雲林縣立建國國民中學114學年度第二學期八年級「健康與體育」學習領域課程計畫表

設計者: 教學研究團隊

學習總目標:

- (一) 認識食品添加物, 辨識媒體廣告行銷手法, 能在生活中實踐消費者權利與義務。
- (二)分析慢性病對臺灣人的健康威脅;體認並分析臺灣首要死因中各項癌症及心血管疾病的威脅程度,並懂得檢視自己的健康狀態。
- (三) 覺察對老人化的刻板觀念, 培養知老敬老的態度: 覺知老化是人生必經過程, 了解健康老化的原則和方法, 了解對死亡的感受與看法, 降低對死亡的恐懼與疑慮。
- (四) 了解危機意識, 並能評估生活中潛在危機; 認識校園霸凌狀況, 詐騙時的處理方式及保護自己的方式。
- (五) 認識隱私外洩可能帶來的影響, 了解網路使用保護隱私的方法。
- (六) 了解交通安全守則, 認識基本路權概念。
- (七) 體認AED與CPR的重要性並了解如何操作。
- (八) 認識奧林匹克運動會, 了解夏、冬季奧運: 認識奧運風雲人物及對體壇的意義為何。
- (九) 了解有氧運動的益處與正確跑步的概念, 並習得慢跑的技巧。
- (十) 懂得肌肉鍛鍊的原則, 認識肌力與肌耐力, 學會正確的基本肌肉鍛鍊動作。
- (十一) 能夠了解體操跳箱基本動作及練習方法, 並能學會跳箱動作。
- (十二) 學會仰泳腿部打水、手臂滑水和聯合動作, 展現全身動作協調性。
- (十三) 認識獨木舟、漿、救生衣的類型及獨木舟動作的原理: 能做出獨木舟基本漿法。
- (十四) 理解藤球, 桌球、羽球及壘球的進階知識。

起				學	學			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	單元名稱	學習內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
	2/11-2/14 (2/11開學		單元一	Ea-IV-3從生	1a-Ⅳ-2分析個人與群	1.以消費者角度關心不	1.加工食		教科書	上課參與	【環境教育】	健體-J-B2具備善用
	日 日)		消費中學堂	態、媒體與保健	體健康的影響因素。	同的飲食類別、內涵及	品的魔法		習作	平時觀察	環J4了解永續	體育與健康相關的科
1	1/21-1/23上課	健康	第1章	觀點看飲食趨	1a-Ⅳ-3評估內在與外	選購要點,如:產銷履	師 ——食	1	投影片	態度檢核	發展的意義(環	技、資訊及媒體,以增
	1721 1723 µд	康	GO購「食」	勢。	在的行為對健康造成	歴、有機農產品、健康食	品添加物:		教學影片		境、社會、與經	進學習的素養,並察
			力讚	Eb-IV-1媒體與	的衝擊與風險。	品。	以法規來		食品添加物		濟的均衡發展)	覺、思辨人與科技、資

起					習重點			教				
訖	起訖日期	主題	單元名稱	學習	學習	教學目標 教學目標	教學活	學	 教學資源	評量方式	 重大議題	核心素養
週		題	170 1111	字 百 內 容	表現	ステロ 水	動重點	節	77-74	#1 = /3-4	上八城区	汉也从及
次								數	I - 00 I 400 #4			
							解說食品		相關新聞與		與原則。	訊、媒體的互動關係。
						策略, 評估自身需求, 選			外包裝			
				略。	範。	擇合適的飲食。	定義及使		有機與健康			
				Eb-IV-2健康消			用原則。並		食品標誌			
				費行動方案與相			提醒正確					
				關法規、組織。			的使用食					
							品添加物					
							不會影響					
							一般人的					
							身體健康。					
							解說食品					
							添加物違					
							法的種類					
							與案例。					
							2.JUST					
							DO IT添加					
							物調查站:					
							請學生拿					
							出事先蒐					
							集的食品					
							外包裝, 並					

起				學	習重點		ш exэ у-г	教				
訖 週 次	起訖日期	主 題	單元名稱	學習內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
							依包裝上					
							的標示回					
							答課本問					
							題, 並評估					
							這份食品					
							適合推薦					
							給誰。					
							3.消費新					
							「食」代:說					
							明標章對					
							食品安全					
							的意義。介					
							紹產銷履					
							歷及查詢					
							方式以及					
							有機食品					
							定義與驗					
	0/44 0/4						證方式。					
	2/11-2/14 (2/11開學	교曲				1.認識現代奧林匹克運	1.說明奧			上課參與	【國際教育】	健體-J-C3具備敏察
1	目)	苔		神、運動營養攝				2				和接納多元文化的涵
		I	Games運動	取知識、適合個	和實踐能力。	2.了解國際奧林匹克委	很多體現		投影片	分組報告	賞世界不同文	養,關心本土與國際

起				经 子	·習重點			教				
訖	起訖日期	主	 單元名稱	學習	學習	† 数學目標	教學活	學	 教學資源	評量方式	 重大議題	核心素養 核心素養
週	.0.0.77	題	.,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	予日 內容	_チ ョ 表現		動重點	節	17.4-7.4	11-275-4		
次	1/21-1/23上課		誌		2d-IV-3鑑賞本土與世	吕命阳南军命的即反	的方式,近	數	教學影片		 化的價值。	體育與健康議題,並
									教学彰力			
						3.了解夏、冬季奧運項目						尊重與欣賞其間的差
					4c-IV-1分析並善用運		已經越來					異。
							越能弭平					
				神。			宗教、民					
						何落實, 回顧歷屆奧運	族、政治、					
						的代表性事件。	性別、人性					
						5.認識我國在奧林匹克	之間的界					
						運動會奪牌的優秀運動	線。					
						員。	2.介紹奧					
						6.了解我國參與奧運與	運分為夏					
						 奪牌的歷程。	季奧運與					
						7.能欣賞奧林匹克運動	冬季奧運,					
						 會表現優異的選手。	經主辦國					
							奧運籌委					
							會遞					
							交國際奧					
							會申請書,					
							就可望增					
							加新的奧					
							運項目。					

起				學字	習重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	 單元名稱 	學習 內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	 評量方式 	重大議題	核心素養
2	2/15-2/21		不上課									
2	2/15-2/21		不上課									
	2/22-2/28 228和平紀		單元一	Ea-IV-3從生	1a-Ⅳ-2分析個人與群	1.以消費者角度關心不	1.消費新		教科書	上課參與	【環境教育】	健體-J-B2具備善用
	念日放假一		消費中學堂	態、媒體與保健	體健康的影響因素。	同的飲食類別、內涵及	「食」代:說		習作	平時觀察	環J4了解永續	體育與健康相關的科
	天		第1章	觀點看飲食趨	1a-Ⅳ-3評估內在與外	選購要點,如:產銷履	明健康食		投影片	經驗分享	發展的意義(環	技、資訊及媒體, 以增
			GO購「食」	勢。	在的行為對健康造成	歷、有機農產品、健康食	品定義與		教學影片	紙筆測驗	境、社會、與經	進學習的素養, 並察
			力讚	Eb-IV-1媒體與	的衝擊與風險。	品。	迷思, 講述		食品添加物		濟的均衡發展)	覺、思辨人與科技、資
				廣告中健康消費	1a-Ⅳ-4理解促進健康	2.辨識媒體廣告的行銷	保健功效		相關新聞與		與原則。	訊、媒體的互動關係。
				資訊的辨識策	生活的策略、資源與規	策略, 評估自身需求, 選	與廣告注		外包裝			
		健		略。	範。	擇合適的飲食。	意事項。說	1	有機與健康			
3		康		Eb-IV-2健康消			明健康食		食品標誌			
				費行動方案與相			品認證方					
				關法規、組織。			式, 選購食					
							品的基本					
							原則, 澄清					
							健康食品					
							與保健食					
							品的差異。					
	2/22-2/28 228和平紀	體	單元五	Ab-IV-1體適能	1c-IV-1了解各項運動	1.了解有氧運動的益處。	1.愛上體	2	教科書	上課參與	【生涯規劃】	健體-J-A1具備體育
3	念日放假一	育	有氧、無氧	促進策略與活動	基礎原理和規則。	2.建立正確的跑步運動	育課「動物	_	習作	態度檢核	涯J3覺察自己	與健康的知能與態度

起					習重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	 單元名稱 	學習	學習 表現	教學目標 人	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	 重大議題 	核心素養
	天		運動	方法。	2c-IV-2表現利他合群	概念。	大遷徙」:		投影片	技能測驗	的能力與興趣。	,展現自我運動與保
			第1章	Ga-IV-1跑、跳	的態度, 與他人理性溝	3.習得慢跑的動作技巧	設定4種不		教學影片			健潛能, 探索人性、自
			慢跑	與推擲的基本技	通與和諧互動。	與訣竅。	同配速, 並		碼表			我價值與生命意義,
				巧。	2c-Ⅳ-3表現自信樂	4.學會運動前熱身與運	請各組速		個人電子錶			並積極實踐,不輕言
					觀、勇於挑戰的學習態	動後收操伸展。	度最快的		智慧型手機			放棄。
					度。	5.懂得利用智慧軟體輔	學生擔任					健體-J-B2具備善用
					3d-IV-1運用運動技術	助運動。	「領跑者」,					體育與健康相關的科
					的學習策略。	6.養成持續慢跑的運動	其他跑者					技、資訊及媒體, 以增
					3d-IV-3應用思考與分	習慣。	不得超越					進學習的素養,並察
					析能力,解決運動情境	7.具備簡易的配速觀念,	領跑者。可					覺、思辨人與科技、資
					的問題。	並可實際應用於慢跑練	因學生程					訊、媒體的互動關係。
					4c-Ⅳ-1分析並善用運	習中。	度自行設					
					動相關之科技、資訊、		定配速時					
					媒體、產品與服務。		間, 剛開始					
					4d-IV-2 執行個人運動		只設定1					
					計畫,實際參與身體活		公里的練					
					動。		習里程數,					
					4d-IV-3執行提升體適		練習過程					
					能的身體活動。		中,領跑					
							者應隨時					
							注意跑步					

起				<u> </u>	習重點		14 505	教				
造	起訖日期 	主題	 單元名稱 	學習 內容	學習表現	教學目標	数學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
	3/1-3/7		消費中學堂 第2章 健康消費實 踐家	Eb-IV-1媒體與 廣告中健康消費 資訊的辨識策 略。	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。	1.能在生活當中實踐消費者權利與義務。 2.能解讀媒體廣告的行銷手法。	A 配控保定時員定 1.的務道錢才掌的慣過有務PP速制持的間能跟消權說自的能握消。程五需上時速在配,夠住費利明己情確自費在中大要的間度限速維穩。 者義知花況實己習費還		教 習 投 教 消 關書 片 影 爭 聞 開 計 計 計 計 計 計 計 計 計 計 計 計 計 計 計 計 計 計	上課參與察觀	正義的原則,並在生活中實踐。	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。

起				学	學軍點		Til Ex3 7—	教				
訖 週 次	起訖日期	主題	 單元名稱 	學習內容	學習表現	教學目標 	教學活 動重點	學節數	教學資源	 評量方式 	重大議題	核心素養
							逐步養成					
							好的消費					
							習慣。搭配					
							情境介紹					
							消費者五					
							大義務、八					
							大權利。					
							2.消費之					
							前要想想:					
							說明該如					
							何分辨自					
							己是「想					
							要」或是					
							「需要」。並					
							引導學生					
							完成JUST					
							DO IT「我					
							的消費					
							觀」。					
4	3/1-3/7	體	單元五	Ab-IV-1體適能	1c-IV-1了解各項運動	1.了解有氧運動的益處。	體育客點	2	教科書	上課參與	【生涯規劃】	健體-J-A1具備體育
		育	有氧、無氧	促進策略與活動	基礎原理和規則。	2.建立正確的跑步運動	點名「慢跑	_	習作	態度檢核	涯J3覺察自己	與健康的知能與態度

起				学	望重點			教				
訖	起訖日期	主	單元名稱 單元名稱	學習	學習	大型 数學目標	教學活	學	│ │教學資源	 評量方式	 重大議題	核心素養
週	~ 10 - M	題	175 1111	字 日 內容	表現	八子 口 / /	動重點	節		112/3/4	上へいた	人也不及
次			·			In .		數	In case	I I di amira	11 (1. 1 she erro tr	
					2c-IV-2表現利他合群		達人」:請		投影片	技能測驗	的能力與興趣。	,展現自我運動與保
			第1章	Ga-IV-1跑、跳	的態度,與他人理性溝	3.習得慢跑的動作技巧	學生反思		教學影片			健潛能,探索人性、自
			慢跑	與推擲的基本技	通與和諧互動。	與訣竅。	對於課程		碼表			我價值與生命意義,
				巧。	2c-IV-3表現自信樂	4.學會運動前熱身與運	的學習 內		個人電子錶			並積極實踐,不輕言
					觀、勇於挑戰的學習態	動後收操伸展。	容是否有		智慧型手機			放棄。
					度。	5.懂得利用智慧軟體輔	所吸收, 包					健體-J-B2具備善用
					3d-IV-1運用運動技術	助運動。	括有氧運					體育與健康相關的科
					的學習策略。	6.養成持續慢跑的運動	動的了解					技、資訊及媒體, 以增
					3d-IV-3應用思考與分	習慣。	與認識、運					進學習的素養, 並察
					析能力,解決運動情境	7.具備簡易的配速觀念,	動前的暖					覺、思辨人與科技、資
					的問題。	並可實際應用於慢跑練	身、運動後					訊、媒體的互動關係。
					4c-IV-1分析並善用運	習中。	的伸展緩					
					 動相關之科技、資訊、		和,以加強					
					媒體、產品與服務。		學生正確					
					4d-IV-2 執行個人運動		運動的觀					
					計畫,實際參與身體活		念。慢跑運					
					動。		動的正確					
					 4d-IV-3執行提升體適		姿勢與訣					
					 能的身體活動。		竅學生是					
							否能自己 否能自己					
							說得出來、					

起				学	2習重點			教				
訖	 起訖日期	主	 單元名稱	學習	學習	, 数學目標	教學活	學	 教學資源	評量方式	 重大議題	核心素養
週次		題		,	表現		動重點	節數				
							做得出來。	致				
	3/8-3/14		單元一	Eb-IV-1媒體與	2b-IV-2樂於實踐健康	 1.能在生活當中實踐消	1.消費廣		教科書 教科書	上課參與	【人權教育】	健體-J-B2具備善用
			消費中學堂	 廣告中健康消費	 促進的生活型態。	 費者權利與義務。	告要注意:		習作	平時觀察	人J4了解平等、	體育與健康相關的科
			第2章		4b-Ⅳ-1主動並公開表	2.能解讀媒體廣告的行	說 明廣告		投影片	紙筆測驗	正義的原則, 並	技、資訊及媒體, 以增
			健康消費實	略。	明個人對促進健康的	銷手法。	對消費者		教學影片		在生活中實踐。	進學習的素養,並察
			踐家	Eb-IV-2健康消	觀點與立場。		的影響。播		消費爭議相			覺、思辨人與科技、資
				費行動方案與相			放「15 支6		關新聞			訊、媒體的互動關係。
				關法規、組織。			秒鐘廣告					
				Eb-IV-3健康消			帶出超速					
				費問題的解決策			場景簡單					
5		健		略與社會關懷。			地讓你爆	1				
		康					笑!」影	'				
							片。說明廣					
							告的用途,					
							並引導學					
							生完成					
							JUST					
							DOIT 廣告					
							透視鏡。					
							2.消費糾					
							紛要解決:					

起				<u> </u>	習重點		111 202	教				
訖 週 次	起訖日期 	主題	 單元名稱 	學習內容	學習 表現	教學目標	数學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
	3/8-3/14		單元五 有氧、無氧		1c-IV-1了解各項運動 基礎原理和規則。		請學學學 一以方消可的 一以方消可的 一以方消可的 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次		教科書習作	上課參與態度檢核	【安全教育】 安J1理解安全	健體-J-A1具備體育 與健康的知能與態度
5			運動第2章彈力繩肌肉鍛鍊		,維護安全的運動情境。 1d-IV-1了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。	處。 4.學會正確的基本肌肉鍛練動作。 5.懂得使用簡易肌肉鍛鍊的器材。 6.可設計出適合自己的	擂臺賽」: 教師先針 對課程設		投影片 教學影片 彈力繩(帶) 瑜珈墊或軟 墊	技能測驗	教育的意義。	,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-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

記述日期 主題 単元名称 学習 表現 教学日標 教学活 学前 教学資源 評量方式 重大議題 核心素養 教学 教学資源 評量方式 重大議題 核心素養 教学 教学資源 計量 教学資源 計量 教学資源 計量 教学資源 計量 教学資源 東大議題 核心素養 教学商 教学资源 計量 技术 表現 表現 表现 表现 表现 表现 表现 表现	起			學	習重點		Lat. mag. a.m.	教				
3c-IV-1表現局部或全身性的身體控制能力,	週	起訖日期	 單元名稱			教學目標		節	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
	次				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。 4c-IV-2分析並評估個人的體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。 4c-IV-3規劃提升體適能與運動技能的運動計畫。 4d-IV-2執行個人運動計畫實際參與身體活		每答識搶 30 時須答答得錯組搶操部出作20組。題答秒間統題,1 其可答作組正得題可為得權討最一手對,他立若與員確分問搶知到有論後由回者答小即為全做動。答	數				的能力。
							20題問答結束後,統					

起				學	2習重點			教				
訖 週	起訖日期	主題	│ │ 單元名稱 │	學習內容	學習表現	教學目標	教學活動重點	學節	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
次				170	25			數				
							分。					
	3/15-3/21		單元二	Fb-IV-3保護性	1a-Ⅳ-3評估內在與外	1.分析慢性病對臺灣人	1.健康人		教科書	上課參與	【生命教育】	健體-J-A2具備理解
			慢病驚心	的健康行為。	在的行為對健康造成	健康威脅的嚴重性, 並	生慢不得:		習作	平時觀察	生J5覺察生活	體育與健康情境的全
			第1章	Fb-IV-4新興傳	的衝擊與風險。	了解慢性病的各項影響	強調慢性		投影片	紙筆測驗	中的各種迷思,	貌,並做獨立思考與
			慢性病情報	染病與慢性病的	1b-IV-2認識健康技能	因素。	病成因有		教學影片		在生活作息、健	分析的知能, 進而運
			站(上)	防治策略。	和生活技能的實施程	2.體認臺灣首要死因中	60%與個				康促進、飲食運	用適當的策略,處理
					序概念。	各項癌症的威脅程度,	人生活型				動、休閒娛樂、	與解決體育與健康的
					2a-Ⅳ-2自主思考健康	並分析不同癌症的症	態有關。臺				人我關係等課	問題。
					問題所造成的威脅感	狀、致病因素和預防方	灣慢性病				題上進行價值	
					與嚴重性。	 法。	已有年輕				思辨, 尋求解決	
		健			 3a-Ⅳ-1精熟地操作健	3.體認心血管疾病中各	化趨勢, 必				之道。	
6		康			康技能。	項疾病的威脅程度, 並	須從「青少	1				
					4a-IV-2 自我監督、增	分析其症狀、致病因素	年時期」就					
					」 強個人促進健康的行	 和預防方法。	保持良好					
					動,並反省修正。	4.懂得檢視和分析自己	的生活習					
						 的健康狀態和罹患慢性	慣。					
						病的可能性,並適當調	2.臺灣常					
						 整健康的生活型態。	見的慢性					
							病(上):讓					
							學生瞭解					
							癌症多年					

起				學	習重點			教				
訖	起訖日期	主	單元名稱	學習	學習	教學目標 教學目標	教學活	學	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
週次		題		內容	表現		動重點	節數				
							蟬聯「十大	_				
							死因之冠」					
							,早期發現					
							和治療,治					
							癒率較高。					
							讓學生清					
							楚男女癌					
							症的排名、					
							嚴重性、主					
							要症狀、致 病因素和					
							网口系和 預防方法。					
							可統整說					
							明癌症成					
							因很多, 大					
							家應隨時					
							自我檢測					
							接觸致癌					
							因素的狀					
							況。					

起				學	學習重點			教				
訖	起訖日期	主	 單元名稱	學習	學習) 数學目標	教學活	學	│ │教學資源	評量方式	 重大議題	核心素養
週次		題		内容	表現		動重點	節數				
	3/15-3/21		 單元五	Ab-IV-1體適能	 1c-Ⅳ-1了解各項運動	 	1.體育客	女人	教科書	上課參與	【安全教育】	
			有氧、無氧	 促進策略與活動	 基礎原理和規則。	 則。	點點名「肌		習作	態度檢核	安J1理解安全	與健康的知能與態度
			運動	方法。	 1c-Ⅳ-2評估運動風險	2.能認識肌力與肌耐力。	肉鍛錬		投影片	技能測驗	教育的意義。	,展現自我運動與保
			第2章		,維護安全的運動情	3.能瞭解肌肉強化的好	月」:提醒		教學影片			健潛能,探索人性、自
			彈力繩肌肉		境。	處。	學生可以		彈力繩(帶)			我價值與生命意義,
			鍛鍊		1d-IV-1了解各項運動	4.學會正確的基本肌肉	在課餘時		瑜珈墊或軟			並積極實踐, 不輕言
					技能原理。	鍛練動作。	間、下課利		墊			放棄。
					2c-IV-2表現利他合群	5.懂得使用簡易肌肉鍛	用短暫的					健體-J-A3具備善用
		體			的態度, 與他人理性溝	鍊的器材。	幾分鐘進					體育與健康的資源,
					通與和諧互動。	6.可設計出適合自己的	行這些運					以擬定運動與保健計
6		體育			2c-IV-3表現自信樂	肌肉鍛鍊課表。	動, 將運動	2				畫, 有效執行並發揮
		F			觀、勇於挑戰的學習態		融入生活。					主動學習與創新求變
					度。		並教導如					的能力。
					3c-IV-1表現局部或全		何循序漸					
					身性的身體控制能力,		進的提升					
					發展專項運動技能。		每一週的					
					4c-IV-2分析並評估個		訓練量。執					
					人的體適能與運動技		行完四週					
					能, 修正個人的運動計		的訓練課					
					畫。		表,可請學					
					4c-IV-3規劃提升體適		生分享過					

起				學	2習重點			教				
訖	起訖日期	主	 單元名稱	學習	學習	教學目標 教學目標	教學活	學	│ │教學資源	評量方式	 重大議題	核心素養
週次		題		内 容	表現		動重點 	節數				
					能與運動技能的運動		程中的困					
					計畫。		難、如何調					
					4d-IV-2執行個人運動		整課表或					
					計畫實際參與身體活		心態上的					
					動。		轉變等。					
	3/22-3/28		單元二	Fb-IV-3保護性	1a-Ⅳ-3評估內在與外	1.分析慢性病對臺灣人	1.沉默殺		教科書	上課參與	【生命教育】	健體-J-A2具備理解
			慢病驚心	的健康行為。	在的行為對健康造成	健康威脅的嚴重性,並	手—心血		習作	平時觀察	生J5覺察生活	體育與健康情境的全
			第1章	Fb-IV-4新興傳	的衝擊與風險。	了解慢性病的各項影響	管疾病:先		投影片	紙筆測驗		貌, 並做獨立思考與 分析的知能, 進而運
			慢性病情報	染病與慢性病的	1b-IV-2認識健康技能	因素。	引導學生		教學影片			用適當的策略,處理
			站(上)	防治策略。	和生活技能的實施程	2.體認臺灣首要死因中	複習七年				動、休閒娛樂、	與解決體育與健康的
					序概念。	各項癌症的威脅程度,	級學過的				人我關係等課	問題。
					2a-Ⅳ-2自主思考健康	並分析不同癌症的症	循環系統				題上進行價值	
		健			問題所造成的威脅感	狀、致病因素和預防方	和功能。說				思辨, 尋求解決	
7		康			與嚴重性。	法。	明血液循	1			之道。	
					3a-Ⅳ-1精熟地操作健	3.體認心血管疾病中各	環系統對					
					康技能。	項疾病的威脅程度, 並	人體的重					
					4a-IV-2 自我監督、增	分析其症狀、致病因素	要性。心臟					
					強個人促進健康的行動,並反省修正。	和預防方法。	疾病、腦血					
					到,业以 甘 野止。 	4.懂得檢視和分析自己	管疾					
						的健康狀態和罹患慢性病的可能性,並適當調	病、糖尿病					
						整健康的生活型態。	和高血					

起				学	習重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	單元名稱	學習 內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
次				內容	表現		壓心病人威說壓病等預2活自學導成起並定達的感心」生脅明、、症防改習己習學健來提要成生屬管對命極高冠腦狀方變慣做單生康題醒盡健活屬質國的高血心中及法生從起引完動目一力康習於疾國的。					

起				學	習重點			教				
訖	起訖日期	主	│ □ 單元名稱	學習	學習	, 教學目標	教學活	學	│ │教學資源	評量方式	 重大議題	核心素養
週次		題		内 容	表現		動重點	節數				
							慣。	ØΛ.				
	3/22-3/28		 單元五	Ab-IV-1體適能	 1c-IV-1了解各項運動	 1.能夠了解體操跳箱運	1.愛上體		教科書	上課參與	【安全教育】	健體-J-B2具備善用
			有氧、無氧	 促進策略與活動	 基礎原理和規則。	 動的基本動作及練習方	育課「撐天		習作	技能測驗	安J2判斷常見	體育與健康相關的科
			運動	方法。	1c-IV-2評估運動風險	法,並加以運用	拄地」:每		投影片		的事故傷害。	技、資訊及媒體, 以增
			第3章	Cb-Ⅳ-2各項運	,維護安全的運動情 ,維護安全的運動情	2.能夠學會體操跳箱運	組約5名學		教學影片		安J9遵守環境	進學習的素養,並察
			器械體操 跳	動設施的安全使	境。	動的動作與正確技巧	生,透過抽		地墊		設施設備的安	覺、思辨人與科技、資
			箱	用規定。	1d-IV-1了解各項運動	3.能夠學會分析動作技	籤方式決		跳板		全守則。	訊、媒體的互動關係。
				la-Ⅳ-2器械體	技能原理。	巧與應用組合	定各組別		落地墊			健體-J-B3具備審美
				操動作組合。	2c-Ⅳ-3表現自信樂	4.能夠培養全身協調性	比賽出場		跳箱			與表現的能力, 了解
					觀、勇於挑戰的學習態	與提升肌肉適能	順序。每人		方形墊			運動與健康在美學上
		體			度。	5.能遵守安全規範及比	實施兩跳					的特質與表現方式, 以增進生活中的豐富
7		育			2d-Ⅳ-1了解運動在美	賽規則	動作(分腿	2				性與美感體驗。
					學上的特質與表現方	6.營造相互合作的班級	及併腿					
					式。	氣氛	跳)。老師					
					3c-IV-1表現局部或全	7.能夠欣賞他人的動作	依個別動					
					身性的身體控制能力,	表現	作實施正					
					發展專項運動技能。		確性、動作					
					3d-Ⅳ-1運用運動技術		姿勢、推撐					
					的學習策略。		高度、整體					
							流暢性、落					
							地穩定度					

起				<u> </u>	習重點		14 FV7 A	教				
造	起訖日期 !	主 題	重元名稱	學習 內容	學習表現	教學目標	数學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
8	3/29-4/4 (4/3-4/6清 明連假) (第一次最 績評量)		慢性病情報 站(下)	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	1.體認糖尿病的威脅性, 並分析其症狀、致病因 素和預防方法。 2.分析腎臟病及其病變 的嚴重程度,並了解其 症狀、致病因素和預防 方法。 3.了解代謝症候群的成 因,以及對健康的威脅 情況,並分析預防方法。 4.能統整遠離慢性病的	等向評成為數人總別 1. 見下教說病病候病預可灣5 來分績個,分得總臺慢). 學明、、群因防強腎個進。平人組數到分灣性利影糖腎代的素方調臟面行兩均分別加組。常病用片尿臟排致和法臺病			上平小分親親新祖親親新祖祖親帝朝祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖祖	品EJU1 尊重生命。 品J8 理性溝通 與問題解 育】 家J5 了解與 育】 家 人溝 重 支 持 的 適 切方式。 家J6 覺察與實	健體-J-A2具備理解體育與健康情境的会與分析的對應等與健康的問題。 健體-J-B1具備情意 表達的與人講面理 問題。 健體-J-B1具備情意 是的能力,能以則人 實際與人 理理解體育與保體 基本概念,應用於日

起				 学	習重點		111 EX3 1—	教				
訖 週 次	起訖日期	主題	單元名稱	學習 內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
						落實執行於日常生活	的嚴重性。				庭中的角色責	常生活中。
					4b-IV-3公開進行健康		強調年輕				任。	
					倡導,展現對他人促進	5.能夠關懷和願意照護	時就養成					
					健康的信念或 行為的	慢性病親屬。	良好健康					
					影響力。		生活習慣。					
							請學生思					
							考自己應					
							該加強或					
							改進的生					
							活習慣,並					
							依照步驟					
							填寫「自我					
							管理與監					
							控」。					
	3/29-4/4 (4/3-4/6清		單元五	Ab-IV-1體適能	1c-IV-1了解各項運動	1.能夠了解體操跳箱運	1.體育客		教科書	上課參與	【安全教育】	健體-J-B2具備善用
	明連假)		有氧、無氧	促進策略與活動	基礎原理和規則。	動的基本動作及練習方	點點名「我		習作	技能測驗	安J2判斷常見	體育與健康相關的科
	(第一次成 績評量)		運動	方法。	1c-Ⅳ-2評估運動風險	法, 並加以運用	的體操運		投影片		的事故傷害。	技、資訊及媒體, 以增
8	似计里)	體	第3章	Cb-IV-2各項運	 , 維護安全的運動情	2.能夠學會體操跳箱運	動日記」:	2	教學影片		安J9遵守環境	進學習的素養,並察
		育	器械體操 跳	動設施的安全使	境 。	動的動作與正確技巧	請同學回		地墊		設施設備的安	覺、思辨人與科技、資
			箱	用規定。	 1d-Ⅳ-1了解各項運動	3.能夠學會分析動作技	顧所學內		跳板		全守則。	】 訊、媒體的互動關係。
					技能原理。	巧與應用組合	容,檢視自		落地墊			健體-J-B3具備審美

起				学	習重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	單元名稱	學習內容	學習表現	教學目標 教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	 評量方式 	重大議題	核心素養
				la-Ⅳ-2器械體	2c-IV-3表現自信樂	4.能夠培養全身協調性	己在課程		跳箱			與表現的能力,了解
				操動作組合。	觀、勇於挑戰的學習態	與提升肌肉適能	當中做到		方形墊			運動與健康在美學上
					度。	5.能遵守安全規範及比	哪些要求					的特質與表現方式,
					2d-Ⅳ-1了解運動在美	賽規則	事項, 並且					以增進生活中的豐富
					學上的特質與表現方	6.營造相互合作的班級	進行自我					性與美感體驗。
					式。	氣氛	(同儕)評					
					3c-IV-1表現局部或全	7.能夠欣賞他人的動作	量, 最後請					
					身性的身體控制能力,	表現	結合資訊					
					發展專項運動技能。		能力, 上網					
					3d-IV-1運用運動技術		找相關比					
					的學習策略。		賽影片,並					
							具體舉出					
							兩名你所					
							喜歡的體					
							操運動員,					
							寫出姓名、					
							他的優點					
							及你所欣					
							賞的地方。					
9	4/5-4/11	健	單元二	Fb-IV-3保護性	1a-Ⅳ-3評估內在與外	1.體認糖尿病的威脅性,	1.照顧者	1	教科書	上課參與	【品德教育】	健體-J-A2具備理解
9		康	慢病驚心	的健康行為。	在的行為對健康造成	並分析其症狀、致病因	用心滿分:		習作	平時觀察	品EJU1 尊重生	體育與健康情境的全

起				學	:習重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主 題	單元名稱	學習內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
			第2章	Fb-IV-4新興傳	的衝擊與風險。	素和預防方法。	引導學生		投影片	小組討論	命。	貌, 並做獨立思考與
			慢性病情報	染病與慢性病的	1b-IV-4提出健康自主	2.分析腎臟病及其病變	思考生病		教學影片	紙筆測驗	品J8 理性溝通	分析的知能, 進而運
			站(下)	防治策略。	管理的行動策略。	的嚴重程度, 並了解其	時病人的				與問題解決。	用適當的策略,處理
					2a-IV-2自主思考健康	症狀、致病因素和預防	感受, 以及				【家庭教育】	與解決體育與健康的
					問題所造成的威脅感	方法。	家人的想				家J5 了解與家	問題。
					與嚴重性。	3.了解代謝症候群的成	法, 並學習				人溝通互動及	健體-J-B1具備情意
					3b-IV-2熟悉各種人際	因, 以及對健康的威脅	照顧此病				相互支持的適	表達的能力, 能以同
					溝通互動技能。	情況,並分析預防方法。	者的各種				切方式。	理心與人溝通互動,
					4a-IV-2自我監督、增	4.能統整遠離慢性病的	方法, 要有				家J6 覺察與實	並理解體育與保健的
					強個人促進健康的行	各項重要預防策略, 並	耐心和愛				踐青少年在家	基本概念, 應用於日
					動, 並反省修正。	落實執行於日常生活	心陪伴病				庭中的角色責	常生活中。
					4b-IV-3公開進行健康	中。	患, 才能使				任。	
					倡導, 展現對他人促進	5.能夠關懷和願意照護	家人重返					
					健康的信念或 行為的	慢性病親屬。	健康生活。					
					影響力。		2.慢性病					
							聊天室學					
							習單:請學					
							生回家完					
							成學習單					
							的訪問和					
							填寫。訪談					

起				<u> </u>	學重點		I# 573 A-	教				
訖 週 次	起訖日期	主題	 單元名稱 	學習 內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	 評量方式 	重大議題	核心素養
							對定只識朋以主生訪病病不知是同都此讓經慢,感,一屬認學可話學由性同受,一種與	28.				
9		曲	單元六 力爭上游 第1章 仰泳 趾高氣 揚	進25公尺(需換 氣5次以上)。	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	1.認識游泳姿勢的歷史 演進,學習探索游泳技 術。 2.學會仰泳腿部打水與 手臂划水動作,持續精 進泳技。 3.學會仰泳聯合動作,展 現全身動作協調性。	和想法。 1. 育 功 班 成 隊 及 次 道 票 夫 平 數 伍 接 分 兩 數 值 力 站 側, 次 棒 水 以	2	教科書 習作 投影片 教學影片 浮條 塑膠杯		【品德教育】 品J9知行合一 與自我反省。	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。

起				子	學重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	單元名稱	學習內容	學習表現	教學目標 教學目標	数學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
					發展專項運動技能。 4d-IV-2執行個人運動 計畫,實際參與身體活 動。 4d-IV-3執行提升體適 能的身體活動。	量並達成目標。	汽作棒額罐泳式接後完的勝公路接棒頂採方行最 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人					
10		ᢙ	單元二 慢病驚心 第3章 愛譜生命最 終章		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。	1.覺察對老化的刻板觀念,培養知老和敬老的態度。 2.覺知老化是人生必經過程,瞭解健康老化原則和方法,培養愛老的態度。 3.體會身體老化形成的生活不便,養成助老的	1.銀髮樣生髮樣生髮樣生髮樣生髮。 那里 医生生 如果 的 一种 不知			經驗分享	品J9知行合一 與自我反省。 【生命教育】 生J3反思生老	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。

起				<u> </u>	習重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	 單元名稱 	學習內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
					4b-IV-1主動並公開表 明個人對促進健康的	習慣。 4.覺察對死亡的感受與	髮生活型 態的優缺				【生涯規劃】 涯J6建立對於	
					觀點與立場。	看法,降低對死亡的恐	點。				未來生涯的願	
							2.銀髮樂				景。	
						5.體認死亡是人生必經	活有妙招:					
						過程, 感受生命意義和	說明每個					
						價值, 進而對自我生命	人都會					
						有所規劃。	老, 要運用					
							「健康老化					
							三種方式」					
							,使自己和					
							家人都能					
							健康老					
							化!進行					
							「老化體 驗」活動。					
	4/12-4/18		單元六	Gb-IV-2游泳前	 1c-Ⅳ-1了解各項運動	 	1.體育客		教科書	上課參與	【品德教育】	健體-J-A1具備體育
			ー 力爭上游		基礎原理和規則。	演進,學習探索游泳技	點點名「仰		習作	工 い多兵 態度檢核	品J9知行合一	與健康的知能與態度
10		體	第1章	氣5次以上)。		術。		2			與自我反省。	,展現自我運動與保
		育	仰泳 趾高氣			2.學會仰泳腿部打水與	大解鎖」:		教學影片			健潛能,探索人性
			揚		2c-IV-3表現自信樂	手臂划水動作,持續精	將學生分		浮板			、自我價值與生命意

起				<u> </u>	學		14	教				
訖 週 次	起訖日期	主 題	單元名稱	學習內容	學習表現	教學目標 教學目標	数學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
					觀、勇於挑戰的學習態		組進行25		浮條			義, 並積極實踐, 不輕
						3.學會仰泳聯合動作,展			塑膠杯			言放棄。
					3c-IV-1表現局部或全		的總測驗。					
							同組學生					
						量並達成目標。	協助計算					
					4d-IV-2執行個人運動		測驗學生					
					計畫,實際參與身體活		的完成時					
					動。		間。如果中					
					4d-IV-3執行提升體適		途落地, 在					
					能的身體活動。		原地調整					
							動作呼吸,					
							再繼續游					
							完全程。計					
							算落地次					
							數或是路					
							線游歪的					
							情形。					
	4/19-4/25		單元二	Aa-IV-3老化與	1a-IV-1理解生理、心	1.覺察對老化的刻板觀	1.失落的		教科書	上課參與	【品德教育】	健體-J-A1具備體育
		健	慢病驚心	死亡的意義與自	理與社會各層面健康	念, 培養知老和敬老的	心 深藏的	1	習作	平時觀察	品J9知行合一	與健康的知能與態度
11		康	第3章	我調適。	的概念。	態度。	愛:強調人		投影片	經驗分享	與自我反省。	,展現自我運動與保
			愛譜生命最		2a-Ⅳ-2自主思考健康	2.覺知老化是人生必經	生旅途中,		教學影片	紙筆測驗	【生命教育】	健潛能, 探索人性、自

起					智重點			教				
訖 週	起訖日期	主題	單元名稱	學習	學習	教學目標 教學目標	教學活	學節	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
次		咫		內容	表現		動重點	數				
			終章		問題所造成的威脅感	過程, 瞭解健康老化原	所愛的人				生J3反思生老	我價值與生命意義,
					與嚴重性。	則和方法,培養愛老的	隨時可能				病死與人生無	並積極實踐,不輕言
					2b-IV-1堅守健康的生	態度。	停留在某				常的現象,探索	放棄。
					活規範、態度與價值	3.體會身體老化形成的	個時間, 無				人生的目的、價	
					觀。	生活不便,養成助老的	法繼續陪				值與意義。	
					4b-IV-1主動並公開表	習慣。	伴我們, 此				【生涯規劃】	
					明個人對促進健康的	4.覺察對死亡的感受與	時會傷心,				涯J6建立對於	
					觀點與立場。	看法, 降低對死亡的恐	因為好多				未來生涯的願	
						懼與疑慮。	「愛」、「感				景。	
						5.體認死亡是人生必經	謝」沒講,					
						過程, 感受生命意義和	也還沒說					
						價值, 進而對自我生命	再見」! 練					
						有所規劃。	習對親友					
							說「謝謝、					
							對不起、我					
							愛你、再					
							見」,使大					
							家回顧一					
							生時, 能放					
							下仇恨和					
							遺憾。					

起					學習重點			教				
訖 週 次	 起訖日期 	主題	】 單元名稱	學習內容	學習表現	教學目標 教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
	4/19-4/25		單元六	Cc-IV-1水域休	1d-Ⅳ-1了解各項運動	1.認識獨木舟、槳、救生	愛上體育		教科書	上課參與	【海洋教育】	健體-J-C2具備利他
			力爭上游	閒運動綜合應	技能原理。	衣的類型。	課「同舟共		習作	平時觀察	海J1參與多元	及合群的知能與態度
			第2章	用。	2c-IV-2表現利他合群	2.能經由引導學習來了	濟]:兩兩		投影片	技能測驗	海洋休閒與水	,並在體育活動和健
			獨木舟 划力		的態度, 與他人理性溝	解獨木舟動作之原理。	一船, 以船		教學影片		域活動, 熟練各	康生活中培育相互合
			出場		通與和諧互動。	3.了解如何利用力量來	為單位平		獨木舟		種水域求生技	作及與人和諧互動的
					2c-IV-3表現自信樂	輔助划船的動作。	均分組。各		槳		能。	素養。
					觀、勇於挑戰的學習態	4.能做出獨木舟基本槳	組的第一		救生衣		【品德教育】	
					度。	法。	船先以前		高密度泡棉		品J1溝通合作	
					2d-IV-1了解運動在美	5.培養水中自救與救援	進槳划20		膠帶或童軍		與和諧人際關	
		교 曲			學上的特質與表現方	能力。	公尺後, 再		繩		係。	
11		體育			式。	6.能夠組成彼此信任與	以後退槳	2	救生圈			
					3c-IV-1表現局部或全	並相互合作的團隊。	划回起點,					
					身性的身體控制能力,		換下一船					
					發展專項運動技能。		上場。過程					
					3d-IV-3應用思考與分		中偏移者					
					析能力,解決運動情境		須划槳修					
					的問題。		正路線, 直					
							到回歸原					
							路徑。最快					
							輪完所有					
							船的組別					

起					智重點			教				
訖	起訖日期	主	 單元名稱	學習	學習	† 数學目標	教學活	學	│ │教學資源	 評量方式	 重大議題	核心素養
週	KE112 II 701	題	7001177	字目 内容	表現		動重點	節	数子與///		主人吸送	汉心未及
次				ישריי	325			數				
							獲勝。					
	4/26-5/2		單元三	Ba-IV-2居家、	2a-IV-2自主思考健康	1.了解危機意識, 並能評	1.危機意		教科書	上課參與	【品德教育】	健體-J-C2具備利他
			安全防護網	學校及社區安全	問題所造成的威脅感	估生活中潛在的危機。	識知多少:		習作	平時觀察	品J1溝通合作	及合群的知能與態度
			第1章	的防護守則與相	與嚴重性。	2.認識校園常見的霸凌	分組討論		投影片	紙筆測驗	與和諧人際關	,並在體育活動和健
			扭轉危機保	關法令。	3b-Ⅳ-2熟悉各種人際	狀況,並透過同理心與	課本各項		教學影片		係。	康生活中培育相互合
			安康	Ca-IV-1健康社	溝通互動技能。	了解霸凌的影響,進而	情境可能				【法治教育】	作及與人和諧互動的
				區的相關問題改	4b-IV-1主動並公開表	能像校園霸凌說不。	潛在的危				法J9進行學生	素養。
				善策略與資源。	明個人對促進健康的	3.了解遭遇攻擊事件時,	險, 並討論				權利與校園法	
				Fa-IV-3有利人	觀點與立場。	保護自己的方式。	出可行的				律之初探。	
				際關係的因素與		4.認識遭遇詐騙時的處	解決方法。					
		健		有效的溝通技		理方式,並避免自己成	並引導學					
12		康		巧。		為詐騙的受害者或加害	生反思。	1				
						人。	2.拒絕校					
							園霸凌:說					
							明有近7成					
							的學生接					
							觸過校園					
							霸凌, 可見					
							霸凌的狀					
							況相當普					
							及。請學生					

起				学	習重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	單元名稱	學習 內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
		題					動分中色與進引三角理人的完D反言3.D反動析不的想行導種色影際影成O霸。UO霸動情同情法分分不的響關響UT凌 ST凌點境角緒並享析同心及係。S我宣 T我行	數				
							及朝後13 動:請學生 思考遇到 霸凌時如					

起				學	學習重點			教				
訖	│ │起訖日期	主	 單元名稱	學習	學習] 数學目標	教學活 	學 	│ │教學資源	 評量方式	 重大議題	核心素養
週次		題) 內 容	表現		動重點	節				
次							 何保護自	數				
							己。					
	4/26-5/2		 單元六	 Cc-IV-1水域休	 1d-Ⅳ-1了解各項運動	 			教科書	上課參與	 【海洋教育】	健體-J-C2具備利他
			 力爭上游		 技能原理。	 衣的類型。	 育課「操之		習作	平時觀察	海J1參與多元	及合群的知能與態度
			第2章	 用。	 2c-IV-2表現利他合群	 2.能經由引導學習來了	│ 在我」:若		投影片	 技能測驗	 海洋休閒與水	,並在體育活動和健 ,並在體育活動和健
			獨木舟 划力		 的態度,與他人理性溝	 解獨木舟動作之原理。	無獨木舟,		教學影片		域活動,熟練各	康生活中培育相互合
			出場		通與和諧互動。	3.了解如何利用力量來	教師可先		獨木舟		種水域求生技	作及與人和諧互動的
					2c-Ⅳ-3表現自信樂	輔助划船的動作。	準備泳池		槳		能。	素養。
					觀、勇於挑戰的學習態	4.能做出獨木舟基本獎	救生圈作		救生衣		【品德教育】	
					度。	法。	替代器材。		高密度泡棉		品J1溝通合作	
					2d-IV-1了解運動在美	5.培養水中自救與救援	先兩兩一		膠帶或童軍		與和諧人際關	
12		體育			學上的特質與表現方	能力。	組, 以組為	2	繩		係。	
		Ħ			式。	6.能夠組成彼此信任與	單位平均		救生圈			
					3c-Ⅳ-1表現局部或全	並相互合作的團隊。	分隊後,由					
					身性的身體控制能力,		教師引導					
					發展專項運動技能。		各組製作					
					3d-Ⅳ-3應用思考與分		自己的救					
					析能力,解決運動情境		生圈替代					
					的問題。		器材, 可使					
							用膠帶或					
							童軍繩加					

起				<u> </u>	習重點		L11 EX3 >	教				
造 週 次	起訖日期	主題	 單元名稱 	學習 內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	 重大議題 	核心素養
							固置放擺種學前始障字習以兩進形水直平的礙先槳繞進的完獎障 8 練進的完獎障 8 練放擺行兩讓從開兩行練成繞礙字習放					
13		健康	安全防護網 第1章 扭轉危機保	學校及社區安全的防護守則與相關法令。 Ca-IV-1健康社	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。	2.認識校園常見的霸凌 狀況, 並透過同理心與 了解霸凌的影響, 進而	區詐騙風 險:引導學	1	教科書 習作 投影片 教學影片	平時觀察紙筆測驗	【品德教育】 品J1溝通合作 與和諧人際關 係。 【法治教育】 法J9進行學生	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。

起				學	智重點			教				
訖	起訖日期	主	單元名稱	學習	學習	教學目標 教學目標	教學活	學	教學資源	評量方式	 重大議題	核心素養
週次		題		內容	表現		動重點	節數				
				善策略與資源。	明個人對促進健康的	3.了解遭遇攻擊事件時,	曾有類似				權利與校園法	
				Fa-IV-3有利人	觀點與立場。	保護自己的方式。	經驗。說明				律之初探。	
				際關係的因素與		4.認識遭遇詐騙時的處	人人皆有					
				有效的溝通技		理方式,並避免自己成	可能是詐					
				巧。		為詐騙的受害者或加害	騙的受害					
						人。	者, 並不分					
							學歷或年					
							齡, 因此應					
							培養危機					
							意識, 避免					
							成為詐騙					
							的受害者。					
							可透過3不					
							3 要原則,					
							降低被詐					
							騙的風險。					
							2.JUST					
							DO IT 聰					
							明判讀遠					
							離詐騙:請					
							學生閱讀					

起				<u> </u>	² 習重點		10 EX3 \-	教				
造造	起訖日期	主 題	】 單元名稱	學習 內容	學習 表現	教學目標	数學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
							新並師分觸的學回間關例 家由學曾詐驗利的集聞成 子 子 子 子 子 子 子 子 子 子 子 子 子 子 子 子 子 子 子	数				
							IT。					
13	5/3-5/9		單元七 球類進階 第1章 藤球 空中格 鬥	 球類運動動作組	的態度,與他人理性溝通與和諧互動。 2c-IV-3表現自信樂	要性。 3.透過遊戲來思考動作 應用的時機。 4.能協調控制身體各個	1.愛上體 育課「圍圈 踢球熱身 賽」:每個 人最獨球3次 ,超過則以 3次計算,		教科書 習作 投影片 教學影片 水桶 藤球 羽球網	平時觀察 動作檢核	【品德教育】 品J1溝通合作 與和諧人際關 係。 品J8理性溝通 與問題解決。	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。

起				豎字	學習重點			教				
訖	起訖日期	主	 單元名稱	學習	學習	, 教學目標	教學活	學	│ │教學資源	 評量方式	 重大議題	核心素養 核心素養
週次		題) 内 容	表現		動重點 	節數				
次					 3c-IV-1表現局部或全	 動作。	直至換人	数	 角錐			
) — »E			
						 撃球動作。	可繼續累					
							積, 球落地					
							後則結算,					
						位回撃球的能力。	次數最高					
						7.相互合作的班級氣氛。						
					之專項運動技能。		勝。					
					4d-IV-2執行個人運動							
					計畫,實際參與身體活							
					動。							
	5/10-5/16		 單元三	 Db-IV-5身體自	 2a-IV-2自主思考健康	 1.認識隱私及隱私外洩	1.健康上	1	数科書	上課參與	【性別平等】	健體-J-B2具備善用
	(第二次成 績評量)		安全防護網	 主權維護的立場	 問題所造成的威脅感	 可能帶來的影響。	網保衛戰:		習作	平時觀察	性J4認識身體	體育與健康相關的科
	1241 = /		第2章	表達與行動, 以	 與嚴重性。	 2.了解網路使用上保護	說 明隱私		投影片	經驗分享	 自主權相關議	技、資訊及媒體, 以增
			網住安全	 及交友約會安全	2b-IV-1堅守健康的生	 隱私的方法。	的重要性,		教學影片		題,維護自己與	進學習的素養, 並察
		健		策略。	活規範、態度與價值	3.體認網路上留言與發	並強調隱				尊重他人的身	覺、思辨人與科技、資 訊、媒體的互動關係。
14		康		Fb-IV-1全人健	觀。	文時注意事項的重要	私是主觀				體自主權。	
					Eb-IV-1媒體與廣告中	性。	的想法。說				【法治教育】	
				活型態。		4.體認自拍與散播裸照	明隱私遭				法J9進行學生	
					策略。	帶來的影響。	到侵犯時				權利與校園法	
							會感受到				律之初探。	

起				贸	習重點			教				
訖	起訖日期	主題	單元名稱	學習	學習	教學目標 教學目標	教學活	學	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
週次		趄		內容	表現		動重點	節數				
		H					不舒服, 甚	**				
							至影響尊					
							嚴與人格					
							發展。					
							2.JUST					
							DO IT隱私					
							檢測員:,					
							請學生先					
							勾選自己					
							認為的網					
							路隱私項					
							目, 完成後					
							與同學比					
							較, 檢視是					
							否有其他					
							項。					
							3.JUST					
							DO IT隱私					
							停看聽:請					
							學生閱讀					
							課本情境,					

	2				<u> </u>	習重點		111 202	教				
j	包置欠	起訖日期	主題	 單元名稱 	學習 內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	 評量方式 	 重大議題 	核心素養
1		5/10-5/16 (第二次成績評量)	體 育	單球第章 葉類 章空中格	球類運動動作組 合及團隊戰術。	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。	1.認識藤球運動的特性 與規則。 2.理解運動前伸展的重 要性。 3.透過遊戲來思考動作 應用的時機。 4.能協調控制身體各個 部位的力量來進行控球 動作。 5.能感受省力及準確之 擊球動作。	並去沒私路引完D分 1. 育我羽進為用遊排之賽建思自有放的導成O享愛課往球行3 腳戲球玩開議3 相上經學以丌。上「場並對踢,比法始先過有隱網驗生S並體來在地改的球傾賽比,請請	2	教習投教水藤羽羽角科作影學桶球球球錐書 片影 柱網	上課參與平時觀察動作檢核	品J1溝通合作	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。

起					學習重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	單元名稱	學習 內容	學習 表現	教學目標	数學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
週次	起訖日期	題	甲兀名稱	內容	表現析能力,解決運動情境的問題。	穩定性, 進一步學習移 位回擊球的能力。 7.相互合作的班級氣氛。	毎一隊按順序輪流	數	教学資源	評重万式	里天議選	核心素養
							以免踩線 犯規,使對 方得分。					

起				學	:習重點			教				
訖	 起訖日期	主	單元名稱 單元名稱	學習	學習) 教學目標	教學活	學	│ │教學資源	評量方式	 重大議題	核心素養
週	,,	題		字 章 內容	表現	X-T-II	動重點	節		#1 <u>-</u> 275-4		N B N R
次	5/17-5/23			-		4 = T = 40 P () + 1 P () + 1 P () + 1 P () + 1 P () + 1 P () + 1 P () + 1 P () + 1 P () + 1 P () + 1 P () P (ارم ـــ محق م	數	+// T.I. -1.	1==4m		
	3/17-3/23					1.認識隱私及隱私外洩	1.發文糾	1	教科書		【性別平等】	健體-J-B2具備善用
						可能帶來的影響。	察隊:詢問				性J4認識身體	體育與健康相關的科
			第2章	表達與行動,以	與嚴重性。	2.了解網路使用上保護	學生在使		投影片	經驗分享	自主權相關議	技、資訊及媒體, 以增
			網住安全	及交友約會安全	2b-IV-1堅守健康的生	隱私的方法。	用社群媒		教學影片		題,維護自己與	進學習的素養,並察
				策略。	活規範、態度與價值	3.體認網路上留言與發	體的過程				尊重他人的身	覺、思辨人與科技、資
				Fb-IV-1全人健	觀。	文時注意事項的重要	中是否曾				體自主權。	訊、媒體的互動關係。
				康概念與健康生	Eb-IV-1媒體與廣告中	性。	有被罵或				【法治教育】	
				活型態。	健康消費資訊的辨識	4.體認自拍與散播裸照	是罵人的				法J9進行學生	
					策略。	一 帶來的影響。	經驗?請				權利與校園法	
							學生思考				 律之初探。	
15		健					並分享想					
		康					一想問題。					
							並講解網					
							路 雖提供					
							 了自由發					
							 言的環境,					
							但卻更容					
							易出現偏					
							頗與不實					
							查明後再					

起				<u> </u>	習重點		14	教				
訖 週 次	起訖日期	主題	單元名稱	學習內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	 評量方式 	重大議題	核心素養
							做路匿會位容人此觸法學JIT的反上名留足易截要犯律生S票法應雖但,下跡被圖避相引完了等法律的人,他,免關導成O上。					
15		體育		球類運動動作組合及團隊戰術。	1d-IV-1了解各項運動 技能原理。 2c-IV-2表現利他合群 的態度,與他人理性溝	1.認識桌球比賽單打規 則。 2.能遵守球場上安全規 則及遊戲規則。 3.能了解桌球正拍攻球				上課參與 態度檢核 技能測驗	【品德教育】 品J1溝通合作 與和諧人際關 係。	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。

起				学	習重點			教				
訖 週 次	 起訖日期 	主 題	 單元名稱 	學習內容	學習表現	教學目標 教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
					觀、勇於挑戰的學習態度。	標物的能力。 6.相互合作的班級氣氛。	指亦組行教此球則依程定可賽本師復比,照後以事活可習賽過學調戰分進動藉桌規程生整					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。
					動。		完成條件。					
16	5/24-5/30		安全防護網第3章馬路如虎口	Ba-IV-1居家、 學校、社區環境 潜在危機的評估 方法。 Ba-IV-2居家、	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		1. 全利安網「安功所最受四用全首鎮快,縣交明通口中通」,以下,與有人,縣交明,縣交際。市通		投影片	心得分享	【品德教育】 品J2重視群體 規範與榮譽。 【安全教育】 安J4探討日常 生活發生事故 的影響因素。	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。

起				學字	習重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	單元名稱	學習內容	學習 表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
							事故資料,					
							並完成課					
							文中的問					
							題。了解由					
							交通部擬					
							定交通安					
							全4 大守 則來幫助					
							則然常助 降低交通					
							事故的發					
							生機會。請					
							學生思考					
							並分享遇					
							到課本交					
							通情境時					
							會怎麼做。					
							說明道路					
							是公共空					
							間,用路人					
							皆要共同					
							注意與維					

起				· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	望重點			教				
訖	起訖日期	主	單元名稱	學習	學習) 数學目標	教學活	學	 教學資源	評量方式	│ ┃ 重大議題	核心素養
週次		題		內 容	表現		動重點	節數				
							護交通安	女人				
							全,大家都					
							可從不危					
							害或妨礙					
							他人安全					
							的用路行					
							為開始做					
							起。					
	5/24-5/30		單元七	Ha-IV-1網/牆性	1c-IV-1了解各項運動	1.認識桌球比賽單打規	1.體育客	2	教科書	上課參與	【品德教育】	健體-J-A1具備體育
			球類進階	球類運動動作組	基礎原理和規則。	則。	點點名「桌		習作	態度檢核	品J1溝通合作	與健康的知能與態度
			第2章	合及團隊戰術。	1d-IV-1了解各項運動	2.能遵守球場上安全規	球攻略		投影片	技能測驗	與和諧人際關	,展現自我運動與保
			桌球 蓄勢待		技能原理。	則及遊戲規則。	集」:教師		教學影片		係。	健潛能,探索人性、自
			發		2c-IV-2表現利他合群	3.能了解桌球正拍攻球	可進行同		籃子			我價值與生命意義,
		體			的態度, 與他人理性溝	以及步法的分解動作。	儕互評及		桌球拍			並積極實踐,不輕言
16		腔育			通與和諧互動。	4.能做出正拍攻球結合	自評, 使學		桌球			放棄。
					2c-Ⅳ-3表現自信樂	步法的動作。	生了解自					健體-J-C2具備利他
					觀、勇於挑戰的學習態	5.培養控球落點瞄準目	己最擅長					及合群的知能與態度
					度。	標物的能力。	的技術為					,並在體育活動和健
					3c-IV-1表現局部或全	6.相互合作的班級氣氛。	何。可以給					康生活中培育相互合
					身性的身體控制能力,		予學生填					作及與人和諧互動的
					發展專項運動技能。		寫問題的					素養。

起				學	習重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	單元名稱	學習	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
					3d-IV-2運用運動比賽中的各種策略。 4d-IV-2 執行個人運動計畫,實際參與身體活動。		方動性制制法習教學單首的組行賽人任師助生過向作、、裝等師生打先倍,單時可裁從,比程比確點道方練題領行賽以分人比第擔。協保的按如確控控無。。領行賽以分進比3擔教協學的按					

起	1			<u> </u>	學		Let 177 A-	教				
訖 週 次	起訖日期	主題	 單元名稱 	學習 內容	學習 表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	 評量方式 	重大議題	核心素養
							照則賽擔角學能當並規比助 網門 化 報 的 解 的 解 的 解 的 解 的 那 們 不 的 那 那 那 那 那 那 那 那 那 那 那 那 那 那 那 那 那 那	女人				
17	1	健康	安全防護網第3章馬路如虎口	學校、社區環境 潛在危機的評估 方法。 Ba-IV-2居家、	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	1.了解交通安全四守則。 2.認識基本路權概念。 3.能表現遵守交通規則 的行為。	確。 遵保明權當,概相論或事等平遵也重而念對是是駕節安守是要權的行汽駛			紙筆測驗	品J2重視群體 規範與榮譽。	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。

起				學	習重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	單元名稱	學習內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
							者在道路					
							上行駛,都					
							要注意路					
							況與禮讓					
							其他用路					
							人的責任					
							與義務。					
							2.化解交					
							通危機一					
							起來學習					
							單:請學生					
							思考生活					
							經驗中, 社					
							區中的用					
							路環境有					
							哪些危。完					
							成後請和					
							兩位不同					
							的同學分					
							享你的做					
							法, 並請對					

起				<u> </u>	習重點		10 EX3 \-	教				
訖 週 次	起訖日期 	主 題	 單元名稱 	學習內容	學習表現	教學目標	数學活 動重點	學節數	教學資源	 評量方式 	重大議題	核心素養
							方簽名。請記錄下分享後同學。 一個學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學	20				
	5/31-6/6		單元七	Ha-IV-1 網/ 牆	1c-IV-1 了解各項運動	1.學會後場攻擊技術的	安全維護 方法。 愛上體育		教科書	上課參與	【品德教育】	健體-J-A2具備理解
17		體育	球類進階	性球類運動動作組合及團隊戰術。	基礎原理和規則。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 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。	使用時機,並建立後場擊球之基本能力。 2.了解後場切球動作要領與應用,以及學會拍面擊球位置並建立正確發力。 3.能了解羽球切球之類	是課學—型組組排次場場上等 —— 到:6 賽行場和,有到上兩行打線 人前安棒 上對打接		習作 投影片	平時觀察 技能測驗 分組競賽	品J8理性溝通 與問題解決。	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

起				學	習重點		I# 573 A	教				
訖 週 次	起訖日期	主 題	單元名稱	學習 內容	學習 表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
						中。	力, 可依據					作及與人和諧互動的
					媒體、產品與服務。		組別實力					素養。
					4d-IV-3 執行提升體適		調整比賽					
					能的身體活動。		範圍(半場					
							/全場)。					
							兩組進行					
							比賽對打,					
							採落地得					
							分制, 為鼓					
							勵學生可					
							以實際了					
							解切球運					
							用時機與					
							方法, 在比					
							賽中只要					
							學生因使					
							用切球而					
							獲得分數,					
							就讓學生					
							得 3 分,					
							殺球獲得					

起				学	習重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	單元名稱	學習 內容	學習 表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
次							2 球分非路失法新要強利殺獲機得下場推到取比分獲。以讓誤得發目迫用球取會分一,循某得賽高得利球手無,,是生球習分一換上此,先1束遠1用					

起				學	習重點			教				
訖	起訖日期	主	 單元名稱	學習	學習	, 教學目標	教學活	學	│ │教學資源	評量方式	 重大議題	核心素養
週		題		アロ 内容	_{デロ} 表現		動重點	節				15. 2 51. 2
次							4 .L	數				
	6/7-6/13						為止。			:		
	0/7-0/13					1.了解生命之鏈及其內		1	教科書			健體-J-A1具備體育
			安全防護網	境處理與止血、	康技能。	涵。	DO IT 救		習作	經驗分享	安J10學習心肺	與健康的知能與態度
			第4章	包紮、CPR、復	3a-Ⅳ-2因應不同的生	2.體認CPR與AED的重	護急先鋒:		投影片		復甦術及AED	,展現自我運動與保
			生命之鏈	甦姿勢急救技	活情境進行調適並修	要性。	教師統整		教學影片		的操作。	健潛能,探索人性、自
				術。	正, 持續表現健康技	3.能操作CPR與AED。	學生答案,					我價值與生命意義,
				Fb-IV-1全人健	能。	4.願意提供相關急救措	並說明禮					並積極實踐,不輕言
				康概念與健康生		施。	讓救護車					放棄。
				活型態。			輛與即時					
							急救的重					
		健					要性。					
18		康					2.生命之					
							鏈:說明生					
							命之鏈, 從					
							一般民眾					
							發現狀況					
							到醫護人					
							員護理處					
							置,每一步					
							都相當重					
							要且缺一					
							쵸ᄥ					

起					望重點			教				
訖	 起訖日期	主	單元名稱	學習	學習	, 教學目標	教學活	學	 教學資源	評量方式	 重大議題	核心素養
週次		題		內 容	表現		動重點	節數				
٣							不可。可搭	女人				
							配影片或					
							案例 說明。					
							3.叫叫壓					
							電:搭配					
							CPR模型					
							進行步驟					
							教學。					
	6/7-6/13		單元七	Ha-IV-1 網/ 牆	1c-IV-1 了解各項運動	1.學會後場攻擊技術的	體育課點		教科書	上課參與	【品德教育】	健體-J-A2具備理解
			球類進階	性球類運動動作	基礎原理和規則。	使用時機, 並建立後場	點名「球后		習作	平時觀察	品J8理性溝通	體育與健康情境的全
			第3章	組合及團隊戰	1d-IV-1 了解各項運動	擊球之基本能力。	的密技」:		投影片	技能測驗	與問題解決。	貌, 並做獨立思考與
			羽球 羽日俱	術。	技能原理。	2.了解後場切球動作要	就半場攻		教學影片	分組競賽		分析的知能, 進而運
			進		2d-IV-2 展現運動欣賞	領與應用, 以及學會拍	擊比賽引		羽球			用適當的策略,處理
		Д曲			的技巧,體驗生活的美	面擊球位置並建立正確	導學生思		羽球拍			與解決體育與健康的
18		體育			感。	發力。	考:如何利	2	三角錐			問題。
					3c-IV-1 表現局部或全	3.能了解羽球切球之類	用短暫的					健體-J-C2具備利他
					身性的身體控制能力,	型並能在比賽中欣賞。	時間判斷					及合群的知能與態度
					發展專項運動技能。	4.能學會切球的應用方	出進攻的					,並在體育活動和健
					4c-IV-1 分析並善用運	法, 並實際執行於比賽	位置及進					康生活中培育相互合
					動相關之科技、資訊、	中。	攻的時					作及與人和諧互動的
					媒體、產品與服務。		機?若想					素養。

起				学	習重點		10 EX3 >	教				
訖 週 次	起野日期	主 題	單元名稱	學習內容	學習表現	教學目標	数學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
		題					動 要攻我製情可良擊回在如斷行是動一擊應造境以好技想比何應切執重 值機該什讓發的術自賽去該球行點 有會要麼我揮攻?己中判執還殺		7. F. J. III.		主人的	以心水及
19		健	單元三 安全防護網 第4章 生命之鏈	境處理與止血、 包紮、CPR、復	康技能。 3a-IV-2因應不同的生 活情境進行調適並修	1.了解生命之鏈及其內 涵。 2.體認CPR與AED的重 要性。 3.能操作CPR與AED。	球。 1.叫叫壓 電:搭配 CPR模型 進行步驟 教學並學 生實際操	1	教科書 習作 投影片 教學影片	紙筆測驗	復甦術及AED 的操作。	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

起				學	習重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	單元名稱	學習內容	學習 表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
				Fb-IV-1全人健		施。	作。引導學					放棄。
				康概念與健康生			生完成					
				活型態。			JUST DO					
							IT尋找急					
							救工具。					
							2.復甦姿					
							勢:說明患					
							者恢復心					
							跳呼吸後,					
							但神智尚					
							未清楚前,					
							可將對方					
							調整成復					
							甦姿勢, 以					
							維持呼吸					
							道暢通 。說					
							明操作復					
							甦姿勢的					
							流程。並請					
							學生分組					
							練習。					

起				學	習重點			教				
訖	起訖日期	主	 單元名稱	學習	學習	 数學目標	教學活	學	│ │教學資源	 評量方式	 重大議題	核心素養 核心素養
週		題		ー アロ 内容	表現	<i></i>	動重點	節				12.231120
次	6/14-6/20		單元七	ᆸᇸᅑᅺᅉᄹᄵ			1.愛上體	<u>數</u> 2	教科書	上課參與	【品德教育】	健體-J-C2具備利他
	6/19端午節					T. 能遵守球場工女主規 則及遊戲規則。	1.愛工題 育課「命中	2			L品包含用加 品J1溝通合作	及合群的知能與態度
	放假一天											
							紅心」:人			技能測驗	與和諧人際關	,並在體育活動和健康,並在體育活動和健康,
			壘球 攻守兼			的陣型。	一組,一組		教學影片		係。	康生活中培育相互合
			備				各有兩個		手套		品J2重視群體	作及與人和諧互動的
					的態度, 與他人理性溝		投球點, 兩		壘球		規範與榮譽。	素養。
					通與和諧互動。	4.了解如何利用身體部	點中央放		寶特瓶		品J8理性溝通	
					3c-IV-1表現局部或全	位力量來完成投球動	置一個籃		羽球球筒		與問題解決。	
					身性的身體控制能力,	作。	子。每組成		籃子			
		п			發展專項運動技能。	5.能比較出較省力之投	員輪流站					
19		體育			3d-Ⅳ-1運用運動技術	球動作。	在兩點, 以					
		Ħ			的學習策略。	6.培養穩定投球的能力。	投手投球					
					3d-IV-3應用思考與分	7.相互合作的班級氣氛。	方式將球					
					析能力,解決運動情境		投至籃子					
					的問題。		中, 球投進					
					4d-IV-2執行個人運動		後即換人。					
					計畫,實際參與身體活		挑戰過程					
					動。		中, 若未踩					
							在投球點					
							上投球, 該					
							顆分數不					

1	記				<u> </u>	習重點		111 202	教				
1	乞 周 欠	起訖日期	主題	 單元名稱 	學習內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	 評量方式 	重大議題	核心素養
	20	6/21-6/27	健 康	安全防護網 第4章 生命之鏈	境處理與止血、	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。	1.了解生命之鏈及其內 涵。 2.體認CPR與AED的重 要性。	算內球彈分進到得得隊 1. 神單生的可一流過出生球 2. 智碰出球也籃分 4. 伍急通學命流以簡程程來分進分 2. 智,先分獲救學習之程利單圖繪。組進分籃得投碰不獲的。			紙筆測驗	安J10學習心肺 復甦術及AED 的操作。	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。

į	2				學	望重點			教				
j	之 題 欠	起訖日期	主題	單元名稱	學習內容	學習 表現	教學目標 人	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	 重大議題 	核心素養
								論並完成 流程圖中 空白的部 分。					
24	80	6/21-6/27		單元七 球類進臂 第4章 壘球 備	分性球類運動動 作組合及團隊戰 術。	基礎原理和規則。 1d-IV-1了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,發展專項運動技能。 3d-IV-1運用運動技術的學習策略。	的陣型。 3.能經由經驗來了解投 手投球之原理。 4.了解如何利用身體部 位力量來完成投球動 作。 5.能比較出較省力之投	以抛球方式代替打		教 習 投 教 手 壘 寶 羽 籃科 作 影 學 套 球 特 球子 片 影 無 球 音	上課參與態度檢核,以上,也可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以		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。

起				学	智重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主 題	單元名稱	學習內容	學習表現	教學目標 教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
							後換守為續局分隊最隊剛過中守球並分攻,各1進,較伍後舉剛程一時的與享守兩1局行總多獲請例比中種處方大。互隊次,5計的勝各出賽其防理式家互攻。連「得的。					
21		健康	安全防護網 第4章	境處理與止血、	康技能。	1.了解生命之鏈及其內 涵。	1.急救小神通學習 單:學習了 生命之鏈		教科書 習作 投影片 教學影片	經驗分享 紙筆測驗	【安全教育】 安J10學習心肺 復甦術及AED 的操作。	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,

起				克	習重點		141 EX3 \—	教				
訖 週 次	起訖日期	主 題	 單元名稱 	學習 內容	學習表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	 評量方式 	重大議題	核心素養
				術。 Fb-IV-1全人健 康概念與健康生 活型態。	能。	3.能操作CPR與AED。 4.願意提供相關急救措 施。	的可一流過出生論流空分					並積極實踐, 不輕言放棄。
21	6/28-6/30 (第三次成 績評量)		單元七 球類進階 第4章 壘球 攻守兼 備	分性球類運動動 作組合及團隊戰 術。	1d-IV-1了解各項運動 技能原理。 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,	4.了解如何利用身體部 位力量來完成投球動 作。	1.愛上間 育攻全兩學次者與別別		教智 投教手 壘寶 羽 篮子	上課參與 態度檢核 技能測驗	【品德教育】 品J1溝通合作 與和諧人際關係。 品J2重視群體 規範與榮譽。 品J8理性溝通 與問題解決。	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。

起					:習重點			教				
訖 週 次	起訖日期	主題	單元名稱	學習 內容	學習 表現	教學目標	教學活 動重點	學節數	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
						6.培養穩定投球的能力。 7.相互合作的班級氣氛。						

起				學	習重點			教				
訖 週	起訖日期	主題	單元名稱	學習內容	學習	教學目標	教學活 動重點	學節	教學資源	評量方式	重大議題	核心素養
次				内容	表現			數				
							球的方式,					
							並與大家					
							分享。					