			<p>互動。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰勇的學習態度。</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>的方法，並正向溝通有效策略，提高學習效能。</p> <p>3.能做到跳遠助跑、起跳、空中動作、落地動作技術。</p> <p>4.能透過班級檢測活動中，檢視彼此動作正確及完整性。</p> <p>5.能認識急行跳遠的動作技術及流程，並透過觀摩和合作，改善動作技能表現。</p>			
<p>第三週</p>	<p>◎健康</p> <p>1-1：友誼來敲門</p>	<p>1</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-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感</p> <p>3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</p>	<p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p> <p>Fa-IV-1 自我認同與自我實現。</p>	<p>1.學習人際關係的發展進程、維繫人際關係的方法，並能接受關係的結束。</p> <p>2.瞭解人際關係與人際溝通的重要性。</p> <p>3.瞭解人際溝通的組成內容，並能知道改善人際溝通的方法。</p>	<p>教學準備材料：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 重點 PPT。 2. 便利貼。 3. 紙張。 4. 彩色筆。 5. 膠帶。 <p>教學重點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能說明自我認同和建立人際關係的關聯。 2. 能說明人際關係建立的原則和方法。 3. 能說明人際關係的發展進展。 4. 能接受人際關係的結束。 5. 能說明人際溝通與建立人際關係的關聯。 6. 能說明人際溝通的 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗 	<p>【閱讀素養】</p> <p>閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。</p> <p>閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。</p>

						組成要素。 7. 能列舉改善人際溝通的方法。 8. 能列舉在網路交友自我人身安全策略。		
	◎體育 3-2：安全無恙 ～仰泳	2	1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 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。	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)。	1.能瞭解水中安全與自救和仰泳之相關知識。 2.能瞭解仰泳的動作要領,並能做出仰泳腿部與手部的聯合動作,以及能夠在過程中超越自我。 3.能在模擬溺水情境中做出水中自救的基本動作。	教學準備材料: 泳具、哨子、浮具、救溺漂浮物、水上安全標誌圖卡、多媒體資料(含影片、器材等)。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	【海洋教育】 海J1 參與多元海洋休閒與水域活動,熟練各種水域求生技能。
第四週	◎健康 1-2：尊重他人 珍愛自己	1	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。	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	1.能分析交友約會的情境中可能出現的危險,以行動或立場維護身體自主權。 2.能面對色情媒體能夠獨立、批判思考其傳達的意涵,以及對個人性價值	教學準備材料: 1. 觀看杏陵基金會出版的「鏡頭下的虛幻」影片。 2. 體認教師所扮演學校性教育角色重要性,並知道性教育應具備的教學態度與方法: (1)傳達正確並且具有科	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題,維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態,運用資源解決問題。

		<p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</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>抉擇。</p> <p>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。</p>	<p>觀的負面影響及健康的威脅。</p> <p>3.能用健康的方式自主管理情慾，並且建立正向健康的性價值觀。</p>	<p>學實證的內容。</p> <p>(2)保留幽默感，但不使用貶抑、戲謔的用詞。</p> <p>(3)避免批判或貶責學生的答案，以獲得學生真實想法</p> <p>(4)以開放的心態，傳達性別平等的概念。</p> <p>教學重點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.以建立身體界線來明白性騷擾的不正當性。 2.面對性騷擾不同的對象能夠提出有效拒絕與自我保護的策略。 3.以各種情境提出預防性騷擾的原則。 4.後設思考色情媒體的影響，並建立健康正向的價值觀。 		<p>性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 J3 性別與自我之間的關係。</p> <p>生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。</p> <p>生 J5 人不只是客體，更是具有自我尊嚴的主體。</p>
<p>◎體育</p> <p>3-2：安全無漾～仰泳</p>	2	<p>1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</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>	<ol style="list-style-type: none"> 1.能瞭解水中安全與自救和仰泳之相關知識。 2.能瞭解仰泳的動作要領，並能做出仰泳腿部與手部的聯合動作，以及能夠在過程中超越自我。 3.能在模擬溺水情境中做出水中自救的基本動作。 	<p>教學準備材料：</p> <p>泳具、哨子、浮具、救溺漂浮物、水上安全標誌圖卡、多媒體資料(含影片、器材等)。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗 	<p>【海洋教育】</p> <p>海 J1 參與多元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。</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。					
第五週	◎健康 1-2：尊重他人 珍愛自己	1	2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。 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。	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。	1.能分析交友約會的情境中可能出現的危險，以行動或立場維護身體自主權。 2.能面對色情媒體能夠獨立、批判思考其傳達的意涵，以及對個人性價值觀的負面影響及健康的威脅。 3.能用健康的方式自主管理情慾，並且建立正向健康的性價值觀。	1. 觀看杏陵基金會出版的「鏡頭下的虛幻」影片。 2. 體認教師所扮演學校性教育角色重要性，並知道性教育應具備的教學態度與方法： (1)傳達正確並且具有科學實證的內容。 (2)保留幽默感，但不使用貶抑、戲謔的用詞。 (3)避免批判或貶責學生的答案，以獲得學生真實想法 (4)以開放的心態，傳達性別平等的概念。 教學重點： 1.以建立身體界線來明白性騷擾的不正當性。 2.面對性騷擾不同的對象能夠提出有效拒絕與自我保護的策略。 3.以各種情境提出預防性騷擾的原則。 4.後設思考色情媒體的影響，並建立健康正向的價值觀。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 【生命教育】 生 J3 性別與自我之間的關係。 生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。 生 J5 人不只是客體，更是具有自我尊嚴的主體。
	◎體育 3-2：安全無恙	2	1c-IV-2 評估運動風險，維護	Gb-IV-1 岸邊救生步驟、安	1.能瞭解水中安全與自救和仰泳之相	教學準備材料： 泳具、哨子、浮具、救溺	1.歷程性評量 2.總結性評量	【海洋教育】 海 J1 參與多元

	~仰泳		<p>安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</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>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>關知識。</p> <p>2.能瞭解仰泳的動作要領，並能做出仰泳腿部與手部的聯合動作，以及能夠在過程中超越自我。</p> <p>3.能在模擬溺水情境中做出水中自救的基本動作。</p>	<p>漂浮物、水上安全標誌圖卡、多媒體資料(含影片、器材等)。</p>	<p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	<p>海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。</p>
第六週	◎健康 1-2: 尊重他人 珍愛自己	1	<p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</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>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解</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>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。</p>	<p>1.能分析交友約會的情境中可能出現的危險，以行動或立場維護身體自主權。</p> <p>2.能面對色情媒體能夠獨立、批判思考其傳達的意涵，以及對個人性價值觀的負面影響及健康的威脅。</p> <p>3.能用健康的方式自主管理情慾，並且建立正向健康的性價值觀。</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1. 觀看杏陵基金會出版的「鏡頭下的虛幻」影片。</p> <p>2. 體認教師所扮演學校性教育角色重要性，並知道性教育應具備的教學態度與方法：</p> <p>(1)傳達正確並且具有科學實證的內容。</p> <p>(2)保留幽默感，但不使用貶抑、戲謔的用詞。</p> <p>(3)避免批判或貶責學生的答案，以獲得學生真實想法</p> <p>(4)以開放的心態，傳達</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。</p> <p>性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 J3 性別與自我之間的關係。</p>

			決健康問題。			<p>性別平等的概念。</p> <p>教學重點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.以建立身體界線來明白性騷擾的不正當性。 2.面對性騷擾不同的對象能夠提出有效拒絕與自我保護的策略。 3.以各種情境提出預防性騷擾的原則。 4.後設思考色情媒體的影響，並建立健康正向的價值觀。 		<p>生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。</p> <p>生 J5 人不只是客體，更是具有自我尊嚴的主體。</p>
◎體育 3-2：安全無漾 ～仰泳	2	<p>1c-IV-2 評估運動風險,維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</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>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>	<ol style="list-style-type: none"> 1.能瞭解水中安全與自救和仰泳之相關知識。 2.能瞭解仰泳的動作要領，並能做出仰泳腿部與手部的聯合動作，以及能夠在過程中超越自我。 3.能在模擬溺水情境中做出水中自救的基本動作。 	<p>教學準備材料：</p> <p>泳具、哨子、浮具、救溺漂浮物、水上安全標誌圖卡、多媒體資料(含影片、器材等)。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗 	<p>【海洋教育】</p> <p>海 J1 參與喔元海洋休閒與水域活動，熟練各種水域求生技能。</p>	

<p>第七週 【第一次 段考週】</p>	<p>◎健康 1-2：尊重他人 珍愛自己</p>	1	<p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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。 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。</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。 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。</p>	<p>1.能分析交友約會的情境中可能出現的危險，以行動或立場維護身體自主權。 2.能面對色情媒體能夠獨立、批判思考其傳達的意涵，以及對個人性價值觀的負面影響及健康的威脅。 3.能用健康的方式自主管理情慾，並且建立正向健康的性價值觀。</p>	<p>教學準備材料： 1. 觀看杏陵基金會出版的「鏡頭下的虛幻」影片。 2. 體認教師所扮演學校性教育角色重要性，並知道性教育應具備的教學態度與方法： (1)傳達正確並且具有科學實證的內容。 (2)保留幽默感，但不使用貶抑、戲謔的用詞。 (3)避免批判或貶責學生的答案，以獲得學生真實想法 (4)以開放的心態，傳達性別平等的概念。 教學重點： 1.以建立身體界線來明白性騷擾的不正當性。 2.面對性騷擾不同的對象能夠提出有效拒絕與自我保護的策略。 3.以各種情境提出預防性騷擾的原則。 4.後設思考色情媒體的影響，並建立健康正向的價值觀。</p>	<p>1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗</p>	<p>【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。 【生命教育】 生 J3 性別與自我之間的關係。 生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。 生 J5 人不只是客體，更是具有自我尊嚴的主體。</p>
	<p>◎體育 3-3 精彩可騎 ～自行車</p>	2	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原</p>	<p>Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。</p>	<p>1.能認識不同的自行車種類。 2.能進一步瞭解自行車的結構、零件與功用。</p>	<p>教學準備材料： 1.不同腳踏車的照片、投影片。 2.學習單。 學習目標：</p>	<p>1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗</p>	

			<p>理。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰勇的學習態度。</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>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>		<p>3.能知道自行車騎乘注意事項。</p>	<p>1.能認識不同的自行車種類。</p> <p>2.能進一步瞭解自行車的結構、零件與功用。</p> <p>3.能知道自行車安全。</p>		
第八週	◎健康 1-3：愛的練習曲	1	<p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</p> <p>3b-IV-4 因應不</p>	<p>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</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-6 青少年性行為之法</p>	<p>1.能說明親密關係發展進程，並區辨喜歡、愛和迷戀。</p> <p>2.能說明經營感情的方法。</p> <p>3.能列舉感情結束時溝通的適當方法。</p> <p>4.能說明面對感情結束後負面情緒的方法。</p> <p>5.能評估自身建立</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1.學生分組。</p> <p>2.重點 PPT 或板書。</p> <p>3.親密關係發展進程字卡。</p> <p>4.足量成對的撲克牌或牌卡，供全班使用。</p> <p>5.準備喜歡、愛、迷戀的例子。</p> <p>6.準備網友戀情的案例，好結局（修成正果）和不好的結局都要準</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 J4 對家人愛與關懷的表達。</p>

		同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。	律規範與明智抉擇。 Fa-IV-1 自我認同與自我實現。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	親密關係後的生活變化。	備。		家 J7 約會、婚姻與家庭的發展歷程。 家 J8 親密關係的發展。 【生命教育】 生 J3 性別與自我之間的關係。 生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。 生 J5 人不只是客體，更是具有自我尊嚴的主體。 生 J17 愛自己與愛他人的能力。 【安全教育】 安 J7 了解霸凌防制的精神。 安 J8 演練校園災害預防的課題。 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。 【多元文化教育】 多 J9 關心多元文化議題並做出理性判斷。
◎體育 3-3 精彩可騎 ～自行車	2	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭解各	Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。	1.能認識不同的自行車種類。 2.能進一步瞭解自行車的結構、零件	教學準備材料： 1.不同腳踏車的照片、投影片。 2.學習單。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	

			<p>項運動技能原理。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰勇的學習態度。</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>4c-IV-3 規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>		<p>與功用。</p> <p>3.能知道自行車騎乘注意事項。</p>			
第九週	◎健康 1-3：愛的練習曲	1	<p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</p>	<p>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</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-6 青少</p>	<p>1.能說明親密關係發展進程，並區辨喜歡、愛和迷戀。</p> <p>2.能說明經營感情的方法。</p> <p>3.能列舉感情結束時溝通的適當方法。</p> <p>4.能說明面對感情結束後負面情緒的方法。</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1. 學生分組。</p> <p>2.重點 PPT 或板書。</p> <p>3. 親密關係發展進程字卡。</p> <p>4. 足量成對的撲克牌或牌卡，供全班使用。</p> <p>5. 準備喜歡、愛、迷戀的例子。</p> <p>6. 準備網友戀情的案例，好結局（修成正果）</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態,運用資源解決問題。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 J4 對家人愛</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>年性行為之法律規範與明智抉擇。</p> <p>Fa-IV-1 自我認同與自我實現。</p> <p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	5.能評估自身建立親密關係後的生活變化。	和不好的結局都要準備。		<p>與關懷的表達。</p> <p>家 J7 約會、婚姻與家庭的發展歷程。</p> <p>家 J8 親密關係的發展。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 J3 性別與自我之間的關係。</p> <p>生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。</p> <p>生 J5 人不只是客體，更是具有自我尊嚴的主體。</p> <p>生 J17 愛自己與愛他人的能力。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 J7 了解霸凌防制的精神。</p> <p>安 J8 演練校園災害預防的課題。</p> <p>安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。</p> <p>【多元文化教育】</p> <p>多 J9 關心多元文化議題並做出理性判斷。</p>
◎體育 4-1 前挑後切 ～羽球	2	1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊	1.能瞭解切球的相關知識和動作要領，並在運動的情	教學準備材料： 球拍、球。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核	

			<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>戰術。</p>	<p>境中作出正確的切球動作。</p> <p>2.能瞭解挑球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出正確的挑球動作。</p> <p>3.和同學在運動的情境中對練，將所學的技能連貫使用，練習的過程中彼此互相修正和鼓勵。</p>		<p>4.紙筆測驗</p>	
<p>第十週</p>	<p>◎健康 1-3：愛的練習曲</p>	<p>1</p>	<p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</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>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</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-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</p> <p>Fa-IV-1 自我認同與自我實現。</p> <p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝</p>	<p>1.能說明親密關係發展進程，並區辨喜歡、愛和迷戀。</p> <p>2.能說明經營感情的方法。</p> <p>3.能列舉感情結束時溝通的適當方法。</p> <p>4.能說明面對感情結束後負面情緒的方法。</p> <p>5.能評估自身建立親密關係後的生活變化。</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1.學生分組。</p> <p>2.重點 PPT 或板書。</p> <p>3.親密關係發展進程字卡。</p> <p>4.足量成對的撲克牌或牌卡，供全班使用。</p> <p>5.準備喜歡、愛、迷戀的例子。</p> <p>6.準備網友戀情的案例，好結局（修成正果）和不好的結局都要準備。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 J4 對家人愛與關懷的表達。</p> <p>家 J7 約會、婚姻與家庭的發展歷程。</p> <p>家 J8 親密關係的發展。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 J3 性別與自我之間的關係。</p>

				通技巧。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。				生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。 生 J5 人不只是客體，更是具有自我尊嚴的主體。 生 J17 愛自己與愛他人的能力。 【安全教育】 安 J7 了解霸凌防制的精神。 安 J8 演練校園災害預防的課題。 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。 【多元文化教育】 多 J9 關心多元文化議題並做出理性判斷。
◎體育 4-1 前挑後切 ~羽球	2	1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 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	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.能瞭解切球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出正確的切球動作。 2.能瞭解挑球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出正確的挑球動作。 3.和同學在運動的情境中對練，將所	教學準備材料： 球拍、球。 學習目標： 1.能瞭解切球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出正確的切球動作。 2.能瞭解挑球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出正確的挑球動作。 3.和同學在運動的情境	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗		

			運動技能。		學的技能連貫使用，練習的過程中彼此互相修正和鼓勵。	中對練，將所學的技能連貫使用，練習的過程中彼此互相修正和鼓勵。		
第十一週	◎健康 1-3：愛的練習曲	1	<p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</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>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</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-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</p> <p>Fa-IV-1 自我認同與自我實現。</p> <p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>1.能說明親密關係發展進程，並區辨喜歡、愛和迷戀。</p> <p>2.能說明經營感情的方法。</p> <p>3.能列舉感情結束時溝通的適當方法。</p> <p>4.能說明面對感情結束後負面情緒的方法。</p> <p>5.能評估自身建立親密關係後的生活變化。</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1. 學生分組。</p> <p>2.重點 PPT 或板書。</p> <p>3. 親密關係發展進程字卡。</p> <p>4 足量成對的撲克牌或牌卡，供全班使用。</p> <p>5. 準備喜歡、愛、迷戀的例子。</p> <p>6. 準備網友戀情的案例，好結局（修成正果）和不好的結局都要準備。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 J4 對家人愛與關懷的表達。</p> <p>家 J7 約會、婚姻與家庭的發展歷程。</p> <p>家 J8 親密關係的發展。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 J3 性別與自我之間的關係。</p> <p>生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。</p> <p>生 J5 人不只是客體，更是具有自我尊嚴的主體。</p> <p>生 J17 愛自己與愛他人的能力。</p>

								<p>【安全教育】</p> <p>安 J7 了解霸凌防制的精神。</p> <p>安 J8 演練校園災害預防的課題。</p> <p>安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。</p> <p>【多元文化教育】</p> <p>多 J9 關心多元文化議題並做出理性判斷。</p>
	<p>◎體育</p> <p>4-2 堅守崗位～籃球</p>	2	<p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</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>2d-IV-3 鑑賞運動的本土與世界文化價值。</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>Hb-IV-1 障地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1.能瞭解團隊合作在籃球比賽中的重要性。</p> <p>2.瞭解防守基本動作要領與姿勢，並檢核動作的正確性。</p> <p>3.學會進攻與防守技術，並發揮團隊合作。</p> <p>4.養成遵守常規並主動參與團體的學習。</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1.繩梯 2 組（可用膠帶、粉筆或童軍繩取代）。</p> <p>2.三角錐 6 個。</p> <p>3. 籃球 10 顆。</p> <p>4. 自我檢核表。</p> <p>5. 學習單。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	

<p>第十二週</p>	<p>◎健康 1-3：愛的練習曲</p>	<p>1</p>	<p>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。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 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。</p>	<p>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。 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-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 Fa-IV-1 自我認同與自我實現。 Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>1.能說明親密關係發展進程，並區辨喜歡、愛和迷戀。 2.能說明經營感情的方法。 3.能列舉感情結束時溝通的適當方法。 4.能說明面對感情結束後負面情緒的方法。 5.能評估自身建立親密關係後的生活變化。</p>	<p>教學準備材料： 1. 學生分組。 2.重點 PPT 或板書。 3. 親密關係發展進程字卡。 4 足量成對的撲克牌或牌卡，供全班使用。 5. 準備喜歡、愛、迷戀的例子。 6. 準備網友戀情的案例，好結局（修成正果）和不好的結局都要準備。 教學重點： 1. 能說明親密關係發展進程，並區辨喜歡、愛和迷戀。 2. 能說明網路戀情的安全守則 3. 能說明經營感情的方法。 4. 能列舉感情結束時溝通的適當方法。 5. 能說明面對感情結束後負面情緒的方法。 6. 能評估自身建立親密關係後的生活變化。</p>	<p>1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗</p>	<p>【性別平等教育】 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 【家庭教育】 家 J4 對家人愛與關懷的表達。 家 J7 約會、婚姻與家庭的發展歷程。 家 J8 親密關係的發展。 【生命教育】 生 J3 性別與自我之間的關係。 生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。 生 J5 人不只是客體，更是具有自我尊嚴的主體。 生 J17 愛自己與愛他人的能力。 【安全教育】 安 J7 了解霸凌防制的精神。 安 J8 演練校園</p>
-------------	--------------------------	----------	---	--	---	--	--	---

								災害預防的課題。 安 J9 遵守環境設施設備的安全守則。 【多元文化教育】 多 J9 關心多元文化議題 並做出理性判斷。
	◎體育 4-2 堅守崗位～ 籃球	2	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。 2d-IV-3 鑑賞運動的本土與世界文化價值。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.能瞭解團隊合作在籃球比賽中的重要性。 2.瞭解防守基本動作要領與姿勢，並檢核動作的正確性。 3.學會進攻與防守技術，並發揮團隊合作。 4.養成遵守常規並主動參與團體的學習。	教學準備材料： 1.繩梯 2 組（可用膠帶、粉筆或童軍繩取代）。 2.三角錐 6 個。 3. 籃球 10 顆。 4. 自我檢核表。 5. 學習單。 學習目標： 1. 能瞭解團隊合作在籃球比賽中的重要性。 2. 瞭解防守基本動作要領與姿勢，並檢核動作的正確性。 3. 學會進攻與防守技術，並發揮團隊合作。 4. 養成遵守常規並主動參與團體的學習。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	
第十三週	◎健康 1-4：意外的新生命	1	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。 2a-IV-2 自主思考健康問題所	Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健的認識。	1.能理解非預期懷孕對自身會有什麼影響。 2.認識協助非預期懷孕的各種方法，並理解各種方法會造成的後續結果。	教學準備材料： 準備非預期懷孕的相關案例。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	【生命教育】 生 J3 性別與自我之間的關係。 生 J4 了解自己的渴望與追求，如何以適當的方法達成目標。

		<p>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-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。</p>		<p>3.能辨別懷孕的三大進程。</p>			<p>生 J5 人不只是客體，更是具有自我尊嚴的主體。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 J4 對家人愛與關懷的表達。</p> <p>家 J7 約會、婚姻與家庭的發展歷程。</p> <p>家 J8 親密關係的發展。</p>
<p>◎體育</p> <p>4-3 高手過招～排球</p>	2	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</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>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1.能知悉高手傳接球的運用時機。</p> <p>2.能熟悉高手接球的要領。</p> <p>3.能與同學進行高手傳接球練習，進而知道高手傳接球的策略運用。</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1.排球 10 顆。</p> <p>2.排球比賽的影片。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	

第十四週 【第二次 段考週】	◎健康 1-4：意外的新 生命	1	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。 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-1 主動並 公開表明個人 對促進健康的 觀點與立場。	Db-IV-1 生殖 器官的構造、 功能與保健及 懷孕生理、優 生保健的認 識。	1.能理解非預期懷 孕對自身會有什麼 影響。 2.認識協助非預期 懷孕的各種方法， 並理解各種方法會 造成的後續結果。 3.能辨別懷孕的三 大進程。	教學準備材料： 準備非預期懷孕的相關 案例。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	【生命教育】 生 J3 性別與自 我之間的關係。 生 J4 了解自己的 渴望與追求，如 何以適當的方法達 成目標。 生 J5 人不只是 客體，更是具有自 我尊嚴的主體。 【家庭教育】 家 J4 對家人愛 與關懷的表達。 家 J7 約會、婚 姻與家庭的發展 歷程。 家 J8 親密關係 的發展。
	◎體育 4-3 高手過招～ 排球	2	1c-IV-1 瞭解各 項運動基礎原 理和規則。 1d-IV-1 瞭解各 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。	Ha-IV-1 網/牆 性球類運動動 作組合及團隊 戰術。	1.能知悉高手傳接 球的運用時機。 2.能熟悉高手接球 的要領。 3.能與同學進行高 手傳接球練習，進 而知道高手傳接球 的策略運用。	教學準備材料： 1.排球 10 顆。 2.排球比賽的影片。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	
第十五週	◎健康	1	1a-IV-3 評估	Db-IV-8 愛滋	1.建立傳染病防治	教學準備材料：	1.歷程性評量	

	2-1：親密的接觸者	<p>內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</p> <p>4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>病及其它性病的預防方法與關懷。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>的基本觀念。</p> <p>2.評估危險性行為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>3.關注我國盛行的性病現況與趨勢，並瞭解性病防治的資源、規範及策略。</p> <p>4.理解安全性行為的重要性，並堅定健康的性行為生活規範與態度。</p>	<p>1. 將學生依同質或異質分組，注意性別比例可能造成的影響。</p> <p>2. 提出關於性病的「核心問題」，做關鍵提問</p> <p>(1)此種性病是怎麼發生的？</p> <p>(2)此種性病對個人與群體健康有什麼影響或威脅？</p> <p>(3)在認識各種性病後，歸納出預防性病的健康策略是什麼？</p>	<p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	
◎體育	4-4 運球唯握～桌球	<p>2</p> <p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</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</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1.能瞭解桌球運動之相關知識。</p> <p>2.能瞭解桌球正拍發平擊球之動作要領、並能做出正拍發平擊球的技術。</p> <p>3.能瞭解單打比賽的規則並應用於比賽之中。</p> <p>4.瞭解活動的動作要求，以及能夠做出團隊互動合作的精神。</p> <p>5.能做出正拍發平擊球結合正、反手發擊球。</p>	<p>教學準備材料： 桌球拍、桌球、籃子、粉筆或小角錐。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	

			力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 運用運動技術的學習策略。				
第十六週	◎健康 2-1：親密的接觸者	1	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。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	1.建立傳染病防治的基本觀念。 2.評估危險性行為對健康造成的衝擊與風險。 3.關注我國盛行的性病現況與趨勢，並瞭解性病防治的資源、規範及策略。 4.理解安全性行為的重要性，並堅定健康的性行為生活規範與態度。	教學準備材料： 1. 將學生依同質或異質分組，注意性別比例可能造成的影響。 2. 提出關於性病的「核心問題」，做關鍵提問 (1)此種性病是怎麼發生的？ (2)此種性病對個人與群體健康有什麼影響或威脅？ (3)在認識各種性病後，歸納出預防性病的健康策略是什麼？	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗
	◎體育 4-4 運球唯握～桌球	2	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭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	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.能瞭解桌球運動之相關知識。 2.能瞭解桌球正拍發平擊球之動作要領、並能做出正拍發平擊球的技術。 3.能瞭解單打比賽的規則並應用於比賽之中。 4.瞭解活動的動作要求，以及能夠做	教學準備材料： 桌球拍、桌球、籃子、粉筆或小角錐。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗

			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。		出團隊互動合作的精神。5.能做出正拍發平擊球結合正、反手續擊球。			
第十七週	◎健康 2-1：親密的接觸者	1	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。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。	1.建立傳染病防治的基本觀念。 2.評估危險性行為對健康造成的衝擊與風險。 3.關注我國盛行的性病現況與趨勢，並瞭解性病防治的資源、規範及策略。 4.理解安全性行為的重要性，並堅定健康的性行為生活規範與態度。	教學準備材料： 1. 將學生依同質或異質分組，注意性別比例可能造成的影響。 2. 提出關於性病的「核心問題」，做關鍵提問 (1)此種性病是怎麼發生的？ (2)此種性病對個人與群體健康有什麼影響或威脅？ (3)在認識各種性病後，歸納出預防性病的健康策略是什麼？	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	
	◎體育 5-1 立足天下～足球	4	1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.能理解做好暖身、伸展活動，可以減少足球練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動	教學準備材料： 足球、操場或空場地、安全角錐、號碼衣、擴音機。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	

		<p>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>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>		<p>前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全運動行為。</p> <p>2.能做出行進間足球運球和傳接球組合，並透過競爭、合作學習策略，改善動作技能表現，以利於日後學習。</p> <p>3.能與同學討論如何提升傳接球之技巧，並正向溝通有效策略，提高學習效能。</p> <p>4.能從班級的足球比賽觀摩中，體察參賽者運、傳球行進的變化和精湛球技，發表運動欣賞之體驗。</p> <p>5.能做到左、右足操作前後及左右交互等方向之運球技術。</p> <p>6.能透過傳球與跑位，學會進攻及防守的技能。</p>			
--	--	--	--	---	--	--	--

<p>第十八週</p>	<p>◎健康 2-2：愛滋病防治</p>	<p>1</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。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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-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>	<p>Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>1.理解現階段國內外愛滋感染的盛行率與發生趨勢，正視愛滋病對於個人與社會各層面的衝擊。 2.認識防治愛滋病的資源、規範與策略，並建立正確的防治觀念與態度。 3.公平看待愛滋感染者，並展現對愛滋病的關懷。</p>	<p>教學準備材料： 1 至衛福部疾病管制署網站搜尋每月更新的感染人數與途徑比例。 2.正確認識愛滋病感染現況： (1)國內有超過 90% 是以不安全的性行為傳染，其中青少年至 24 歲的感染人數成長最多。 (2) 異性間與同性間的性行為皆會傳染愛滋，唯從病毒感染機制來看，女性陰道黏膜與肛門的黏膜組織是較為危險的感染途徑。 (3) 共用針頭與針筒皆有感染愛滋的風險，因為有溶液污染的疑慮。 3.理解愛滋防治教育的重要： (1) 愛滋防護教育是針對每一個人而非高風險特定族群。全民能正確看待愛滋感染，去除偏見歧視能使有高風險行為者提高篩檢意願，近而早期發現愛滋感染盡早進行藥物治療。早期介入的藥物治療能有效控制愛滋感染者體內病毒，延緩發病。 (2)愛滋感染者認為真正</p>	<p>1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗</p>	<p>【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化,尊重並欣賞其差異。 人 J6 正視社會中的各種歧視,並採取行動來關懷與保護弱勢。 【法治教育】 法 J2 避免歧視。</p>
-------------	--------------------------	----------	---	--	--	---	--	--

						<p>令人恐懼的不是病毒本身，而是身邊他人歧視的眼光。愛滋病毒固然會威脅人體健康，然而，對於每一天的生活來說，友善、不歧視的環境才是真正能減少衝擊的。</p> <p>(3)從國家發展的觀點來看，每年健保約需花費3,500元在每一個國民身上，然而治療一位愛滋感染的藥物卻需要17萬。以現今治療的傳染病來說，是既「可預防」又「不預防」的重大損失。</p> <p>教學重點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 從數據與證據中，正確認識愛滋病的現況、傳染途徑。 2. 利用個案故事瞭解愛滋病對於個人與社會的衝擊，並以公平的眼光看待愛滋感染者。 3. 認識防治愛滋病的資源與規範，並建立起防治愛滋病的正確觀念。 	
◎體育 5-1 立足天下～ 足球	2	1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-2 表現利	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 能理解做好暖身、伸展活動，可以減少足球練習或比賽運動傷害的發	教學準備材料： 足球、操場或空場地、安全角錐、號碼衣、擴音機。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗 	

		<p>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>4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>		<p>生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全運動行為。</p> <p>2.能做出行進間足球運球和傳接球組合，並透過競爭、合作學習策略，改善動作技能表現，以利於日後學習。</p> <p>3.能與同學討論如何提升傳接球之技巧，並正向溝通有效策略，提高學習效能。</p> <p>4.能從班級的足球比賽觀摩中，體察參賽者運、傳球行進的變化和精湛球技，發表運動欣賞之體驗。</p> <p>5.能做到左、右足操作前後及左右交互等方向之運球技術。</p> <p>6.能透過傳球與跑位，學會進攻及防守的技能。</p>		
--	--	---	--	---	--	--

<p>第十九週</p>	<p>◎健康 2-2：愛滋病防治</p>	<p>1</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。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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-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>	<p>Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。 Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>1.理解現階段國內外愛滋感染的盛行率與發生趨勢，正視愛滋病對於個人與社會各層面的衝擊。 2.認識防治愛滋病的資源、規範與策略，並建立正確的防治觀念與態度。 3.公平看待愛滋感染者，並展現對愛滋病的關懷。</p>	<p>教學準備材料： 1 至衛福部疾病管制署網站搜尋每月更新的感染人數與途徑比例。 2.正確認識愛滋病感染現況： (1)國內有超過 90% 是以不安全的性行為傳染，其中青少年至 24 歲的感染人數成長最多。 (2) 異性間與同性間的性行為皆會傳染愛滋，唯從病毒感染機制來看，女性陰道黏膜與肛門的黏膜組織是較為危險的感染途徑。 (3) 共用針頭與針筒皆有感染愛滋的風險，因為有溶液污染的疑慮。 3.理解愛滋防治教育的重要： (1) 愛滋防護教育是針對每一個人而非高風險特定族群。全民能正確看待愛滋感染，去除偏見歧視能使有高風險行為者提高篩檢意願，近而早期發現愛滋感染盡早進行藥物治療。早期介入的藥物治療能有效控制愛滋感染者體內病毒，延緩發病。 (2)愛滋感染者認為真正</p>	<p>1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗</p>	<p>【人權教育】 人 J5 了解社會上有不同的群體和文化,尊重並欣賞其差異。 人 J6 正視社會中的各種歧視,並採取行動來關懷與保護弱勢。 【法治教育】 法 J2 避免歧視。</p>
-------------	--------------------------	----------	---	--	--	---	--	--

					<p>令人恐懼的不是病毒本身，而是身邊他人歧視的眼光。愛滋病毒固然會威脅人體健康，然而，對於每一天的生活來說，友善、不歧視的環境才是真正能減少衝擊的。</p> <p>(3)從國家發展的觀點來看，每年健保約需花費3,500元在每一個國民身上，然而治療一位愛滋感染的藥物卻需要17萬。以現今治療的傳染病來說，是既「可預防」又「不預防」的重大損失。</p> <p>教學重點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 從數據與證據中，正確認識愛滋病的現況、傳染途徑。 2. 利用個案故事瞭解愛滋病對於個人與社會的衝擊，並以公平的眼光看待愛滋感染者。 3. 認識防治愛滋病的資源與規範，並建立起防治愛滋病的正確觀念。 		
◎體育 5-2：壁壘分明 ～慢速壘球	2	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭解各	Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.能瞭解慢壘傳接球之相關知識，並做出慢壘傳接球的動作技術。	<p>教學準備材料：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師能確切知道教學目標及教學流程安排。 2.要求學生穿著運動服 	<ol style="list-style-type: none"> 1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗 	

			<p>項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</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>2.能瞭解慢壘打擊之相關知識，並做出慢壘打擊的動作技術。</p>	<p>及運動長褲，也可以準備個人手套。</p> <p>學習目標</p> <p>1.能瞭解慢壘傳接球之相關知識，並做出慢壘傳接球的動作技術。</p> <p>2.能瞭解慢壘打擊之相關知識，並做出慢壘打擊的動作技術。</p>		
<p>第二十週</p>	<p>◎健康</p> <p>2-2：愛滋病防治</p>	<p>1</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>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</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-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</p>	<p>Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。</p> <p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>1.理解現階段國內外愛滋感染的盛行率與發生趨勢，正視愛滋病對於個人與社會各層面的衝擊。</p> <p>2.認識防治愛滋病的資源、規範與策略，並建立正確的防治觀念與態度。</p> <p>3.公平看待愛滋感染者，並展現對愛滋病的關懷。</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1 至衛福部疾病管制署網站搜尋每月更新的感染人數與途徑比例。</p> <p>2.正確認識愛滋病感染現況：</p> <p>(1)國內有超過 90%是以不安全的性行為傳染，其中青少年至 24 歲的感染人數成長最多。</p> <p>(2)異性間與同性間的性行為皆會傳染愛滋，唯從病毒感染機制來看，女性陰道黏膜與肛門的黏膜組織是較為危險的感染途徑。</p> <p>(3) 共用針頭與針筒皆</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人 J5 了解社會上有不同的群體和文化,尊重並欣賞其差異。</p> <p>人 J6 正視社會中的各種歧視,並採取行動來關懷與保護弱勢。</p> <p>【法治教育】</p> <p>法 J2 避免歧視。</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>有感染愛滋的風險，因為有溶液污染的疑慮。</p> <p>3.理解愛滋防治教育的重要：</p> <p>(1) 愛滋防護教育是針對每一個人而非高風險特定族群。全民能正確看待愛滋感染，去除偏見歧視能使有高風險行為者提高篩檢意願，進而早期發現愛滋感染盡早進行藥物治療。早期介入的藥物治療能有效控制愛滋感染者體內病毒，延緩發病。</p> <p>(2)愛滋感染者認為真正令人恐懼的不是病毒本身，而是身邊他人歧視的眼光。愛滋病毒固然會威脅人體健康，然而，對於每一天的生活來說，友善、不歧視的環境才是真正能減少衝擊的。</p> <p>(3)從國家發展的觀點來看，每年健保約需花費3,500元在每一個國民身上，然而治療一位愛滋感染的藥物卻需要17萬。以現今治療的傳染病來說，是既「可預防」又「不預防」的重大損失。</p>	
--	--	--	---------------------------------------	--	--	--	--

					<p>教學重點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 從數據與證據中，正確認識愛滋病的現況、傳染途徑。 2. 利用個案故事瞭解愛滋病對於個人與社會的衝擊，並以公平的眼光看待愛滋感染者。 3. 認識防治愛滋病的資源與規範，並建立起防治愛滋病的正確觀念。 		
<p>◎體育 5-2：壁壘分明 ～慢速壘球</p>	2	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 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。</p>	<p>Hd-IV-1 守備／跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能瞭解慢壘傳接球之相關知識，並做出慢壘傳接球的動作技術。 2. 能瞭解慢壘打擊之相關知識，並做出慢壘打擊的動作技術。 	<p>教學準備材料：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師能確切知道教學目標及教學流程安排。 2. 要求學生穿著運動服及運動長褲，也可以準備個人手套。 <p>學習目標</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能瞭解慢壘傳接球之相關知識，並做出慢壘傳接球的動作技術。 2. 能瞭解慢壘打擊之相關知識，並做出慢壘打擊的動作技術。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗 	

<p>第二十一週 【第三次段考週】</p>	<p>複習全冊</p>	<p>1</p> <p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 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。</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>1.能瞭解慢壘傳接球之相關知識，並做出慢壘傳接球的動作技術。 2.能瞭解慢壘打擊之相關知識，並做出慢壘打擊的動作技術。</p>	<p>教學準備材料： 1.教師能確切知道教學目標及教學流程安排。 2.要求學生穿著運動服及運動長褲，也可以準備個人手套。 學習目標 1.能瞭解慢壘傳接球之相關知識，並做出慢壘傳接球的動作技術。 2.能瞭解慢壘打擊之相關知識，並做出慢壘打擊的動作技術。</p>	<p>1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗</p>	
---------------------------	-------------	---	-------------------------------------	--	---	--	--

備註：

1.總綱規範議題融入：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】

彰化縣鹿港國民中學 111 學年度第二學期 八年級 健體 領域/科目課程 (部定課程)

5、各年級領域學習課程計畫

5-1 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃符合課程綱要規定，且能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。

5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、興趣和動機，提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。

5-3 議題融入(七大或 19 項)且內涵適合單元/主題內容

教材版本	奇鼎	實施年級 (班級/組別)	八年級下學期	教學節數	每週(3)節，本學期共(63)節。
課程目標	<p>健康</p> <p>1-1 成癮故事館</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.認識菸、酒、檳榔的危害。 2.學習以健康的立場拒絕菸、酒、檳榔等成癮物質。 <p>1-2 菸、酒、檳榔防治情報網</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.能在面對各項菸、酒與檳榔的邀約時，進行批判性思考並堅持拒絕態度，並作出有利健康的決定。 2.正確認識法律層面對於菸、酒、檳榔與電子煙的規範。 3.認識各個禁菸場域、禁菸標誌與協助戒癮的方式和機構。 4.關注新興菸品電子煙的現況與現行法律規範，以健康的角度堅定拒絕立場。 <p>1-3 反毒真英雄</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.認識藥物濫用相關定義與知識，理解毒品對生理、心理、社會各層面的健康危害性。 2.知道如何有效拒絕毒害，並能實際執行拒絕技術。 3.願意宣導反毒主張，並關懷吸毒者，給予適時的協助。 <p>2-1 健康的隱形破壞者</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.建立慢性病的基本觀念，並關注我國的十大死因。 2.瞭解代謝症候群判定的標準與衍生的疾病。 3.認識常見的慢性病、職業病其病因與症狀，並避免接觸職業病的危險因子。 4.能在日常生活中檢視自身健康狀況，做好自我健康管理，預防慢性病發生。 				

2-2 藥你健康

- 1.能運用正確用藥五大核心能力。
- 2.能理解購藥安全五不原則。
- 3.能辨識藥品的類別。
- 4.能理解藥品的保存與廢棄原則。
- 5.能透過政府網站提供的訊息澄清藥品的使用方式。
- 6.知道生活技能「批判性思考」的重要性與步驟，並能妥善運用。

2-3 全民健保與醫療服務

- 1.能辨別全民健保的設立目標。
- 2.能理解全民健保的制度特性。
- 3.能認識醫療分級制度的服務範圍與善用資源。
- 4.能妥善運用轉診制度與相關的醫療資源。

體育

3-1 壁壘森嚴～慢速壘球

- 1.能瞭解慢速壘球之歷史及相關知識。
- 2.能瞭解內野接滾地球傳球組合動作之技巧，並做出內野接滾地球傳球的動作技術。
- 3.能瞭解外野接高飛球傳球組合動作之技巧，並做出外野接高飛球傳球的動作技術。
- 4.能瞭解慢速壘球的規則，並進行比賽體會運動的樂趣。

3-2 力挽狂籃～籃球

- 1.能瞭解團隊合作在籃球比賽中的重要性。
- 2.瞭解上籃的基本動作要領與姿勢，並檢核動作的正確性。
- 3.學會卡位與籃板球技術，並發揮團隊合作。
- 4.養成遵守常規並主動參與團體的學習。

3-3 凌波微步～桌球

- 1.能瞭解腳步對於桌球的重要性與應用。
- 2.能學會側併步的動作要領與應用。
- 3.能瞭解雙打比賽規則。
- 4.能瞭解雙打跑位及規則並應用於比賽之中。

3-4 飄移换位～羽球

- 1.能瞭解反手發球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出標準的反手發球動作。
- 2.能瞭解網前球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出標準的網前球動作。
- 3.和同學在運動的情境中對練，將所學的技能連貫使用，練習的過程中彼此互相修正和鼓勵。

3-5 品頭論足～足球

- 1.能理解暖身、伸展活動，可以減少足球練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全的運動行為。
- 2.能知道頭頂球不僅是防守排除險情，解救門前危急，也是在進攻端，作為得分的關鍵技術。
- 3.能完成頭頂球的動作要領。能與隊友完成方向變化的頭頂球表現。能透過競爭和合作學習策略（距離、方向），改善動作技能表現。
- 4.能說出足球發邊線球的規則及動作要領。
- 5.能從班級的足球比賽觀摩中，體察參賽者頭頂球的精湛球技及關鍵拋投的契機掌握，發表運動欣賞之體驗。

4-1 舞力全開～土風舞

- 1.瞭解舞蹈的起源分類。
- 2.瞭解土風舞各種舞步，利用身體各部位的動作、力量和方向面化，創造出土風舞。
- 3.學會土風舞的動作。
- 4.能培養團隊合作的精神。

4-2 一毬之地～毬子

- 1.瞭解毬子的起源分類。
- 2.瞭解毬子各種動作技巧,並學會毬子的動作。
- 3.能培養團隊合作的精神。

4-3 拳拳到位～基本防身術

- 1.認識人體弱點，以及使用基本防禦姿勢保護弱點不受攻擊。
- 2.學會移動與基本防禦姿勢配合。
- 3.學會反擊。
- 4.分析環境與情境，思考適合使用基本防身術的時機。

5-1 超越障礙～帕運

- 1.能說明帕運的相關知能。
- 2.能理解帕運的歷史由來。
- 3.能尊重身心障礙者並且主動協助。
- 4.能主動欣賞帕運比賽並關心體育事務議題。

	<p>5.能同理身心障礙者並實際體會生命意義。</p> <p>5-2 身心靈合一～瑜伽</p> <p>1.能瞭解瑜伽的起源與歷史背景。</p> <p>2.能學會單人和雙人瑜伽的動作。</p> <p>3.能培養團隊合作的精神。</p>
<p>領域核心素養</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-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。</p> <p>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。</p> <p>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。</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>重大議題融入</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J2 進行思考時的適當情意與態度。</p> <p>生 J10 行為者善惡與行為對錯的判斷。</p> <p>生 J12 公共議題中的道德思辨。</p> <p>【閱讀素養】</p> <p>閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。</p> <p>閱 J6 懂得在不同學習及生活情境中使用文本之規則。</p> <p>閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。</p>

閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。

閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。

【品德教育】

品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。

品 J9 知行合一與自我反省。

品 J7 同理分享與多元接納。

【資訊教育】

資 J8 選用適當的資訊科技組織思維，並進行有效的表達。

資 J10 有系統地整理數位資源。

課程架構

教學進度 (週次/日期)	教學單元名稱	節數	學習重點		學習目標	學習活動	評量方式	融入議題 內容重點
			學習表現	學習內容				
第一週	◎健康 1-1：成癮故事館	1	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。 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 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。 Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。	1.認識菸、酒、檳榔的危害。 2.學習以健康的立場拒絕菸、酒、檳榔等成癮物質。	教學準備材料： 《壞壞爭地盤》 (菸酒檳榔防制宣導影片) 教學重點： 1.在教師的帶領下，認識菸、酒、檳榔三個成癮物質。 2.讓學生在認識菸、酒、檳榔對健康的危害後，正視成癮物質對自己的影響力。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	
	◎體育 3-1：壁壘森嚴～慢速壘球	2	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	Hd-IV-1 守備跑分性運動動作組合及團隊戰術	1.能瞭解慢速壘球之歷史及相關知識。 2.能瞭解內野接滾地球傳球組合	教學準備材料： 課程相關影片、學習單、學生可以準備個人手套。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	

			<p>全的運動情境</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-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>		<p>動作之技巧，並做出內野接滾地球傳球的動作技術。</p> <p>3.能瞭解外野接高飛球傳球組合動作之技巧，並做出外野接高飛球傳球的動作技術。</p> <p>4.能瞭解慢速壘球的規則，並進行比賽體會運動的樂趣。</p>			
第二週	<p>◎健康</p> <p>1-1：成癮故事館</p>	1	<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>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2a-IV-2 自主思考健康問題所</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>Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨</p>	<p>1.認識菸、酒、檳榔的危害。</p> <p>2.學習以健康的立場拒絕菸、酒、檳榔等成癮物質。</p>	<p>教學準備材料： 《壞壞爭地盤》 (菸酒檳榔防制宣導影片)</p> <p>教學重點： 1.在教師的帶領下，認識菸、酒、檳榔三個成癮物質。 2.讓學生在認識</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	

			造成的威脅感與嚴重性。	識策略。		菸、酒、檳榔對健康的危害後，正視成癮物質對自己的影響力。		
	◎體育 3-1：壁壘森嚴～慢速壘球	2	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 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-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	Hd-IV-1 守備跑分性運動動作組合及團隊戰術	1.能瞭解慢速壘球之歷史及相關知識。 2.能瞭解內野接滾地球傳球組合動作之技巧，並做出內野接滾地球傳球的動作技術。 3.能瞭解外野接高飛球傳球組合動作之技巧，並做出外野接高飛球傳球的動作技術。 4.能瞭解慢速壘球的規則，並進行比賽體會運動的樂趣。	教學準備材料：課程相關影片、學習單、學生可以準備個人手套。 學習目標 1.能瞭解慢速壘球之歷史及相關知識。 2.能瞭解內野接滾地球傳球組合動作之技巧，並做出內野接滾地球傳球的動作技術。 3.能瞭解外野接高飛球傳球組合動作之技巧，並做出外野接高飛球傳球的動作技術。 4.能瞭解慢速壘球的規則，並進行比賽體會運動的樂趣。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	

第三週	<p>◎健康</p> <p>1-1：成癮故事館</p>	1	<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>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</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>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>Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。</p>	<p>1.認識菸、酒、檳榔的危害。</p> <p>2.學習以健康的立場拒絕菸、酒、檳榔等成癮物質。</p>	<p>教學準備材料： 《壞壞爭地盤》 (菸酒檳榔防制宣導影片)</p> <p>教學重點： 1.在教師的帶領下，認識菸、酒、檳榔三個成癮物質。 2.讓學生在認識菸、酒、檳榔對健康的危害後，正視成癮物質對自己的影響力。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	
	<p>◎體育</p> <p>3-2 力挽狂籃～籃球</p>	2	<p>1c-IV-1 瞭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-2 反思自己的運動技能。</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-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>3d-IV-3 應用思</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>1.能瞭解團隊合作在籃球比賽中的重要性。</p> <p>2.瞭解上籃的基本動作要領與姿勢，並檢核動作的正確性。</p> <p>3.學會卡位與籃板球技術，並發揮團隊合作。</p> <p>4.養成遵守常規並主動參與團體的學習。</p>	<p>教學準備材料： 籃球、三角錐、學習單</p> <p>學習目標： 1. 能瞭解團隊合作在籃球比賽中的重要性。 2. 瞭解上籃的基本動作要領與姿勢，並檢核動作的正確性。 3. 學會卡位與籃板球技術，並發揮團隊合作。 4. 養成遵守常規並主動參與團體的學習。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	

			考與分析能力，解決運動情境的問題。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。					
第四週	◎健康 1-2 菸、酒、檳榔防治情報網	1	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。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。	Fb-IV-3 保護性的健康行為。	1.能在面對各項菸、酒與檳榔的邀約時，進行批判性思考並堅持拒絕態度，並作出有利健康的決定。 2.正確認識法律層面對於菸、酒、檳榔與電子煙的規範。 3.認識各個禁菸場域、禁菸標誌與協助戒癮的方式和機構。 4.關注新興菸品電子煙的現況與現行法律規範，以健康的角度堅定拒絕立場。	教學準備材料： 1.禁菸標誌圖卡。 2.蒟蒻干、氣泡水、戒菸貼片、口香糖等成癮物質的替代物圖卡。 教學重點： 1.認識我國針對菸、酒、檳榔的法律規範、禁菸場域和禁菸標誌。 2.站在協助戒癮者的角度認識戒癮方法與協助機構。 3.在健康的先決條件之下，運用批判性思考的生活技能，堅定拒絕菸、酒、檳榔的危害與誘惑。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	

	◎體育	2	1c-IV-1 瞭解各項	Hb-IV-1 陣	1.能瞭解團隊合	教學準備材料：	1.歷程性評量	
--	-----	---	--------------	-----------	----------	---------	---------	--

	3-2 力挽狂籃～ 籃球		<p>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-2 反思自己的運動技能。</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-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-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>	地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	<p>作在籃球比賽中的重要性。</p> <p>2.瞭解上籃的基本動作要領與姿勢，並檢核動作的正確性。</p> <p>3.學會卡位與籃板球技術，並發揮團隊合作。</p> <p>4.養成遵守常規並主動參與團體的學習。</p>	籃球、三角錐、學習單	<p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	
第五週	<p>◎健康</p> <p>1-2 菸、酒、檳榔防治情報網</p>	1	<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>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p>	Fb-IV-3 保護性的健康行為。	<p>1.能在面對各項菸、酒與檳榔的邀約時，進行批判性思考並堅持拒絕態度，並作出有利健康的決定。</p> <p>2.正確認識法律層面對於菸、酒、</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1.禁菸標誌圖卡。</p> <p>2.蒟蒻干、氣泡水、戒菸貼片、口香糖等成癮物質的替代物圖卡。</p> <p>教學重點：</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	

					<p>檳榔與電子煙的規範。</p> <p>3. 認識各個禁菸場域、禁菸標誌與協助戒癮的方式和機構。</p> <p>4. 關注新興菸品電子煙的現況與現行法律規範，以健康的角度堅定拒絕立場。</p>	<p>1. 認識我國針對菸、酒、檳榔的法律規範、禁菸場域和禁菸標誌。</p> <p>2. 站在協助戒癮者的角度認識戒癮方法與協助機構。</p> <p>3. 在健康的先決條件之下，運用批判性思考的生活技能，堅定拒絕菸、酒、檳榔的危害與誘惑。</p>		
	<p>◎體育</p> <p>3-3 凌波微步～桌球</p>	2	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</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>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1. 能瞭解腳步對於桌球的重要性與應用。</p> <p>2. 能學會側併步的動作要領與應用。</p> <p>3. 能瞭解雙打比賽規則。</p> <p>4. 能瞭解雙打跑位及規則並應用於比賽之中。</p>	<p>教學準備材料： 備材料桌球拍、桌球、籃子。</p>	<p>1. 歷程性評量</p> <p>2. 總結性評量</p> <p>3. 學生自我檢核</p> <p>4. 紙筆測驗</p>	

第六週	<p>◎健康</p> <p>1-2 菸、酒、檳榔防治情報網</p>	1	<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>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p>	<p>Fb-IV-3 保護性的健康行為。</p>	<p>1.能在面對各項菸、酒與檳榔的邀約時，進行批判性思考並堅持拒絕態度，並作出有利健康的決定。</p> <p>2.正確認識法律層面對於菸、酒、檳榔與電子煙的規範。</p> <p>3.認識各個禁菸場域、禁菸標誌與協助戒癮的方式和機構。</p> <p>4.關注新興菸品電子煙的現況與現行法律規範，以健康的角度堅定拒絕立場。</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1.禁菸標誌圖卡。</p> <p>2.蒟蒻干、氣泡水、戒菸貼片、口香糖等成癮物質的替代物圖卡。</p> <p>教學重點：</p> <p>1.認識我國針對菸、酒、檳榔的法律規範、禁菸場域和禁菸標誌。</p> <p>2.站在協助戒癮者的角度認識戒癮方法與協助機構。</p> <p>3.在健康的先決條件之下，運用批判性思考的生活技能，堅定拒絕菸、酒、檳榔的危害與誘惑。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	
	<p>◎體育</p> <p>3-3 凌波微步～桌球</p>	2	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的運動技能。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與</p>	<p>Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>1.能瞭解腳步對於桌球的重要性與應用。</p> <p>2.能學會側併步的動作要領與應用。</p> <p>3.能瞭解雙打比賽規則。</p> <p>4.能瞭解雙打跑</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>備材料桌球拍、桌球、籃子。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	

			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。		位及規則並應用於比賽之中。			
第七週	◎健康 1-3 反毒真英雄	1	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-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錯進健康的觀點與立場。	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。	1. 認識藥物濫用相關定義與知識，理解毒品對生理、心理、社會各層面的健康危害性。 2. 知道如何有效拒絕毒害，並能實際執行拒絕技術。 3. 願意宣導反毒主張，並關懷吸毒者，給予適時的協助。	教學準備材料： 將學生分組。 教學重點： 1. 認識藥物濫用相關定義與知識，理解毒品對生理、心理、社會各層面的健康危害性。 2. 知道如何有效拒絕毒害，並能實際執行拒絕技術。 3. 願意宣導反毒主張，並關懷吸毒者，給予適時的協助。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗	【生命教育】 生 J10 行為者善惡與行為對錯的判斷。 生 J12 公共議題中的道德思辨。
	◎體育 3-4 飄移换位～羽球	2	1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 能瞭解反手發球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出標準的反手發球動作。 2. 能瞭解網前球的相關知識和動作要領，並在運	教學準備材料： 球拍、球、尼龍繩、扯鈴棍、紙箱（或其他標的物）。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗	

			略。		動的情境中作出標準的網前球動作。 3.和同學在運動的情境中對練，將所學的技能連貫使用，練習的過程中彼此互相修正和鼓勵。			
第八週	◎健康 1-3 反毒真英雄	1	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-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錯進健康的觀點與立場。	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。	1.認識藥物濫用相關定義與知識，理解毒品對生理、心理、社會各層面的健康危害性。 2.知道如何有效拒絕毒害，並能實際執行拒絕技術。 3.願意宣導反毒主張，並關懷吸毒者，給予適時的協助。	教學準備材料： 將學生分組。 教學重點： 1.認識藥物濫用相關定義與知識，理解毒品對生理、心理、社會各層面的健康危害性。 2.知道如何有效拒絕毒害，並能實際執行拒絕技術。 3.願意宣導反毒主張，並關懷吸毒者，給予適時的協助。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	【生命教育】 生 J10 行為者善惡與行為對錯的判斷。 生 J12 公共議題中的道德思辨。
	◎體育 3-4 飄移换位～羽球	2	1d-IV-1 瞭解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的運動技能。 2c-IV-3 表現自信	Ha-IV-1 網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1.能瞭解反手發球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出標準的反手發	教學準備材料： 球拍、球、尼龍繩、扯鈴棍、紙箱（或其他標的物）。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	

			<p>樂觀、勇於挑戰的學習態度</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p>		<p>球動作。</p> <p>2.能瞭解網前球的相關知識和動作要領，並在運動的情境中作出標準的網前球動作。</p> <p>3.和同學在運動的情境中對練，將所學的技能連貫使用，練習的過程中彼此互相修正和鼓勵。</p>			
第九週	◎健康 1-3 反毒真英雄	1	<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-2 熟悉各種「人際溝通互動」技能。</p> <p>4b-IV-1 主動並公開表明個人對錯進健康的觀點與立場。</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。</p>	<p>1.認識藥物濫用相關定義與知識，理解毒品對生理、心理、社會各層面的健康危害性。</p> <p>2.知道如何有效拒絕毒害，並能實際執行拒絕技術。</p> <p>3.願意宣導反毒主張，並關懷吸毒者，給予適時的協助。</p>	<p>教學準備材料： 將學生分組。</p> <p>教學重點： 1.認識藥物濫用相關定義與知識，理解毒品對生理、心理、社會各層面的健康危害性。</p> <p>2.知道如何有效拒絕毒害，並能實際執行拒絕技術。</p> <p>3.願意宣導反毒主張，並關懷吸毒者，給予適時的協助。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J10 行為者善惡與行為對錯的判斷。</p> <p>生 J12 公共議題中的道德思辨。</p>
	◎體育	2	1c-IV-2 評估運動	Hb-IV-1 陣	1.能理解暖身、伸	教學準備材料：	1.歷程性評量	

	<p>3-5 品頭論足～足球</p>		<p>風險，維護安全的運動情境。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰勇的學習態度。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>	<p>地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	<p>展活動，可以減少足球練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全的運動行為。 2.能知道頭頂球不僅是防守排除險情，解救門前危急，也是在進攻端，作為得分的關鍵技術。 3 能完成頭頂球的動作要領。能與隊友完成方向變化的頭頂球表現。能透過競爭和合作學習策略（距離、方向），改善動作技能表現。 4.能說出足球發邊線球的規則及動作要領。 5.能從班級的足球比賽觀摩中，體察參賽者頭頂球的精湛球技及關鍵拋投的契機掌握，發表運動</p>	<p>課程相關影片、學習單、排球或其他材質較軟的球。</p>	<p>2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗</p>	
--	--------------------	--	--	---------------------------	---	--------------------------------	--	--

					欣賞之體驗。			
第十週	◎健康 1-3 反毒真英雄	1	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-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錯進健康的觀點與立場。	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。	1. 認識藥物濫用相關定義與知識，理解毒品對生理、心理、社會各層面的健康危害性。 2. 知道如何有效拒絕毒害，並能實際執行拒絕技術。 3. 願意宣導反毒主張，並關懷吸毒者，給予適時的協助。	將學生分組。 1. 認識藥物濫用相關定義與知識，理解毒品對生理、心理、社會各層面的健康危害性。 2. 知道如何有效拒絕毒害，並能實際執行拒絕技術。 3. 願意宣導反毒主張，並關懷吸毒者，給予適時的協助。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗	【生命教育】 生 J10 行為者善惡與行為對錯的判斷。 生 J12 公共議題中的道德思辨。
	◎體育 3-5 品頭論足～足球	2	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰勇的學習態度。 3c-IV-1 表現局部或全身性的身體控制能力，發展	Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 能理解暖身、伸展活動，可以減少足球練習或比賽運動傷害的發生，進而培養運動前自主進行暖身或伸展活動的運動習慣，建立安全的運動行為。 2. 能知道頭頂球不僅是防守排除險情，解救門前	教學準備材料： 課程相關影片、學習單、排球或其他材質較軟的球。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗	

			<p>專項運動技能。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。</p>		<p>危急，也是在進攻端，作為得分的關鍵技術。 3 能完成頭頂球的動作要領。能與隊友完成方向變化的頭頂球表現。能透過競爭和合作學習策略（距離、方向），改善動作技能表現。 4.能說出足球發邊線球的規則及動作要領。 5.能從班級的足球比賽觀摩中，體察參賽者頭頂球的精湛球技及關鍵拋投的契機掌握，發表運動欣賞之體驗。</p>			
<p>第十一週</p>	<p>◎健康 2-1 健康的隱形破壞者</p>	<p>1</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。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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</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>1.建立慢性病的觀念，並關注我國的十大死因。 2.瞭解代謝症候群判定的標準與衍生的疾病。 3.認識常見的慢性病、職業病其病因與症狀，並避免接觸職業病</p>	<p>教學準備材料： 1. 學生課前作業： (1) 在本單元前先回家瞭解家裡的家族病史。 (2) 職業病單元前先完成課本 p.64 「Let's do it! 職安特派員」。 2. 教師熟讀：</p>	<p>1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗</p>	

		<p>技能。</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>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</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>的危險因子。</p> <p>4.能在日常生活中檢視自身健康狀況，做好自我健康管理，預防慢性病發生。</p>	<p>(1)慢性病相關知識。</p> <p>(2)慢性病和健康行為的相對關係。</p> <p>3.教具或教材</p> <p>(1)代謝症候群項目的字卡。</p> <p>(2)課本所提慢性病（糖尿病、腎臟病、冠心病、惡性腫瘤）相關內容（病名、成因、症狀、併發症）PPT、字卡或海報。</p> <p>(3)承上相同內容牌卡數套或學習單。</p> <p>(4)收集學生的「Let's do it! 職安特派員」課前作業，製作成匿名的教材，供學生上課使用。</p> <p>(5)預防慢性病的健康行為的牌卡數套或學習單。</p> <p>(6)慢性病的案例，包括下列內容：病名、相關健康檢驗數據，</p>		
--	--	---	--	--	--	--	--

						<p>包含腰圍、血壓、血糖、血脂等相關數據、患者的症狀、患者生活中的行為。</p> <p>4.教師先想好要分享的內容：自己照顧別人或自己生病被人照顧的經驗（自己或別人的）。</p> <p>教學重點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 著重成因、症狀、相關併發症和預防方法。 2. 慢性病初期沒有症狀，更需要定期檢查。 3. 務必教導正確的醫療知識，切勿推薦偏方。 4. 教導疾病機轉不易引起學生興趣，請慎思。 		
<p>◎體育</p> <p>4-1 舞力全開～土風舞</p>	2	<p>1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</p> <p>3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運</p>	<p>Ib -IV-1 自由創作舞蹈。</p> <p>Ib -IV-2 各種社交舞蹈。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.瞭解舞蹈的起源分類。 2.瞭解土風舞各種舞步，利用身體各部位的動作、力量和方向面化，創造出土風舞。 3.學會土風舞的 	<p>教學準備材料：</p> <p>課程相關影片、學習單。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗 		

			動潛能。 4d-IV-2 執行個人願動計畫，實際參與身體活動。		動作。 4.能培養團隊合作的精神。		
第十二週	◎健康 2-1 健康的隱形破壞者	1	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。 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。 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-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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。	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。	1.建立慢性病的基本觀念，並關注我國的十大死因。 2.瞭解代謝症候群判定的標準與衍生的疾病。 3.認識常見的慢性病、職業病其病因與症狀，並避免接觸職業病的危險因子。 4.能在日常生活中檢視自身健康狀況，做好自我健康管理，預防慢性病發生。	教學準備材料： 1. 學生課前作業： (1)在本單元前先回家瞭解家裡的家族病史。 (2)職業病單元前先完成課本 p.64「Let's do it! 職安特派員」。 2. 教師熟讀： (1)慢性病相關知識。 (2)慢性病和健康行為的相對關係。 3.教具或教材 (1)代謝症候群項目的字卡。 (2)課本所提慢性病（糖尿病、腎臟病、冠心病、惡性腫瘤）相關內容（病名、成因、症狀、併發症）PPT、字卡或海報。 (3)承上相同內容牌卡數套或學	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗

習單。

(4) 收集學生的「Let's do it! 職安特派員」課前作業，製作成匿名的教材，供學生上課使用。

(5) 預防慢性病的健康行為的牌卡數套或學習單。

(6) 慢性病的案例，包括下列內容：病名、相關健康檢驗數據，包含腰圍、血壓、血糖、血脂等相關數據、患者的症狀、患者生活中的行為。

4. 教師先想好要分享的內容：自己照顧別人或自己生病被人照顧的經驗（自己或別人的）。

教學重點：

1. 著重成因、症狀、相關併發症和預防方法。

2. 慢性病初期沒有症狀，更需要定期檢查。

						3. 務必教導正確的醫療知識，切勿推薦偏方。 4. 教導疾病機轉不易引起學生興趣，請慎思。		
	◎體育 4-1 舞力全開～ 土風舞	2	1c-IV-1 瞭解各項運動基礎原理和規則。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。 3c-IV-2 發展動作創作和展演的技巧，展現個人運動潛能。 4d-IV-2 執行個人願動計畫，實際參與身體活動。	Ib -IV-1 自由創作舞蹈。 Ib -IV-2 各種社交舞蹈。	1.瞭解舞蹈的起源分類。 2.瞭解土風舞各種舞步，利用身體各部位的動作、力量和方向面化，創造出土風舞。 3.學會土風舞的動作。 4.能培養團隊合作的精神。	教學準備材料： 課程相關影片、學習單。 學習目標： 1. 瞭解舞蹈的起源分類。 2. 瞭解土風舞各種舞步，利用身體各部位的動作、力量和方向面化，創造出土風舞。 3. 學會土風舞的動作。 4.能培養團隊合作的精神。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	

<p>第十三週</p>	<p>◎健康 2-1 健康的隱形破壞者</p>	<p>1</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。 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 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。 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-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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>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>1. 建立慢性病的 基本觀念，並關注我國的十大死因。 2. 瞭解代謝症候群判定的標準與衍生的疾病。 3. 認識常見的慢性病、職業病其病因與症狀，並避免接觸職業病的危險因子。 4. 能在日常生活中檢視自身健康狀況，做好自我健康管理，預防慢性病發生。</p>	<p>教學準備材料： 1. 學生課前作業： (1) 在本單元前 先回家瞭解家裡的 家族病史。 (2) 職業病單元 前完成課本 p.64「Let's do it! 職安特派員」。 2. 教師熟讀： (1) 慢性病相關 知識。 (2) 慢性病和健 康行為的相對關係。 3. 教具或教材 (1) 代謝症候群 項目的字卡。 (2) 課本所提慢 性病（糖尿病、 腎臟病、冠心病、 惡性腫瘤）相關 內容（病名、成 因、症狀、併發 症）PPT、字卡或 海報。 (3) 承上相同內 容牌卡數套或學 習單。 (4) 收集學生的 「Let's do it! 職安特派員」課</p>	<p>1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗</p>	
-------------	-----------------------------	----------	---	--	--	--	--	--

					<p>前作業，製作成匿名的教材，供學生上課使用。</p> <p>(5) 預防慢性病的健康行為的牌卡數套或學習單。</p> <p>(6) 慢性病的案例，包括下列內容：病名、相關健康檢驗數據，包含腰圍、血壓、血糖、血脂等相關數據、患者的症狀、患者生活中的行為。</p> <p>4. 教師先想好要分享的內容：自己照顧別人或自己生病被人照顧的經驗（自己或別人的）。</p> <p>教學重點：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 著重成因、症狀、相關併發症和預防方法。2. 慢性病初期沒有症狀，更需要定期檢查。3. 務必教導正確的醫療知識，切勿推薦偏方。4. 教導疾病機	
--	--	--	--	--	--	--

						轉不易引起學生興趣，請慎思。		
	◎體育 4-2 一毬之地～ 毬子	2	1d-IV-1 瞭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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ic-IV-2 民俗運動個人或團隊展演。	1.瞭解毬子的起源分類。 2.瞭解毬子各種動作技巧,並學會毬子的動作。 3.能培養團隊合作的精神。	教學準備材料： 毬子、課程相關影片、學習單。 學習目標： 1. 瞭解毬子的起源分類。 2. 瞭解毬子各種動作技巧,並學會毬子的動作。 3. 能培養團隊合作的精神。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	
第十四週	◎健康 2-2 藥你健康	1	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成衝擊與風險。 1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。 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。	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。	1.能運用正確用藥五大核心能力。 2.能理解購藥安全五不原則。 3.能辨識藥品的類別。 4.能理解藥品的保存與廢棄原則。 5.能透過政府網站提供的訊息澄清藥品的使用方式。 6.知道生活技能「批判性思考」的重要性與步驟，並能妥善運用。	教學準備材料： 1.準備課本、與藥品有關的新聞事件資料與相關影片。 2.請學生分組。 教學重點： 1.瞭解用藥五要原則。 2.認識藥品分級。 3.瞭解藥品的保存及廢棄處理的方式。 4.認識食藥署網站的闢謠專區破除用藥迷思或疑慮。 5.知道「批判性思考」的操作步驟	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	【生命教育】 生 J2 進行思考時的適當情意與態度。 【閱讀素養】 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。 閱 J6 懂得在不同學習及生活情境中使用文本之規則。

						並能妥善運用。		閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。
	◎體育 4-2 一毬之地～ 毬子	2	1d-IV-1 瞭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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能。	Ic-IV-2 民俗運動個人或團隊展演。	1.瞭解毬子的起源分類。 2.瞭解毬子各種動作技巧,並學會毬子的動作。 3.能培養團隊合作的精神。	教學準備材料： 毬子、課程相關影片、學習單。 學習目標： 1. 瞭解毬子的起源分類。 2. 瞭解毬子各種動作技巧,並學會毬子的動作。 3. 能培養團隊合作的精神。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	

<p>第十五週</p>	<p>◎健康 2-2 藥你健康</p>	<p>1</p>	<p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成衝擊與風險。 1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。 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。</p>	<p>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。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.能運用正確用藥五大核心能力。 2.能理解購藥安全五不原則。 3.能辨識藥品的類別。 4.能理解藥品的保存與廢棄原則。 5.能透過政府網站提供的訊息澄清藥品的使用方式。 6.知道生活技能「批判性思考」的重要性與步驟，並能妥善運用。 	<p>教學準備材料： 1.準備課本、與藥品有關的新聞事件資料與相關影片。 2.請學生分組。</p> <p>教學重點： 1.瞭解用藥五要原則。 2.認識藥品分級。 3.瞭解藥品的保存及廢棄處理的方式。 4.認識食藥署網站的闢謠專區破除用藥迷思或疑慮。 5.知道「批判性思考」的操作步驟並能妥善運用。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗 	<p>【生命教育】 生 J2 進行思考時的適當情意與態度。 【閱讀素養】 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。 閱 J6 懂得在不同學習及生活情境中使用文本之規則。 閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。 閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。 閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並</p>
-------------	-------------------------	----------	---	--	---	--	--	--

								嘗試表達自己的想法。
	◎體育 4-3 拳拳到位～ 基本防身術	2	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 運用思考與分析能力，解決運動情境的問題。 4d-IV-4 發展適合個人之專項運動技能	Bd-IV-1 武術套路動作與攻防技巧。	1.認識人體弱點，以及使用基本防禦姿勢保護弱點不受攻擊。2.學會移動與基本防禦姿勢配合。 3.學會反擊。 4.分析環境與情境，思考適合使用基本防身術的時機。	教學準備材料： 無 學習目標： 1. 認識人體弱點，以及使用基本防禦姿勢保護弱點不受攻擊。 2. 學會移動與基本防禦姿勢配合。 3. 學會反擊。 4. 分析環境與情境，思考適合使用基本防身術的時機。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	
第十六週	◎健康 2-2 藥你健康	1	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成衝擊與風險。 1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。 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。	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。	1.能運用正確用藥五大核心能力。 2.能理解購藥安全五不原則。 3.能辨識藥品的類別。 4.能理解藥品的保存與廢棄原則。 5.能透過政府網站提供的訊息澄清藥品的使用方式。 6.知道生活技能「批判性思考」	教學準備材料： 1.準備課本、與藥品有關的新聞事件資料與相關影片。 2.請學生分組。 教學重點： 1. 瞭解用藥五要原則。 2. 認識藥品分級。 3. 瞭解藥品的保存及廢棄處理的方式。 4. 認識食藥署網	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	【生命教育】 生 J2 進行思考時的適當情意與態度。 【閱讀素養】 閱 J5 活用文本，認識並運用滿足基本生活需求所使用之文本。 閱 J6 懂得在不同學

					<p>的重要性與步驟，並能妥善運用。</p>	<p>站的闢謠專區破除用藥迷思或疑慮。</p> <p>5. 知道「批判性思考」的操作步驟並能妥善運用。</p>		<p>習及生活情境中使用文本之規則。</p> <p>閱 J7 小心求證資訊來源，判讀文本知識的正確性。</p> <p>閱 J8 在學習上遇到問題時，願意尋找課外資料，解決困難。</p> <p>閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並嘗試表達自己的想法。</p>
	<p>◎體育 4-3 拳拳到位～ 基本防身術</p>	2	<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 運用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p>4d-IV-4 發展適合個人之專項運動技能</p>	<p>Bd-IV-1 武術套路動作與攻防技巧。</p>	<p>1.認識人體弱點，以及使用基本防禦姿勢保護弱點不受攻擊。2.學會移動與基本防禦姿勢配合。</p> <p>3.學會反擊。</p> <p>4.分析環境與情境，思考適合使用基本防身術的時機。</p>	<p>1. 認識人體弱點，以及使用基本防禦姿勢保護弱點不受攻擊。</p> <p>2. 學會移動與基本防禦姿勢配合。</p> <p>3. 學會反擊。</p> <p>4. 分析環境與情境，思考適合使用基本防身術的時機。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	

第十七週	<p>◎健康</p> <p>2-3 全民健保與醫療服務</p>	1	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</p>	<p>Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。</p>	<p>1.能辨別全民健保的設立目標。</p> <p>2.能理解全民健保的制度特性。</p> <p>3.能認識醫療分級制度的服務範圍與善用資源。</p> <p>4.能妥善運用轉診制度與相關的醫療資源。</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1. 課前需要準備的實體教材，例如：學習單、海報等。</p> <p>2. 請學生分組。</p> <p>教學重點：</p> <p>1. 瞭解全民健保的精神與互助制度。</p> <p>2. 認識健保 IC 卡的功能。</p> <p>3. 知道健康存摺並學習操作。</p> <p>4. 瞭解家庭醫師與分級轉診的制度。</p> <p>5. 願意評估需求與條件，選擇適合的醫療服務。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。</p> <p>品 J9 知行合一與自我反省。</p> <p>品 J7 同理分享與多元接納。</p> <p>【資訊教育】</p> <p>資 J8 選用適當的資訊科技組織思維，並進行有效的表達。</p> <p>資 J10 有系統地整理數位資源。</p>
	<p>◎體育</p> <p>5-1 超越障礙～帕運</p>	2	<p>1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互</p>	<p>Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。</p>	<p>1.能說明帕運的相關知能。</p> <p>2.能理解帕運的歷史由來。</p> <p>3.能尊重身心障礙者並且主動協助。</p> <p>4.能主動欣賞帕運比賽並關心體育事務議題。</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1.蒐集帕運相關的資訊，如：比賽資訊、比賽項目、比賽規則、與一般人比賽</p> <p>2.準備帕運相關的補充資料與相關影音，如：身心障礙者的條</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	

			<p>動。</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>2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</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-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。</p>		<p>5.能同理身心障礙者並實際體會生命意義。</p>	<p>例、法規、福利，帕運宣傳片。</p> <p>3.準備本單元輔助教材，如：拐杖、眼罩、耳塞。</p> <p>學習目標</p> <p>1.能說明帕運的相關知能。</p> <p>2.能理解帕運的歷史由來。</p> <p>3.能尊重身心障礙者並且主動協助。</p> <p>4.能主動欣賞帕運比賽並關心體育事務議題。</p> <p>5.能同理身心障礙者並實際體會生命意義。</p>		
<p>第十八週</p>	<p>◎健康</p> <p>2-3 全民健保與醫療服務</p>	<p>1</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</p>	<p>Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。</p>	<p>1.能辨別全民健保的設立目標。</p> <p>2.能理解全民健保的制度特性。</p> <p>3.能認識醫療分級制度的服務範圍與善用資源。</p> <p>4.能妥善運用轉診制度與相關的醫療資源。</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1. 課前需要準備的實體教材，例如：學習單、海報等。</p> <p>2. 請學生分組。</p> <p>教學重點：</p> <p>1. 瞭解全民健保的精神與互助制度。</p> <p>2. 認識健保 IC 卡的功能。</p> <p>3. 知道健康存摺並學習操作。</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。</p> <p>品 J9 知行合一與自我反省。</p> <p>品 J7 同理分享與多元接納。</p> <p>【資訊教育】</p>

						<p>4. 瞭解家庭醫師與分級轉診的制度。</p> <p>5. 願意評估需求與條件，選擇適合的醫療服務。</p>		<p>資 J8 選用適當的資訊科技組織思維，並進行有效的表達。</p> <p>資 J10 有系統地整理數位資源。</p>
	<p>◎體育</p> <p>5-1 超越障礙～帕運</p>	2	<p>1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。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-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。</p> <p>2d-IV-3 鑑賞本土與世界運動的文化價值。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</p> <p>3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的</p>	<p>Cb-IV-3 奧林匹克運動會的精神。</p>	<p>1.能說明帕運的相關知能。</p> <p>2.能理解帕運的歷史由來。</p> <p>3.能尊重身心障礙者並且主動協助。</p> <p>4.能主動欣賞帕運比賽並關心體育事務議題。</p> <p>5.能同理身心障礙者並實際體會生命意義。</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1.蒐集帕運相關的資訊，如：比賽資訊、比賽項目、比賽規則、與一般人比賽</p> <p>2.準備帕運相關的補充資料與相關影音，如：身心障礙者的條例、法規、福利，帕運宣傳片。</p> <p>3.準備本單元輔助教材，如：拐杖、眼罩、耳塞。</p> <p>學習目標</p> <p>1.能說明帕運的相關知能。</p> <p>2.能理解帕運的歷史由來。</p> <p>3.能尊重身心障礙者並且主動協助。</p> <p>4.能主動欣賞帕</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	

			問題。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。			運比賽並關心體育事務議題。5.能同理身心障礙者並實際體會生命意義。		
第十九週	◎健康 2-3 全民健保與醫療服務	1	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。 4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	1.能辨別全民健保的設立目標。 2.能理解全民健保的制度特性。 3.能認識醫療分級制度的服務範圍與善用資源。 4.能妥善運用轉診制度與相關的醫療資源。	教學準備材料： 1. 課前需要準備的實體教材，例如：學習單、海報等。 2. 請學生分組。 教學重點： 1. 瞭解全民健保的精神與互助制度。 2. 認識健保 IC 卡的功能。 3. 知道健康存摺並學習操作。 4. 瞭解家庭醫師與分級轉診的制度。 5. 願意評估需求與條件，選擇適合的醫療服務。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	【品德教育】 品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。 品 J9 知行合一與自我反省。 品 J7 同理分享與多元接納。 【資訊教育】 資 J8 選用適當的資訊科技組織思維，並進行有效的表達。 資 J10 有系統地整理數位資源。
	◎體育 5-2 身心靈合一～瑜伽	2	1d-IV-2 反思自己的動作技能 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與	Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。	1.能瞭解瑜伽的起源與歷史背景。 2.能學會單人和雙人瑜伽的動	教學準備材料： 瑜伽墊、瑜伽磚、彈力繩、抗力球、課程相關影片、學習單。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	

			<p>和諧互動。</p> <p>2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。</p> <p>2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，體驗生活的美感。</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>作。</p> <p>3.能培養團隊合作的精神。</p>	<p>學習目標：</p> <p>1. 能瞭解瑜伽的起源與歷史背景。</p> <p>2. 能學會單人和雙人瑜伽的動作。</p> <p>3. 能培養團隊合作的精神。</p>		
<p>第二十週</p>	<p>◎健康</p> <p>2-3 全民健保與醫療服務</p>	<p>1</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>4b-IV-2 使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</p>	<p>Fb-IV-5 全民健保與醫療服務與資源。</p>	<p>1.能辨別全民健保的設立目標。</p> <p>2.能理解全民健保的制度特性。</p> <p>3.能認識醫療分級制度的服務範圍與善用資源。</p> <p>4.能妥善運用轉診制度與相關的醫療資源。</p>	<p>教學準備材料：</p> <p>1. 課前需要準備的實體教材，例如：學習單、海報等。</p> <p>2. 請學生分組。</p> <p>教學重點：</p> <p>1. 瞭解全民健保的精神與互助制度。</p> <p>2. 認識健保 IC 卡的功能。</p> <p>3. 知道健康存摺並學習操作。</p> <p>4. 瞭解家庭醫師與分級轉診的制度。</p> <p>5. 願意評估需</p>	<p>1.歷程性評量</p> <p>2.總結性評量</p> <p>3.學生自我檢核</p> <p>4.紙筆測驗</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 J3 關懷生活環境與自然生態永續發展。</p> <p>品 J9 知行合一與自我反省。</p> <p>品 J7 同理分享與多元接納。</p> <p>【資訊教育】</p> <p>資 J8 選用適當的資訊科技組織思維，並進</p>

						求與條件，選擇適合的醫療服務。		行有效的表達。 資 J10 有系統地整理數位資源。
	◎體育 5-2 身心靈合一 ~ 瑜伽	2	1d-IV-2 反思自己的動作技能 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。 2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。 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。	Ce-IV-1 其他休閒運動綜合應用。	1.能瞭解瑜伽的起源與歷史背景。 2.能學會單人和雙人瑜伽的動作。 3.能培養團隊合作的精神。	教學準備材料： 瑜伽墊、瑜伽磚、彈力繩、抗力球、課程相關影片、學習單。 學習目標： 1. 能瞭解瑜伽的起源與歷史背景。 2. 能學會單人和雙人瑜伽的動作。 3. 能培養團隊合作的精神。	1.歷程性評量 2.總結性評量 3.學生自我檢核 4.紙筆測驗	

備註：

1.總綱規範議題融入：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】