

臺北市民族實中 112 學年度上學期 12 學季教學進度計畫表

課程名稱	健體領域-健教科部定課程			授課教師	林柔孚
授課班別	701-704	教材版本	南一版第一冊	每週授課節數	1
課程屬性	<input checked="" type="checkbox"/> 學科系統： <input type="checkbox"/> 議題系統： (1)生態課程 <input type="checkbox"/> 莫內小農場 7-3/9-1 <input type="checkbox"/> 愛樹特派員 7-1/8-1 <input type="checkbox"/> 蟾蜍好鄰居 7-4/8-3 <input type="checkbox"/> 城南走讀趣 8-2/9-4 <input type="checkbox"/> 綠色生活家 7-2/8-4 <input type="checkbox"/> 環境守門員 9-2/9-3 (2)家族課程 <input type="checkbox"/> 綠色科技 <input type="checkbox"/> 生態永續 <input type="checkbox"/> 薪傳人文 <input type="checkbox"/> 循環經濟 (3)自主選修課程 <input type="checkbox"/> 其他課程：_____				
	知能範圍： <input type="checkbox"/> 1 國文 <input type="checkbox"/> 2 英語 <input type="checkbox"/> 3 數學 <input type="checkbox"/> 4 社會 <input type="checkbox"/> 5 自然 <input type="checkbox"/> 6 科技 <input type="checkbox"/> 7 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 8 健體 <input type="checkbox"/> 9 綜合(可複選) <input type="checkbox"/> 非領域分類 補充說明：_____				
核心素養	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。 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。 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。				
教學目標	1. 認識身體構造與各系統的運作機制，並在生活中落實促進健康的保健行動。 2. 能精熟潔牙及護眼的健康技能，實踐良好的衛生保健習慣。 3. 認識性衝動，並能運用適切的資訊擬定健康因應的行動策略。 4. 學習以積極正向的想法、語言、行動和生活經驗，建立健康樂觀的生活態度。				
授課進度表及課程內容大綱					
週次	日期	授課內容 (Subject/Topics)			備註
一	8/25	課程簡介與評量標準			8/25 第 1 學季開學日
二	8/28-9/1	健康檢查			
三	9/4-9/8	全能健康王			
四	9/11-9/15	人體奇航			
五	9/18-9/23	人體奇航			9/23(六) 補 10/9(一)上班課
六	9/25-9/29	視力保健			9/29 中秋放假 1 日
七	10/2-10/6	視力保健			
八	10/9-10/13	口腔保健			10/9(一)調整放假日 10/10(二)國慶放假 1 日

九	10/16-10/20	口腔保健																					
十	10/23-10/27	皮膚保健	10/25-26 成就評量																				
秋假	10/30-11/3	備課週	秋假																				
一	11/6-11/10	這一站，青春	11/6 第2學季開學日																				
二	11/13-11/17	這一站，青春																					
三	11/20-11/24	這一站，青春																					
四	11/27-12/1	這一站，青春																					
五	12/4-12/8	青春誰人知																					
六	12/11-12/15	青春誰人知																					
七	12/18-12/22	菸誤人生																					
八	12/25-12/29	菸誤人生																					
九	1/1-1/5	酒後誤事	1/1 元旦放假1日																				
十	1/8-1/12	紅唇危機																					
十一	1/15-1/19	休業式	1/17 成就評量 1/19 休業式																				
教學資源需求		平板、學習單																					
<p>■ 平時評量：60% (課堂表現/學習單/小組活動/出缺勤)</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>勾選</th> <th>項目</th> <th>佔比%</th> <th>說明</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>✓</td> <td>課堂表現</td> <td>20</td> <td>1、參與討論，優質發問，課堂競賽……(加分) 2、不參與活動，擾亂秩序……(扣分)</td> </tr> <tr> <td>✓</td> <td>學習單</td> <td>10</td> <td>完成並準時繳交。</td> </tr> <tr> <td>✓</td> <td>小組活動</td> <td>20</td> <td>參與並完成小組共同成果。</td> </tr> <tr> <td>✓</td> <td>出缺勤</td> <td>10</td> <td>上課準時，不無故遲到或曠課。</td> </tr> </tbody> </table> <p>■ 期中評量：20 % ■ 期末評量：20 %</p>				勾選	項目	佔比%	說明	✓	課堂表現	20	1、參與討論，優質發問，課堂競賽……(加分) 2、不參與活動，擾亂秩序……(扣分)	✓	學習單	10	完成並準時繳交。	✓	小組活動	20	參與並完成小組共同成果。	✓	出缺勤	10	上課準時，不無故遲到或曠課。
勾選	項目	佔比%	說明																				
✓	課堂表現	20	1、參與討論，優質發問，課堂競賽……(加分) 2、不參與活動，擾亂秩序……(扣分)																				
✓	學習單	10	完成並準時繳交。																				
✓	小組活動	20	參與並完成小組共同成果。																				
✓	出缺勤	10	上課準時，不無故遲到或曠課。																				