

九 年級第 二 學期 健康與體育 領域/ 健康 科課程計畫

週次	單元/主題名稱	對應領域 核心素養指標	學習重點		評量方式	議題融入	線上教學方式 (註5)	「跨領域統整或 協同教學」規劃 (註6，無則免填)
			學習內容	學習表現				
第一週 2/15~2/16 2/15開學	單元1 社區網絡 拼圖 第1章 社區放大鏡	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。	Ba-IV-1居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 Ba-IV-2居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 Ba-IV-4社區環境安全的行動策略。	1a-IV-1理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 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。	上課參與 平時觀察 活動學習單 經驗分享	課綱:健體-安全-(安 J1)-2 課綱:健體-安全-(安 J3)-2	☐ 即時直播： ☐ 預錄播放： ☐ 現有平台教學： ☐ 其他：	☐ 跨領域統整 ☐ 協同教學規劃說明
第二週 2/19~2/23	單元1 社區網絡 拼圖 第1章 社區放大鏡	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。	Ba-IV-1居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 Ba-IV-2居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 Ba-IV-4社區環境安全的行動策略。	1a-IV-1理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 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。	上課參與 平時觀察 活動學習單 經驗分享	課綱:健體-安全-(安 J1)-2 課綱:健體-安全-(安 J3)-2	☐ 即時直播： ☐ 預錄播放： ☐ 現有平台教學： ☐ 其他：	☐ 跨領域統整 ☐ 協同教學規劃說明
第三週 2/26~3/1	單元1	健體-J-A3 具備善用體育與	Ca-IV-1健康社區的相關問題	2b-IV-3充分地肯定自我健康行	上課參與 平時觀察	法定/課綱:健體-環境-(環 J4)-2	☐ 即時直播：	☐ 跨領域統整 ☐ 協同教學規劃說明

2/28和平 紀念日	社區網絡 拼圖 第2章 社區健康 營造力	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。	改善策略與資 源。	動的信心與效能 感。 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。 4b-IV-1 主動並 公開表明個人對 促進健康的觀點 與立場。	活動學習單 經驗分享 小組討論		☐ 預錄播放： ☐ 現有平台教學： ☐ 其他：	
第四週 3/4~3/8	單元1 社區網絡 拼圖 第2章 社區健康 營造力	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。	Ca-IV-1 健康社 區的相關問題 改善策略與資 源。	2b-IV-3 充分地 肯定自我健康行 動的信心與效能 感。 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。 4b-IV-1 主動並 公開表明個人對 促進健康的觀點 與立場。	上課參與 平時觀察 活動學習單 經驗分享 小組討論	法定/課綱：健體-環境-(環 J4)-2	☐ 即時直播： ☐ 預錄播放： ☐ 現有平台教學： ☐ 其他：	☐ 跨領域統整 ☐ 協同教學規劃說明
第五週 3/11~3/1 5	單元1 社區網絡 拼圖 第2章 社區健康 營造力	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。	Ca-IV-1 健康社 區的相關問題 改善策略與資 源。	2b-IV-3 充分地 肯定自我健康行 動的信心與效能 感。 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。 4b-IV-1 主動並 公開表明個人對 促進健康的觀點 與立場。	上課參與 平時觀察 活動學習單 經驗分享 小組討論	法定/課綱：健體-環境-(環 J4)-2	執行日期：3/11~3/15 ☐ 即時直播： ☐ 預錄播放： ☒ 現有平台教學：南一 one book ☐ 其他：	☐ 跨領域統整 ☐ 協同教學規劃說明

第六週 3/18~3/22	單元2 翻轉護地球第1章 環境大挑戰	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。	Ca-IV-2全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	上課參與 平時觀察 態度檢核 活動學習單 經驗分享	法定:健體-低碳環境-4 法定/課綱:健體-環境-(環J8)-4 法定/課綱:健體-海洋-(海J18)-4 法定/課綱:健體-海洋-(海J19)-4 法定/課綱:健體-海洋-(海J20)-4	☐即時直播： ☐預錄播放： ☐現有平台教學： ☐其他：	☐跨領域統整 ☐協同教學規劃說明
第七週 3/25~3/29 第一次 定期考試 週	單元2 翻轉護地球第1章 環境大挑戰	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。	Ca-IV-2全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	上課參與 平時觀察 態度檢核 活動學習單 經驗分享	法定:健體-低碳環境-4 法定/課綱:健體-環境-(環J8)-4 法定/課綱:健體-海洋-(海J18)-4 法定/課綱:健體-海洋-(海J19)-4 法定/課綱:健體-海洋-(海J20)-4	☐即時直播： ☐預錄播放： ☐現有平台教學： ☐其他：	☐跨領域統整 ☐協同教學規劃說明

第八週 4/1~4/5 清明連假	單元2 翻轉護地球第1章 環境大挑戰	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。	Ca-IV-2全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	上課參與 平時觀察 態度檢核 活動學習單 經驗分享	法定:健體-低碳環境-4 法定/課綱:健體-環境-(環J8)-4 法定/課綱:健體-海洋-(海J18)-4 法定/課綱:健體-海洋-(海J19)-4 法定/課綱:健體-海洋-(海J20)-4	☐即時直播： ☐預錄播放： ☐現有平台教學： ☐其他：	☐跨領域統整 ☐協同教學規劃說明
第九週 4/8~4/12	單元2 翻轉護地球第1章 環境大挑戰	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。	Ca-IV-2全球環境問題造成的健康衝擊與影響。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。 2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4b-IV-1 主動並公開表明個人對促進健康的觀點與立場。	上課參與 平時觀察 態度檢核 活動學習單 經驗分享	法定:健體-低碳環境-4 法定/課綱:健體-環境-(環J8)-4 法定/課綱:健體-海洋-(海J18)-4 法定/課綱:健體-海洋-(海J19)-4 法定/課綱:健體-海洋-(海J20)-4	☐即時直播： ☐預錄播放： ☐現有平台教學： ☐其他：	☐跨領域統整 ☐協同教學規劃說明

第十週 4/15~4/19	單元2 翻轉護地球第2章 綠活行動家	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-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。	Ca-IV-3環保永續為基礎的綠色生活型態。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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。	上課參與 平時觀察 活動學習單 小組討論 經驗分享	法定:健體-健康飲食-3 法定:健體-低碳環境-3 法定/課綱:健體-環境-(環J10)-3	執行日期： 4/15~4/19 ☐即時直播： ☐預錄播放： ☒現有平台教學：南一 one book ☐其他：	☐跨領域統整 ☐協同教學規劃說明
第十一週 4/22~4/26	單元2 翻轉護地球第2章 綠活行動家	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-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	Ca-IV-3環保永續為基礎的綠色生活型態。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	上課參與 平時觀察 活動學習單 小組討論 經驗分享	法定:健體-健康飲食-3 法定:健體-低碳環境-3 法定/課綱:健體-環境-(環J10)-3	☐即時直播： ☐預錄播放： ☐現有平台教學： ☐其他：	☐跨領域統整 ☐協同教學規劃說明

		活動，關懷社會。		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。				
第十二週 4/29~5/3	單元2 翻轉護地球第2章 綠活行動家	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-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。	Ca-IV-3環保永續為基礎的綠色生活型態。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 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。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。 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。	上課參與 平時觀察 活動學習單 小組討論 經驗分享	法定:健體-健康飲食-3 法定:健體-低碳環境-3 法定/課綱:健體-環境-(環J10)-3	☐ 即時直播： ☐ 預錄播放： ☐ 現有平台教學： ☐ 其他：	☐ 跨領域統整 ☐ 協同教學規劃說明
第十三週 5/6~5/10 第二次 定期考試 週	單元3 健康人生 逗陣行 第1章 美妙新生命	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。	Db-IV-1生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	上課參與 平時觀察 經驗分享 紙筆測驗	課綱:健體-品德-(品EJU1)-3	☐ 即時直播： ☐ 預錄播放： ☐ 現有平台教學： ☐ 其他：	☐ 跨領域統整 ☐ 協同教學規劃說明

第十四週 5/13~5/17	單元3 健康人生 逗陣行 第1章 美妙新生命	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。	Db-IV-1生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	1a-IV-1理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	上課參與 平時觀察 經驗分享 紙筆測驗	課綱:健體-品德-(品EJU1)-3	☐ 即時直播： ☐ 預錄播放： ☐ 現有平台教學： ☐ 其他：	☐ 跨領域統整 ☐ 協同教學規劃說明
第十五週 5/20~5/24	單元3 健康人生 逗陣行 第1章 美妙新生命	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。	Db-IV-1生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。	1a-IV-1理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-3評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	上課參與 平時觀察 經驗分享 紙筆測驗	課綱:健體-品德-(品EJU1)-3	執行日期：5/20~5/24 ☐ 即時直播： ☐ 預錄播放： ☒ 現有平台教學：南一one book ☐ 其他：	☐ 跨領域統整 ☐ 協同教學規劃說明
第十六週 5/27~5/31 畢業典禮週	單元3 健康人生 逗陣行 第2章 樂活新旅程	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。	2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。 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。	上課參與 平時觀察 小組討論 經驗分享 紙筆測驗	法定:健體-生涯發展-2 課綱:健體-生命-(生J2)-2 課綱:健體-生涯-(涯J13)-2	☐ 即時直播： ☐ 預錄播放： ☐ 現有平台教學： ☐ 其他：	☐ 跨領域統整 ☐ 協同教學規劃說明
第十七週 6/3~6/7 畢業典禮週	單元3 健康人生 逗陣行 第2章	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	Aa-IV-2人生各階段的身心發展任務與個別差異。	2b-IV-2樂於實踐健康促進的生活型態。 4a-IV-1運用適切的健康資訊、	上課參與 平時觀察 小組討論 經驗分享 紙筆測驗	法定:健體-生涯發展-2 課綱:健體-生命-(生J2)-2 課綱:健體-生涯-(涯J13)-2	☐ 即時直播： ☐ 預錄播放： ☐ 現有平台教學：	☐ 跨領域統整 ☐ 協同教學規劃說明

	樂活新旅程	知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。		產品與服務，擬定健康行動策略。			☐ 其他：	
第十八週 6/10~6/14 6/10端午節								
第十九週 6/17~6/21								
第二十週 6/24~6/28 第三次定期考試週								

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、交通安全教育、反毒認知教學、家庭暴力防治教育、低碳環境教育、愛滋病宣導、健康飲食教育、水域安全宣導教育課程、登革熱防治教育、全民國防教育、兒童權利公約、兒童及少年性剝削防制教育。

（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3：九年級第二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。

註4：須依據本土語文/臺灣手語各語種實際開課情形填寫課程計畫。

註5：依據「高雄市高級中等以下學校線上教學計畫」第七點所示：「疫情趨緩後維持線上教學：（一）全校性線上教學後續得以每月實施1次或每學期實施3次為原則，各班級均須實施。學校得視不同年級，彈性調整次數，並應事前與師生及家長充分說明。……（四）鼓勵學校於各領域課程計畫規劃時，每學期至少實施3次線上教學。」，故請各校於每學期各領域/科目課程計畫「線上教學」欄勾選，並註明預計實施線上教學之方式。（現有教學平台如均一教育平臺、因材網、達學堂、E-game、教育雲、學習吧、PaGamO等）

註6：依據十二年國民基本教育課程綱要總綱，國民小學及國民中學教育階段規劃說明「領域學習課程跨領域統整課程最多佔領域學習課程總節數五分之一，其學習節數得分開計入相關學習領域，並可進行協同教學」。