

私立文興高中附設國中部 109 學年度第一學期八年級健體領域領域課程計畫 設計者：健康科教學團隊

一、教材來源：康軒版

二、本學期學習目標：

- 1.了解並維護自己與他人的身體界線與自主權。
- 2.運用生活技能或策略面對與性別或性行為議題。
- 3.知道性騷擾與性行為相關的法律規範，以正確資訊來思考抉擇拒絕性騷擾、性別歧視及婚前性行為的立場。
- 4.熟悉人際溝通互動技能合宜邀約，以及學習情感結束的原則與因應策略。
- 5.認識情感發展的階段，瞭解愛需要透過學習來維持。
- 6.學習生活技能以因應各種情感議題。
- 7.認識情感發展潛藏的危機，學習自保。
- 8.認識食物選擇、營養、衛生與健康的關係。
- 9.認識食物中毒的種類、發生原因，以及預防方法。
- 10.學習如何正確飲食，為自己的飲食安全把關。
- 11.建立分辨毒害的能力。
- 12.了解藥物濫用定義與毒品對個人生理、心理、社會等層面健康所造成之衝擊。
- 13.認識生活上常見的誘毒情境中展現毒品拒絕拒巧，培養個人的拒毒能力。
- 14.運用課程內容，展現個人宣示反毒理念之能力。

三、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
1	8/30 9/5	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。	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-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。	第 1 單元歌詠 青春合奏曲 第 1 章飛揚青春擁抱愛	【性別平等教育】 性 J1:接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。	1.口頭評量 2.紙筆評量

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
		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。				
2	9/6 9/12	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-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。	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-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。	第 1 單元歌詠 青春合奏曲 第 1 章飛揚青春擁抱愛	【性別平等教育】 性 J3:檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。 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。	1.口頭評量 2.紙筆評量
3	9/13 9/19	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-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	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-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。	第 1 單元歌詠 青春合奏曲 第 1 章飛揚青春擁抱愛	【性別平等教育】 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。	1.口頭評量 2.紙筆評量
4	9/20 	1a-IV-2:分析個人與群體健康的影響因素。	Db-IV-4:愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。	第 1 單元歌詠 青春合奏曲	【性別平等教育】	1.口頭評量 2.紙筆評量

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
	9/26	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-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。 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-6:青少年性行為之法律規範與明智抉擇。	第 2 章青春愛的練習曲	性 J1:接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。 性 J11:去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。	
5	9/27 10/3	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。 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。 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-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。	第 1 單元歌詠青春合奏曲 第 2 章青春愛的練習曲	【性別平等教育】 性 J1:接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。 性 J11:去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。	1.口頭評量 2.紙筆評量
6	10/4 10/10	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。 1b-IV-3:因應生活情境的健康需求，尋求	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。	第 1 單元歌詠青春合奏曲 第 2 章青春愛的練習曲	【性別平等教育】 性 J1:接納自我與尊重他人的性傾	1.口頭評量 2.紙筆評量

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題 內容重點	評量方式
		解決的健康技能和生活技能。 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。			向、性別特質與性別認同。 性 J11:去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。	
7	10/11 10/17	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。 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-4:愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。 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。	第 1 單元歌詠 青春合奏曲 第 3 章青春變奏曲 第一次評量	【性別平等教育】 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。	1.口頭評量 2.紙筆評量
8	10/18 10/24	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。 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-4:愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。 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。	第 1 單元歌詠 青春合奏曲 第 3 章青春變奏曲	【性別平等教育】 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。	1.口頭評量 2.紙筆評量
9	10/25 10/31	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-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	Ea-IV-1:飲食的源頭管理與健康的外食。 Eb-IV-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。 Eb-IV-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。	第 2 單元健康飲食生活家 第 1 章飲食源頭探索趣	【家庭教育】 家 J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	1.口頭評量 2.紙筆評量

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
		生活技能，解決健康問題。 4a-IV-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。				
10	11/1 11/7	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-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，善用各種生活技能，解決健康問題。 4a-IV-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	Ea-IV-1:飲食的源頭管理與健康的外食。 Eb-IV-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。 Eb-IV-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。	第 2 單元健康 飲食生活家 第 1 章飲食源頭探索趣	【家庭教育】 家 J6:覺察與實踐 青少年在家庭中的角色責任。	1.口頭評量 2.紙筆評量
11	11/8 11/14	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-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，善用各種生活技能，解決健康問題。 4a-IV-2:自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	Ea-IV-1:飲食的源頭管理與健康的外食。 Eb-IV-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。 Eb-IV-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。	第 2 單元健康 飲食生活家 第 1 章飲食源頭探索趣	【家庭教育】 家 J6:覺察與實踐 青少年在家庭中的角色責任。	1.口頭評量 2.紙筆評量
12	11/15 11/21	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。 4a-IV-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Ea-IV-2:飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。	第 2 單元健康 飲食生活家 第 2 章安全衛生飲食樂	【家庭教育】 家 J6:覺察與實踐 青少年在家庭中的角色責任。	1.口頭評量 2.紙筆評量
13	11/22 11/28	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。 4a-IV-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Ea-IV-2:飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。	第 2 單元健康 飲食生活家 第 2 章安全衛生飲食樂	【家庭教育】 家 J6:覺察與實踐 青少年在家庭中的角色責任。	1.口頭評量 2.紙筆評量
14	11/29	1b-IV-3:因應生活情境的健康需求，尋求	Eb-IV-2:健康消費行動方案與相關法規、組	第 2 單元健康	【家庭教育】	1.口頭評量

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
	12/5	解決的健康技能和生活技能。 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。 4b-IV-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	織。 Eb-IV-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。	飲食生活家 第 3 章食品安全行動派 第二次評量週	家 J6:覺察與實踐 青少年在家庭中的角色責任。	2.紙筆評量
15	12/6 12/12	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。 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。 4b-IV-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	Eb-IV-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。 Eb-IV-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。	第 2 單元健康 飲食生活家 第 3 章食品安全行動派	【家庭教育】 家 J6:覺察與實踐 青少年在家庭中的角色責任。	1.口頭評量 2.紙筆評量
16	12/13 12/19	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-2:使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。 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。	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-5:拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。	第 3 單元無毒 青春健康行 第 1 章致命的迷幻世界	【品德教育】 生 J1:思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。 【法治教育】 法 J3:認識法律之意義與制定。	1.口頭評量 2.紙筆評量
17	12/20 12/26	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-2:使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	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-5:拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。	第 3 單元無毒 青春健康行 第 1 章致命的迷幻世界	【品德教育】 生 J1:思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。	1.口頭評量 2.紙筆評量

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
		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。			【法治教育】 法 J3:認識法律之意義與制定。	
18	12/27 1/2	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-2:使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。 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。	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-5:拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。	第 3 單元無毒青春健康行 第 1 章致命的迷幻世界	【品德教育】 生 J1:思考生活、學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。 【法治教育】 法 J3:認識法律之意義與制定。	1.口頭評量 2.紙筆評量
19	1/3 1/9	1b-IV-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。	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。	第 3 單元無毒青春健康行 第 2 章成為毒害絕緣體	【生涯規劃教育】 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	1.口頭評量 2.紙筆評量
20	1/10 1/16	1b-IV-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。	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。	第 3 單元無毒青春健康行 第 2 章成為毒害絕緣體	【生涯規劃教育】 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	1.口頭評量 2.紙筆評量
21	1/17 1/23	1b-IV-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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	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。	第 3 單元無毒青春健康行 第 2 章成為毒害絕緣體	【生涯規劃教育】 涯 J6:建立對於未來生涯的願景。	1.口頭評量 2.紙筆評量

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題 內容重點	評量方式
		生活技能，解決健康問題。		第三次評量		

私立文興高中附設國中部 109 學年度第二學期八年級健體領域領域課程計畫 設計者：健康科教學團隊

一、教材來源：康軒版

二、本學期學習目標：

- 1.了解生命如何形成，及孕婦生、心理的變化，學習健康照護與尊重。
- 2.認識人生各階段的不同歷程與挑戰，並學習解決方式。
- 3.了解「老」是人生歷程，學習陪伴長者建立樂活的老年生活。
- 4.了解癌症、糖尿病介紹與預防。
- 5.了解高血壓、腦中風、冠心病、腎臟病介紹與預防。
- 6.學習患者與照顧者的身心調適與生活調整。
- 7.學習包紮技巧及傷口照護，正確使用適合的急救方法。
- 8.學習心肺復甦術(CPR)、自動體外心臟電擊去顫器(AED)操作步驟。

三、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
1	2/14 2/20	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。 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。	Aa-IV-2:人生各階段的身心發展任務與個別差異。 Db-IV-1:生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。 Fb-IV-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	第 1 單元永續經營健康路 第 1 章美妙的生命	無	1.口頭評量
2	2/21 2/27	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。 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。	Aa-IV-2:人生各階段的身心發展任務與個別差異。 Db-IV-1:生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。 Fb-IV-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	第 1 單元永續經營健康路 第 1 章美妙的生命	無	1.口頭評量
3	2/28	1a-IV-1:理解生理、心理與社會各層面健康	Aa-IV-2:人生各階段的身心發展任務與	第 1 單元永	【生命教育】	1.口頭評量

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
	3/6	<p>的概念。</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>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-3:熟悉大部份的決策與批判技能。</p>	個別差異。	<p>續經營健康路</p> <p>第 2 章生命的軌跡</p>	<p>生 J5:覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。</p>	2.紙筆評量
4	3/7 3/13	<p>1a-IV-1:理解生理、心理與社會各層面健康的概念。</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>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-3:熟悉大部份的決策與批判技能。</p>	Aa-IV-2:人生各階段的身心發展任務與個別差異。	<p>第 1 單元永續經營健康路</p> <p>第 2 章生命的軌跡</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J5:覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。</p>	<p>1.口頭評量</p> <p>2.紙筆評量</p>
5	3/14 3/20	<p>1a-IV-1:理解生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <p>1a-IV-2:分析個人與群體健康的影響因素。</p> <p>2b-IV-2:樂於實踐健康促進的生活型態。</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-2:熟悉各種人際溝通互動技能。</p> <p>4a-IV-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。</p>	<p>Aa-IV-3:老化與死亡的意義與自我調適。</p> <p>Fa-IV-1:自我認同與自我實現。</p>	<p>第 1 單元永續經營健康路</p> <p>第 3 章伴生命共老</p>	<p>【生命教育】</p> <p>生 J3:反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。</p>	<p>1.口頭評量</p> <p>2.紙筆評量</p>

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
6	3/21 3/27	1a-IV-1:理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-2:分析個人與群體健康的影響因素。 2b-IV-2:樂於實踐健康促進的生活型態。 2b-IV-3:充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 3b-IV-2:熟悉各種人際溝通互動技能。 4a-IV-3:持續的執行促進健康及減少健康風險的行為。	Aa-IV-3:老化與死亡的意義與自我調適。 Fa-IV-1:自我認同與自我實現。	第 1 單元永續經營健康路 第 3 章伴生命共老	【生命教育】 生 J3:反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。	1.口頭評量 2.紙筆評量
7	3/28 4/3	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。 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。 4a-IV-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Fa-IV-2:家庭衝突的協調與解決技巧。 Fa-IV-4:情緒與壓力因應與調適的方案。	第 2 單元慢性病的世界 第 1 章健康人生，少糖少癌 【第一次評量週】	【生命教育】 生 J5:覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	1.口頭評量 2.紙筆評量
8	4/4 4/10	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。 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。 4a-IV-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Fa-IV-2:家庭衝突的協調與解決技巧。 Fa-IV-4:情緒與壓力因應與調適的方案。	第 2 單元慢性病的世界 第 1 章健康人生，少糖少癌	【生命教育】 生 J5:覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之	1.口頭評量 2.紙筆評量

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
					道。	
9	4/11 4/17	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。 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。 4a-IV-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Fa-IV-2:家庭衝突的協調與解決技巧。 Fa-IV-4:情緒與壓力因應與調適的方案。	第 2 單元慢性病的世界 第 1 章健康人生，少糖少癌	【生命教育】 生 J5:覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	1.口頭評量 2.紙筆評量
10	4/18 4/24	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。 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。 4a-IV-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Da-IV-2:身體各系統、器官的構造與功能。 Fb-IV-4:新興傳染病與慢性病的防治策略。	第 2 單元慢性病的世界 第 2 章小心的「腎」，「慢」不經「心」	【生命教育】 生 J3:反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義	1.口頭評量 2.紙筆評量
11	4/25 5/1	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。 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。 4a-IV-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Da-IV-2:身體各系統、器官的構造與功能。 Fb-IV-4:新興傳染病與慢性病的防治策略。	第 2 單元慢性病的世界 第 2 章小心的「腎」，「慢」不經「心」	【生命教育】 生 J3:反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義	1.口頭評量 2.紙筆評量
12	5/2 5/8	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。 3a-IV-2:因應不同的生活情境進行調適並修正。	Da-IV-2:身體各系統、器官的構造與功能。 Fb-IV-4:新興傳染病與慢性病的防治策略。	第 2 單元慢性病的世界 第 2 章小心的「腎」，「慢」不經「心」	【生命教育】 生 J3:反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義	1.口頭評量 2.紙筆評量

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
		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。		謹「腎」,「慢」不經「心」	的現象，探索人生的目的、價值與意義	
13	5/9 5/15	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。 2b-IV-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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-2:使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	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。	第 2 單元慢性病的世界 第 3 章「慢慢」長路不孤單	【生命教育】 生 J5:覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。 生 J7:面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。	1.口頭評量 2.紙筆評量
14	5/16 5/22	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。 2b-IV-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 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-2:使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。	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。	第 2 單元慢性病的世界 第 3 章「慢慢」長路不孤單 【第二次評量週】	【生命教育】 生 J5:覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思	1.口頭評量 2.紙筆評量

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
					辨，尋求解決之道。 生 J7: 面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。	
15	5/23 5/29	1b-IV-2: 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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-3: 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-3: 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 3a-IV-1: 精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3: 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	第 3 單元千鈞一髮覓生機 第 1 章安全百分百	無	1. 口頭評量 2. 紙筆評量 3. 技能評量
16	5/30 6/5	1b-IV-2: 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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-3: 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-3: 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 3a-IV-1: 精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3: 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	第 3 單元千鈞一髮覓生機 第 1 章安全百分百	無	1. 口頭評量 2. 紙筆評量 3. 技能評量
17	6/6 6/12	1b-IV-2: 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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。	Ba-IV-3: 緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	第 3 單元千鈞一髮覓生機 第 1 章安全	無	1. 口頭評量 2. 紙筆評量 3. 技能評量

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
		2a-IV-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-3:充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 3a-IV-1:精熟地操作健康技能。		百分百		
18	6/13 6/19	1b-IV-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-3:充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 3a-IV-1:精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3:緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	第 3 單元千鈞一髮覓生機 第 2 章急救一瞬間	無	1.口頭評量 2.紙筆評量 3.技能評量
19	6/20 6/26	1b-IV-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 2b-IV-3:充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 3a-IV-1:精熟地操作健康技能。	Ba-IV-3:緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	第 3 單元千鈞一髮覓生機 第 2 章急救一瞬間	無	1.口頭評量 2.紙筆評量 3.技能評量
20	6/27 7/3	1b-IV-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。 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-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。	Ba-IV-3:緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。	第 3 單元千鈞一髮覓生機 第 2 章急救一瞬間	無	1.口頭評量 2.紙筆評量 3.技能評量

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
		2b-IV-3:充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 3a-IV-1:精熟地操作健康技能。		【第三次評量週】		

私立文興高中附設國中部 109 學年度第一學期八年級健體領域體育科課程計畫 設計者：藝能科教學團隊

一、教材來源：康軒版；本領域每週學習節數 2 節。

二、本學期學習目標：

1. 學會肌力與肌耐力運動計畫的設計。
2. 了解起跑及傳接棒的動作要領。
3. 在練習和比賽中，能與同學合作共同完成目標。

三、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
1	8/30 9/5	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-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。 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。	Bc-IV-1 簡易運動傷害的處理與風險規避。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Cc-IV-1 水域休閒運動綜合應用。 Gb-IV-1 岸邊救生步驟、安全活動水域的辨識與仰漂 30 秒。	水域安全	《海洋教育》 海 U1 熟練各項水域運動，具備安全之知能。	1. 觀察
2	9/6 9/12	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-2 反思自己的動作技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通和諧互動。	Ab-IV-1 體適能運動處方設計與執行。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	第 4 單元體能挑戰趣第 1 章 大力水手—肌力與肌耐力		1. 觀察 2. 實作及表現

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
		<p>2d-IV-3 欣賞運動的本土與世界文化價值。</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-1 表現運動技術的學習策略。</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>4c-IV-1 分析與善用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。</p> <p>4c-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。</p>				
3	9/13 9/19	<p>1c-IV-1 了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-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通和諧互動。</p> <p>2d-IV-3 欣賞運動的本土與世界文化價值。</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-1 表現運動技術的學習策略。</p>	<p>Ab-IV-1 體適能運動處方設計與執行。</p> <p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。</p> <p>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	第4單元體能挑戰趣第1章大力水手—肌力與肌耐力		<p>1.觀察</p> <p>2.實作及表現</p>

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
		<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>4c-IV-1 分析與善用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。</p> <p>4c-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。</p>				
4	9/20 9/26	<p>1c-IV-1 了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-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通和諧互動。</p> <p>2d-IV-3 欣賞運動的本土與世界文化價值。</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-1 表現運動技術的學習策略。</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>4c-IV-1 分析與善用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。</p>	<p>Ab-IV-1 體適能運動處方設計與執行。</p> <p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。</p> <p>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	第4單元體能挑戰趣第1章大力水手—肌力與肌耐力		<p>1.觀察</p> <p>2.實作及表現</p>

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
		4c-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。				
5	9/27 10/3	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-3 了解身體成長與動作發展的關係。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的動作技能。 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。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 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 表現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-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	1c-IV-1 民俗性運動進階與綜合動作。 1c-IV-2 民俗性運動個人或團隊展演。	班際跳繩比賽練習	【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	1.觀察 2.實作及表現
6	10/4 10/10	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-3 了解身體成長與動作發展的關係。	1c-IV-1 民俗性運動進階與綜合動作。 1c-IV-2 民俗性運動個人或團隊展演。	班際跳繩比賽練習	【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文	1.觀察 2.實作及表現

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
		<p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。</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>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</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-1 表現運動技術的學習策略。</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>			化的價值。	
7	10/11 10/17	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-3 了解身體成長與動作發展的關係。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。</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>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p>	<p>1c-IV-1 民俗性運動進階與綜合動作。</p> <p>1c-IV-2 民俗性運動個人或團隊展演。</p>	班際跳繩比賽練習	<p>【國際教育】</p> <p>國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。。</p>	<p>1.觀察</p> <p>2.實作及表現</p>

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
		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 表現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-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。				
8	10/18 10/24	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-3 了解身體成長與動作發展的關係。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的動作技能。 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。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通與和諧互動。	Ic-IV-1 民俗性運動進階與綜合動作。 Ic-IV-2 民俗性運動個人或團隊展演。	班際跳繩比賽		1.觀察 2.實作及表現
9	10/25 10/31	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。 1d-IV-2 反思自己的動作。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Ha-IV-網/牆性運動動作組合及團隊戰術	第 5 單元團體攻防戰第 2 章彈跳之間一桌球	【性別平等教育】 性 J11 去除性別刻板與性別偏見	1.觀察 2.實作及表現

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
		<p>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-1 表現運動技術的學習策略。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4c-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。</p>			<p>的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。</p>	
10	<p>11/1</p> <p> </p> <p>11/7</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作。</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-1 表現運動技術的學習策略。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4c-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。</p>	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。</p> <p>Ha-IV-網/牆性運動動作組合及團隊戰術</p>	<p>第 5 單元團體攻防戰第 2 章彈跳之間一桌球</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。</p>	<p>1.觀察</p> <p>2.實作及表現</p>
11	<p>11/8</p> <p> </p> <p>11/14</p>	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理</p>	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。</p> <p>Ha-IV-網/牆性運動動作組合及團隊戰術</p>	<p>第 5 單元團體攻防戰第 2 章彈跳之間一桌球</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 J11 去除性別刻板與性別偏見</p>	<p>1.觀察</p> <p>2.實作及表現</p>

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
		<p>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-1 表現運動技術的學習策略。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4c-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。</p>			的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。	
12	11/15 11/21	<p>1c-IV-1 了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-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通和諧互動。</p> <p>2d-IV-3 欣賞運動的本土與世界文化價值。</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-1 表現運動技術的學習策略。</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>4c-IV-1 分析與善用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。</p>	<p>Ab-IV-1 體適能運動處方設計與執行。</p> <p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。</p> <p>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	運動會練習		<p>1.觀察</p> <p>2.實作及表現</p>

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
		4c-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。				
13	11/22 11/28	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-2 反思自己的動作技能。 2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通和諧互動。 2d-IV-3 欣賞運動的本土與世界文化價值。 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 表現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-1 分析與善用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。 4c-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。	Ab-IV-1 體適能運動處方設計與執行。 Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。	運動會練習		1.觀察 2.實作及表現
14	11/29	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Ab-IV-1 體適能運動處方設計與執行。	運動會練習	無	1.觀察

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
	12/5	<p>1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的運動情境。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理性溝通和諧互動。</p> <p>2d-IV-3 欣賞運動的本土與世界文化價值。</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-1 表現運動技術的學習策略。</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>4c-IV-1 分析與善用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。</p> <p>4c-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。</p>	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。</p> <p>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</p>			2.實作及表現
15	12/6 12/12	<p>1c-IV-1 了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-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。</p> <p>2c-IV-2 表現利他合群的態度，與他人理</p>	<p>Ab-IV-1 體適能運動處方設計與執行。</p> <p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。</p> <p>Ga-IV-1 跑、跳與推擲的基本技巧。</p>	運動會比賽		<p>1.觀察</p> <p>2.實作及表現</p>

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
		<p>性溝通和諧互動。</p> <p>2d-IV-3 欣賞運動的本土與世界文化價值。</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-1 表現運動技術的學習策略。</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>4c-IV-1 分析與善用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。</p> <p>4c-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。</p>				
16	12/13 12/19	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1c-IV-3 了解身體成長與動作發展的關係。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。</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>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</p>	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。</p> <p>Hb-IV-1 陣地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>	第 5 單元團體攻防戰第 4 章合作無間一籃球		<p>1.觀察</p> <p>2.實作及表現</p>

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
		力，發展專項運動技能。 3d-IV-1 表現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-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。				
17	12/20 12/26	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-3 了解身體成長與動作發展的關係。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的動作技能。 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。 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-1 表現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-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Hb-IV-1 障地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。	第 5 單元團體攻防戰第 4 章合作無間一籃球		1.觀察 2.實作及表現
18	12/27 1/2	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。 1c-IV-3 了解身體成長與動作發展的關係。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Hb-IV-1 障地攻守性球類運動動作組合及	第 5 單元團體攻防戰第 4 章合作無間一籃球		1.觀察 2.實作及表現

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
		1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的動作技能。 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。 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-1 表現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-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	團隊戰術。	球		
19	1/3 1/9	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-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。 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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Ha-IV-1 網／牆性運動動作組合及團隊戰術。	第 5 單元團體攻防戰第 3 章 羽眾不同一羽球		1.觀察 2.實作及表現

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	融入議題內容重點	評量方式
20	1/10 1/16	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-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。 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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Ha-IV-1 網／牆性運動動作組合及團隊戰術。	第 5 單元團體攻防戰第 3 章 羽眾不同一羽球		1.觀察 2.實作及表現
21	1/17 1/23	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-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。 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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Ha-IV-1 網／牆性運動動作組合及團隊戰術。	第 5 單元團體攻防戰第 3 章 羽眾不同一羽球		1.觀察 2.實作及表現 3.認知測驗卷

私立文興高中附設國中部 109 學年度第二學期八年級健體領域體育科課程計畫 設計者：藝能科教學團隊

一、教材來源：康軒版；本領域每週學習節數 2 節。

二、本學期學習目標：

- 1.能運用客觀的測量方式評估柔軟度，亦可自行設計訓練處方提升柔軟度。
- 2.了解並學會拔河の起步與進攻動作。
- 3.攻擊動作中的步伐，以及動作要領。
- 4.羽球正手殺球與正、反手網前短球的基本技術。
- 5.排球の比賽方式、種類與規則，以及得分の技術。

三、本學期課程內涵：

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
1	2/14 2/20	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，維護安全の運動情境。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己の動作技能。 2c-IV-2 表現利他合群の態度，與他人理性溝通與和諧互動。 3c-IV-1 表現局部或全身性の身體控制能力，發展專項運動技能。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境の問題。	Bc-IV-1 簡易運動傷害の處理與風險規避。 Cb-IV-2 各項運動設施の安全使用規定與辨別。 Cc-IV-1 水域休閒運動綜合應用。 Gb-IV-1 岸邊救生步驟、安全活動水域の辨識與仰漂 30 秒。	水域安全	【海洋教育】 海 U1 熟練各項水域運動，具備安全之知能。	1.觀察
2	2/21 2/27	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全の情境。 1d-IV-3 應用運動比賽の各項策略。 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動の道德思	Ab-IV-1 體適能運動處方設計與執行。 Bc-IV-2 終身運動計畫擬定の相關知識。	短距離跑-田徑		1.觀察 2.實作及表現

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
		辨和實踐能力。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。				
3	2/28 3/6	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的情境。 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。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	Ab-IV-1 體適能運動處方設計與執行。 Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。			1.觀察 2.實作及表現
4	3/7 3/13	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的情境。 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。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	Ab-IV-1 體適能運動處方設計與執行。 Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。	短距離跑-田徑		1.觀察 2.實作及表現
5	3/14 3/20	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-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。 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	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。	第 5 單元熱血向前行 第 4 章力拔山河—八人制拔河	【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	1.觀察 2.實作及表現

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
6	3/21 3/27	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-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。 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 4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。	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-2 運用運動比賽中的各種策略。	第 5 單元熱血向前行第 4 章力拔山河—八人制拔河	【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	1.觀察 2.實作及表現
7	3/28 4/3	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-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。 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	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。	班際拔河比賽	【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。 【國際教育】 國 J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	1.觀察 2.實作及表現

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
		4d-IV-2 執行個人運動計畫，實際參與身體活動。				
8	4/4 4/10	1c-IV-2 評估運動風險，維護安全的情境。 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。 4c-IV-1 分析並善用運動相關之科技、資訊、媒體、產品與服務。	Ab-IV-1 體適能運動處方設計與執行。 Bc-IV-2 終身運動計畫擬定的相關知識。	短距離跑-田徑		1.觀察 2.實作及表現
9	4/11 4/17	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-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。 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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Ha-IV-1 網／牆性運動動作組合及團隊戰術。	第 6 單元球賽對決第 3 章羽出驚人－羽球		1.觀察 2.實作及表現
10	4/18 4/24	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-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。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Ha-IV-1 網／牆性運動動作組合及團隊戰術。	第 6 單元球賽對決第 3 章羽出驚人－羽球		1.觀察 2.實作及表現

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
		<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>				
11	4/25 5/1	<p>1c-IV-1 了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-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。</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>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>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。</p> <p>Ha-IV-1 網／牆性運動動作組合及團隊戰術。</p>	第 6 單元球賽對決第 3 章羽出驚人—羽球		<p>1.觀察</p> <p>2.實作及表現</p>
12	5/2 5/8	<p>1c-IV-1 了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-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作技能。</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>2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p>	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。</p> <p>Ha-IV-1 網／牆性運動動作組合及團隊戰術。</p>	第 6 單元球賽對決第 3 章羽出驚人—羽球		<p>1.觀察</p> <p>2.實作及表現</p>

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
		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。				
13	5/9 5/15	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，維護安全的情境。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的動作。 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。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能	Ha-IV-網/牆性運動動作組合及團隊戰術。	第 6 單元球賽對決第 2 章排敵禦功—排球		1.觀察 2.實作及表現
14	5/16 5/22	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，維護安全的情境。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的動作。 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。 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。	Ha-IV-網/牆性運動動作組合及團隊戰術。	第 6 單元球賽對決第 2 章排敵禦功—排球		1.觀察 2.實作及表現

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
		4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能				
15	5/23 5/29	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，維護安全的情境。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的動作。 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。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能	Ha-IV-網/牆性運動動作組合及團隊戰術。	第 6 單元球賽對決第 2 章排敵禦功—排球		1.觀察 2.實作及表現
16	5/30 6/5	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，維護安全的情境。 1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的動作。 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。 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。 4d-IV-1 發展適合個人之專項運動技能	Ha-IV-網/牆性運動動作組合及團隊戰術。	第 6 單元球賽對決第 2 章排敵禦功—排球		1.觀察 2.實作及表現
17	6/6	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定	第 6 單元球	【性別平等教	1.觀察

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
	6/12	1d-IV-1 了解各項運動技能原理。 1d-IV-2 反思自己的動作。 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 表現運動技術的學習策略。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 4c-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。	與辨別。 Ha-IV-網/牆性運動動作組合及團隊戰術。	藝大會串 第3章「桌」 拿好手—桌球	【育】 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。	2.實作及表現
18	6/13 6/19	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。 1d-IV-2 反思自己的動作。 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 表現運動技術的學習策略。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 4c-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。 4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。 Ha-IV-網/牆性運動動作組合及團隊戰術。	第6單元球 藝大會串 第3章「桌」 拿好手—桌球	【性別平等教育】 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。	1.觀察 2.實作及表現
19	6/20	1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。	Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定	第6單元球	【性別平等教	1.觀察

週次	起訖日期	學習表現	學習內容	單元名稱	重大議題融入能力指標	評量方式
	6/26	<p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作。</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-1 表現運動技術的學習策略。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4c-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。</p>	<p>與辨別。</p> <p>Ha-IV-網/牆性運動動作組合及團隊戰術。</p>	藝大會串 第3章「桌」 拿好手—桌 球	育】 性 J11 去除性別 刻板與性別偏見 的情感表達與溝 通，具備與他人 平等互動的能力。	<p>2.實作及表現</p> <p>3.認知測驗卷</p>
20	6/27 7/3	<p>1c-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則。</p> <p>1d-IV-1 了解各項運動技能原理。</p> <p>1d-IV-2 反思自己的動作。</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-1 表現運動技術的學習策略。</p> <p>3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。</p> <p>4c-IV-2 分析與評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>4d-IV-2 執行個人運動計畫，發展運動參與方法。</p>	<p>Cb-IV-2 各項運動設施的安全使用規定與辨別。</p> <p>Ha-IV-網/牆性運動動作組合及團隊戰術。</p>	第6單元球 藝大會串 第3章「桌」 拿好手—桌 球		<p>1.觀察</p> <p>2.實作及表現</p>