

道明中學 八年級部定(領域)課程健康領域計畫 (下學期)

| 週次            | 單元/主題名稱                           | 對應領域<br>核心素養指標                                                                                                                                                                                | 教學/學習重點                                                                                                           |                                                                                                                                                                       | 評量方式                          | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填) | 議題融入                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               |                                   |                                                                                                                                                                                               | 學習內容                                                                                                              | 學習表現                                                                                                                                                                  |                               |                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 一<br>8/31-9/4 | 第1單元歌詠青春<br>合奏曲<br>第1章飛揚青春擁<br>抱愛 | <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-B1:具備情意表達的能力，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。</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>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>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。</p> <p>Db-IV-6:青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</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>2a-IV-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</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>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> | <p>1. 口頭評量</p> <p>2. 紙筆評量</p> | <p>綜合活動</p> <p>社會</p>      | <p>【性別平等教育】</p> <p>性 J1:接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>性 J7:解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 J2:關懷國內人權議題，提出一個符合正義的社會藍圖，並進行社會改進與行動。</p> <p>人 J5:了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。</p> <p>人 J6:正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。</p> |

| 週次             | 單元/主題名稱                           | 對應領域<br>核心素養指標                                                                                                                                                                 | 教學/學習重點                                                                                            |                                                                                                                                                    | 評量方式               | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填) | 議題融入                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |                                   |                                                                                                                                                                                | 學習內容                                                                                               | 學習表現                                                                                                                                               |                    |                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 二<br>9/7-9/11  | 第1單元歌詠青春<br>合奏曲<br>第1章飛揚青春擁<br>抱愛 | 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。<br>健體-J-B1:具備情意表達的能力，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。<br>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-3:多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。<br>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。<br>Db-IV-6:青少年性行為之法律規範與明智抉擇。 | 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。<br>2a-IV-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。<br>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。<br>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. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 | 綜合活動<br>社會                 | 【性別平等教育】<br>性 J1:接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。<br>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。<br>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。<br>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。<br>性 J7:解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。<br>【人權教育】<br>人 J2:關懷國內人權議題，提出一個符合正義的社會藍圖，並進行社會改進與行動。<br>人 J5:了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。<br>人 J6:正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。 |
| 三<br>9/14-9/18 | 第1單元歌詠青春<br>合奏曲<br>第1章飛揚青春擁       | 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                                                                                                                                              | Db-IV-3:多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。                                                                     | 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                                                                                                                  | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 | 綜合活動<br>社會                 | 【性別平等教育】<br>性 J1:接納自我與尊重他人的性傾                                                                                                                                                                                                                                                                                |

| 週次             | 單元/主題名稱                           | 對應領域<br>核心素養指標                                                                                                                                               | 教學/學習重點                                                                     |                                                                                                                                      | 評量方式                          | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填) | 議題融入                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |                                   |                                                                                                                                                              | 學習內容                                                                        | 學習表現                                                                                                                                 |                               |                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                | 抱愛                                | <p>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-B1:具備情意表達的能力，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。</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>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。</p> <p>Db-IV-6:青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</p> | <p>能。</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>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>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> |                               |                            | <p>向、性別特質與性別認同。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>性 J7:解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。</p> <p><b>【人權教育】</b></p> <p>人 J2:關懷國內人權議題，提出一個符合正義的社會藍圖，並進行社會改進與行動。</p> <p>人 J5:了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。</p> <p>人 J6:正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。</p> |
| 四<br>9/21-9/25 | 第 1 單元歌詠青春<br>合奏曲<br>第 2 章青春愛的練習曲 | 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>Db-IV-4:愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。</p> <p>Db-IV-6:青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</p>    | <p>1a-IV-2:分析個人與群體健康的影響因素。</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-3:因應生活情境</p>                                           | <p>1. 口頭評量</p> <p>2. 紙筆評量</p> |                            | <p><b>【性別平等教育】</b></p> <p>性 J1:接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。</p> <p>性 J11:去除性別</p>                                                                                                                                                                                                                                                 |

| 週次                     | 單元/主題名稱                           | 對應領域<br>核心素養指標                                                                                                                                                                                                                                 | 教學/學習重點                                                                  |                                                                                                                                                           | 評量方式                       | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填) | 議題融入                                                                                                 |
|------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                | 學習內容                                                                     | 學習表現                                                                                                                                                      |                            |                            |                                                                                                      |
|                        |                                   | <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-B1:具備情意表達的能力，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。</p> <p>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。</p>                                                    |                                                                          | <p>的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。</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>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>五<br/>9/28-10/2</p> | <p>第1單元歌詠青春合奏曲<br/>第2章青春愛的練習曲</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-B1:具備情意表達的能力，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。</p> <p>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</p> | <p>Db-IV-4:愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。</p> <p>Db-IV-6:青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</p> | <p>1a-IV-2:分析個人與群體健康的影響因素。</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-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>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. 口頭評量<br/>2. 紙筆評量</p> |                            | <p><b>【性別平等教育】</b><br/>性 J1:接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。<br/>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> |

| 週次               | 單元/主題名稱                             | 對應領域<br>核心素養指標                                                                                                                                                                                                                                | 教學/學習重點                                                                 |                                                                                                                                        | 評量方式               | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填) | 議題融入                                                                                 |
|------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|                  |                                     |                                                                                                                                                                                                                                               | 學習內容                                                                    | 學習表現                                                                                                                                   |                    |                            |                                                                                      |
|                  |                                     | 中培育相互合作及與人和諧互動的素養。                                                                                                                                                                                                                            |                                                                         |                                                                                                                                        |                    |                            |                                                                                      |
| 六<br>10/5-10/9   | 第1單元歌詠青春合奏曲<br>第2章青春愛的練習曲           | 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。<br>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。<br>健體-J-B1:具備情意表達的能力,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。<br>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。 | Db-IV-4:愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。<br>Db-IV-6:青少年性行為之法律規範與明智抉擇。           | 1a-IV-2:分析個人與群體健康的影響因素。<br>1a-IV-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。<br>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。<br>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. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 |                            | 【性別平等教育】<br>性 J1:接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。<br>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。 |
| 七<br>10/12-10/16 | 第1單元歌詠青春合奏曲<br>第3章青春變奏曲<br>【第一次評量週】 | 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。<br>健體-J-B1:具備情意表達的能力,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。<br>健體-J-B2:具備善用體                                                                                                        | Db-IV-4:愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。<br>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。 | 1a-IV-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。<br>2a-IV-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。<br>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. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 |                            | 【性別平等教育】<br>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。                                          |

| 週次               | 單元/主題名稱                     | 對應領域<br>核心素養指標                                                                                                                                                                                                                               | 教學/學習重點                                                                 |                                                                                                      | 評量方式               | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填) | 議題融入                                        |
|------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------|---------------------------------------------|
|                  |                             |                                                                                                                                                                                                                                              | 學習內容                                                                    | 學習表現                                                                                                 |                    |                            |                                             |
|                  |                             | 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。<br>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。                                                                                                                                       |                                                                         |                                                                                                      |                    |                            |                                             |
| 八<br>10/19-10/23 | 第1單元歌詠青春<br>合奏曲<br>第3章青春變奏曲 | 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。<br>健體-J-B1:具備情意表達的能力，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。<br>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。<br>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。 | Db-IV-4:愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。<br>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。 | 1a-IV-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。<br>2a-IV-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。<br>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. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 |                            | 【性別平等教育】<br>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。 |
| 九<br>10/26-10/30 | 第2單元健康飲食生活家<br>第1章飲食源頭探索趣   | 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                                                                                                                                                                                        | Ea-IV-1:飲食的源頭管理與健康的外食。<br>Eb-IV-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。                     | 1a-IV-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。<br>2a-IV-3:深切體會健康行動的自覺利益與障                                            | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 | 綜合活動<br>社會<br>自然科學         | 【家庭教育】<br>家 J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。           |

| 週次                | 單元/主題名稱                   | 對應領域<br>核心素養指標                                                                                                               | 教學/學習重點                                                                          |                                                                                                                                      | 評量方式               | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填) | 議題融入                              |
|-------------------|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------|-----------------------------------|
|                   |                           |                                                                                                                              | 學習內容                                                                             | 學習表現                                                                                                                                 |                    |                            |                                   |
|                   |                           | 與健康的問題。<br>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。                                                      | Eb-IV-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。                                                        | 礙。<br>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。<br>4a-IV-2:自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。                                                          |                    |                            |                                   |
| 十<br>11/2-11/6    | 第2單元健康飲食生活家<br>第1章飲食源頭探索趣 | 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。<br>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。 | Ea-IV-1:飲食的源頭管理與健康的外食。<br>Eb-IV-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。<br>Eb-IV-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。 | 1a-IV-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。<br>2a-IV-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。<br>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。<br>4a-IV-2:自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。 | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 | 綜合活動<br>社會<br>自然科學         | 【家庭教育】<br>家 J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 |
| 十一<br>11/9-11/13  | 第2單元健康飲食生活家<br>第1章飲食源頭探索趣 | 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。<br>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。 | Ea-IV-1:飲食的源頭管理與健康的外食。<br>Eb-IV-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。<br>Eb-IV-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。 | 1a-IV-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。<br>2a-IV-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。<br>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。<br>4a-IV-2:自我監督、增強個人促進健康的行動,並反省修正。 | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 | 綜合活動<br>社會<br>自然科學         | 【家庭教育】<br>家 J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 |
| 十二<br>11/16-11/20 | 第2單元健康飲食生活家<br>第2章安全衛生飲食樂 | 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。<br>健體-J-A3:具備善用體                                                | 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。                                                | 1a-IV-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。<br>2b-IV-2:樂於實踐健康促進的生活型態。<br>4a-IV-3:持續地執行促進健康及減少健康風險                                                 | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 | 綜合活動<br>自然科學               | 【家庭教育】<br>家 J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 |

| 週次                | 單元/主題名稱                               | 對應領域<br>核心素養指標                                                                                                                                                                       | 教學/學習重點                                                |                                                                                                                                 | 評量方式               | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填) | 議題融入                              |
|-------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------|-----------------------------------|
|                   |                                       |                                                                                                                                                                                      | 學習內容                                                   | 學習表現                                                                                                                            |                    |                            |                                   |
|                   |                                       | 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。<br>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。                                                                              |                                                        | 的行動。                                                                                                                            |                    |                            |                                   |
| 十三<br>11/23-11/27 | 第2單元健康飲食生活家<br>第2章安全衛生飲食樂             | 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。<br>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。<br>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。 | 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。                      | 1a-IV-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。<br>2b-IV-2:樂於實踐健康促進的生活型態。<br>4a-IV-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。                                        | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 | 綜合活動<br>自然科學               | 【家庭教育】<br>家 J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 |
| 十四<br>11/30-12/4  | 第2單元健康飲食生活家<br>第3章食品安全行動派<br>【第二次評量週】 | 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。                                                                                                                                | Eb-IV-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。<br>Eb-IV-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。 | 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。<br>2b-IV-2:樂於實踐健康促進的生活型態。<br>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。<br>4b-IV-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀 | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 | 綜合活動<br>社會<br>自然科學<br>科技   | 【家庭教育】<br>家 J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。 |



| 週次                | 單元/主題名稱                       | 對應領域<br>核心素養指標                                                                                                                                                                                                                        | 教學/學習重點                                                                         |                                                                                                                                                                  | 評量方式               | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填) | 議題融入                                                                       |
|-------------------|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
|                   |                               |                                                                                                                                                                                                                                       | 學習內容                                                                            | 學習表現                                                                                                                                                             |                    |                            |                                                                            |
| 十五<br>12/7-12/11  | 第2單元健康飲食<br>生活家<br>第3章食品安全行動派 | 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。                                                                                                                                                                                 | Eb-IV-2:健康消費行動方案與相關法規、組織。<br>Eb-IV-3:健康消費問題的解決策略與社會關懷。                          | 點與立場。<br>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。<br>2b-IV-2:樂於實踐健康促進的生活型態。<br>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。<br>4b-IV-1:主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。                    | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 | 綜合活動<br>社會<br>自然科學<br>科技   | 【家庭教育】<br>家 J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。                                          |
| 十六<br>12/14-12/18 | 第3單元無毒青春健康行<br>第1章致命的迷幻世界     | 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。<br>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策略，處理與解決體育與健康的問題。<br>健體-J-B1:具備情意表達的能力，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。<br>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。 | 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。<br>Bb-IV-5:拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。 | 1a-IV-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。<br>2a-IV-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。<br>3b-IV-2:熟悉各種人際溝通互動技能。<br>4b-IV-2:使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。<br>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. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 | 社會                         | 【品德教育】<br>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。<br>【法治教育】<br>法 J3:認識法律之意義與制定。 |
| 十七<br>12/21-12/2  | 第3單元無毒青春健康行                   | 健體-J-A1:具備體育與健康的知能與態度，展                                                                                                                                                                                                               | Bb-IV-3:菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，                                                       | 1a-IV-3:評估內在與外在的行為對健康造成的                                                                                                                                         | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 | 社會                         | 【品德教育】<br>生 J1:思考生活、                                                       |

| 週次              | 單元/主題名稱                              | 對應領域<br>核心素養指標                                                                                                                                                                                                                              | 教學/學習重點                                                                                    |                                                                                                                                                                                         | 評量方式                          | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填) | 議題融入                                                                                    |
|-----------------|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
|                 |                                      |                                                                                                                                                                                                                                             | 學習內容                                                                                       | 學習表現                                                                                                                                                                                    |                               |                            |                                                                                         |
| 5               | 第1章致命的迷幻世界                           | <p>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-B1:具備情意表達的能力，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。</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>以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。</p> <p>Bb-IV-5:拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</p>                          | <p>衝擊與風險。</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>3b-IV-2:熟悉各種人際溝通互動技能。</p> <p>4b-IV-2:使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</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>                         |                               |                            | <p>學校與社區的公共議題，培養與他人理性溝通的素養。</p> <p>【法治教育】<br/>法 J3:認識法律之意義與制定。</p>                      |
| 十八<br>12/28-1/1 | <p>第3單元無毒青春健康行</p> <p>第1章致命的迷幻世界</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-B1:具備情意表達的能力，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</p>                                         | <p>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。</p> <p>Bb-IV-5:拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</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>2a-IV-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>3b-IV-2:熟悉各種人際溝通互動技能。</p> <p>4b-IV-2:使用精確的資訊來支持自己健康促進的立場。</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> | <p>1. 口頭評量</p> <p>2. 紙筆評量</p> | 社會                         | <p>【品德教育】<br/>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。</p> <p>【法治教育】<br/>法 J3:認識法律之意義與制定。</p> |

| 週次             | 單元/主題名稱                                      | 對應領域<br>核心素養指標                                                                                                                                                                                                                         | 教學/學習重點                                                                   |                                                                                                   | 評量方式               | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填) | 議題融入                                 |
|----------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------|--------------------------------------|
|                |                                              |                                                                                                                                                                                                                                        | 學習內容                                                                      | 學習表現                                                                                              |                    |                            |                                      |
|                |                                              | 中。<br>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。                                                                                                                                                                            |                                                                           |                                                                                                   |                    |                            |                                      |
| 十九<br>1/4-1/8  | 第3單元無毒青春健康行<br>第2章成為毒害絕緣體                    | 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。<br>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。<br>健體-J-B1:具備情意表達的能力，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。<br>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。 | 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。<br>Bb-IV-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | 1b-IV-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。<br>2a-IV-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。<br>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. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 |                            | <b>【生涯規劃教育】</b><br>涯 J6:建立對於未來生涯的願景。 |
| 廿<br>1/11-1/15 | 第3單元無毒青春健康行<br>第2章成為毒害絕緣體<br><b>【第三次評量週】</b> | 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。<br>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                                                                                                                            | 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。<br>Bb-IV-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。 | 1b-IV-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。<br>2a-IV-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。<br>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. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 |                            | <b>【生涯規劃教育】</b><br>涯 J6:建立對於未來生涯的願景。 |

| 週次              | 單元/主題名稱      | 對應領域<br>核心素養指標                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 教學/學習重點                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 評量方式                          | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填)                  | 議題融入                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 學習內容                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 學習表現                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                               |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                 |              | <p>與創新求變的能力。<br/>健體-J-B1:具備情意表達的能力,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。</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>                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                               |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 廿一<br>1/18-1/22 | 複習全冊<br>複習全冊 | <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-B1:具備情意表達的能力,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。</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</p> | <p>Aa-IV-1:生長發育的自我評估與因應策略。</p> <p>Aa-IV-2:人生各階段的身心發展任務與個別差異。</p> <p>Aa-IV-3:老化與死亡的意義與自我調適。</p> <p>Ba-IV-1:居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。</p> <p>Ba-IV-2:居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。</p> <p>Ba-IV-3:緊急情境處理與止血、包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。</p> <p>Ba-IV-4:社區環境安全的行動策略。</p> <p>Bb-IV-1:正確購買與使用藥品的行動策略。</p> <p>Bb-IV-2:家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。</p> <p>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</p> | <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>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>1a-IV-4:理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>1b-IV-1:分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>1b-IV-2:認識健康技能和生活技能的實施程序概念。</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>1. 口頭評量</p> <p>2. 紙筆評量</p> | <p>綜合活動</p> <p>社會</p> <p>自然科學</p> <p>科技</p> | <p><b>【性別平等教育】</b></p> <p>性 J1:接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>性 J7:解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視。</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> |

| 週次 | 單元/主題名稱 | 對應領域<br>核心素養指標                                                                                                                                                                                                                                                                      | 教學/學習重點                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 評量方式 | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填)                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 議題融入 |
|----|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
|    |         |                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 學習內容                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 學習表現                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |      |
|    |         | <p>習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。</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>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>家庭、社會的影響。</p> <p>Bb-IV-4:面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。</p> <p>Bb-IV-5:拒絕成癮物質的自主行動與支持性規範、戒治資源。</p> <p>Ca-IV-1:健康社區的相關問題改善策略與資源。</p> <p>Ca-IV-2:全球環境問題造成的健康衝擊與影響。</p> <p>Ca-IV-3:環保永續為基礎的綠色生活型態。</p> <p>Da-IV-1:衛生保健習慣的實踐方式與管理策略。</p> <p>Da-IV-2:身體各系統、器官的構造與功能。</p> <p>Da-IV-3:視力、口腔保健策略與相關疾病。</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>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:青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。</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>Db-IV-4:愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。</p> <p>Db-IV-5:身體自主權維</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>2a-IV-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>2b-IV-1:堅守健康的生活規範、態度與價值觀。</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>3a-IV-1:精熟地操作健康技能。</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-1:熟悉各種自我調適技能。</p> <p>3b-IV-2:熟悉各種人際溝通互動技能。</p> <p>3b-IV-3:熟悉大部份的決策與批判技能。</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-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>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>4a-IV-3:持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。</p> |      | <p><b>【人權教育】</b><br/>人 J2:關懷國內人權議題，提出一個符合正義的社會藍圖，並進行社會改進與行動。</p> <p>人 J5:了解社會上有不同的群體和文化，尊重並欣賞其差異。</p> <p>人 J6:正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。</p> <p><b>【家庭教育】</b><br/>家 J6:覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p> <p><b>【品德教育】</b><br/>品 J1:溝通合作與和諧人際關係。</p> <p><b>【法治教育】</b><br/>法 J3:認識法律之意義與制定。</p> <p><b>【生涯規劃教育】</b><br/>涯 J6:建立對於未來生涯的願景。</p> |      |

| 週次 | 單元/主題名稱 | 對應領域<br>核心素養指標 | 教學/學習重點                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                       | 評量方式 | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填) | 議題融入 |
|----|---------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----------------------------|------|
|    |         |                | 學習內容                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 學習表現                                                                                                                                  |      |                            |      |
|    |         |                | 護的立場表達與行動，<br>以及交友約會安全策<br>略。<br>Db-IV-6: 青少年性行為<br>之法律規範與明智抉<br>擇。<br>Db-IV-7: 健康性價值觀<br>的建立，色情的辨識與<br>媒體色情訊息的批判能<br>力。<br>Db-IV-8: 愛滋病及其它<br>性病的預防方法與關<br>懷。<br>Ea-IV-1: 飲食的源頭管<br>理與健康的外食。<br>Ea-IV-2: 飲食安全評估<br>方式、改善策略與食物<br>中毒預防處理方法。<br>Ea-IV-3: 從生態、媒體<br>與保健觀點看飲食趨<br>勢。<br>Ea-IV-4: 正向的身體意<br>象與體重控制計畫。<br>Eb-IV-1: 媒體與廣告中<br>健康消費資訊的辨識策<br>略。<br>Eb-IV-2: 健康消費行動<br>方案與相關法規、組<br>織。<br>Eb-IV-3: 健康消費問題<br>的解決策略與社會關<br>懷。<br>Fa-IV-1: 自我認同與自<br>我實現。<br>Fa-IV-2: 家庭衝突的協<br>調與解決技巧。<br>Fa-IV-3: 有利人際關係<br>的因素與有效的溝通技 | 4b-IV-1: 主動並公開表<br>明個人對促進健康的觀<br>點與立場。<br>4b-IV-2: 使用精確的資<br>訊來支持自己健康促進<br>的立場。<br>4b-IV-3: 公開進行健康<br>倡導，展現對他人促進<br>健康的信念或行為的影<br>響力。 |      |                            |      |

| 週次              | 單元/主題名稱                         | 對應領域<br>核心素養指標                                               | 教學/學習重點                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                       | 評量方式               | 跨領域統整或<br>協同教學規劃<br>(無則免填) | 議題融入 |
|-----------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------|------|
|                 |                                 |                                                              | 學習內容                                                                                                                                                                                                           | 學習表現                                                                                                                  |                    |                            |      |
|                 |                                 |                                                              | 巧。<br>Fa-IV-4:情緒與壓力因應與調適的方案。<br>Fa-IV-5:心理健康的促進方法與異常行為的預防方法。<br>Fb-IV-1:全人健康概念與健康生活型態。<br>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。<br>Fb-IV-3:保護性的健康行為。<br>Fb-IV-4:新興傳染病與慢性病的防治策略。<br>Fb-IV-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。 |                                                                                                                       |                    |                            |      |
| 廿二<br>1/25-1/29 | 第1單永續經營健康路<br>第1章美妙的生命<br>【休業式】 | 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。 | Aa-IV-2:人生各階段的身心發展任務與個別差異。<br>Db-IV-1:生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。<br>Fb-IV-5:全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。                                                                                                                   | 1a-IV-3:評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。<br>2a-IV-2:自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。<br>2a-IV-3:深切體會健康行動的自覺利益與障礙。<br>3b-IV-3:熟悉大部份的決策與批判技能。 | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 | 綜合活動                       | 無    |

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：議題融入部分，請填註於進度表中。法定議題為必要項目，其它議題則鼓勵學校填寫。(例：法定/課綱：領域-領域-(議題實質內涵代碼)-時數)

■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、低  
碳環境教育、水域安全宣導教育課程、交通安全教育、家庭暴力防治、登革熱防治教育、健康飲食教育、愛滋病宣導、反毒

認知教學、全民國防教育。

■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：下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