

一 年級第 二 學期 健體 領域/健康教育科目課程計畫（新課綱）

| 週次    | 單元/主題<br>名稱               | 對應領域<br>核心素養指標                                               | 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                              |                           |                            |                                    |
| 1-3   | 第1單元 醫療消費面面觀<br>第1章傳染病的世界 | 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。 | Da-III-1 衛生保健習慣的改進方法。             | 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。         | 1. 觀察<br>2. 紀錄<br>3. 實作表現 |                            | 課綱：健體－人權（人J5）-1<br>法定：健體－登革熱防治教育-1 |
| 4-8   | 第2章運動關係大解密－運動營養           | 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。         | Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康的外食。            | 2b-V-2 因應多元的健康需求，積極調適與創新健康促進生活型態。 | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量        |                            | 法定：健體－生涯發展-1                       |
| 9-12  | 第3章醫藥保衛戰                  | 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-2 家庭、同儕、文化、媒體、廣告等傳達的藥品選購資訊。 | 1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。        | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量        |                            | 法定：健體－性別（性J11）-1                   |
| 13-14 | 第2單元為                     | 健體-J-B1 具備                                                   | Bb-IV-3 菸、酒、檳                     | 2a-V-2 省思健康問                      | 1. 口頭評量                   |                            |                                    |

|       |                                  |                                                                                                   |                                              |                                                |                    |  |  |
|-------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------|--|--|
|       | 青春開一扇窗<br>第1章菸害<br>現形記           | 情意表達的 能力，能以同理心<br>與人溝通互動，<br>並 理解體育與保<br>健 的基本概念，<br>應用 於日常生活<br>中。                               | 椰、藥物的成分與成<br>癮性，以及 對個人身<br>心健康與家庭、社會<br>的影響。 | 題對個人、群體與國<br>際間所造成的威脅 感<br>與嚴重性。               | 2. 紙筆評量            |  |  |
| 15-17 | 第2章克癮<br>制勝                      | 健體-J-B2 具備<br>善用體育與 健康<br>相關的科 技、資<br>訊及媒體， 以增<br>進學習的素 養，<br>並察覺、思辨 人<br>與科技、資訊、<br>媒體的互動關<br>係。 | Bb-IV-4 面對成癮物<br>質的拒絕技巧與自我<br>控制。            | 1a-V-3 推論內在與<br>外在的行為對健康造<br>成的衝擊與風險。          | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 |  |  |
| 18-20 | 第3單元人<br>際健康家庭<br>第1章健康<br>家庭加油站 | 健體-J-C2 具備<br>利他及合群 的知<br>能與態度，並 在<br>體育活動和健 康<br>生活中培育相 互<br>合作及與人和 諧<br>互動的素養。                  | Fa-IV-2 家庭衝突的<br>協調與解決技巧。                    | 3b-IV-4 因應不同的<br>生活情境，善用各種<br>生活技能，解決健康<br>問題。 | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 |  |  |
| 21    | 第2章人際<br>關係停看聽                   | 健體-J-B1 具備<br>情意表達的 能力，能以同理心<br>與人溝通互動，<br>並 理解體育與保<br>健 的基本概念，<br>應用 於日常生活<br>中。                 | Fa-IV-1 自我認同與<br>自我實現。                       | 4a-IV-2 自我監督、<br>增強個人促進健康的<br>行動，並反省修正。        | 1. 口頭評量<br>2. 紙筆評量 |  |  |

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、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。

(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：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。(110學年度始適用)