

113學年度一甲國中七年級第二學期 健體 領域/科目課程計畫

週次	單元/ 主題名 稱	對應領域 核心素養 指標	學習重點		評量方式	議題融入	線上教學 (註5)	「跨領域統整或 協同教學規劃」或 「線上教學方式」 (無則免填)
			學習表現	學習內容				
第一週 8/30 開學日	第一篇 健康滿 點 第一章 健康舒 適角	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	Da-IV-4 健康姿 勢、規律運動、 充分睡眠的維持 與實踐策略。 Fb-IV-1 全人健 康概念與健康生 活型態。 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。	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。 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。 1b-IV-4 提出健 康自主管理的行 動策略。 2a-IV-1 關注健 康議題本土、國 際現況與趨勢。	1. 問答：是 否認真回應 教師的問 題。 2. 觀察：是 否認真地參 與討論。 3. 實作：根據 課文提問寫 下自己的意 見與看法。	課綱：健體-生命-(生 J2, J7)-1 反毒認知教學-1	<input type="checkbox"/> 即時直播： <input type="checkbox"/> 預錄播放： <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教 學：翰林電子書、 翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他：	

		與健康的問題。 健體 -J-A3 具備善用體育與健康的資源,以擬定運動與保健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。		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適並修正,持續表現健康技能。 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。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。				
第二週	第一篇健康滿點第一章健康舒適角	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	Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。 Fb-IV-2 健康狀態影響因素分析	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。 1b-IV-2 認識健康技能和生活技	1. 觀察：是否能認真聆聽。 2. 實作：是否能認真討論各項問題,並將討論結果填寫在作答框內。	課綱:健體-生命-(生 J2, J7)-1 反毒認知教學-1	<input type="checkbox"/> 即時直播： <input type="checkbox"/> 預錄播放： <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:翰林電子書、翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他：	

		<p>義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體 -J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p>	<p>與不同性別者平均餘命健康指標的改善策略。</p>	<p>能的實施程序概念。</p> <p>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。</p> <p>1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。</p> <p>2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。</p> <p>3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，</p>	<p>3. 問答：是否能認真回應教師的問題。</p> <p>4. 觀察：是否認真參與討論。</p> <p>5. 實作：是否能檢視自己的健康狀態進行分析並提出改善方法。</p>			
--	--	--	-----------------------------	---	---	--	--	--

				並反省修正。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。				
第三週	第一篇健康滿點第二章身體的奧妙	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-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。	Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。 Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。 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。	1. 問答：是否能認真回應教師的問題。 2. 觀察：是否認真參與討論。 3. 實作：是否能分析自己的健檢報告並改善自己的生活型態、尋求專業醫療人員協助。	課綱:健體-生命-(生 J5)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播： <input type="checkbox"/> 預錄播放： <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:翰林電子書、翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他：	
第四週	第一篇健康滿點第二章	健體-J-A2 具備理解體育與健康情	Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概	1. 觀察：是否能認真聆聽。	課綱:健體-生命-(生 J5)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播： <input type="checkbox"/> 預錄播放： <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教	

	身體的奧妙	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-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。	Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。	念。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 4a-IV-1 運用適當的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。 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. 實作：是否確實觀察同學的坐姿和站姿，並努力維持自己做到正確的姿勢。		學：翰林電子書、翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他：	
第五週	第一篇健康點第二章身體的奧妙	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	Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。 Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 4a-IV-1 運用適當的健康資訊、	1. 觀察：是否能認真聆聽。 2. 討論：是否認真參與討論並分享討論結果。	課綱：健體-生命-(生 J5)-1	執行日期：9/25~9/29 <input type="checkbox"/> 即時直播： <input type="checkbox"/> 預錄播放： <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：翰林電子書、翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他：	

		<p>與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體 -J-B3 具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與表現方式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。</p>		<p>產品與服務，擬定健康行動策略。</p> <p>4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p> <p>4b-IV-3 公開進行健康倡導，展現對他人促進健康的信念或行為的影響力。</p>				
第六週	<p>第一篇健康點第二章的奧妙</p>	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體 -J-B3 具備審美與表現的能力，</p>	<p>Da-IV-2 身體各系統、器官的構造與功能。</p> <p>Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。</p>	<p>1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>4a-IV-1 運用適當的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。</p> <p>4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的</p>	<p>1. 問答：是 否能認真回應教師的問題。</p> <p>2. 觀察：是 否認真參與討論。</p> <p>3. 實作：是 否能找出查詢健康訊息的可靠網站。</p> <p>4. 實作：是 否能分析自己的一日生活的健康行為，並說出改善</p>	<p>課綱:健體-生命-(生 J5)-3</p> <p>課綱:健體-閱讀-(閱 J3)-3</p> <p>課綱:健體-健康飲食教育-3</p>	<p><input type="checkbox"/>即時直播：</p> <p><input type="checkbox"/>預錄播放：</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>現有平台教學:翰林電子書、翰林行動大師</p> <p><input type="checkbox"/>其他：</p>	

		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。		行動。 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。	自身不健康行為的方式。			
第七週	第二篇健康照第一寵eye百分比	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	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。	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。 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。	1. 觀察: 是否能認真聆聽。 2. 發表: 是否能說出眼睛各部位的構造與作用。	課綱: 健體-生命-(生 J5)-1 課綱: 健體-閱讀-(閱 J3)-1 課綱: 健體-健康飲食教育-3	<input type="checkbox"/> 即時直播: <input type="checkbox"/> 預錄播放: <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 翰林電子書、翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他:	

		與解決體育與健康的問題。 健體 -J-A3 具備善用體育與健康的資源,以擬定運動與保健計畫,有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。						
第八週 (三次段考)	第二篇 健康照 第一章 寵eye 百分百 (段考週)	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	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。	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。 3b-IV-4 因應不	1. 觀察: 是否能認真聆聽。 2. 發表: 是否能說出眼睛各部位的構造與作用。 3. 觀察: 是否確實檢視自己的用眼習慣。 4. 實作: 是否確實檢核自己的護眼習慣。 5. 觀察: 是否能從自己	課綱: 健體-生命-(生 J5)-1 課綱: 健體-閱讀-(閱 J3)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播: <input type="checkbox"/> 預錄播放: <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學: 翰林電子書、翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他:	

		境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體 -J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。		同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。	的生活方式找出視力不良的原因，並寫下維持並減緩視力惡化做出的改變。			
第九週	第二篇健康照護第二章健康從齒開始	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	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病。	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。	1. 觀察：是否能正確說出牙齒的構造。 2. 觀察：是否能正確說出齲齒的發生過程。	課綱：健體-安全-(安 J1)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播： <input type="checkbox"/> 預錄播放： <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：翰林電子書、翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他：	

		<p>義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體 -J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p>		<p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p> <p>4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>				
第十週	第二篇 健康照護 第二章 健康從	健體-J-A1 具備體育與健康的知能	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。 Da-IV-3 視力、	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝	1. 觀察：是否能正確說出如何照護自己的牙齒。	課綱:健體-安全-(安 J1)-1	執行日期： 10/30~11/3 <input type="checkbox"/> 即時直播：	

	<p>齒開始</p>	<p>與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體 -J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創</p>	<p>口腔保健策略與相關疾病。</p>	<p>擊與風險。</p> <p>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p> <p>4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>2. 實作：是否能正確使用潔牙工具。</p> <p>3. 實作：是否能確實檢測自己的牙齒狀況。</p>		<p><input type="checkbox"/>預錄播放：</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>現有平台教學：翰林電子書、翰林行動大師</p> <p><input type="checkbox"/>其他：</p>	
--	------------	--	---------------------	--	--	--	---	--

		新求變的能力。						
第十一週	第二篇 健康照護 第三章 皮膚保衛戰	<p>健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體 -J-A3</p>	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。	<p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>3a-IV-1 精熟地操作健康技能。</p> <p>4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>1. 觀察：是否能認真聆聽。</p> <p>2. 觀察：是否能正確說出皮膚的構造。</p>	課綱:健體-生命-(生 J5)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播： <input type="checkbox"/> 預錄播放： <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：翰林電子書、翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他：	

		具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。						
第十二週	第二篇 健康照護 第三章 皮膚保衛戰	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	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 3a-IV-1 精熟地操作健康技能。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	1. 觀察：是否能認真聆聽。 2. 觀察：是否能正確說出青春痘的成因。 3. 觀察：是否能正確操作洗臉步驟。 4. 觀察：是否能正確執行皮膚防晒步驟。	課綱:健體-生命-(生 J5)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播： <input type="checkbox"/> 預錄播放： <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:翰林電子書、翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他：	

		運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體 -J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。						
第十三週	第二篇 健康照 護 第四章 聽力保 健	健體 -J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。	Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。	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。 4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。	1. 觀察：是否能認真聆聽。 2. 觀察：是否能判斷健康習慣。 3. 觀察：是否能正確說出耳朵的構造。	課綱：健體-生命-(生 J5)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播： <input type="checkbox"/> 預錄播放： <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學：翰林電子書、翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他：	

<p>第十四週 (三次段考)</p>	<p>第二篇 健康照 護 第四章 聽力保 健(段考 週)</p>	<p>健體 -J-A3 具備善用體 育與健康的 資源,以擬定 運動與保健 計畫,有效執 行並發揮主 動學習與創 新求變的能 力。</p>	<p>Da-IV-1 衛生保 健習慣的實踐方 式與管理策略。</p>	<p>1a-IV-3 評估內 在與外在的行為 對健康造成的衝 擊與風 險。 1b-IV-4 提出健 康自主管理的行 動策略。 4a-IV-2 自我監 督、增強個人促 進健康的行動, 並反省修 正。</p>	<p>1. 觀察: 是 否能認真聆 聽。 2. 觀察: 是 否能了解耳 朵常見問 題。 3. 觀察: 是 否能判斷健康 習慣。</p>	<p>課綱: 健體-生命-(生 J5)-1</p>	<p><input type="checkbox"/>即時直播: <input type="checkbox"/>預錄播放: <input checked="" type="checkbox"/>現有平台教 學: 翰林電子書、 翰林行動大師 <input type="checkbox"/>其他:</p>	
<p>第十五週</p>	<p>第三篇 快樂青 春行 第一章 蛻變的 你</p>	<p>健體-J-A1 具備體育與 健康的知能 與態度,展 現自我運動 與保健潛 能,探索人 性、自我價 值與生命意 義,並積極 實踐,不輕 言放棄。 健體-J-A2 具備理解體 育與健康情 境的全貌,</p>	<p>Db-IV-1 生殖器 官的構造、功能 與保健及懷孕生 理、優生保健。 Db-IV-2 青春 期身心變化的調 適與性衝動健康 因應的策略。</p>	<p>1a-IV-3 評估內 在與外在的行為 對健康造成的衝 擊與風險。 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。 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 進行調適並修</p>	<p>1. 問答: 能 說出自己青 春期身體的 改變。 2. 觀察: 是 否能認真聆 聽。 3. 實作: 是 否能根據圖 片勾選出自 己進入青春 期後出 現的改變。</p>	<p>課綱: 健體-生命-(生 J2)-1</p>	<p>執行日期: 12/4~12/8 <input type="checkbox"/>即時直播: <input type="checkbox"/>預錄播放: <input checked="" type="checkbox"/>現有平台教 學: 翰林電子書、 翰林行動大師 <input type="checkbox"/>其他:</p>	

	<p>並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p> <p>健體 -J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。</p>		<p>正，持續表現健康技能。</p>				
--	---	--	--------------------	--	--	--	--

第十六週	<p>第三篇 快樂青春 行第一 章的變 蛇的你</p>	<p>健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保</p>	<p>Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。</p> <p>Db-IV-2 青春身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。</p>	<p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。</p> <p>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。</p>	<p>1. 觀察：是否能認真聆聽。</p> <p>2. 實作：是否做到經期衛生保健的項目，若沒有做到，請分析原因並提出改善方法。</p>	<p>課綱:健體-生命-(生 J2)-1</p>	<p><input type="checkbox"/>即時直播：</p> <p><input type="checkbox"/>預錄播放：</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>現有平台教學：翰林電子書、翰林行動大師</p> <p><input type="checkbox"/>其他：</p>	
------	---	--	--	---	--	--------------------------	--	--

		<p>健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p> <p>健體 -J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。</p>						
第十七週	<p>第三篇 快樂青春 行第一章 蛻變的你</p>	<p>健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p>	<p>Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。</p> <p>Db-IV-2 青春身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。</p>	<p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>1b-IV-4 提出健康自主管理的行動策略。</p> <p>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>2b-IV-2 樂於實</p>	<p>1. 觀察：是否認真聆聽。</p> <p>2. 實作：是否能確實根據課文提問寫下自己的情形。</p>	<p>課綱：健體-生命-(生 J2)-1</p>	<p><input type="checkbox"/>即時直播：</p> <p><input type="checkbox"/>預錄播放：</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>現有平台教學：翰林電子書、翰林行動大師</p> <p><input type="checkbox"/>其他：</p>	

		<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p> <p>健體-J-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</p>	<p>踐健康促進的生活型態。</p> <p>3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。</p>				
--	--	---	--	--	--	--	--

		覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。						
第十八週	第三篇 快樂青春 行第二章 打造無二 的一我	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-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體 -J-B3	Db-IV-2 青春身心變化的調適與衝動健康因應的策略。 Fa-IV-1 自我認同與自我實現。	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。 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。 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. 觀察：是否能認真聆聽。 2. 實作：是否能認真填寫活動中的問題。	課綱:健體-生命-(生 J2)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播： <input type="checkbox"/> 預錄播放： <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:翰林電子書、翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他：	

		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。						
第十九週	第三篇 快樂青春 第二章 打造無二 的我	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-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健	Db-IV-2 青春身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。 Fa-IV-1 自我認同與自我實現。	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。 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。 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. 觀察：是否能認真聆聽。 2. 實作：是否能認真參與活動。	課綱:健體-生命-(生 J2)-1	<input type="checkbox"/> 即時直播： <input type="checkbox"/> 預錄播放： <input checked="" type="checkbox"/> 現有平台教學:翰林電子書、翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他：	

		<p>的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>健體 -J-B3 具備審美與表現的能力，了解運動與健康在美學上的特質與表現方式，以增進生活中的豐富性與美感體驗。</p>						
第二十週	<p>第三篇 青春行 第三章 打破刻板印象</p>	<p>健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並</p>	<p>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</p>	<p>3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p> <p>4b-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>觀察 是否能認真聆聽。</p>	<p>法定：健體 - 性平 -(性 J1, J2, J3, J11, J12)-1</p>	<p><input type="checkbox"/>即時直播：</p> <p><input type="checkbox"/>預錄播放：</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>現有平台教學：翰林電子書、翰林行動大師</p> <p><input type="checkbox"/>其他：</p>	

		<p>在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>健體 -J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。</p>						
<p>第二十一週 (三次段考)</p>	<p>第三篇 快樂青春行 第三章 打破刻板 印象 (段考週)</p>	<p>健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能</p>	<p>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</p>	<p>3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p> <p>4b-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p>	<p>1. 觀察：是否能認真聆聽。</p> <p>2. 實作：是否能確實針對活動內容做填寫。</p>	<p>法定：健體 - 性平 -(性 J1, J2, J3, J11, J12)-1</p>	<p><input type="checkbox"/>即時直播：</p> <p><input type="checkbox"/>預錄播放：</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>現有平台教學：翰林電子書、翰林行動大師</p> <p><input type="checkbox"/>其他：</p>	

		<p>與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>健體 -J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。</p>						
<p>第二十二週 114/1/20 第一學期課程結束</p>	<p>第三篇快樂青春行第三章打破刻板印象課程結束</p>	<p>健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及</p>	<p>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。</p>	<p>3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動，並反省修正。</p> <p>4b-IV-3 持續地執行促進健康及</p>	<p>1. 觀察：是否認真聆聽。</p> <p>2. 實作：是否能確實針對活動內容做填寫。</p>	<p>法定：健體 - 性平 -(性 J1, J2, J3, J11, J12)-1</p>	<p><input type="checkbox"/>即時直播：</p> <p><input type="checkbox"/>預錄播放：</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>現有平台教學：翰林電子書、翰林行動大師</p> <p><input type="checkbox"/>其他：</p>	<p>第三篇快樂青春行第三章打破性別刻板印象 (段考週)</p>

		<p>合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>健體-J-C3</p> <p>具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際體育與健康議題，並尊重與欣賞其間的差異。</p>		減少健康風險的行動。				
--	--	--	--	------------	--	--	--	--

註 1：若為一個單元或主題跨數週實施，可合併欄位書寫。

註 2：「議題融入」中「法定議題」為必要項目，課綱議題則為鼓勵填寫。(例：法定/課綱：領域-議題-(議題實質內涵代碼)-時數)

(一) 法定議題：性別平等教育、環境教育課程、海洋教育、家庭教育、生涯發展教育 (含職業試探、生涯輔導課程)、性侵害防治教育課程、交通安全教育、反毒認知教學、家庭暴力防治教育、低碳環境教育、愛滋病宣導、健康飲食教育、水域安全宣導教育課程、登革熱防治教育、全民國防教育、兒童權利公約、兒童及少年性剝削防制教育。

(二) 課綱議題：性別平等、環境、海洋、家庭教育、人權、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育。

註 3：九年級第二學期須規劃學生畢業考後或國中會考後至畢業前課程活動之安排。

註 4：須依據本土語文/臺灣手語各語種實際開課情形填寫課程計畫。

註 5：依據「高雄市高級中等以下學校線上教學計畫」第七點所示：「疫情趨緩後維持線上教學：(一) 全校性線上教學後續得以每月實施 1 次或每學期實施 3 次為原則，各班級均須實施。學校得視不同年級，彈性調整次數，並應事前與師生及家長充分說明。……(四) 鼓勵學校於各領

域課程計畫規劃時，每學期至少實施 3 次線上教學。」，故請各校於每學期各領域/科目課程計畫「線上教學」欄勾選，並註明預計實施線上教學之方式。