臺南市私立北區崑山高級中等學校附設國民中學 110學年度第一學期三年級健體領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□體育班)

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	<u>三</u> 年級	教學節數	每週(3)節,本學期共(63)節
	2. 了解過輕或過重對 3. 能夠釐清媒體呈現 4. 了解臺灣社會的轉 5. 能辨識資訊以選購	身體可能造成的危   體重控制的迷思, 變對飲食的影響, 合適的情緒變品, 等品, 等品, 等品, 等品, 等。	色害,且能運用客觀的 並以適合自己的飲食保 認識常見的飲食保 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。	的健康數據來評 主健康管理的體 建類型, 能對 差與應盡的義務 請緒調適技能,	訊息,運用批判性思考技能來澄清迷思。 估並擬定體重控制行動策略。 重控制行動策略來實踐健康生活型態。 解其對人健康的影響,進而做個聰明的消費者。 ,成為理性的消費者。 讓自己成為積極快樂的人。
課程目標	3. 了解階梯有氧和拳 4. 了解標槍及鉛球的 5. 了解保齡球的相關 6. 了解棒壘球之相關 7. 學習籃球三對三的 8. 了解排球防守與接 9. 了解手球傳接球及	知識與技能原理技能原理,與技能不動與技能基數的與對性的與對性的對於與對性與對於與對於與對於與對於與對於與對於與對於與對於與對於與對於與對於與對於與對於與	並能思考與設計適名 主要領與練習方法。 要領。 並能反思和與發展。 並能實際應用。 並能實際應用。 等排球的防守基本技行 與方法。	合自己的運動計 學習策略,以改 析運用在比賽中	畫,進一步養成運動習慣。 善動作技能。

# 該學習階段 領域核心素養

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-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。

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。

					課程架構脈絡			
教學期程		具活動名 稱	節數	學習目標	學習表現	重點 學習內容	表現任務 (評量方式)	融入議題實質內涵
8/30-9/3	第單身密面觀1 元體碼面	第 鏡 我 同	1	1. 藉想想 制力素 自己分素 性思考的 影響 性思 , 也是 我, 我想要 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	1a-IV-2:分析個人與群 體健康的影響因素。 1b-IV-2:認識健康技能 和生活技能的實施程序 概念。 3b-IV-3:熟悉大部份的 決策與批判技能。	Ea-IV-4:正向的身體意 象與體重控制計畫。 Eb-IV-1:媒體與廣告中 健康消費資訊的辨識策 略。	1. 口頭評量2. 紙筆評量	【生活思息進動樂等價求的是 J5:的在健飲休人題思決有緊種活促運娛關進,道等經濟人與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與 與
8/30-9/3	第單運生	第五動奧克司運一匹育	2	1. 能理解奧林匹克之 相關知識與情意精神 原理,並能實踐在日 常生活當中。 2. 能理解奧林匹克與 永續發展,並能在日	2c-IV-1:展現運動禮 節,具備運動的道德思辨 和實踐能力。 2c-IV-2:表現利他合群 的態度,與他人理性溝通	Cb-IV-3: 奧林匹克運動 會的精神。	<ol> <li>課堂觀察</li> <li>口語問答</li> <li>認知評量</li> <li>運動行為計 畫實踐表</li> </ol>	【環境教育】 環 J4:了解永 續發展的意義 (環境、社 會、與經濟的

					課程架構脈絡			
教學期程	, ,	具活動名 稱	節數	學習目標	學習表現	<b>學習內容</b>	表現任務 (評量方式)	融入議題實質內涵
				常球3.藝在4.相運諧助作5.中養戰習常球3.藝在4.相運諧助作5.中養戰賢強,能力自的活起之方並發神並的觀不與與人人。容態式能揮。實展、放實上,行互隊運,於的觀及近與異度進相團踐現,於的觀及其。	與和諧互動。 2c-IV-3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2d-IV-2:展現運動欣賞的技巧,體驗生活的美感。 4d-IV-2:執行個人運動計畫,實際參與身體活動。	1 4 1 1 1 1	5. 學習活動單6. 技能實作	均衡發展)與原則。
= 9/6-9/10	第單身密面觀1元體碼面	第鏡我同	1	1. 藉相想樣別響相思考自分素輕體的問意不知,因體不可能不可能不可能。 是一個人,因此,我們們不可能,我們們不可能,我們們不可能,我們們不可能。 一個人,我們們不可能,我們們不可能,我們們不可能,我們們不可能,我們們們不可能,我們們們可能,我們們們們們們們們們們們們們們們們們們們們們們們們們們們們們	1a-IV-2:分析個人與群體健康的影響因素。 1b-IV-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 3b-IV-3:熟悉大部份的決策與批判技能。	Ea-IV-4:正向的身體意 象與體重控制計畫。 Eb-IV-1:媒體與廣告中 健康消費資訊的辨識策 略。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【生活思息進動樂等價令 是 5 的在健飲休人題思教察種活促運娛關我上辨育生迷作

					課程架構脈絡			
加姆地加	單元與	具活動名	節	क्षा वर्ष ना एक	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	;	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
								求解決之道。
= 9/6-9/10	第單運生 4 元動活	第五動奧克司環一匹育	2	1.相原常2.水常球3.藝在4.相運諧助作5. 中養戰能關理生能續生。能術日能互用溝指學能力自的理知,活理發活展文常展尊民通導習欣與信堅解識並當解展當 現化生現重主,,精賞美樂縣縣情實。林並實 林力。容態式能揮。實展、放於情實。林並實 林力。容態式能揮。實展、放於武龍運。 成語 匹能踐 匹與 異度進相團 踐現 勇棄之神日 與日地 與學 並以和協合 動培挑學之神日	2c-IV-1:展現運動禮節,具備運動的道德思辨和實踐能力。 2c-IV-2:表現利他合群的態度,與他人理性溝通的態度互動。 2c-IV-3:表現自信樂觀度。 2d-IV-2:展現的數學的技巧,體驗生活的技巧,體驗生活的人運動的人類。 4d-IV-2:執行個人運動計畫,實際參與身體活動。	Cb-IV-3: 奧林匹克運動會的精神。	1. 課語問題 3. 運動器 4. 實際 4. 實際 5. 技能 5. 技能 6.	【環續(會均原 類4: T4: 展境與發 完的、經展 與發展 的與
= 9/13-9/17	第1 單體	第1章 鏡中自 我大不	1	習態度。 1. 藉由思考自己期待的理想樣貌,分析身體意象的影響因素。 2. 積極思辨媒體或廣	1a-IV-2:分析個人與群 體健康的影響因素。 1b-IV-2:認識健康技能	Ea-IV-4:正向的身體意 象與體重控制計畫。 Eb-IV-1:媒體與廣告中	1. 口頭評量2. 紙筆評量	【生命教育】 生 J5:覺察生 活中的各種迷

					課程架構脈絡			
教學期程	,	與活動名 稱	節數	學習目標	學習重點 學習內容		表現任務 (評量方式)	融入議題實質內涵
	密碼面觀	同		告中身體意象的訊息,進一步能運用批 判性思考技能,澄清 逃思。	和生活技能的實施程序 概念。 3b-IV-3:熟悉大部份的 決策與批判技能。	健康消費資訊的辨識策略。		思息進動樂等價水化人類思納。
= 9/13-9/17	第單運生 4元動活	第打康新 能擬執2造規生體計定行	2	1.知能力生的日2.平腹技升軟能3.放精4.力透識評,活計常能板、術全度。能棄神能與體技自思擬並活確、犬手性協 到守 現能原 我結屬效中到單及並肌性 堅律 容互之理身合於執。深車嬰用力之 持之 不尊相,體個自行 蹲式兒以、體 、運 同重關並能人己在 、捲式提柔適 不動 的之	Ic-IV-1:了解各項。 Id-IV-1:了解各項。 Id-IV-1:了解 基礎原理和規則各項運動 Id-IV-3:表現 自信學 第一 IV-3:表現 是	Ab-IV-1:體適能促進策略與活動方法。 Ab-IV-2:體適能運動處方基礎設計原則。	<ol> <li>1. 2. 3. 4. 3. 3. 3. 4. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3.</li></ol>	

					課程架構脈絡			
机朗扣加	單元與	具活動名	節	<b>约 切 巾 L</b> 两	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程		稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
四 9/20-9/24	第單身密面觀1元體碼面	第身字密章數解	1	態民通導的神 5. 中養戰 1. 臀及視 2. 健險 控度主,,團。能力自的分比意有理康,制以式能揮合 賞美樂習與體,過過成一重思行互人作 實展、度解肪便或或衡思性爱和協差學 踐現勇。 BM 5 負過過擊考。   興講指化精 動培挑 腰訊檢。對風重	畫。4c-IV-3:規劃 體劃 體劃 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	Aa-IV-1:生長發育的自 我評估與因應策略。 Ea-IV-4:正向的身體意 象與體重控制計畫。	1. 口頭評量2. 紙筆評量	【生涯規畫教 育】 涯 J12:發展及 評估生涯 的策略。
四 9/20-9/24	第4 軍元 動 生活	第打康新一章健律活適	2	1.透過體適能之相關 知識與技能原理,並 能評估自我身體能 力,反思及結合個人 生活,擬定屬於自己 的計畫並有效執行在	1c-IV-1:了解各項運動 基礎原理和規則。 1d-IV-1:了解各項運動 技能原理。 2c-IV-3:表現自信樂	Ab-IV-1:體適能促進策 略與活動方法。 Ab-IV-2:體適能運動處 方基礎設計原則。	<ol> <li>課堂觀察</li> <li>口語問答</li> <li>技能實作</li> <li>認知評量</li> <li>運動行為計</li> </ol>	

					課程架構脈絡			
加爾地名	單元與	活動名	節	<b>约 17 1 1</b> 1	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	和	Í	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
		能擬執書與		日2.平腹技升軟能3.放精4.力態民通導的神5. 中養戰常能板、術全度。能棄神能與度主,,團。能力自的生正撐上,身與一做了。展美,方並發隊一於與信學當做、式腳之調「紀 包相省進相個作 賞美樂習中到單及並肌性 堅律 容互思行互人作 實展、度中 3 單 要 期力之 持之 不尊及和協差學 踐現勇。深車嬰用力之 持之 不尊及和協差學 踐現勇。 跨式兒以、體 、運 同重運諧助異習 運,於 寒 洗 卷式提柔適 不動 的之用溝指化精 動培挑	觀度 3c-IV-1:表現 1 是 1 是 1 是 1 是 1 是 1 是 1 是 1 是 1 是 1		畫寶踐表 6. 學習活動單	
五 9/27-10/1	單元 身體	第2章 身體數 字大解 密	1	1. 分析與理解 BMI、腰 臀比、體脂肪等資訊 及意義,以便自我檢 視有無過輕或過重。	1a-IV-2:分析個人與群 體健康的影響因素。 1a-IV-3:評估內在與外 在的行為對健康造成的	Aa-IV-1:生長發育的自 我評估與因應策略。 Ea-IV-4:正向的身體意 象與體重控制計畫。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J12:發展及 評估生涯決定

教學期程     單元與活動名稱     學習目標數     學習書惠       面面觀     2.理解過重或過輕對健康造成的衝擊與風險。     (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。       股內,進一步思考體重控制的重要性。     (2a-IV-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。     (2a-IV-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。       五 第4 第3章 2 1.了解階梯有氧和拳身/27-10/1 單元 有氧酶學有氧的基本動作要基礎原理和規則。     (Ab-IV-2:體適能運動處方基礎設計原則。						課程架構脈絡			
郵     製     學習表現     學習內容       面面 觀     2.理解過重或過輕對 健康造成的衝擊與風 健康造成的衝擊與風 險,進一步思考體重 問題所造成的威脅感與 整軸性。     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。       五     第3章     2     1.了解階梯有氧和拳 Ic-IV-1:了解各項運動 Ab-IV-2:體適能運動處	單差	單元與	與活動名	節	组羽口珊	學習	重點	表現任務	融入議題
<ul> <li>觀 健康造成的衝撃與風</li></ul>			稱	數	字首日标	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
運動 生活 名	面親 第單軍	面 4 元 動	稱 第有起有 章 藻 — 舞	數	2. 健險控 1. 擊領 2. 進氧 3. 助 4. 度舞 5. 强理康,制 了有與學階的培合培,姿經 化 郵 過 數 也 要 以 對 風 重 的 步 要 以 , 以 对 , 彰 不 , 彰 不 , 彰 不 , 彰 是 , 数 是 是 , 数 是 , 数 是 是 , 数 是 是 , 数 是 是 , 数 是 是 , 数 是 是 , 数 是 是 是 , 数 是 是 是 , 数 是 是 是 是	學習表現 (數 2a-IV-2: 由 ) 學習。 2a-IV-2: 也 ) 學園 ) 與風 自 的	學習內容  Ab-IV-2:體適能運動處 方基礎設計原則。		

					課程架構脈絡			
机链地加	單元與	活動名	節	성의 기기 대표	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	<b>利</b>	爯	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
六 10/4-10/8	第單身密面觀1元體碼面	第成好已【次週3為的第評】	1	1. 後制 2. 資息運態控 3. 能,行能訊、動的制能於理動運、健,範行體別所以 5. 的生和生定。自析。 切整食康擬略合的性质 6. 的生和生定。自我體 的生和生定。自我 2. 他活規活體 6. 也是 6. 他是	3d-IV-3:應用思數	Ea-IV-4:正向 身體 意	1. 口頭評量2. 紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J13:培養生 涯規畫及執行的能力。

					課程架構脈絡			
th 翻 th co	單元與	與活動名	節	69 33 m Las	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程		稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
六 10/4-10/8	第單運生 4 元動活	新有起有蹈【次週 3氧來氧 第評】 章嗨 一舞 一量		主制健 1.擊領2.進氧3.助4.度舞5.強能管職外。	3b-IV-1:熟悉各種自我 調適技能。 4a-IV-1:運用適切的健 康資訊、產品與服務,擬 定健康行動策略。 1c-IV-1:了解各項運動 基礎原理和規則。 1c-IV-3:了解身體發展 與動作發展的關係。 1d-IV-1:了解各項運動	學習內容 Ab-IV-2:體適能運動處 方基礎設計原則。 Ib-IV-1:自由創作舞蹈。	(評量方式) 1. 課學問題 2. 技報習 4. 學習	實質 品作關品體譽品感 11:和。 重與係 J2:範 表 E JU7:

					課程架構脈絡			
h/ 63 Hn 49	單元與	活動名	節	<b>约 33 m l 基</b>	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	#	偁	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
七 10/11-10/ 15	第單身密面觀1元體碼面	第成好己多為的章更自	1	1.後制2.資息運態控3.主能,行能訊、動的制能於理動運、健,範行提勵。 個整食康擬略合的有稅。 切生和生定。 自稅。 切生和生定。 自體 的生和生定。 自體 內生和生定。 自體 一個	析問 4c-IV-1:的,。 4c-IV-1:的,。 4c-IV-1:的,。 4c-IV-1:的,。 4d-IV-3: 體正 并	Ea-IV-4: 正向 的	1. 口頭評量2. 紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J13:培養生的能力。

					課程架構脈絡			
<b>北</b> 與 田 印	單元與	與活動名	節	组羽口抽	學習	重點	表現任務	融入議題
教字别在		稱	數	字百日保	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
教學期程 七 10/11-10/ 15	,			學習目標 制健 1.動2.動3.意安4.度全5.隊動生 解要會技成並的成並 養物 是標領標巧練注習積隨 尊的 人名 人名 经 电	學習表現 調適技能。 4a-IV-1:運用適切的健 康資訊、產品與服務,擬 定健康行動策略。 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		1	
					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。			

				課程架構脈絡			
hi 幼 lin to	單元與活動名	節	69 33 - 1E	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
\\\\\ 10/18-10/\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	第單身密面觀 1元體碼面 第成好己	数 1	1. 後制 2. 資息運 整控 康作律型	學運表現 3d-IV-1:銀 等運用。 3d-IV-2:電腦 第一IV-3: 第四月 第四月 第四月 第四月 第四月 第四月 第四月 第四月	Ea-IV-4: 正向的身體 意 向 的計畫 廣體 的 計畫 廣	1. 口頭評量 量 量	【生涯 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是

				課程架構脈絡			
划翅北岭	單元與活動名	節	网切口 1本	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
\\\\\ 10/18-10/\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	第一年	2	控3. 主制健 1. 動2. 動3. 意安4. 度全5. 隊制能健行康 了作學作養力全養,。培育的出管策活 標領標巧練注習積隨 尊的 人名 人名 一旦重實 球球 中環 的意 及 马 時周。參注 人。 。自控踐 的 的 的 注境 態安 團	2b-IV-2:樂於實踐健康 促進的生活型態。 3b-IV-1:熟悉各種自我 調適技能。 4a-IV-1:運用適切的健 康資訊、產品與服務, 定健康行動策略。 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	Fb-IV-1:全人健康概念 與健康生活型態。  Ab-IV-1:體適能促進策 略與活動方法。 Cb-IV-2:各項運動設施 的安全使用規定。 Ga-IV-1:跑、跳與推擲的 基本技巧。	1. 2. 3. 4. 3. 3. 3. 4. 5. 畫	【品德教育】品德教育】品德教通人際關係。

					課程架構脈絡			
加留地加	單元與	具活動名	節	<b>约 17 1 1</b> 1	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	:	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
		113	34		3c-IV-1:表現特別。 3c-IV-1:表現特別。 3d-IV-1:電子 對數理與 對數理與 對數理與 對數理 對數理 對數理 對數理 對數理 對數是 對數是 對數是 對數是 對數是 對數是 對數是 對數是	1 H 1 1 A		
九	第 2	第1章	1	1. 了解臺灣飲食趨勢	4d-IV-3:執行提升體適 能的身體活動。 1a-IV-2:分析個人與群	Ea-IV-3:從生態、媒體與	1. 口頭評量	【閱讀素養教
10/25-10/ 29	單元食費	健康飲 食趨勢		變動的可能因素。 2.分析現今臺灣外 食、傳統食補以及保 健食品對健康的影	體健康的影響因素。 1a-IV-3:評估內在與外 在的行為對健康造成的	保健觀點看飲食趨勢。 Fb-IV-2:健康狀態影響 因素分析與不同性別者	2. 紙筆評量	育】 閱 J7:小心求 證資訊來源,

					課程架構脈絡			
教學期程		與活動名 稱	節數	學習目標	學習 學習表現	重點 學習內容	表現任務 (評量方式)	融入議題實質內涵
九 10/25-10/ 29	新勢第單神之趨5元來手	稱 第 滾 一 球	數 2	響應及1.相則能動略實精展2.的應系作略與問3.等於之購了之並,的養的自運理識策性,進決。了介相技解基評表技成習我動解、略的應而運健標。齡原自個與發,心能齡能採方適善情健標。齡原自個與發,心能齡能採方適善情齡原公。	衝擊與風險。 2b-IV-2:樂於實踐健康 促進的生活型態。 1c-IV-1:了解各項運動 基礎原理和規則。 1d-IV-1:了解各項運動 技能原理。 2c-IV-1:展現運動禮 節,具備運動的道德思辨 和實踐能力。 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、勇於挑戰的學習態	學習內容 平均餘命健康指標的改善策略。  Hc-IV-1:標的性球類運動動作組合及團隊戰術。	(評量方式) 1. 課口認力 2. 認力 2. 認力 4. 運費 5. 畫 6. 任務	實 質 文確 定 了 了 多 了 多 是 了 通 支 式 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。
				的相關禮儀,並於活 動進行中能展現動 禮節,具備運動的道 德思辨和實踐能力, 以培養良好的公民意 識。	忍。 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。			

					課程架構脈絡			
机朗扣加	單元與	與活動名	節	69 33 m Las	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程		稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
+ 11/1-11/5	第單飲消新勢2元食費趨	第 健 食	1	4. 動勇容態式互隊 1. 變2. 食健響應及條明, 並和指學臺可現統對介相與聯合學 查明現統對介相類聯與重主,揮。趨。外及影食,類類與重主,揮。趨。外及影食,個觀與重主,揮。趨。外及影食,	3d-IV-3:應用思考與分析能力,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。 1a-IV-2:分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2b-IV-2:樂於實踐健康促進的生活型態。	Ea-IV-3:從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。 Fb-IV-2:健康狀態影響 因素分析與不同性別者 平均餘命健康指標的改善策略。	1. 口頭評量2. 紙筆評量	【閱讀素養教育】 別7:小心源 資資文本知 調文本知 的正確性。
+ 11/1-11/5	第單神之	第2章 滾球趣 —保齢 球	2	1. 相關則能動略實精與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與與	Ic-IV-1:了解各項運動 基礎原理和規則。 Id-IV-1:了解各項運動 技能原理。 2c-IV-1:展現運動禮 節,具備運動的道德思辨 和實踐能力。 2c-IV-2:表現利他合群	Hc-IV-1:標的性球類運動動作組合及團隊戰術。	<ol> <li>課堂觀察</li> <li>口語問答</li> <li>認知實作</li> <li>運動行為計畫實踐表</li> <li>任務單</li> </ol>	【家庭教育】 家 J5:了解與 家人溝通互動 及相互支持的 適切方式。

				課程架構脈絡			
h/ 63 Hn 49	單元與活動	動名 節	<b>超羽口压</b>	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			的應系作略與問3.的動禮德以識4.動勇容態式互隊知用統為,解題能相進節思培。能中於異度進協合、略的應而運 解禮中具和良 保現戰,並和指學技,全用完動 保儀能備實好 齡自的相運諧導習能採方適善情 齡,展運踐的 球信學互用溝,精原取位當地境 球並現動能公 相樂習尊民通發神理整思的處中 運於運的力民 關觀與重主,揮。與體考策理的 動活動道,意 活、包之方相團	的與不是 的與不是 的與不是 的與不是 是是 是是 是是 的是 是是 的是 是是 的是 是是 是			
+- 11/8-11/1 2	單元 「飲食事.	2章 1 食」 求 識」	<ol> <li>知曉如何辨識消費 資訊以選購合適的健 康產品,並力行於生 活中。</li> <li>了解消費者的權益</li> </ol>	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	Aa-IV-1:生長發育的自 我評估與因應策略。 Eb-IV-1:媒體與廣告中 健康消費資訊的辨識策	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【生命教育】 生 J5:覺察生 活中的各種迷 思,在生活作

				課程架構脈絡			
教學期程	單元與活動		學習目標		重點	表現任務	融入議題
10.1 /1/12	稱	數	7 4 4 1/4	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
+- 11/8-11/1 2	新勢第單球6元之	****	與理者 1.項巧知能略能 2.動用平人應性。	學習表現 等略、3b-IV-3:批判運產動 的。IV-3:批判運產動第一類用品類 的。 4a-IV-1:產動 了和計運產的 了和計運產 了和計運產 了和計運產 了和計運產 了和計運產 可以一一型 可以一一型 可以上一一型 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	學習內容  略。 Eb-IV-3:健康消費問題。 Fb-IV-2:健康消費關懷響 因素分析與康康指標的改善 基策略。  Hd-IV-1:守備/跑分團隊 戰術。	(評量方式) 課 四 認 技 習 課 語 知 能 習 察 答 量 作 野 系 答 量 作 單	息進動樂等價求【育閱證判的【品作關品體譽質、、、、課值解閱】J、資讀正品J與係J規。內康食閒我上辨之素 小來本性教溝諧 重與涵促運娛關進,道養 心源知。育通人 視榮涵促運娛關進,道養 心源知。育通人 視榮

					課程架構脈絡			
机钳机机	單元與	具活動名	節	성의 기기 대표	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	;	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				技或能動 4. 進術力際神。	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:表現局部立力,發展專項運動技能。  3d-IV-1:運用運動技術的學習策略。  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。			
+= 11/15-11/ 19	第單飲消新勢2 元食費趨	第「事」	1	1. 知曉如何辨識消費 資訊以選購合行於 意產 。 2. 了解消費者的權 之。 之。 之。 之。 之。 之。 之。 之。 之。 之。 之。 之。 之。	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。 3b-IV-3:熟悉大部份的決策與批判技能。 4a-IV-1:運用適切的健康資訊、產品與服務,擬	Aa-IV-1:生長發育的自 我評估與因應策略。 Eb-IV-1:媒體與廣告中 健康消費資訊的辨識策略。 Eb-IV-3:健康消費問題 的解決策略與社會關懷 Fb-IV-2:健康狀態影響 因素分析與不同性別者 平均餘命健康指標的改	1. 口頭評量2. 紙筆評量	【生活思息進動樂等價令 是 5 5 的在健飲休人題思育 案種活促運娛關進,

					課程架構脈絡			
教學期程	單元與活動名稱		節數	學習目標	學習重點 學習內容		表現任務 (評量方式)	融入議題實質內涵
					定健康行動策略。	善策略。		求解決之道。 【閱讀素養教育】 別7:小水源 證讀文本知 說真文本知 的正確性。
+= 11/15-11/ 19	第單球有6元之道	第疾 壘 壘 1 風 一 球	2	1. 項巧知能略能 2. 動用平人 3. 技或能動 4. 進術能目發識反,。能作於日人藉巧全力潛藉 行應了中展與思以 做技其生身由,身,能由 比用解跑,技和改 出巧他活安各表性展。壘 賽與壘的其原展善 壘並動,。 跑個身個 導 能 現動之理學動 的學項保 壘人體人 員 具的運作相,習作 各習目護 動局控的 指 備能動技關並策技 項運或個 作部制運 揮 戰	Ic-IV-1:了解各項。 Ic-IV-2:評各項則。 Ic-IV-2:評估與則數數學與一個的學學的學學的學學的學學的學的學學的學學的學學的學學的學學的學學的學學的學學的	Hd-IV-1:守備/跑分性球類運動動作組合及團隊戰術。	<ol> <li>課題</li> <li>認知</li> <li>認知</li> <li>我</li> <li>我<td>【品 f l l l l l l l l l l l l l l l l l l</td></li></ol>	【品 f l l l l l l l l l l l l l l l l l l

					課程架構脈絡			
教學期程	單元與	與活動名	節	स्थ रहा न । स	學習	重點	表現任務	融入議題
★学期程		稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
十三	第 2	第2章	1	力,同時培養良好人際關係與團隊合作精神。	展專項運動技能。 3d-IV-1:運用運動技術的學習策略。 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。 1a-IV-3:評估內在與外	Aa-IV-1:生長發育的自	1. 口頭評量	【生命教育】
7= 11/22-11/ 26	书單 飲消 新勢	另「事「【次週2食求識第評】	1	1.資康活之與理者	Ta-IV-3:評估內 在內行為對健康 也有數與 Ta-IV-4:理解 與與 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	AB-IV-1: 生长 我 B B B B B B B B B B B B B B B B B B	1. 山與計里 2. 紙筆評量	【生活思息進動樂等價求【育閱證判理了:的在健飲休人題思決讀 :訊文教覺各生康食閒我上辨之素 小來本月察種活促運娛關進,道養 心源知具生迷作

					課程架構脈絡			
h/ 63 th 42	單元與	具活動名	節	성 기 다 교	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	:	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
								的正確性。
十三	第 6	第2章	2	1. 能學會籃球三對三	1c-IV-1:了解各項運動	Bc-IV-1:簡易運動傷害	1. 課堂觀察	【人權教育】
11/22-11/	單元	鬥陣特		的進攻技術與策略,	基礎原理和規則。	的處理與風險。	2. 口語問答	人 J3:探索各
26	球之	攻—籃		並實際應用於比賽或 活動中。	1c-IV-2:評估運動風	Hb-IV-1:陣地攻守性球	3. 技能實作	種利益可能發
	有道	球		2. 能了解所介紹的進	險,維護安全的運動情	類運動動作組合及團隊	4. 運動行為計	生的衝突,並
		【第二		攻策略的發展與成	境。	戰術。	畫實踐表	了解如何運用
		次評量		因。	1d-IV-1:了解各項運動		5. 學習活動單	民主審議方式
		週】		3. 在活動中了解個別	技能原理。			及正當的程
				能力的差異性,學習	1d-IV-2:反思自己的運			序,以形成公
				積極溝通、包容和接	動技能。			共規則,落實
				納他人的想法。 4. 能遵守籃球規則,	1d-IV-3:應用運動比賽			平等自由之保
				以培養守法、尊重他	的各項策略。			障。
				人和團隊合作之精	2c-IV-2:表現利他合群			
				神。	的態度,與他人理性溝通			
				5. 養成積極參與的態	與和諧互動。			
				度,並集中注意力隨	2c-IV-3:表現自信樂			
				時注意周遭環境安	觀、勇於挑戰的學習態			
				全。	度。			
				6. 能具備審美與表現	2d-IV-2:展現運動欣賞			
				的能力,培養賞析、	的技巧,體驗生活的美			
				建構和分享的態度與	感。			
				能力,進而有效精進	3c-IV-1:表現局部或全			
				個人學習與挑戰個人 極限。	身性的身體控制能力,發			
				TENT C	展專項運動技能。			

					課程架構脈絡			
机倒却和	單元與	具活動名	節	网切口 1本	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	:	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
十四 11/29-12/ 3	第單快人開走3元樂生步	第 與 過 章 緒	1	1.下化2.影3.能個4.能緒適 能,。能響熟,人面調調宜 於情 意行悉並身對整適的 所的 到表緒門。同正法 所的 到表緒用的個,。 同生 緒。調其 情人以 問題調 緒的個,。	3d-IV-1:運略。 3d-IV-2:運用。 3d-IV-3:無理無運無理無理。 3d-IV-3:解解 4c-IV-3:射技。 4c-IV-3:射技。 4d-IV-3:射力。 4d-IV-3:	Fa-IV-1:自我認同與自 我實現。 Fa-IV-4:情緒與壓力因 應與調適的方案。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【生整面體性由遇解動切生 J 2: 人,心感命嚮的,自教探的包理性定往主培我育討各括、、、,體養觀了完個身理自境理能適。
十四	第 6	第2章	2	1. 能學會籃球三對三	1c-IV-1:了解各項運動	Bc-IV-1:簡易運動傷害	1. 課堂觀察	【人權教育】

					課程架構脈絡			
<b></b>	單元與	與活動名	節	组羽口抽	學習	重點	表現任務	融入議題
<b>教学别性</b>		稱	數	子自日保	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
教學期程 11/29-12/ 3				學習	學習表現。 1c-IV-2:評決 1c-IV-2: 實 表現 1c-IV-2: 實 表現 1c-IV-1: 實 項 是 1d-IV-1: 實 項 是 1d-IV-3: 實 子			
				能力,進而有效精進	感。 3c-IV-1:表現局部或全			

					課程架構脈絡			
划留扣如	單元與	單元與活動名		여기기기교	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程		稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
十五 12/6-12/1 0	第單快人開走 3元樂生步	第與過 1 情招	1	1.下化2.影3.能個4.能緒適分情緒。意行悉並少子格的到表緒所為情運。同性者的到表緒用的個人的人。 明明	01 777 1 11 5 5 44 1 1	Fa-IV-1:自我認同與自 我實現。 Fa-IV-4:情緒與壓力因 應與調適的方案。	1. 口頭評量2. 紙筆評量	【生整面體性由遇解動切舍, 22:人,心感命嚮的,自教探的包理性定往主培我育討各括、、、,體養觀育完個身理自境理能適。
十五 12/6-12/1 0	第6 單元 球之	第3章 防城如 意—排	2	1. 了解排球的防守基本技術。 2. 學會如何將排球防守運用在比賽上。	1c-IV-1:了解各項運動 基礎原理和規則。 1d-IV-1:了解各項運動	Ha-IV-1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作	

					課程架構脈絡			
<b>业</b> 與 扣 印	單元與	具活動名	節	组 到 口 1番	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程		稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
	有道	球		3. 增加運動欣賞的能力。	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。 2c-IV-3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。		4. 認知評量 5. 運動行為計 畫實踐表 6. 學習活動單	
	たり	なの立	1	1 八七山江南洪上廊	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-2:運用運動比賽中的各種策略。	E- 1V 1 4 4 + 1 17 45 4	1	
十六 12/13-12/ 17	第單快人開走3 元樂生步	第2章 與壓力 同行	1	1.分來自造成歷生活素學能到 1.分來的主成用我們主人,不能是不可能,與一個人人,不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不	1a-IV-2:分析個人與群體健康的影響因素。 2a-IV-2:自主思考健康問題所造成的嚴重性。 3b-IV-1:熟悉各種自我調適技能。 4a-IV-2:自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。	Fa-IV-1:自我認同與自 我實現。 Fa-IV-4:情緒與壓力因 應與調適的方案。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【生整面體性由遇解動切命2.2.人,心感命嚮的,自教探的包理性定往主培我育計各括、、、,體養調的,自我實完個身理自境理能適。
十六	第 6	第3章	2	1. 了解排球的防守基	1c-IV-1:了解各項運動	Ha-IV-1:網/牆性球類運	1. 課堂觀察	

					課程架構脈絡			
教學期程	單元與	具活動名	節	學習目標	學習	重點	表現任務	融入議題
<b>教学期程</b>	稱		數	字百日保	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
12/13-12/	單球有元之道	防城如意—排球		本技術。 2. 學會如何將排球防守運用在比賽上。 3. 增加運動欣賞的能力。	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,與他人理性溝通的態度,與他人理性溝通。 2c-IV-3:表現自信樂器。 3c-IV-1:表現自學學。 3c-IV-1:表現局部立,與性的身體控制。 以內別人理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學	動動作組合及團隊戰術。	<ol> <li>2. 口語問答</li> <li>3. 技能實作</li> <li>4. 認知動行</li> <li>畫實習</li> <li>6. 學習</li> </ol>	
++ 12/20-12/ 24	第單快人開走3元樂生步	第2章 與壓 同行	1	1. 分析生活素 大生活素 大生活素 大生的主思者 生态 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	1a-IV-2:分析個人與群體健康的影響因素。 2a-IV-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-1:熟悉各種自我調適技能。 4a-IV-2:自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。	Fa-IV-1:自我認同與自 我實現。 Fa-IV-4:情緒與壓力因 應與調適的方案。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【生整面體性由遇解動 生 J2: 人,心感命嚮的, 教討各括、、、 實 會 課 的 包理性定往主 培 主 接 題 與 與 與 與 與 人 , 心

					課程架構脈絡			
教學期程	單元與活動名		節	學習目標		重點	表現任務	融入議題
122 1 774 1—		稱	數	7 4 7	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
								切的自我觀。
++	第 6	第4章	2	1. 認識手球及發展現	1c-IV-1:了解各項運動	Cb-IV-2:各項運動設施	1. 課堂觀察	【法治教育】
12/20-12/	單元	手到擒		況。	基礎原理和規則。	的安全使用規定。	2. 口語問答	法 J1:探討平
24	球之	來—手		2. 能了解傳接球及射	1c-IV-2:評估運動風	Cd-IV-1:戶外休閒運動	3. 技能實作	等。
	有道	球		門的要領與方法。 3. 學會傳接球、跑動	險,維護安全的運動情	綜合應用。	4. 學習活動單	
				中傳接球及三步射門	境。			
				的動作技能。	1d-IV-1:了解各項運動			
				4. 學習欣賞他人優點	技能原理。			
				及能欣賞手球運動。	1d-IV-2:反思自己的運			
				5. 培養自我肯定、遵	動技能。			
				守規則規範、尊重他	2c-IV-1:展現運動禮			
				人及團隊合作之精	節,具備運動的道德思辨			
				神。	和實踐能力。			
					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、勇於挑戰的學習態			
					度。			
					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。			

					課程架構脈絡			
如 缀 地 如	單元與活動名		節	(8) THE LAKE	學習	表現任務	融入議題	
教學期程	:	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
+ \\ 12/27-12/ 31	第單快人開走3元樂生步	第身康惘 3 心不	1	1. 異主行 2. 康異 3. 他 4. 求認常子為能的常針人針醫者為此人以發行理行為,能成個,的常同常與出數人以發行理行為。 6. 能見由異擊進預。 6. 能見由異擊進預。 6. 能明白常。健防對	3c-IV-1:表現局部記書 3d-IV-1:表現局部記書 3d-IV-1:表現時期運動 4c-IV-2: 的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學	Fa-IV-4:情緒與壓力因 應與調適的方案。 Fa-IV-5:心理健康的促 進方法與異常行為的預 防方法。	1. 口頭評量2. 紙筆評量	【人自己的 是一个

					課程架構脈絡			
加朗地加加	單元與	與活動名	節	22 TT - 1T	學習	表現任務	融入議題	
教学期程		稱	數	学習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
十八 12/27-12/ 31	,		,	學習目標	學習表現。  住康一IV-2:自健康行動我監督行動,與	學習內容  Cb-IV-2:各項運動設施 的安全使用規定。 Cd-IV-1:戶外休閒運動 綜合應用。		
					2c-IV-3:表現自信樂 觀、勇於挑戰的學習態 度。			
					2d-IV-1:了解運動在美 學上的特質與表現方式。			

	課程架構脈絡 單元與活動名 節 學習重點 表現任務 融入議題										
表現任務	融入議題										
図内容 (評量方式)	實質內涵										
1/牆性球類運 1.課堂觀察	真 <b>[ 八</b> 內										
	月/牆性球類運 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 5. 技能實作 6. 分組討論										

					課程架構脈絡			
机铸业公	單元與	單元與活動名		(2 TT - 1T	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程		稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
# 1/10-1/14	第單快人開走3元樂生步	第 身 康 惘	1	係。 記識行考所增行為異 , 。 記論行考所增行行對能對 。 等經出擊進預。,。 見由異擊進預。,。 的自常。 健防 對 與 等 與 的 人 以 發 行 理 對 所 則 的 人 以 發 行 理 的 人 以 發 行 , 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。	展 3d-IV-2: 運動運運 (基本) (基本) (基本) (基本) (基本) (基本) (基本) (基本)	Fa-IV-4:情緒與壓力因 應與調適的方案。 Fa-IV-5:心理健康的促 進方法與異常行為的預 防方法。	1. 口頭評量 2. 紙筆評量	【人權教育】 人權教育】 人權之之 人權教育 人權教育 人權教育 人權教育 人權教育 人權教育 人權教育 人權教育
₩ 1/10-1/14	第 單 球 有	第5章 羽你有 約—羽 球	2	1.能了解羽球正/反 手平抽球、正/反手網 前撲球之動作要領與 運用時機,並能透過 練習與反思增進動作 技能。	Ic-IV-1:了解各項運動 基礎原理和規則。 Ic-IV-2:評估運動風 險,維護安全的運動情 境。	Ha-IV-1:網/牆性球類運動動作組合及團隊戰術。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 5. 技能實作 6. 分組討論	

					課程架構脈絡			
h/ 簡 lln co	單元與活動名		節	63 33 - 1E	學習	表現任務	融入議題	
教學期程	<del>;</del>	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				2. 之/作用體動器, 養度決問神係 起之/作用體動器, 養度決問神係 上下子並能慣了尊透習, 促 工平前分效成 別人作所揮 重過歷並 進出撲實提規 異態習監 大有養 別人作所揮 原面, 。 3. 養度決問神係	Id-IV-1:了解各項運動 Id-IV-2:反思 自己 IV-2:反思 自己 的数据 2c-IV-2:表现 的处理 整		7. 學習活動單	
廿一 1/17-1/21	複習冊	【次週複冊三量全	1	【健康】 1. 藉由思考自己期待的理想樣貌,分析身體意象的影響因素,分析。 2. 思贈意象訊息,證為體意象訊息,證思。 3. 認識 BMI、腰臀比、	1a-IV-2:分析個人與群 體健康的影響因素。 1a-IV-3:評估內在與外 在的行為對健康造成的 衝擊與風險。 1a-IV-4:理解促進健康 生活的策略、資源與規	Aa-IV-1:生長發育的自 我評估與因應策略。 Ea-IV-3:從生態、媒體與 保健觀點看飲食趨勢。 Ea-IV-4:正向的身體意 象與體重控制計畫。 Eb-IV-1:媒體與廣告中	1. 口頭評量2. 紙筆評量	【生母型: 案员是 。 是是 。 是 。 是 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。

				課程架構脈絡				
机朗地加	單元與活動名	節		學習	重點	表現任務	融入議題	
教學期程	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵	
			體脂肪。	範。	健康消費資訊的辨識策		遇與嚮往,理	
			4. 理解過重或過輕的	1b-IV-2:認識健康技能	略。		解人的主體能	
			健康風險。	和生活技能的實施程序	Eb-IV-3:健康消費問題		動性,培養適	
			5. 理性分析體重控制行動意圖。	概念。	的解決策略與社會關懷。		切的自我觀。	
			6. 擬定體重控制行動	1b-IV-4:提出健康自主	Fa-IV-1:自我認同與自		生 J5:覺察生	
			策略。	管理的行動策略。	我實現。		活中的各種迷	
			7. 能提出適合自己自	2a-IV-2:自主思考健康	Fa-IV-4:情緒與壓力因		思,在生活作	
			主健康管理的體重控	問題所造成的威脅感與	應與調適的方案。		息、健康促	
			制行動策略並實踐。	嚴重性。	Fa-IV-5:心理健康的促		進、飲食運	
			8. 了解飲食趨勢變動的可能因素。	2a-IV-3:深切體會健康	進方法與異常行為的預		動、休閒娱	
			9. 外食、傳統食補以	行動的自覺利益與障礙。	防方法。		樂、人我關係	
			及保健食品對健康的	2b-IV-2:樂於實踐健康	Fb-IV-1:全人健康概念		等課題上進行	
			影響。	促進的生活型態。	與健康生活型態。		價值思辨,尋	
			10. 辨識消費資訊以	3b-IV-1:熟悉各種自我	Fb-IV-2:健康狀態影響		求解決之道。	
			選購合適的健康產	調適技能。	因素分析與不同性別者		【生涯規畫教	
				3b-IV-2:熟悉各種人際	平均餘命健康指標的改		育】	
			11. 消費者的權益與義務。	溝通互動技能。	善策略。		涯 J12:發展及	
			12 不同情境下情緒的	3b-IV-3:熟悉大部份的			評估生涯決定	
			產生與變化。	決策與批判技能。			的策略。	
			13. 情緒可能影響行	4a-IV-1:運用適切的健			涯 J13:培養生	
			為表現。	康資訊、產品與服務,擬			涯規畫及執行	
			14. 熟悉情緒調適技	定健康行動策略。			的能力。	
			能。	4a-IV-2:自我監督、增強			【閱讀素養教	
			15. 面對不同的情緒,能調整修正個人	個人促進健康的行動,並			育】	

					課程架構脈絡				
<b>址</b> 键 #n 和	單元與	與活動名	節	组羽口珊	學習	表現任務	融入議題		
教學期程		稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵	
				的16. 表自造用 17. 健 18 , 方常是 19 , 方常是 18 , 方常是 19 , 方常是 10 , 有 对 是 10 , 自 10 , 有 对 是 10 , 有 对 是 10 , 有 和 和 和 和 和 和 和 和 和 和 和 和 和 和 和 和 和 和	反省修正。			閱證判的【人會視動護J7:訊文確權五人 小來本性教徒 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次	
廿一 1/17−1/21	複習	【第三	2	【體育】 1. 奧林匹克知識與情意與林原理。 2. 奧林匹克與藥術匹克與藥人。 3. 奧林匹克與藝術工力與人。 4. 能通常要之。 4. 能通常要。 5. 與美。 5. 與美。	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。 1c-IV-3:了解身體發展 與動作發展的關係。 1d-IV-1:了解各項運動 技能原理。	Cb-IV-3: 奧林匹克運動會的精神。 Ab-IV-1: 體適能促進策略與活動方法。 Ab-IV-2: 體適能運動處方基礎設計原則。 Bc-IV-1: 簡易運動傷害的處理與風險。 Cb-IV-2: 各項運動設施	1. 課型 2. 課題 3. 認 4. 選問 4. 選 5. 要 5. 技 6. 任 8. 分 8. 分 8. 分	【環接負別 環分 環境 環境 環境 環境 場份 場別 の で の の の の の の の の の の の の の の の の の	

				課程架構脈絡			
h/ 69 11- 6-	單元與活動名	節	Ø 33 - 15	學習	表現任務	融入議題	
教學期程	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			6. 擬定自己的計畫並	1d-IV-2:反思自己的運	的安全使用規定。		作與和諧人際
			執行。	動技能。	Cd-IV-1:戶外休閒運動		關係。
			7. 能正確完成體適	1d-IV-3:應用運動比賽	綜合應用。		品 J2:重視群
			能。 8. 能做到堅持、不放	的各項策略。	Ga-IV-1:跑、跳與推擲的		體規範與榮
			a. 宗紀律之運動精	2c-IV-1:展現運動禮	基本技巧。		譽。
			神。	節,具備運動的道德思辨	Ha-IV-1:網/牆性球類運		品 EJU7: 欣賞
			9. 展現包容不同的力	和實踐能力。	動動作組合及團隊戰術。		感恩。
			與美並相互尊重。	2c-IV-2:表現利他合群	Hb-IV-1:陣地攻守性球		【家庭教育】
			10. 欣賞並實踐運動	的態度,與他人理性溝通	類運動動作組合及團隊		家 J5:了解與
			力與美。 11. 階梯和拳擊有氧	與和諧互動。	戰術。		家人溝通互動
			動作要領與練習。	2c-IV-3:表現自信樂	Hc-IV-1:標的性球類運		及相互支持的
			12. 運用資訊增進階	觀、勇於挑戰的學習態	動動作組合及團隊戰術。		適切方式。
			梯與拳擊有氧技能。	度。	Hd-IV-1:守備/跑分性球		【人權教育】
			13. 培養尊重他人及	2d-IV-1:了解運動在美	類運動動作組合及團隊		人 J3:探索各
			互助精神。	學上的特質與表現方式。	戰術。		種利益可能發
			14. 培養積極參與的	2d-IV-2:展現運動欣賞	Ib-IV-1:自由創作舞蹈。		生的衝突,並
			態度。 15. 跳有氧舞蹈強化	的技巧,體驗生活的美			了解如何運用
			體適能。	感。			民主審議方式
			16. 標槍及鉛球動作	3c-IV-1:表現局部或全			及正當的程
			要領。	身性的身體控制能力,發			序,以形成公
			17. 學會標槍及鉛球	展專項運動技能。			共規則,落實
			動作技巧。	3c-IV-2:發展動作創作			平等自由之保
			18. 養成練習時集中	和展演的技巧,展現個人			障。
			注意力並注意安全。 19. 養成積極參與態	運動潛能。			【法治教育】

				課程架構脈絡			
h. 69 11- 4-	單元與活動名	節	<b>超</b> 四 一 1 II	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			度20合21規22識23禮24展與25.巧26技27人28揮29進30展31異26. 京尊。球保。保齡、己跑出跑疊賽籃與進。個穿重之條。保齡、己跑出跑疊賽籃與進。個穿養全他原齡球活戰動疊展導三略策 能 變成 全他原齡球活戰動疊展導三略策 能 競人 要重之 齡 球 活戰 動 壘 展 導 三略策 能 規參 是20合21規22識23禮24展與25.万名, 在自容了。能 新華籍行學技了成了。 是20合21規22識23禮24展與25.万名, 在自容了。 是20点21規22。 是20点21規22。 是20点21規22。 是20点21規22。 是20点21規22。 是20点21規22。 是20点21規22。 是20点21規22。 是20点21程29,	3d-IV-2:運用運動 B			法 J1:探討平 等。

				課程架構脈絡			
教學期程	單元與活動名	節	學習目標	學習重	表現任務	融入議題	
1,2 1, 7,4 1—	稱	數	1 H 2 P	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			度34. 現了 15 。 能力了將。 認傳方會接 習 卷則團球/要 能之下, 作 大	動。 4d-IV-3:執行提升體適能的身體活動。			

				課程架構脈絡			
拟翅肿和	單元與活動名	節	超到口插	學習	表現任務	融入議題	
教學期程	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			態度。				

- ◎教學期程請敘明週次起訖,如行列太多或不足,請自行增刪。
- ◎「表現任務-評量方式」請具體說明。
- ◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

臺南市私立北區崑山高級中等學校附設國民中學 110學年度第二學期三年級健體領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□體育班)

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	<u>三</u> 年級	教學節數	每週( 3 )節,本學期共(54)節
課程目標	健康 1. 認識青少年婚前性 2. 了解法律對作的規 3. 培養實性行為的 4. 認識性行為的 4. 認識性對性的 6. 認識性對性的 6. 認識地球的 7. 認識利用的 8. 知道利用改變階段 10. 學習運用生統 11. 了解並能夠	行為。選及的境,助歷大學。與實際人類,實際,與一個人類,與一個人,與一個人,與一個人,與一個人,與一個人,與一個人,與一個人,與一個人	發生。 真正對性與愛負責係 其主會的從事與愛人 是社會。 是社會從事。 是社會, 是社會, 是社會, 是社會, 是社會, 是社會, 是社會, 是社會,	壬。 為,以避免性病的愿 響。 肖費方法。 淺環保行動。	或染。
	12. 認同健康的重要性體育 1. 認識潛水及立式漿 2. 認識仰泳規則 撞球 3. 認識高爾夫及撞球 4. 認識高爾夫及撞球 5. 認識棒壘球打隊方 6. 了學習手球攻防技巧 7. 學習卓球 政方發 8. 練習桌球 攔網的動	版(SUP)的基本技 引導學生循序漸進 運動的基本技巧 運動運動之規則, 巧與觀念,建則 觀念 以及團 以及團 以別 以別 以別 以別 以 以 以 以 以 以 以 以 以 以 以 以 以	巧,並嘗試、體驗部 熟練仰泳技巧。 並嘗試、體驗部分款 並引導學生循序漸致 海與軍 軍 時技術與策略,並 足罰球和快攻射門, 反手切球的技術,或	操作。 進熟練動作技巧。 改術的能力。 皆實際應用。 以及普通球員與守 立了解桌球膠皮知言	***

	10. 透過單槓抓握技巧與懸垂、落地技術,學習控制身體,使其協調穩定。 11. 認識武術防禦八大式的技巧,並了解其實際運用的方式。
該學習階段 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-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。

	課程架構脈絡												
拟翅机如	單元與	活動名	節	键 III n Lin	學習	重點	表現任務	融入議題					
教學期程	稱		數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵					
_	第1	第1章	1	1. 理解性衝動是一種	1a-IV-4:理解促進健康	Db-IV-2:青春期身心變	1. 情意評量	【性別平等教					
2/14-2/18	單元	青春		生理欲望的本能表	生活的策略與資源規範。	化的調適與性衝動健康	2. 認知評量	育】					
	「性」	「性」		現,但可以透過理性	1b-IV-2:認識健康技能	因應的策略。		性 J6:探究各					
	福方	福頌		來管理與控制,學習	和生活技能的實施程序	Db-IV-6:青少年性行為		種符號中的性					
	程式			以健康的方式來自我	概念。	之法律規範與抉擇的思		別意涵及人際					
				管理慾望與衝動。	2b-IV-1:堅守健康的生	考。		溝通中的性別					
					活規範、態度與價值觀。	Db-IV-7:健康性價值觀		問題。					
					3b-IV-3:熟悉大部份的	的建立,性與色情的辨識							
					「決策與批判」技能。	與媒體色情訊息的拒絕。							
_	第 4	第1章	2	1. 認識水域休閒動的	1c-IV-2:評估運動風	Bc-IV-1:簡易運動傷害	1. 課堂觀察	【海洋教育】					
2/14-2/18	單元	水域嬉		種類。	險,維護安全的運動情	的處理與風險規避。	2. 口語問答	海 J1:參與多					
	親水	遊——		2. 了解參與水域活動 的安全注意事項。	境。	Cb-IV-2:各項運動設施	3. 實作練習	元海洋休閒與					

					課程架構脈絡			
机图出加加	單元與	<b>!活動名</b>	節	Ø 35 m LA	學習	表現任務	融入議題	
教學期程	<del>,</del>	稱數		學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
	之旅	水域休		3. 學會基礎浮潛活動	1d-IV-3:應用運動比賽	的安全使用規定與辨別。	4. 分享討論	水域活動,熟
		閒		技能。	的各項策略。	Cc-IV-1:水域休閒運動		練各種水域求
					2c-Ⅳ-2:表現利他合群	綜合應用。		生技能。
					的態度,與他人理性溝通			海 J2:認識並
					與和諧互動。			参與安全的海
					3c-Ⅳ-1:表現局部或全			洋生態旅遊。
					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-3:執行提升體適			
					能的休閒運動。			
=	第 1	第1章	1	1. 辨識生活情境中潛	1a-IV-4:理解促進健康	Db-IV-2:青春期身心變	1. 情意評量	【性別平等教
2/21-2/25	單元	青春		藏的色情資訊,覺察	生活的策略與資源規範。	化的調適與性衝動健康	2. 認知評量	育】
	「性」	「性」		色情資訊對個人身心	1b-IV-2:認識健康技能	因應的策略。		性 J6:探究各
	福方	福頌		健康的影響,能採取	和生活技能的實施程序	Db-IV-6:青少年性行為		種符號中的性
	程式			批判性思考技巧對色	概念。	之法律規範與抉擇的思		別意涵及人際
				情資訊內容提出質	2b-IV-1:堅守健康的生	考。		溝通中的性別
				疑。	活規範、態度與價值觀。	Db-IV-7:健康性價值觀		問題。
					3b-IV-3:熟悉大部份的	的建立,性與色情的辨識		
					「決策與批判」技能。	與媒體色情訊息的拒絕。		
二	第 4	第1章	2	1. 知道浮潛活動的裝	1c-IV-2:評估運動風	Bc-IV-1:簡易運動傷害	1. 課堂觀察	【海洋教育】
2/21-2/25	單元	水域嬉		備及功能。 2. 學 會 立 式 漿 板	險,維護安全的運動情	的處理與風險規避。	2. 口語問答	海 J1:參與多

					課程架構脈絡			
拟组织如	單元與	具活動名	節	(4) 53 m 1······	學習	表現任務	融入議題	
教學期程		稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
	親水	遊——		(SUP)的操作技能。	境。	Cb-IV-2:各項運動設施	3. 實作練習	元海洋休閒與
	之旅	水域休		3. 能與同伴討論分享	1d-IV-3:應用運動比賽	的安全使用規定與辨別。	4. 分享討論	水域活動,熟
		閒		並在活動中展現團隊	的各項策略。	Cc-IV-1:水域休閒運動		練各種水域求
				默契。	2c-IV-2:表現利他合群	綜合應用。		生技能。
					的態度,與他人理性溝通			海 J2:認識並
					與和諧互動。			參與安全的海
					3c-IV-1:表現局部或全			洋生態旅遊。
					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-3:執行提升體適			
					能的休閒運動。			
Ξ	第 1	第1章	1	1. 了解青少年懷孕可	1a-IV-4:理解促進健康	Db-IV-2:青春期身心變	1. 情意評量	【性別平等教
2/28-3/04	單元	青春		能面對的挑戰與選	生活的策略與資源規範。	化的調適與性衝動健康	2. 認知評量	育】
	「性」	「性」		擇,願意慎重面對關	1b-IV-2:認識健康技能	因應的策略。		性 J6:探究各
	福方	福頌		於「性」的所有決定,	和生活技能的實施程序	Db-IV-6:青少年性行為		種符號中的性
	程式			並勇於尋求外在資源	概念。	之法律規範與抉擇的思		別意涵及人際
				協助。	2b-IV-1:堅守健康的生	考。		溝通中的性別
					活規範、態度與價值觀。	Db-IV-7:健康性價值觀		問題。
					3b-IV-3:熟悉大部份的	的建立,性與色情的辨識		
					「決策與批判」技能。	與媒體色情訊息的拒絕。		
111	第 4	第2章	2	1. 認識仰式動作特	1c-IV-1:了解各項運動	Cb-IV-3:奥林匹克運動	1. 課堂觀察	【性別平等教

					課程架構脈絡			
教學期程		與活動名 稱	節數	學習目標	學習表現	重點 學習內容	表現任務 (評量方式)	融入議題實質內涵
2/28-3/04	單親之	<ul><li>(4) 面</li><li>(5) 声</li><li>(6) 声</li><li>(7) 声</li><li>(8) 声</li><li>(9) 声</li><li>(10) 声</li><li>(10</li></ul>		色手錄 2.手要法上二浮及水上邊人或配式水再認前划,你。學、領。打人條雙。站或一浮合打面練二進手近式 仰腳及打、組水夾)划台划划習,且單划進解實 打合習練水邊板仰兩練、划、。先身穩划都二內成 水的的習打打漂側習手上手手:讓能邊手行內成 水的的習打打漂側習新手上手手:讓能邊手行機 、動方:水水打打:在、浮手行浮前,穩交選紀 划作 岸、、水 岸池二板腳仰在進確定替	基礎 Id-IV-1: 。 Id-IV-2: 。 Id-IV-2: 。 Id-IV-2: 表地 自 的 和理 信學 基資。 Id-IV-3: 教	會的精神。 Gb-IV-2 游泳前進 25 公尺(需換氣 5 次以上)。	2. 3. 4. 5. 畫 6. 4. 5. 畫 6. 4. 5. 畫 6.	育性別偏達備互性他力平互【人種生了民及序共平障人】J刻見與與動J人關等動人J利的解主正,規等。J1.板的溝他的2.的係與。權:益衝如審當以則自 去與情通人能省性,良 教探可突何議的形,由 了除性感,平力思別促好 育索能,運方程成落之 解除性感,平力思别促好 育索能,運方程成落之 解性别表具等。與權進的 】各發並用式 公實保 平

					課程架構脈絡			
教學期程	單元與活動名 稱		節數	學習目標	學習 學習表現	表現任務 (評量方式)	融入議題實質內涵	
								等、正義的原 則,並在生活 中實踐。
四 3/07-3/11	第單「福程」	第2章性病網	1	1. 澄清性傳染病相關 迷思,認識性傳染病相關 的嚴重性與對生活 頭節的影響,了解並所 所取正確的預防方法。	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。 4b-IV-3:公開進行健康 倡導,展現對他人促進健 康或行為的影響力。	Db-IV-8: 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。	1. 情意評量 2. 認知評量	【人權教育】 人 J6:正視社 會中, 查稱
四 3/07-3/11	第單親之	第2章 徜徉 面 游泳	2	1.認識單臂划手及一方 法。 2.認識仰式新規則會 3.能積極運用學會 3.能積極進,。 3.能積極進,。 3.能積極準,。 各作精神。 遊戲樂趣。	Ic-IV-1:了解各項運動基礎原理和規則。 Id-IV-1:了解各項運動技能原理。 Id-IV-2:反思自己的運動技能。 2c-IV-2:表現利他合群的態度,與他人理性溝通和諧互動。 2c-IV-3:表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。	Cb-IV-3: 與林匹克運動 會的精神。 Gb-IV-2 游泳前進 25 公 尺(需換氣 5 次以上)。	<ol> <li>課堂觀察</li> <li>1. 課學問題</li> <li>2. 技能知數</li> <li>5. 運費習</li> <li>6. 學習</li> </ol>	【育性別偏達備互性他力平別 J11:板的溝他的 J12:的係與 外上 发射 是與與動 J12:的係與 以 上, 良 以 是 以 是 以 是 以 是 以 是 以 是 以 是 以 是 以 是 以

					課程架構脈絡			
机朗加加	單元與	具活動名	名 節	胡 羽 山 馬	學習	重點	表現任務	融入議題
教学期程 	:	稱	數	学習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
教學期程	,			學習目標	學習表現  4c-IV-1:分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。  4d-IV-2:執行個人運動計畫,實際參與身體活動。	學習內容		實動人J3.1 益售了民及序共平質。權探可突何議的形,規等內有索能,運方程成落之則自由於於,與自於於,與自
五 3/14-3/18	第單「福程」	第2章 性護網	1	1. 澄清性傳染病相關 病性傳染傳染病 相關 為 為 動質 動態 動態 動態 之 。 之 。 之 。 之 。 之 。 。 之 。 之 。 之 。 之 。	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。 4b-IV-3:公開進行健康倡導,展現對他人促進健	Db-IV-8: 愛滋病及其它 性病的預防方法與關懷。	1. 情意評量2. 認知評量	障人等則中 【J4:了義在。 了4:了義在。 對正, 與權工。 對正各採懷 。 對視種取與保 。

					課程架構脈絡			
教學期程	,	與活動名稱	節動	學習目標		重點	表現任務 (評量方式)	融入議題
五 3/14-3/18	第單瞄目5元準標	4   第 推 腹 高 球     1 心 一 爾     章 置 一 夫		懷 1.相則能動略實精展 2.能有擬的動養習力 3.運與動現活體 4.動動了之並,的養的自運應並的體式境行創 做的的展能的。在展高礎估現術自慣身潛思用源高有問發求 欣本質中,富 爾原自個與發,心能考校,爾效題揮求 賞禮,審以性 夫信我理我人應練以表。與園規夫解,主變 高儀並美增與 相樂運與身組用習持現 分環畫運決以動的 爾和在與進美 關觀與競體合策與續, 析境與動運培學能 夫力活表生感 活、	學習表現 是	學習內容 Hc-IV-1:標的性球類運動動作組合與團隊戰術。	(評量方式) 1. 課語 1. 理語 1. 理語 1. 理語 1. 運動 1. 重動	實內

					課程架構脈絡			
W. 朗 Hn 和	單元與	具活動名	節	组织口油	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程		稱		學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
六 3/21-3/25	第單「福程1元性方式	第 性 護網	1	勇容態式互隊1. 滋意懷的相運講導習情報,並合指學習懷的相運講導習懷的相運講導習問題者主,揮。 1. 滋意愛動包之方相團 愛願關關	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。 4b-IV-3:公開進行健康 倡導,展現對他人促進健 康或行為的影響力。	Db-IV-8: 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。	1. 情意評量2. 認知評量	【人權教育】 人 J6: 正視社 會中, 並稱 動來關懷 動來關懷。
六 3/21-3/25 2	第單瞄目	第 2 章 一 袋 球	2	1. 知用統為略與問題能力的應案性,,解與問題的應為的應為的。 應此,與與關稅,,與與關稅,之當,與國人,以與國人,與國人,與國人,與國人,與國人,與國人,與國人,與國人,與國人,與國人,	Ic-IV-1:了解各項運動基礎原理和規則。 Id-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	Hc-IV-1:標的性球類運動動作組合與團隊戰術。	<ol> <li>課堂觀察</li> <li>口語問答</li> <li>技能實作</li> <li>認知習經濟</li> <li>3. 技能對點</li> <li>5. 踏查探</li> <li>業紀錄表</li> </ol>	

					課程架構脈絡			
教學期程	單元與活動名		節	學習目標	學習	重點	表現任務	融入議題
<b>双于</b> 列在		稱	數	于日山州	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
七 3/28-4/01	第單綠生愛球2元色活地	第全動【次週1 民員第評】	1	擬方情執與3.中於異度進協合1.臺問2.類危定式境行創能展挑己,行助作了灣題理健害體,的並新在現戰,並合指學解目。解康愈驗有問發求撞自的相運諧導習及前環造成類類變變球信學互用溝,精關面境成成球解,主的相樂習尊民通發神心臨問的的數養習。動勇容態式互隊及境人能的動養習。動勇容態式互隊及境人能	展專IV-1: 略 1 2 3d-IV-2: 實際	Ca-IV-1:健康社區的相關改善策場與資本。 Ca-IV-2:全球環境問題改善成的健康衝擊與影響與 Ea-IV-3:從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。	1. 認知評量 2. 情意評量	【國國之國球理日【環灣社國」33全聯:續並生境:整督了球性了發落活教了環展育解議。解展實中育解境面育報題。全之於。】臺及對

					課程架構脈絡			
教學期程		與活動名 稱	節數	學習目標	學習表現	重點 學習內容	表現任務 (評量方式)	融入議題實質內涵
+ 3/28-4/01	第單精球6 元益精	第比腳棒【次週1手一壘第評】	2	1.之擊技思改之。戰動或能動作是人類,的理學技學,的理學技術,對於不動性。與我們,對於不可以,對於不可以,對於不可以,對於不可以,對於不可以,對於不可以,對於不可以,對於不可以,對於不可以,對於不可以,	Ic-IV-1:了解身項。 Ic-IV-3:了解身體發。 Ic-IV-3:解身體發。 d. 拉那與身體發。 d. Id-IV-1:解釋 Id-IV-2:反動性不足 的性性 的與不是 的與不是 的與不是 的與不是 的與不是 的與不是 的與不是 的與不是	Hd-IV-1:守備/跑分性 球類運動動作組合及團 隊戰術。	<ol> <li>課堂觀察</li> <li>拉龍實</li> <li>禁營</li> <li>其數</li> </ol>	氣弱環候調以氣的【品作關係性 J9: 遷的臺變策德: 和。變與了邁的臺變策德: 和。的性解緩義因調 育通人際。 教與,應適

					課程架構脈絡			
h/ 朗 lin co	單元與	與活動名 節		<b>约 17 一压</b>	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程		稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
\\\\4/04-4/08	第單線生愛球2元色活地	第全動1民員	1	1. 分析及判斷人類行 為(含消費、飲食 等)、科技發展與環境 之間的交互影響。	度。3c-IV-1:表現一IV-2:表現時期 3d-IV-3: 表現性 1V-2: 策應用運動 4d-IV-3: 解別 4d-IV-1: 數計 4d-IV-1: 數計 4d-IV-1: 數計 4d-IV-1: 數計 4d-IV-1: 數計 4d-IV-3: 新聞 4d-IV-3: 新聞 4d-IV-3: 新聞 4d-IV-3: 新聞 4d-IV-3: 新聞 4d-IV-3: 数别, 4d-IV-	Ca-IV-1:健康社區的相關問題改善策略與資源。Ca-IV-2:全球環境問題造成的健康衝擊與影響。Ea-IV-3:從生態、媒體與保健觀點看飲食趨勢。	1. 認知評量 2. 情意評量	【國國之國球理日【環灣社氣國J3:全聯:續並生境: 繁:全聯:續並生境:態發變教了球性了發落活教了環展變育解議。解展實中育解境面的

					課程架構脈絡			
教學期程	,	與活動名 稱	節數	學習目標	學習 學習表現	重點 學習內容	表現任務 (評量方式)	融入議題實質內涵
\\\\4/04-4/08	第單精球6元益精	第比腳棒	2	1. 暗用中的 2. 用中係並力 2. 用中係並力 1. 暗明中的 2. 用中係並力 2. 用中係並力。	Ic-IV-1: 对 基本	Hd-IV-1:守備/跑分性 球類運動動作組合及團 隊戰術。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作 4. 認知 (白紙)	弱環候調以氣的【品作關性」另變適及候政品」了與係割了減涵灣遷。教為三十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二

融入議題
實質內涵
國國之國球理日【環灣社

課程架構脈絡											
表現任務	融入議題										
(評量) 課口技運實學 觀問實行表 新寶 等作為 動單	環候調以氣的【人索能突何議的成落之實 J9 變適及候政人 J3 各發,運方程公實保內了減涵灣遷。教了利的了民及,規等。紹解緩義因調 育解益衝解主正以則自氣與,應適 】探可 如審當形、由										
	評量方式) 製體問實體 觀問實行 表察答作 計										

					課程架構脈絡			
机铸地加	單元與活動名		節	63 27 - 1T	學習	表現任務	融入議題	
教学期程 	;	稱	數	学習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
教學期程 十 4/18-4/22			•	學習目標 建構力 人		重點 學習內容 Ca-IV-1:健康社區的相 關問題改善策略與資源 Ca-IV-2:全球環境問題		1 1 1
	生活 愛地 球	球人		保護行動,在不同情 境下的有利因素與障 礙因素。	2a-IV-3:深切體會健康 行動的自覺利益與障礙。 3b-IV-4:因應不同的生 活情境,善用各種生活技	造成的健康衝擊與影響。 Ca-IV-3:環保永續為基 礎的綠色生活型態。 Ea-IV-3:從生態、媒體與		之關聯性。 國 J8:了解全 球永續發展之 理念並落實於

					課程架構脈絡			
單元與活動名		活動名	1名 節	<b>胡 动 山 1本</b>	學習	表現任務	融入議題	
教學期程	7	偁	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
+ 4/18-4/22	第單 4	第 手 田 司 田 司 田 司 田 司 田 司 田 田 司 田 田 田 田 田 田	2	1. 了解球星發展的心 路歷程。 2. 能了解不同射門技	能,解決健康問題。 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。 1c-IV-1:了解各項運動 基礎原理和規則。 1c-IV-2:延仕運動	Cd-IV-1:户外休閒運動 綜合應用。	1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 社件	日【環續(會均原環界加與議環品期態跡【法笙常環J發環、衡則J人、營題J的,足及法J1:生境:展境與發。:口糧養。5:生探跡碳治:中育解意社濟) 解量供永 識週其水跡育討中育解意社濟) 解量供永 識週其水跡育討中,別永義 的與 世增給續 產 生足。】平
	精益 球精	月——		術的要領與方法。 3. 學會防守基本技術 及守門員的防守要 領。	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	Hb-IV-1: 陣地攻守性球 類運動動作組合及團隊 戰術。	3. 技能實作4. 學習活動單	等。

				課程架構脈絡			
h/ 63 lbs 45	單元與活動名	節	<b>胡 羽 口 1 工</b>	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				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-1:展現運動禮			
				節,具備運動的道德思辨			
				和實踐能力。			
				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、勇於挑戰的學習態			
				度。			
				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-2:發展動作創作			
				和展演的技巧,展現個人			
				運動潛能。			
				3d-IV-2:運用運動比賽			
				中的各種策略。			

					課程架構脈絡			
加爾地名	單元與	具活動名	節	<b>密可口压</b>	學習	重點	表現任務	融入議題
教学期程		稱	數	学習日標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
十一 4/25-4/29			•	學習目標  1. 因應不同進程所有	•	- 	1	
								(環境、社

					課程架構脈絡			
教學期程	,	具活動名	節	學習目標		重點 表現任務 (採导文十)		融入議題
4x 1 ////-	į	稱	數	1 4 4 1/4	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
+- 4/25-4/29	第單精球6元益精	第手用手【次週章並 二量	2	1. 溝團能 2. 及力 3. 重定 神水及攻 以 2. 以 2. 以 2. 以 3. 重定 4. 以 4. 以 4. 以 5. 以 5. 以 5. 以 5. 以 6. 以 6. 以 6. 以 6	Ic-IV-1:了解各項。 Ic-IV-2:評和規則運動 Ic-IV-2:評估與與 Id-IV-2:被 Id-IV-2:板 Id-IV-2:成 Id-IV-3:應用 Id-IV-3:應用 Id-IV-3:應用 Id-IV-3:應用 Id-IV-3:應用 Id-IV-3:應用 Id-IV-3:應 Id-IV-3:應 Id-IV-3:應 Id-IV-3: Id	Cd-IV-1:戶外休閒運動 綜合應用。 Hb-IV-1:陣地攻守性球 類運動動作組合及團隊 戰術。	1. 課堂觀察 2. 口能實 3. 技智 4. 學習	環界加與議環品期態跡【法等了數食的。記命討、足及法J1。解量供永 識週其水跡育計 性增給續 產 生足。】

				課程架構脈絡			
h/ 63 lbs 45	單元與活動名	節	<b>胡 羽 口 1 工</b>	學習事	重點	表現任務	融入議題
教學期程	稱	數	學習目標	學習表現 學習內容		(評量方式)	實質內涵
				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、勇於挑戰的學習態			
				度。			
				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-2:發展動作創作			
				和展演的技巧,展現個人			
				運動潛能。			
				3d-Ⅳ-2:運用運動比賽			
				中的各種策略。			
				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。			
				4d-Ⅳ-1:發展適合個人			
				之專項運動技能。			
				4d-IV-2:執行個人運動			
				計畫,實際參與身體活			

					課程架構脈絡			
h1 69 11- 6-	單元與	與活動名	節	क्ष का न कि	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程		稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
					動。			
+=	第 2	第2章	1	1. 公開倡導環境保護	1a-IV-4:理解促進健康	Ca-IV-1:健康社區的相	1. 認知評量	【國際教育】
5/02-5/06	單元	做個有		行動,展現自身影響	生活的策略、資源與規	關問題改善策略與資源。	2. 情意評量	國 J3:了解我
	綠色	型的地		カ。	範。	Ca-IV-2:全球環境問題		國與全球議題
	生活	球人			2a-IV-3:深切體會健康	造成的健康衝擊與影響。		之關聯性。
	爱地				行動的自覺利益與障礙。	Ca-IV-3:環保永續為基		國 J8:了解全
	球				3b-IV-4:因應不同的生	礎的綠色生活型態。		球永續發展之
					活情境,善用各種生活技	Ea-IV-3:從生態、媒體與		理念並落實於
					能,解決健康問題。	保健觀點看飲食趨勢。		日常生活中。
					4b-IV-3:公開進行健康			【環境教育】
					倡導,展現對他人促進健			環 J4:了解永
					康的信念或行為的影響			續發展的意義
					カ。			(環境、社
								會、與經濟的
								均衡發展)與
								原則。
								環 J6:了解世
								界人口數量增
								加、糧食供給
								與營養的永續
								議題。
								環 J15:認識產
								品的生命週
								期,探討其生

					課程架構脈絡			
教學期程	單元兵	與活動名	節	學習目標	學習重點		表現任務	融入議題
秋于 <u></u>		稱	數	<b>丁日山</b> が	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
								態足跡、水足
								跡及碳足跡。
十二	第6	第4章	2	1. 能了解桌球運動之	1c-IV-1:了解各項運動	Ha-IV-1:網/牆性球類	1. 課堂觀察	【品德教育】
5/02-5/06	單元	乒乓旋		相關知識與基本技術	基礎原理和規則。	運動動作組合及團隊戰	2. 口語問答	品 EJU9:公平
	精益	風——		原理,藉由各項練習	1c-Ⅳ-2:評估運動風	術。	3. 技能實作	正義。
	球精	桌球		與反思,學習正確動 作技能,於練習與競	险,維護安全的運動情			
				賽中展現。	境。			
				2. 進行練習或競賽	1d-IV-1:了解各項運動			
				時,遵守規範,注意	技能原理。			
				運動安全,並尊重個	1d-IV-2:反思自己的運			
				別差異,採用溝通與	動技能。			
				合作的模式,培養團	1d-Ⅳ-3:應用運動比賽			
				隊意識。	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。			
					3d-Ⅳ-2:運用運動比賽			
					中的各種策略。			
					3d-IV-3:應用思考與分			
					析能力,解決運動情境的			
					問題。			
					4c-IV-2:分析並評估個			

					課程架構脈絡			
教學期程	單元與	與活動名	節	學習目標	學習	重點	表現任務	融入議題
<b>教学别程</b>		稱	數	于日口你	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
十三 5/09-5/13	第單水經健路3 元續營康	第 健 最	1	1. 了解健康生活力實健康生活力實際性系型態。 全年 型態 医生活型 电声音 电压性 医生活 电压力	人的體適能與運動技能,修正個人的體適能與運動對計畫。  1b-IV-3:因應生活情境的應生活情況,要不可能與大學,對於一個人工,對於一個人工,對於一個人工,對於一個人工,對於一個人工,對於一個人工,對於一個人工,對於一個人工,對於一個人工,對於一個人工,可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可	Da-IV-4:健康姿勢、規律 運動、充分睡眠的維持與 實踐策略。(主學習內容) Fb-IV-3:保護性的健康 行為。(輔學習內容)	1. 認知評量 2. 行為評量 3. 情意評量 4. 技能評量	【生活思息進動樂等價求報等, 令覺各生康食閒我上辨之育察種活促運娛關進,道 以上辨之
十三 5/09-5/13	第 單 精 球	第 乒 風 桌 球	2	1.透過持續學習,感 受桌球運動的樂趣, 同時技能與體適能 獲得提升與增強,	Ic-IV-1:了解各項運動基礎原理和規則。 Ic-IV-2:評估運動風險,維護安全的運動情境。 Id-IV-1:了解各項運動技能原理。 Id-IV-2:反思自己的運動技能。	Ha-IV-1:網/牆性球類 運動動作組合及團隊戰 術。	<ol> <li>課堂觀察</li> <li>二課空觀察</li> <li>大能實際</li> <li>大能實所</li> <li>學習活動單</li> <li>我的個人戰</li> <li>術表</li> </ol>	【品德教育】 品 EJU9:公平 正義。

					課程架構脈絡			
h/ 63 th 40	單元與	具活動名	節	क्ष वर्ग न एक	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程		稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
32.7 M/L		稱	數		Id-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。 3d-IV-2:運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-3:應用思考與分	學習內容	(評量方式)	實質內涵
十四	第3	第1章	1	1. 熟悉健康行為的建	析能力,解決運動情境的問題。 $4c-IV-2:分析並評估個人的體適能與運動技能,修正個人的運動計畫。$ $1b-IV-3:因應生活情境$	Da-IV-4:健康姿勢、規律	1. 認知評量	【生命教育】
5/16-5/20	軍 永經健路	建康型	1	立歷程,並且能採用合適方法解決建立健康行為中遭遇的健康問題。	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	運動、充分睡眠的維持與實踐策略。(主學習內容) Fb-IV-3:保護性的健康 行為。(輔學習內容)	,	生 J5: 的在 健 飲 休 人 健 強 稱 係

					課程架構脈絡			
划额扣和	單元與	具活動名	節	<b>约 切 巾 L</b> 两	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程		稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
					能,解決健康問題。			等課題上進行
					4a-IV-2:自我監督、增強			價值思辨,尋
					個人促進健康的行動,並			求解決之道。
					反省修正。			
十四	第 6	第5章	2	1. 了解排球的攔網基	1c-IV-1:了解各項運動	Ha-IV-1:網/牆性球類	1. 課堂觀察	
5/16-5/20	單元	東攔西		本技術。	基礎原理和規則。	運動動作組合及團隊戰	2. 口語問答	
	精益	阻——		2. 學會如何將排球攔	1d-IV-1:了解各項運動	術。	3. 技能實作	
	球精	排球		網運用在比賽上。	技能原理。		4. 認知測驗卷	
					2c-Ⅳ-2表現利他合群的		5. 運動行為計	
					態度,與他人理性溝通與		畫實踐表	
					和諧互動。		6. 學習活動單	
					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。			
					3d-IV-2:運用運動比賽			
					中的各種策略。			
十五	第 3	第2章	1	1. 認同健康對人生的	1a-Ⅳ-4:理解促進健康	Aa-IV-2:人生各階段的	1. 認知評量	【生涯規劃教
5/23-5/27	單元	朗朗健		影響力,並且能透過	生活的策略、資源與規	身心發展任務與個別差	2. 情意評量	育】
	永續	康路		健康行為的養成達成	範。	異。(輔學習內容)	3. 技能評量	涯 J6:建立對
	經營			健康促進。	2b-IV-2:樂於實踐健康	Fb-IV-1:全人健康概念		於未來生涯的
	健康				促進的生活型態。	與健康生活型態。(主學		願景。

					課程架構脈絡			
机锅料水	單元與	具活動名	節	<b>胡司口压</b>	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	:	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
十五 5/23-5/27	第單精球6元益精	第東阻排5 欄一球	2	1. 了解排球的攔網基本技術。 2. 學會如何將排球攔網運用在比賽上。	3a-IV-2:因居 應調理 問題 一IV-3:持續 表 一IV-3:持續 是 一IV-1: 是 一IV-1: 是 一IV-1: 是 一IV-1: 是 一IV-1: 是 一IV-1: 是 一IV-2: 是 一IV-2: 是 一IV-3: 是 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一	習內容) Ha-IV-1:網/牆性球類 運動動作組合及團隊戰 術。	1. 課 日	
十六 5/30-6/03	第3 單元	第2章 朗朗健	1	1. 能分析自我人生夢 想所需健康資源,並	1a-IV-4:理解促進健康 生活的策略、資源與規	Aa-IV-2:人生各階段的 身心發展任務與個別差	<ol> <li>認知評量</li> <li>情意評量</li> </ol>	【生涯規劃教育】

					課程架構脈絡			
th 朗 th 和	單元與	與活動名	節	组 羽 口 1冊	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程		稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
	永經健路	康路		且透過健康好習慣達成健康目標。	範。 2b-IV-2:樂於實踐健康 促進的生活型態。 3a-IV-2:因應不同的生 活情境進行調道並修 正,持續表現健康技 能。 4a-IV-3:持續地執行促 進健康及減少健康風險 的行動。	異。(輔學習內容) Fb-IV-1:全人健康概念 與健康生活型態。(主學 習內容)	3. 技能評量	涯 J6:建立對 於未來生涯的 願景。
十六 5/30-6/03	第 單 我 我	第 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	2	1. 完之動感 3. 學提力 4. 上的把 他	Ic-IV-1:了解各項運動基礎原理和規則。 Ic-IV-3:了解身體發展與動作發展的關係。 Id-IV-1:了解各項運動技能原理。 Id-IV-2:反思自己的選動技能。 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,與和點互動於挑戰的學習態度。	Ia-IV-2:器械體操動作組合。	<ol> <li>課堂觀察</li> <li>1. 課堂問答</li> <li>2. 女後習行</li> <li>4. 學習行為計畫實踐表)</li> </ol>	【安全教育】 安 J9: 遵守環 境設備的 安全守則。

					課程架構脈絡			
加蜡油加	單元與	!活動名	節	<b>约 17 1 1</b> 1	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	ź	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
					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。			
					3d-IV-1:運用運動技術			
					的學習策略。			
					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。			
					4d-IV-1:發展適合個人			
					之專項運動技能。			
					4d-IV-3:執行提升體適			
					能的身體活動。			
十七	複習	複習第	1	1. 理解性衝動是一種	1a-IV-4:理解促進健康	Db-IV-2:青春期身心變	1. 情意評量	【性別平等教
6/06-6/10	第1	1單元		生理欲望的本能表明。但可以添温理性	生活的策略與資源規範。	化的調適與性衝動健康	2. 認知評量	育】
	單元			現,但可以透過理性 來管理與控制,學習	1b-IV-2:認識健康技能	因應的策略。		性 J6:探究各

				課程架構脈絡			
拟翅机如	單元與活動名	名 節	<b>超到口压</b>	學習	重點	表現任務	融入議題
教學期程	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			以管2.藏色健批情疑3.能擇於並協4.迷的質意法5.滋意懷健理辨的情康判資。了面,「勇助澄思嚴的採。建感參行方與活資對響考內 骨的意的尋 性認性響正 關者並。方與活資對響考內 少挑慎所求 傳識與,確 懷的倡式衝情訊個,技容 年挑重有外 染性對了的 與態議求動境,人能巧提 懷戰面決在 病傳生解預 支度爱來動境,不能巧提 懷戰面決在 病傳生解預 支度爱聚的境,不是質 可選關,源 關病品願方 愛願關我 潛察心取色質 可選關,源 關病品願方 愛願關	和生活技能的實施程序。 2b-IV-1:整定 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	Db-IV-6:青少年性行為 之法律規範與抉擇的思考。 Db-IV-7:健康性價值觀 的建立,性與色情的辨證 與媒體色情訊息的拒絕。 Db-IV-8:愛滋病及其它 性病的預防方法與關懷。		種別溝問【人會視動護符意通題人 J6:的並關勢中及的教正各採懷。 的人性 育視種取與
++ 6/06-6/10	第7 第1 章 單元 操之		【第1章操之在我——體操】	【第1章操之在我—— 體操】	【第1章操之在我—— 體操】	【第1章操之 在我——體	【第1章操之 在我——體

	課程架構脈絡									
机朗扣如	單元與	單元與活動名		(紹 551 m 1元	學習	表現任務	融入議題			
教字 期柱		稱	數	字百日标	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵		
教學期程			節數	學問問決己。極能並的夠養作夠關析 2 兼辨在事說動正位 1.上的把他 2.動學不 3.並隊 4.賽並現【內 5.中人 6.技 7.防 7. 的解自人積,習同能培合能、分。第外能潛、能擊能、 6.	學習表現 Ic-IV-1: Time	重點 學習內容 Ia-IV-2:器械體操動作組合。 【第2章形神兼備、內外兼修——武術】 Bd-IV-1 武術套路動作與攻防技巧。	(評量方式) 操】 1. 課堂觀察 2. 口語問答 3. 技能實作			
				人、事、物特徵 6. 能說明「八大式」 技擊動作之使用時機 7. 能正確操作不同攻	感。 3c-IV-1:表現局部或全			新。		

	課程架構脈絡								
机闭肋加	單元與活動名	節	胡四口压	學習重點		表現任務	融入議題實質內涵		
教學期程	稱 數		學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)			
	神	- 数	至少三種防衛技巧。 10. 於重相 互協 動作	字。 3d-IV-1:第 3d-IV-2:適正 不	字首内谷	(計里力式)	具 门心		

	課程架構脈絡								
机铸机机	單元與活動名	節	<b>胡田一耳</b>	學習重點		表現任務	融入議題		
教學期程	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵		
				1d-IV-3:應用運動比賽					
				的各項策略。					
				2c-IV-1:展現運動禮					
				節,具備運動的道德思辨					
				和實踐能力。					
				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、勇於挑戰的學習態					
				度。					
				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。					
				3d-IV-1:運用運動技術					
				的學習策略。					

	課程架構脈絡									
教學期程	單元與活動名 稱		節	超羽口播	學習	表現任務	融入議題			
			數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵		
十八 6/12 6/17	複習の	複習第	1	1. 了解及關心全球及	3d-IV-3:運用思考與分析能力,解決運動情境問題。 4c-IV-1:分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。 4d-IV-1:發展適合個人之專項運動技能。 1a-IV-3:評估內在與外	Ca-IV-1:健康社區的相	1. 認知評量	【國際教育】		
6/13-6/17	第 單 2 元	2 單元		臺問 2. 類危 3. 為等之 4. 實 5. 行 6. 保境礙 7. 灣題理健害分()) 間檢環了動分護下因因前 環造 及消技交、保全實自動有。 不	在的行為對健康 2a-IV-1:關注 數與上記 2a-IV-3:關注 數學與一個 3b-IV-3:數 4a-IV-2:自健 4a-IV-2:自健 4a-IV-4:理略 1a-IV-4:理略 2a-IV-3:深切體與 全數 2a-IV-3:深切體與 全數 2a-IV-3:數 2a-IV-3: 2a-IV-3: 2a-IV-3: 2a-IV-4: 2a-	關問題改善策略與資源。 Ca-IV-2:全球環境問題 造成的健康衝擊與影響。 Ca-IV-3:環保永續為基 礎的綠色生活型態、 Ea-IV-3:從生態、媒體與 保健觀點看飲食趨勢。	2. 情意評量	國國之國球理日【環續(會均原環J3:全聯:續並生境:展境與發。:了球性了發落活教了的、經展了解議。解展實中育解意社濟)解報議。解展實中育解意社濟)解我題 全之於。】永義 的與 世		

					課程架構脈絡			
女 題 知 知	單元與活動名		節	與羽口捶	學習	表現任務	融入議題	
教學期程	看	稱		學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
			數	境 境 時 時 時 時 時 時 時 時 時 時 時 得 り 場 場 場 場 場 場 り 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、 の 、	活情境,善用各種生活技能,解決健康問題。 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。	于日门 <b>谷</b>		界加與議環灣社氣弱環候調以人、營題 J 生會候性 J 變適及口糧養。:態發變與:遷的臺數食的 了環展遷韌了減涵灣量供水 解境面的性解緩義因增給續 臺及對脆。氣與,應
ナハ 6/13-6/17	第單我我	第2章兼 八条	2	1. 能辨別、評估生活 中潛在危險環境與 人、事、物特徵 2. 能說明「八大式」 技擊動作之使用時機	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	Bd-IV-1 武術套路動作與 攻防技巧。	1. 課堂觀察 2. 學生自評 3. 技能實作	氣的環品期態跡【安全義變策5:给押股及安J的,足及安J 教。遷。認明其水跡資全:育調調調調,以及教理的資本。與其水跡有解意識。

				課程架構脈絡			
h/ 68 No 40	單元與活動名	節	<b>约 37 ~ 1</b> 年	學習重點		表現任務	融入議題
教學期程	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
	修武術		3.防4.神5.至16.等進發7.動程8.勇度能、能。能少.、行揮有並中培於。在確勢「並衛」。所有到於五智套。鑑技缺極的質,並所互習套。鑑技缺極的質別。對於五智套。鑑技缺極的質別。與於五智等。對於一個	境。Ic-IV-3:了解 Id-IV-1:有解 Id-IV-1:不够。Id-IV-2:。 Id-IV-3:			【育 J 8:探接 8 3 18:探接 8 4 2 4 2 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4

				課程架構脈絡			
如姆州如	單元與活動名	節	Ø 33 m LA	學習重點	表現任務	融入議題	
教學期程	稱	數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
				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。			
				3d-IV-1:運用運動技術			
				的學習策略。			
				3d-IV-3:運用思考與分			
				析能力,解決運動情境問			
				題。			
				4c-IV-1:分析並善用運			
				動相關之科技、資訊、媒			
				體、產品與服務。			
				4d-IV-1:發展適合個人			
				之專項運動技能。			

- ◎教學期程請敘明週次起訖,如行列太多或不足,請自行增刪。
- ◎「表現任務-評量方式」請具體說明。
- ◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。