

新北市 明志 國民中學 107 學年度 八 年級 下 學期 健體 領域課程計畫

設計者：林馨民

第 二 學期

一、本領域每週學習節數（3）節，本學期共（60）節。

二、本學期學習目標：

- （一）主動探索關於老化與死亡的問題，了解慢性病對健康的威脅，學習有效延遲發病時間及降低得病的風險。
- （二）了解各種急救技巧並能熟悉運用。
- （三）認識人際關係對個人的影響，並透過運動及網路建立良好的人際互動關係。
- （四）學習各種運動技能，積極參與各項身體活動。
- （五）培養學生個人運動專長，並進一步延伸到其它運動領域，達到運動人生目標

三、本學期課程內涵（◎表配合學校本位課程 ●表配合學校行事曆 ○表配合永續校園課程 ★表配合重要教育工作）

107 下學期 教學期程		領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	備註
準備週	2/3-2/9						
一	2/10-2/16	友善校園週 寒假結束 2/11 開學日領教科書、開學暨反霸凌宣誓、第三節正式上課、晨讀活動(一)	1-3-3 運用性與性別概念，分析個人與群體在工作、娛樂、人際關係及家庭生活等方面的行為。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 1-3-1 了解個體成長與動作發展的關係，藉	健康 1.說明懷孕不圖階段的症狀、身體與心理的變化，以及懷孕的風險。 2.運用爸爸陪伴媽媽產檢的日記，認識超音波檢查與簡介產檢項目，認識特殊異常情況。 體育	3	康軒版第四冊 1 美妙的生命	1.課前準備 2.實作及表現 1.實作及表現

			以發展運動潛能。 1-3-2 蒐集生長、發展的相關資訊，以提升個人體能與健康。 4-3-2 選擇提升休閒活動參與的方法，並執行個人終身運動計畫。 4-3-3 計畫及執行個人增進體適能表現的活動。 4-3-4 評估各種不同需求者的運動需求與計畫。	單元：體適能。 1.介紹並強調柔軟度與肌（耐）力對人體的重要性並測量坐姿體前彎與一分鐘屈膝仰臥起坐。 2.指導學生將測量出來的數值記錄在教育部的網路體適能護照中並與個人在七年級的記錄做比較，讓學生了解過去一年來個人的生活與運動習慣對身體的影響。 3.提供學生各種增進身體柔軟度的動態及靜態伸展操並要求學生平時在學校利用課餘時間或在家利用空閒時多做以改善個人的柔軟度。 4.提供學生可以提昇肌耐力的各種方式並鼓勵學生在平時空閒之時就應多做。 5.再次提醒學生柔軟度與肌（耐）力對個人身體的重要性並指導學生規劃、設計能夠改善或增進個人柔軟度與肌（耐）力的計畫並鼓勵學生努力完成自己設定的目標。		書籍 2.教育部體適能學習網站	2.觀察並記錄 3.網路體適能護照	
--	--	--	---	--	--	-------------------------------	---------------------------------	--

二	2/17-2/23	生涯發展週 品德教育影片宣 導(一)	1-3-3運用性與性別概念，分析個人與群體在工作、娛樂、人際關係及家庭生活等方面的行為。 7-3-1運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 1-3-1 了解個體成長與動作發展的關係，藉以發展運動潛能。 1-3-2 蒐集生長、發展的相關資訊，以提升個人體能與健康。 4-3-2 選擇提升休閒活動參與的方法，並執行個人終身運動計畫。 4-3-3 計畫及執行個人增進體適能表現的活動。 4-3-4 評估各種不同需求者的運動需求與計畫。	健康 1.介紹懷孕的三個孕期並瞭解胎兒的生長情形。 2.說明孕期應補充的營養與飲食禁忌。 體育 單元：體適能。 1.介紹爆發力對人體的重要性並測量立定跳遠。 2.指導學生將測量出來的數值記錄在教育部的網路體適能護照中並與個人在七年級時的記錄做比較，讓學生了解過去一年來個人的生活與運動習慣對身體的影響。 3.指導學生做幾項簡易提昇爆發力的動作並要求學生平時空餘時應多做。 4.再次提醒學生爆發力對個人身體的重要性並指導學生規劃設計改善、增進個人爆發力的計畫並鼓勵學生要努力的去達成自己所設定的目標。	3	康軒版第四冊 1 美妙的生命 1.體適能相關書籍 2.教育部體適能學習網站	1.課前準備 2.實作及表現 1.實作及表現 2.觀察並記錄 3.網路體適能護照	
---	-----------	--------------------------	--	--	---	---	---	--

三	2/26-3/2	環境教育週 ◆三月運動樂活月、2/28 和平紀念日放假、八年級校外教學、全國音樂比賽管樂合奏(預)、全國音樂比賽男聲合唱團(預)(宜蘭)	1-3-3 運用性與性別概念，分析個人與群體在工作、娛樂、人際關係及家庭生活等方面的行為。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 1-3-1 了解個體成長與動作發展的關係，藉以發展運動潛能。 1-3-2 蒐集生長、發展的相關資訊，以提升個人體能與健康。 4-3-2 選擇提升休閒活動參與的方法，並執行個人終身運動計畫。 4-3-3 計畫及執行個人增進體適能表現的活動。 4-3-4 評估各種不同需求者的運動需求與計畫。	健康 1.說明自然產與剖腹產的流程與優缺點，並體會生命誕生的奧妙。 2.介紹優生保健法中的各種健康服務：婚前健康檢查、孕期產檢、嬰幼兒健康服務內容。 體育 單元：體適能。 1.介紹心肺耐力對人體的重要性並測量 800（女生）及 1600（男生）公尺跑走。 2.指導學生將測量出來的數值登錄在教育部的網路體適能護照中，讓學生了解過去個人的生活習慣與運動習慣對身體的影響並與個人在七年級時的記錄做比較，讓學生了解過去一年來個人的生活與運動習慣對身體的影響。同時介紹該網站所提供的一些功能及使用方法。 3.介紹除了跑步之外的其他各種不同提昇心肺耐力的運	3	康軒版第四冊 1 美妙的生命 1.體適能相關書籍 2.教育部體適能學習網站	1.課前準備 2.實作及表現 1.實作及表現 2.觀察並記錄 3.體適能護照	
---	----------	---	--	---	---	---	---	--

				動方式並鼓勵學生選擇一種自己有興趣且適合自己去做的運動。 4.再次提醒學生心肺耐力對個人身體的重要性並指導學生規劃設計改善、增進個人柔軟度與肌(耐)力的計劃。 5.指導學生針對本學期所測量出來的各項數質訂定個人這半年的運動目標並努力實踐。 6.提供達到體適能各項標準值的學生體適能成績證明。				
四	3/3-3/9	家庭教育週 品德教育影片宣導(二)、九年級多元入學宣導、家長日	1-3-2 蒐集生長、發展的相關資訊，以提升個人體能與健康。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-2 評估個人及他人的表現方式，以改善運動技能。 3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。	健康 1.教師藉由學生分享自己小時候及長大的照片，說明人生不同階段的發展情形各不同。 2.說明人生各期的發展重點及主要的人生任務。 體育 單元：拔河 1.複習拔河基本規則。 2.講解示範拔河基本姿勢。 3.與他班進行比賽。	3	康軒版第四冊 2 生命的軌跡 拔河運動相關教材書籍及學習網站	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現 1.實作及表現 2.觀察並記錄	

			5-3-5 重視並能積極促進運動安全。					
五	3/10-3/16	運動樂活週 七年級「與作家有約」演講活動、新北市西區英語文競賽(預)、健康促進暨全校班際拔河比賽	1-3-2 蒐集生長、發展的相關資訊，以提升個人體能與健康。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-2 評估個人及他人的表現方式，以改善運動技能。 3-3-3 在個人和團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	健康 1.請學生完成習作我的學習紀錄，鼓勵學生從現在開始養成良好的生活習慣。 2.介紹影響健康狀態的四要素，並討論在現階段生活中如何增進自己的健康。 體育 單元：拔河 1.複習拔河基本規則。 2.說明拔河各種基本姿勢優缺點。 3.與他班進行比賽。	3	康軒版第四冊 2 生命的軌跡 拔河運動相關教材書籍及學習網站	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現 1.實作及表現 2.觀察並記錄	
六	3/17-3/23	悅讀閱樂週 閱讀活動開跑、課發會(一)、特教推行委員會、生涯發展教育執行委員會	1-3-2 蒐集生長、發展的相關資訊，以提升個人體能與健康。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-3 在個人或團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進	健康 1.教師藉由健康曲線教學活動，引入人生每個不同的階段。 體育 單元：羽球	3	康軒版第四冊 2 生命的軌跡 羽球運動相關教材書籍	1.觀察 2.紀錄 1.實作及表現 2.觀察並記錄	

			運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。 6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。	1.講解示範羽球反手發球的動作要領。 2.分組練習。 3.講解示範羽球正、反手挑球動作要領。 4.分組練習。		及學習網站		
七	3/24-3/30	防災教育週 第一次定期考、校園複合式防災宣導週、校園複合式防災演練(下午)、新北市升學博覽會	1-3-2 蒐集生長、發展的相關資訊，以提升個人體能與健康。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-3 在個人或團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。 6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。	健康 1.複習健康曲線，請學生思考人生每個不同的階段，影響健康曲線的因素。 體育 單元：羽球 1.複習羽球反手發球的動作要領。 2.複習羽球正、反手挑球動作要領。 3.分組練習。	3	康軒版第四冊 2 生命的軌跡 羽球運動相關教材書籍及學習網站	1.觀察 2.紀錄 1.實作及表現 2.觀察並記錄	
八	3/31-4/6	慎終追遠週 ◆四月歡樂兒童月、七年級語文競	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。	健康 1.用課本上的聯絡簿札記，	3	康軒版第四冊	1.觀察 2.實作及表	

		賽、4/4 兒童節放假、4/5 清明節放假	6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-3 在個人或團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。 6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。	引導學生進入本章主題。 2.請學生排出心目中的疾病順序，並說明原因，並請學班分享那些疾病在家人中較為常見的。 體育 單元：羽球 1.講解示範正拍殺球動作要領。 2.分組練習。 3.分組比賽。		3 認識慢性病(一)	現	
九	4/7-4/13	人權法治週 新北市英語歌曲演唱競賽、七年級校外教學、八年級職校參訪	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-3 在個人或團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。	健康 1.藉由十大死因的轉變，說明慢性病已成為國人的主要死因，探討其改變的因素。 體育 單元：籃球 1 講解示範地板傳接球動作	3	康軒版第四冊 3 認識慢性病(一) 籃球運動相關教材書籍及學習網站	1.觀察 2.實作及表現 1.實作及表現 2.觀察並記錄	

			3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。 6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。	要領。 2.分組練習。 3.講解示範胸前傳接球動作要領。 4.分組練習。 5.講解示範三角傳球。 6.分組練習。				
十	4/14-4/20	健康促進週 健康促進暨七年級五人制足球比賽	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-3 在個人或團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。 6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。	健康 1.介紹國人的第一大死因——癌症。 體育 單元：籃球 1 複習地板傳接球及胸前傳接球動作。 2.分組練習。 3.講解示範四角傳球。 4.分組練習。 5.講解示範兩人行進間傳球上籃。 6.分組練習。	3	康軒版第四冊 3 認識慢性病(一) 籃球運動相關教材書籍及學習網站	1.觀察 2.課前準備 3.紀錄 4.實作及表現 1.實作及表現 2.觀察並記錄	

十一	4/21-4/27	英語放誦週 七年級英語歌曲比賽、課發會(二)、全國中等學校運動會、捕捉愛的瞬間攝影比賽收件、社區高中職宣導、親職講座(二)	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-3 在個人或團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。 6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。	健康 1.認識癌症不同性別的發生情形及治療法，及如何預防。 體育 單元：籃球 1.講解示範三人行進間傳球上籃。 2.分組練習。 3.講解示範兩人行進間傳球上籃。 4.分組進行比賽。	3	康軒版第四冊 3 認識慢性病(一) 籃球運動相關教材書籍及學習網站	1.觀察 2.課前準備 3.紀錄 4.實作及表現 1.實作及表現 2.觀察並記錄 3.分組比賽成績	
十二	4/28-5/4	包粽祈福週 ◆五月幸福家庭月、教科書評選包粽(中)活動、母親節藝文比賽收件截止、親職講座(三)	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-3 在個人或團體比賽中運用戰術戰略。	健康 1.介紹十大死因中的心血管疾病，包含：高血壓、冠心病、腦中風。 體育	3	康軒版第四冊 3 認識慢性病(一) 籃球運動相	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現 1.實作及表現	

			3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。 6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。	單元：籃球 1.說明三對三鬥牛賽常用規則。 2.分組進行比賽。		關教材書籍及學習網站	2.觀察並記錄 3.分組比賽成績	
十三	5/5-5/11	康乃馨香週	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-3 在個人或團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。 6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。	健康 1.認識心血管疾病包含：高血壓、冠心病、腦中風的預防方法。 體育 單元：排球 1.複習排球低手基本動作。 2.講解示範排球高手基本動作。 3.兩人一組傳接球練習。 4.分組進行比賽。	3	康軒版第四冊 3 認識慢性病(一) 排球運動相關教材書籍及學習網站	1.觀察 2.紀錄 3.實作及表現 1.實作及表現 2.觀察並記錄 3.分組比賽成績	

十四	5/12-5/18	生命教育週 第二次定期考、九年級全國國中教育會考、辦理疑似身心障礙校內鑑定申請、生命教育影片播放	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-3 在個人或團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。 6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。	健康 1.藉由說明尿液篩檢的重要，並請學生抽不同的尿液試管，判斷身體的狀況，引導學生進入本章主題。 體育 單元：排球 1.講解示範排球低手發球。 2.五人一組傳接球練習。 3.分組進行比賽。	3	康軒版第四冊 4 認識慢性病(二) 排球運動相關教材書籍及學習網站	1.觀察 2.實作及表現 1.實作及表現 2.觀察並記錄 3.分組比賽成績	
十五	5/19-5/25	音樂饗宴週 各領域成果展收件、課發會(三)、八年級排球賽、明志饗宴樂器演奏才藝競賽、升學教育博覽會	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。	健康 1.認識腎臟的重要性，介紹腎臟病病因、讓學生了解腎臟病變的前兆及預防腎臟病的保養之道。	3	康軒版第四冊 4 認識慢性病(二)	1.觀察 2.實作及表現	

			7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-3 在個人或團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。 6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。	體育 單元：排球 1.講解示範排球扣球的動作要領。 2.兩人一組練習原地扣球。 3.分組進行比賽。		排球運動相關教材書籍及學習網站	1.實作及表現 2.觀察並記錄 3.分組比賽成績	
十六	5/26-6/1	多元展能週 ◆六月國際文教月、領域成果展、九年級三對三籃球比賽、社團動靜態暨各領域成果展	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 4-3-2 選擇提升休閒活動參與的方法，並執	健康 1.介紹糖尿病的定義、症狀、高危險族群特徵。 體育	3	康軒版第四冊 4 認識慢性病(二) 游泳運動相	1.觀察 2.課前準備 3.分組練習 觀察與記錄	

			行個人終生運動計畫。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	●★單元：游泳 1.介紹游泳對心肺耐力的好處。 2.認識海邊、河川、溪流等戶外水上環境的潛在危險。 3.養成對水上活動安全的警覺性。		關教材書籍及學習網站		
十七	6/2-6/8	感恩祝福週 七、八年級英語文競賽、6/7 端午節放假、明志好聲音歌唱比賽(決選)、畢業典禮、資優班送舊	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-3 在個人或團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。	健康 1.介紹糖尿病的相關併發症及預防糖尿病的保養之道。 體育 單元：排球 1.兩人一組低手發球練習。 2.兩人一組傳接球練習。 3.分組進行比賽。	3	康軒版第四冊 4 認識慢性病(二) 排球運動相關教材書籍及學習網站	1.觀察 2.課前準備 3.分組練習 1.實作及表現 2.觀察並記錄 3.分組比賽成績	

			6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。					
十八	6/9-6/15	海洋教育週 海洋教育週暨水域安全宣導週	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-3 在個人或團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-4 在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。 6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。	●健康 1.說明檢視自我生活型態的重要性及方法。 2.了解家族疾病史，讓學生更深層分享家人生病後生活上造成的影響及不便，思考如何幫助家人促進健康。 體育 單元：排球 1.複習排球低手發球。 2.複習排球扣球。 3.與他班進行比賽。	3	康軒版第四冊 4 認識慢性病(二)	1.課前準備 2.觀察 3.分組練習	
十九	6/16-6/22	奮發向上週 市長獎頒獎典禮、國中新生報到日、課發會(四)、生涯發展教育執行委員會	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。	●健康 1.疾病是生命的導師—藉由角色扮演活動，讓學生體會病人與探病者的心理，最後	3	康軒版第四冊 4 認識慢性病(二)	1.課前準備 2.觀察 3.分組練習	

			病。 6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-1 計畫並發展特殊性專項運動技能。 3-3-3 在個人或團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。 6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。	由教師總結健康生活型態的重要性。 體育 單元：排球 1.複習排球低手發球。 2.複習排球扣球。 3.與他班進行比賽。		排球運動相關教材書籍及學習網站	1.實作及表現 2.觀察並記錄 3.分組練習	
二十	6/23-6/29	節能減碳週 第三次定期考、 6/28 休業式、11:50 統一放學	2-3-2 指出需要特殊營養照顧的時期或疾病，並提出預防的策略。 6-3-4 尋求資源並發展策略以調適人生各階段生活變動所造成的衝擊、壓力與疾病。 6-3-6 建立快樂、健康的生活與生命觀，進而為自己的信念採取行動。 7-3-1 運用健康促進與疾病預防的策略，	●健康 1.疾病是生命的導師—藉由角色扮演活動，讓學生體會病人與探病者的心理，最後由教師總結健康生活型態的重要性。	3	康軒版第四冊 4 認識慢性病 (二)	1.課前準備 2.觀察 3.分組練習	

		以滿足不同族群、地域、年齡、工作者的健康需求。 3-3-1 計畫並發展特殊性專項運動技能。 3-3-3 在個人或團體比賽中運用戰術戰略。 3-3-在活動練習中應用各種策略以增進運動表現。 3-3-5 應用運動規則參與比賽，充分發揮運動技能。 4-3-5 培養欣賞運動美感與分析比賽的能力。 5-3-5 重視並能積極促進運動安全。 6-3-1 體認自我肯定與自我實現的重要性。	體育 單元：排球 1.複習排球低手發球。 2.複習排球扣球。 3.與他班進行比賽。		排球運動相關教材書籍及學習網站	1.實作及表現 2.觀察並記錄 3.分組練習	
--	--	---	---	--	------------------------	---	--