

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 | 801-804 | 教材版本 | 康軒版第三冊 | 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-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。 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。 | | | | |
| 教學目標 | 1. 培養安全性行為的態度，並能在未來真正對性與愛負責任。 2. 選擇健康紓壓的管道，拒絕毒品的迷惑與戕害。 3. 能夠熟練所學會的急救技能，並在必要時做出最完善的發揮。 | | | | |
| 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 | 飛揚青春擁抱愛 | | | |
| 四 | 9/11-9/15 | 飛揚青春擁抱愛 | | | |
| 五 | 9/18-9/23 | 飛揚青春擁抱愛 | | 9/23(六) 補 10/9(一)上班課 | |
| 六 | 9/25-9/29 | 青春愛的練習曲 | | 9/29 中秋放假 1 日 | |
| 七 | 10/2-10/6 | 青春愛的練習曲 | | | |
| 八 | 10/9-10/13 | 青春愛的練習曲 | | 10/9(一)調整放假日 10/10(二)國慶放假 1 日 | |

| 九 | 10/16-10/20 | 青春變奏曲 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------|-------------|---|--|----|----|-----|----|---|------|----|--|---|-----|----|----------|---|------|----|--------------|---|-----|----|----------------|
| 十 | 10/23-10/27 | 青春變奏曲 | 10/25-26 成就評量 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 秋假 | 10/30-11/3 | 備課週 | 秋假 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 一 | 11/6-11/10 | 致命的迷幻世界(上) | 11/6 第2學季開學日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 二 | 11/13-11/17 | 致命的迷幻世界(下) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 三 | 11/20-11/24 | 成為毒害絕緣體 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 四 | 11/27-12/1 | 安全百分百-急救寶典 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 五 | 12/4-12/8 | 安全百分百-止血法 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 六 | 12/11-12/15 | 安全百分百-包紮法(一)(二) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 七 | 12/18-12/22 | 安全百分百-包紮法(三)(四) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 八 | 12/25-12/29 | 安全百分百-搬運法(上) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 九 | 1/1-1/5 | 安全百分百-搬運法(下) | 1/1 元旦放假1日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 十 | 1/8-1/12 | CPR + AED | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 十一 | 1/15-1/19 | CPR + AED | 1/17 成就評量 1/19 休業式 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 教學資源需求 | | 平板、學習單 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 評量規劃 | | <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。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |