

113學年一甲國中九年級第 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)
			學習內容	學習表現				
第一週 2/11 開學日, 2/15 正式上課	第一篇有愛無礙 第1章 揭開 「性」的 真實面 紗	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。	Db-IV-7 健康 性價值觀的建 立, 色情的辨識 與媒體色情訊 息的批判能力。	2b-IV-1 堅守健 康的生活規範、 態度與價值觀。 3b-IV-3 熟悉大 部份的「決策與 批判」技能。	1. 觀察: 能 否認真聆 聽。 2. 發表: 能 認真參與討 論。 3. 問答: 能 說出色情對 青少年的影 響。4. 觀 察: 能熱烈 參與討論並 踴躍發言。	法定: 健體-性平-(性 J7)-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:	
第二週	第一篇有愛無礙 第1章 揭開 「性」的 真實面 紗	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	Db-IV-7 健康 性價值觀的建 立, 色情的辨識 與媒體色情訊 息的批判能力。	2b-IV-1 堅守健 康的生活規範、 態度與價值觀。 3b-IV-3 熟悉大 部份的「決策與 批判」技能。	1. 問答: 能 說出面對 色情的正確 方法。 2. 觀察: 能 熱烈參與討 論並踴躍發 言。	法定: 健體-性平-(性 J4)-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:	

		覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。					
第三週	第一篇無礙第二章要等待	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-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。	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-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。	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-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：是否能認真聽課。2. 問答：是否能主動分享自己的想法。	課綱:健體-生命-(生 J6)-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：

<p>第四週</p>	<p>第一篇無礙第二章真愛等待</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-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>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-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。</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。 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。</p>	<p>1. 觀察：進行討論時能具體舉出解決方法。</p>	<p>課綱:健體-生命-(生 J6)-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>第五週</p>	<p>第一篇無礙第三章性病知多少</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</p>	<p>Db-IV-8 愛滋病及其他性病的預防方法與關懷。</p>	<p>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 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。</p>	<p>1. 觀察：能否認真聆聽。 2. 發表：是否能認真參與討論。</p>	<p>法定:健體-性平-(性 J4)-1 法定:健體-性侵害防治教育課程-1 法定:健體-性剝削防制教育課程或宣導-1 法定:健體-愛滋病宣導-1</p>	<p>執行日期： 3/11~3/15 <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、</p>	

		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-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。		4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。			翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他：	
第六週 1	第一篇無礙 第3章性病知多少	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。	Db-IV-8 愛滋病及其他性病的預防方法與關懷。	2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 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。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	1. 觀察：能否認真聆聽。 2. 發表：是否能認真參與討論。	法定：健體-性平-(性 J4)-1 法定：健體-性侵害防治教育課程-1 法定：健體-性剝削防制教育課程或宣導-1 法定：健體-愛滋病宣導-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：	

		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。						
第七週 (三次段考)	第一篇 有愛無 礙 第3章 性病知 多少(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-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	Db-IV-8 愛滋 病及其他性病 的預防方法與 關懷。	2a-IV-2 自主思 考健康問題所 造成的威脅感與嚴 重性。 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。 4b-IV-1 主動並 公開表明個人對 促進健康的觀點 與立場。	1. 觀察：能 否認真聆 聽。 2. 發表：是 否能認真參 與討論。	法定:健體-性平-(性 J4, J5)-1 法定:健體-性侵害防治教育課程-1 法定:健體-性剝削防制教育課程或 宣導-1 法定:健體-愛滋病宣導-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：	

		意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。					
第八週	第二篇 人際好關係 第1章 拉近彼此距離	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-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。	Fa-IV-3 有利人際關係的因素分析與溝通技巧。	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	1. 觀察：是否認真聆聽。 2. 發表：是否能踴躍發表自己的想法。 3. 發表：是否能認真參與討論。 4. 實作：是否能確實完成課本上的勾選與填答。 5. 實作：是否能確實完成課本上的衝突處理關鍵問題。	課綱:健體-品德-(品 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：

第九週	第二篇 人際好關係 第1章 拉近彼此距離	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-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。	Fa-IV-3 有利人際關係的因素分析與溝通技巧。	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	1. 觀察：是否認真聆聽。 2. 實作：確實完成溝通技巧的練習。	課綱:健體-人權-(人 J6, J8)-1 課綱:健體-安全-(安 J7)-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：	
第十週	第二篇 人際好關係 第1章 拉近彼此距離	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	Fa-IV-3 有利人際關係的因素分析與溝通技巧。	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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-2 熟悉各	1. 觀察：是否認真聆聽。 2. 實作：確實完成溝通技巧的練習。	課綱:健體-人權-(人 J6, J8)-1 課綱:健體-安全-(安 J7)-1	執行日期： 4/15~4/19 <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、	

		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-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。		種人際溝通互動技能。			翰林行動大師 <input type="checkbox"/> 其他：	
第十一週	第二篇 人際好 關係 第2章 和諧的 家人關 係	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。	Fa-IV-2 家庭衝突的協與問題解決技巧。	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	1. 觀察：是否能認真聆聽。2. 分享：踴躍發表自己的想法。	課綱:健體-品德-(品 J1)-1 法定:健體-家庭-(家 J5)-1 <b>法定:健體-家庭暴力防治-1</b>	<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：	



		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。					
第十二週	第二篇 人際好關係 第2章 和諧的 家人關係	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-B1 備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互	Fa-IV-2 家庭衝突的協與問題解決技巧。	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	1. 觀察：能熱烈參與討論。2. 分享：踴躍發表自己的想法。	課綱:健體-品德-(品 J1)-1 法定:健體-家庭-(家 J5)-1 <b>法定:健體-家庭暴力防治-1</b>	<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：

		動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。						
第十三週 (三次段考)	第二篇人際好關係 第2章和諧的家人關係(段考週)	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-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	Fa-IV-2 家庭衝突的協與問題解決技巧。	2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。 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-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	1. 觀察：能熱烈參與討論。2. 分享：踴躍發表自己的想法。	課綱:健體-品德-(品 J1)-1 法定:健體-家庭-(家 J5)-1 法定:健體-家庭暴力防治-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：	

		中。						
第十四週	第三篇 環境安全總動員 第1章 居家安全體檢	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。	Bb-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 Bb-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。	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。 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：能否認真聆聽。 2. 實作：能說出影響居家安全的因素及解決之道。	課綱:健體-安全-(安J1, J2, J3, J4)-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：	
第十五週	第三篇 環境安全總動員 第1章 居家安全體檢	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。	Bb-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 Bb-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。	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。 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：能否認真聆聽。 2. 實作：能說出影響居家安全的因素及解決之道。	課綱:健體-安全-(安J1, J2, J3, J4)-1	執行日期： 5/20-5/24 <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：	

第十六週	第三篇 環境安全總動員 第2章 防震準備 好	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。	Bb-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。	1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 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：能否認真聆聽。 2. 發表：是否能說出地震對生命財產的影響。 3. 發表：是否能說出逃生技巧。	課綱:健體-安全-(安J1, J2, J3, J4, J8)-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：	
第十七週 114/6/4-114/6/10 國中畢業典禮週	第三篇 環境安全總動員 第3章 交通安全 知與行	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。	Ba-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。	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。 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：能認真聆聽。 2. 發表：能說出影響交通安全的因素及解決之道。	課綱:健體-安全-(安J1, J2, J3, J4)-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：	

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。