

111 學年度嘉義縣民雄國民中學九年級第一學期健體領域 健康 科 教學計畫表 設計者： 健體領域教師 (表十二之一)

- 一、教材版本：奇鼎版第五冊
- 二、本領域每週學習節數：1 節
- 三、本學期課程內涵：

教學進度	單元名稱	學習領域核心素養	學習重點		學習目標	教學重點	評量方式	議題融入	跨域統整或協同教學規劃(無則免填)
			學習表現	學習內容					
第一週 8/23- 8/26	◎健康 第1單元美麗心世界 第1章有情有義	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。	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與障礙。	Fa-IV-4 情緒與壓力因應與調適的方案。	1. 識別並匹配情緒的種類及其功能。 2. 概述管理情緒的步驟及方法。 3. 學習調適與表達情緒的方法。	1. 認識集辨識情緒。 2. 說明不同情緒具有不同功能。 3. 說管理情緒的重要性。 4. 察覺與辨識情緒。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗		
第二週 8/29- 9/2	◎健康 第1單元美麗心世界 第1章有情有義	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。	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	Fa-IV-4 情緒與壓力因應與調適的方案。	1. 識別並匹配情緒的種類及其功能。 2. 概述管理情緒的步驟及方法。 3. 學習調適與表達情緒的方法。	1. 說明管理情緒的方法及步驟。 2. 說明接納情緒的三不原則：不否認、不評判、不卸責。 3. 解說調適與表達情緒的機制。 4. 健康好行練習。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗		

			與障礙。						
第三週 9/5-9/9	◎健康 第1單元美麗心世界 第2章解壓我最行	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。	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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Fa-IV-4 情緒與壓力因應與調適的方案。	1. 說出壓力與壓力反應的定義。 2. 分辨壓力的分類。 3. 瞭解壓力與表現的關係，以及壓力可能對身體造成哪些影響。 4. 列明因應壓力的方法。	1. 老師解說青少年的三大壓力源，以及壓力事件的分類方式。 2. 老師概說什麼是壓力反應，並回家觀察自己的壓力反應。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗		
第四週 9/12-9/16	◎健康 第1單元美麗心世界 第2章解壓我最行	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。	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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Fa-IV-4 情緒與壓力因應與調適的方案。	1. 說出壓力與壓力反應的定義。 2. 分辨壓力的分類。 3. 瞭解壓力與表現的關係，以及壓力可能對身體造成哪些影響。 4. 列明因應壓力的方法。	1. 老師解說壓力會影響表現，說明不同程度的壓力下，可能導致的不同狀態，並舉例說明。 2. 老師說明管理壓力的重要性。 3. 說明面對壓力會有哪些常見的反應，當覺察到自己有壓力時，可以試著觀察自己正在為哪個事件感受到壓力。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗		
第五週 9/19-	◎健康 第1單元美麗心世界	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。	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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Fa-IV-4 情緒與壓力因應與調適的方案。	1. 說出壓力與壓力反應的定義。 2. 分辨壓力的分類。 3. 瞭解壓力與表現的關係，以及壓力可能對身體造成哪些影響。 4. 列明因應壓力的方法。	1. 老師說明因應壓力常見的方法後，	1. 歷程性評量		

9/23	界 第2章解壓我最行	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。	境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	應與調適的方案。	的定義。 2. 分辨壓力的分類。 3. 瞭解壓力與表現的關係，以及壓力可能對身體造成哪些影響。 4. 列明因應壓力的方法。	引導學生勾選自己最常用的和最不常用的方法。 2. 引導學生分享彼此的想法。	2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗		
第六週 9/26- 9/30	◎健康 第1單元美麗心世界 第3章情緒氣象局	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。	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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。	Fa-IV-5 心理健康的促進方法與異常行為的預防方法。	1. 分辨憂鬱情緒和憂鬱症的差別。 2. 說出遠離憂鬱情緒的方法。 3. 能說出並解釋陪伴有憂鬱情緒的親友的「三不守則」。 4. 瞭解自己的心理健康狀態，能將PERMA的幸福五元素融入生活之中，提升幸福感。	1. 老師引導學生以自評方式瞭解自己的情緒狀態。 2. 老師說明憂鬱情緒與憂鬱症的差別。 3. 引導學生運用課本提供的方法，練習幫助自己轉換想法。 4. 認識憂鬱症確立的三要素並破除憂鬱症的汙名化。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗		

			4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。		5. 為自己設定正向的生活目標並實施。				
第七週 10/3- 10/7	◎健康 第1單元美麗心世界 第3章情緒氣象局	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。	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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	Fa-IV-5 心理健康的促進方法與異常行為的預防方法。	1. 分辨憂鬱情緒和憂鬱症的差別。 2. 說出遠離憂鬱情緒的方法。 3. 能說出並解釋陪伴有憂鬱情緒的親友的「三不守則」。 4. 瞭解自己的心理健康狀態，能將PERMA的幸福五元素融入生活之中，提升幸福感。 5. 為自己設定正向的生活目標並實施。	1. 引導學生請學生回憶是哪個情緒讓人充滿希望，有繼續前進的動力？ 2. 教師說明幸福五元素的概念。 3. 引導同學分享彼此的答案，並練習回應的方法。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗		

<p>第八週 10/10- 10/14</p>	<p>◎健康 第2單元幸福家油 站 第1章幸福滿屋</p>	<p>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。</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p>	<p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p>	<p>1. 瞭解家庭的功能與型態，並尊重多元化的家庭概念。 2. 學習如何對家人表達愛，並能善加運用。</p>	<p>1. 教師簡述家庭的概念與功能，引導學生結合過往的學習經驗。 2. 教師說明家庭的功能，並引導書寫課本內的問題。 3. 教師利用學生熟悉的卡通、動畫等人物家庭組成，請學生對照課本內容判斷其家庭類型。</p>	<p>1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗</p>	<p>【家庭教育】 家 J3 家人的情感支持。 家 J4 對家人愛與關懷的表達。 家 J5 國中階段的家庭責任。 家 J6 參與家庭活動。</p>	
<p>第九週 10/17- 10/21</p>	<p>◎健康 第2單元幸福家油 站 第1章幸福滿屋</p>	<p>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。</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p>	<p>Fa-IV-3 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧。</p>	<p>1. 瞭解家庭的功能與型態，並尊重多元化的家庭概念。 2. 學習如何對家人表達愛，並能善加運用。</p>	<p>1. 教師複習上節課重點，請學生分享返家後與家人討論的收穫。 2. 教師說明表達關愛的五種好方法。</p>	<p>1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗</p>	<p>【家庭教育】 家 J3 家人的情感支持。 家 J4 對家人愛與關懷的表達。 家 J5 國中階段的家庭責任。 家 J6 參與家庭活動。</p>	
<p>第十週 10/24- 10/28</p>	<p>◎健康 第2單元幸福家油 站</p>	<p>健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心</p>	<p>1b-IV-3 因應生活情境的健康</p>	<p>Fa-IV-2 家庭衝突的協調與解決技</p>	<p>1. 能正向看待衝突事件，並以適</p>	<p>1. 教師介紹解決衝突五步驟：傾聽並界定問題、找出彼</p>	<p>1. 歷程性評量 2. 總結性</p>	<p>【家庭教育】 家 J6 覺察</p>	

	第 2 章家庭協奏曲	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。	需求，尋求解決的健康技能和生活技能。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	巧。	宜的溝通協商方法解決紛爭。 2. 理解情緒勒索的概念，且能用積極態度面對，尋求雙贏的可能性。	此的需求、共同商量解決方法、達成共識、回顧與重新協商。 2. 引導學生在執行「解決衝突五步驟」時要配合過往學習的聆聽技術、關愛表達方法等概念靈活運用。	評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗	與實踐青少年在家庭中的角色責任。	
第十一週 10/31-11/4	◎健康 第 2 單元幸福加油站 第 2 章家庭協奏曲	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。	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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。	Fa-IV-2 家庭衝突的協調與解決技巧。	1. 能正向看待衝突事件，並以適宜的溝通協商方法解決紛爭。 2. 理解情緒勒索的概念，且能用積極態度面對，尋求雙贏的可能性。	1. 說明協商技巧的概念，並善用這些技巧面對可能引發衝突的場面。 2. 說明情緒勒索的概念、特徵與因應之道。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗	【家庭教育】 家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。	

<p>第十二週 11/7-11/11</p>	<p>◎健康 第2單元幸福家油 第3章變色的家</p>	<p>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。</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。</p>	<p>Fa-IV-2 家庭衝突的協調與解決技巧。</p>	<p>1. 明白家庭暴力的概念，理解其衍伸造成的危害問題，並知道如何因應。 2. 認同家庭暴力問題是眾人之事，願意予以正視，並瞭解如何尋求協助的資源與管道。</p>	<p>1. 教師蒐集幾則家庭暴力的社會案件新聞，請學生觀看後分析新聞裡有哪些人？發生了什麼事情？這樣的事情跟之前課程中談論的家庭衝突案件有何不同？請學生自由發表。 2. 解釋何謂家庭暴力。 3. 說明「家庭暴力循環週期」的概念。</p>	<p>1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗</p>	<p>【人權教育】 人 J7 探討違反人權的事件對個人、社區／部落、社會的影響，並提出改善策略或行動方案。 【生命教育】 生 J10 行為善惡與行為對錯的判斷。 生 J12 公共議題中的道德思辨。 【家庭教育】 家 J3 家人的情感支持。 家 J4 對家人愛與關懷的表達。 家 J5 國中階段的家庭責任。</p>	
----------------------------	-------------------------------------	--	--	------------------------------	--	--	--	--	--

								家 J6 參與家庭活動。	
第十三週 11/14-11/18	◎健康 第 2 單元幸福家油 站 第 3 章變色的家	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。	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。	Fa-IV-2 家庭衝突的協調與解決技巧。	1. 明白家庭暴力的概念，理解其衍伸造成的危害問題，並知道如何因應。 2. 認同家庭暴力問題是眾人之事，願意予以正視，並瞭解如何尋求協助的資源與管道。	1. 說明家庭暴力的實務因應方法與可用資源。 2. 教師利用「紫絲帶運動」帶領學生一同思考：如果自己是旁觀者，該如何出手協助？請學生集思廣益，並由教師統整。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗	【人權教育】 人 J7 探討違反人權的事件對個人、社區／部落、社會的影響，並提出改善策略或行動方案。 【生命教育】 生 J10 行為善惡與行為對錯的判斷。 生 J12 公共議題中的道德思辨。 【家庭教育】 家 J3 家人的情感支持。 家 J4 對家人愛與關懷的表達。	

								家 J5 國中階段的家庭責任。 家 J6 參與家庭活動。	
第十四週 11/21-11/25	◎健康 第 3 單元身體大調查 第 1 章身體意象	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。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	Fa-IV-1 自我認同與自我實現。	1. 說明身體意象的定義，以及影響身體意象的六個因素。 2. 說明正向與負向的身體意象如何影響自我認同。 3. 說明如何提升正向的身體意象，學習接納自己的身體。	1. 教師解釋「身體意象」的定義。 2. 說明影響身體意象的六個因素。 3. 引導學生思考，如果持續負向的身體意象，可能會產生什麼影響？	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗	【多元文化教育】 多 J4 瞭解不同群體間如何看待彼此的文化。	
第十五週 11/28-12/2	◎健康 第 3 單元身體大調查 第 1 章身體意象	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。	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健	Fa-IV-1 自我認同與自我實現。	1. 說明身體意象的定義，以及影響身體意象的六個因素。 2. 說明正向與負向的身體意象如何	1. 請學生分享關於負向的身體意象可能產生的影響有哪些？ 2. 說明負向的身體意象造成的影響。 3. 說明提升正向身體意象的三個方法，以及何謂接納	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗	【多元文化教育】 多 J4 瞭解不同群體間如何看待彼此的文化。	

			康造成的衝擊與風險。		影響自我認同。 3. 說明如何提升正向的身體意象，學習接納自己的身體。	自己。			
第十六週 12/5-12/9	◎健康 第3單元身體大調查 第2章健康體位管理	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。	1b-IV-2 認識健康技能和生活技能的實施程序概念。	Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。	1. 複習 BMI 值的計算方式，利用腰圍、臀圍比及體脂肪率，來瞭解自己的體位是否正常。 2. 能夠說明熱量攝取和體重增減的關係。 3. 能夠說明身體活動強度和體重增減的關係。 4. 瞭解藉由運動和健康飲食來維持健康的原則。 5. 能夠仿作課本範例，或在老師的	1. 老師解說關於身體的各種指數。 2. 老師說明測量腰圍和臀圍的方法。 3. 老師說明體脂肪率的相關知識及測量體脂肪率的方法。	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗		

					指導下完成自己的體重管理計畫。				
第十七週 12/12-12/16	◎健康 第3單元身體大調查 第2章健康體位管理	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。	1b-IV-2 認識健康技能和生活的實施程序概念。	Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 複習 BMI 值的計算方式，利用腰圍、臀圍比及體脂肪率，來瞭解自己的體位是否正常。 2. 能夠說明熱量攝取和體重增減的關係。 3. 能夠說明身體活動強度和體重增減的關係。 4. 瞭解藉由運動和健康飲食來維持健康的原則。 5. 能夠仿作課本範例，或在老師的指導下完成自己的體重管理計畫。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 老師可舉出實際例子，說明管理體重時飲食管理的重要性。 2. 老師說明身體消耗熱量來維持哪些生命所需的機能。 3. 老師說明身體活動的相關因素與消耗熱量的關係。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗 		

<p>第十八週 12/19- 12/23</p>	<p>◎健康 第3單元身體大調查 第3章全方位健康體位生活</p>	<p>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。</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 1b-IV-1 分析健康技能和生技能對健康維護的重要性。 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技能。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p>	<p>Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策略。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。</p>	<p>1. 瞭解健康生活狀態，學習健康促進的六種方式，養成健康生活習慣。 2. 學習自我監控六步驟，嘗試訂定健康生活計畫，以達到良好的健康管理。</p>	<p>1. 教師引導學生把學過的健康知識寫下來。 2. 請學生去觀看大家所寫的內容，可再補充自己想的知識點。</p>	<p>1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗</p>	<p>【生命教育】 生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。</p>	
<p>第十九週 11/26-</p>	<p>◎健康 第3單元身體大調查</p>	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並</p>	<p>1a-IV-4 理解促進健康生活的</p>	<p>Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充</p>	<p>1. 瞭解健康生活狀態，學習健康促</p>	<p>1. 說明養成健康習慣的重要性。 2. 教師說明健康促</p>	<p>1. 歷程性評量 2. 總結性</p>	<p>【生命教育】 生 J2 探</p>	

11/30	第3章全方位健康體位生活	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。	策略、資源與規範。 1b-IV-1 分析健康技能和生技能對健康維護的重要性。 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技能。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	分睡眠的維持與實踐策略。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	進的六種方式，養成健康生活習慣。 2. 學習自我監控六步驟，嘗試訂定健康生活計畫，以達到良好的健康管理。	進的定義。 3. 引導學生紀錄自己日常生活中，已經做到哪些健康促進行為。	評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗	討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。	
第二十週 1/2-1/6	◎健康 第3單元身體大調查 第3章全方位健康體位生活	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	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。	Da-IV-4 健康姿勢、規律運動、充分睡眠的維持與實踐策	1. 瞭解健康生活狀態，學習健康促進的六種方式，養成健	1. 引導自我檢核，檢視自己已經做到哪些健康促進行為。 2. 教師解說自我監	1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自	【生命教育】 生 J2 探討完整的人的各個	

		運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。	1b-IV-1 分析健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 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-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。	略。 Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。	康生活習慣。 2. 學習自我監控六步驟，嘗試訂定健康生活計畫，以達到良好的健康管理。	控六步驟。	我檢核 4. 紙筆測驗	面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。	
第二十一週 1/9-1/13	複習全冊						1. 歷程性評量 2. 總結性評量 3. 學生自我檢核 4. 紙筆測驗		

註 1：請分別列出七、八年級第一學期及第二學期八個學習領域（語文、數學、自然科學、綜合、藝術、健體、社會及科技等領域）之教學計畫表。

註 2：議題融入部份，請填入法定議題及課綱議題。