



國家教育研究院

National Academy for Educational Research

www.naer.edu.tw

協力同行 解析實踐

十二年國民基本教育課程綱要
健康與體育領域

國家教育研究院

NATIONAL ACADEMY for EDUCATIONAL RESEARCH

簡報綱要



第一部分

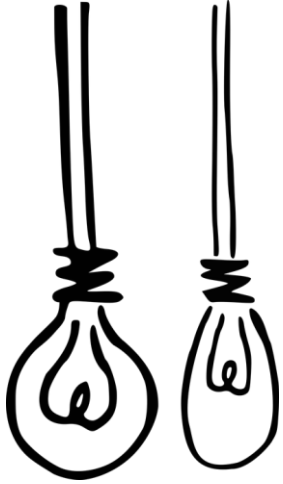
十二年國教課程綱要總綱重要理念與內涵

第二部分

國中小暨普高健康與體育領域課程綱要
重要理念與內涵

第三部分

國教院研發之課綱實施支持資源



第一部分

十二年國民基本教育課程綱要

總綱重要理念與內涵

一、

十二年國民基本教育 課程綱要理念與特色

總綱的理念與目標

理念

自發

互動

共好

「成就每一個孩子—適性揚才、終身學習」

願景

以尊重學生生命主體為起點，透過適性教育，激發學生生命的喜悅與生活的自信，提升學生學習的渴望與創新的勇氣，善盡國民責任並展現共生智慧，成為具有社會適應力與應變力的終身學習者

目標

啟發生命潛能

陶養生活知能

促進生涯發展

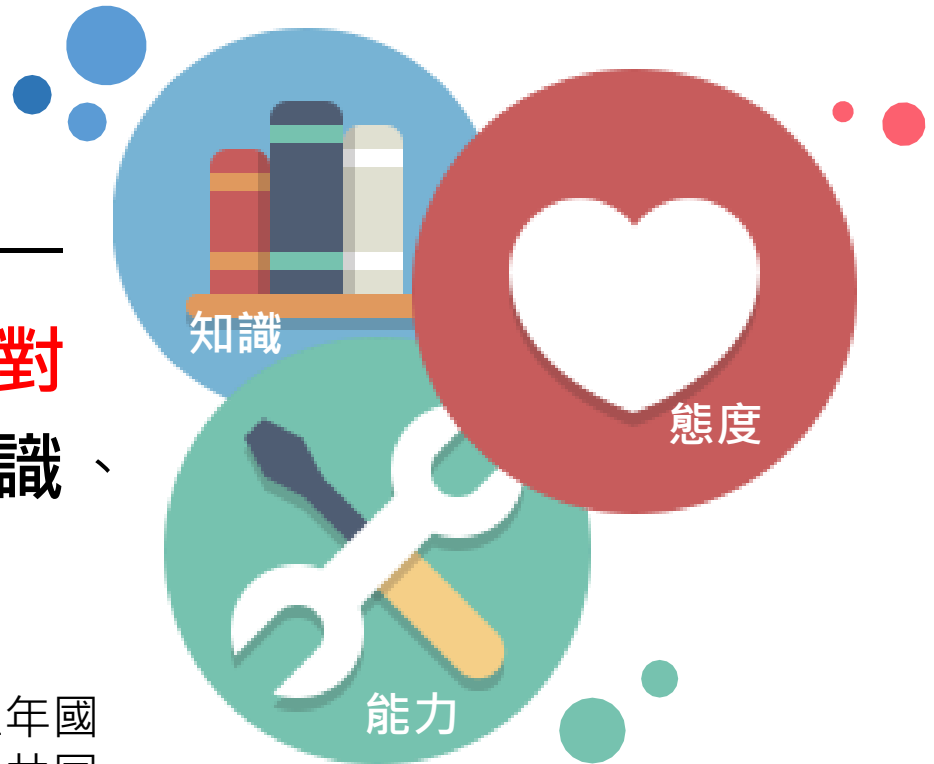
涵育公民責任

核心素養界定

「核心素養」的涵義是指一個人為**適應現在生活及面對未來挑戰**，所應具備的**知識、能力(包含技能)與態度**。

與十二年國教的關係：每一位接受十二年國民基本教育的學生，所應具備的基本且共同的素養。

在總綱與領綱中的功能：強化各教育階段、課程總綱與領域/科目之間的**連貫**，以及各領域/科目彼此之間的**統整**。



核心素養-三面九項

核心素養強調培養以人為本的「終身學習者」，包括：



/ 自主行動



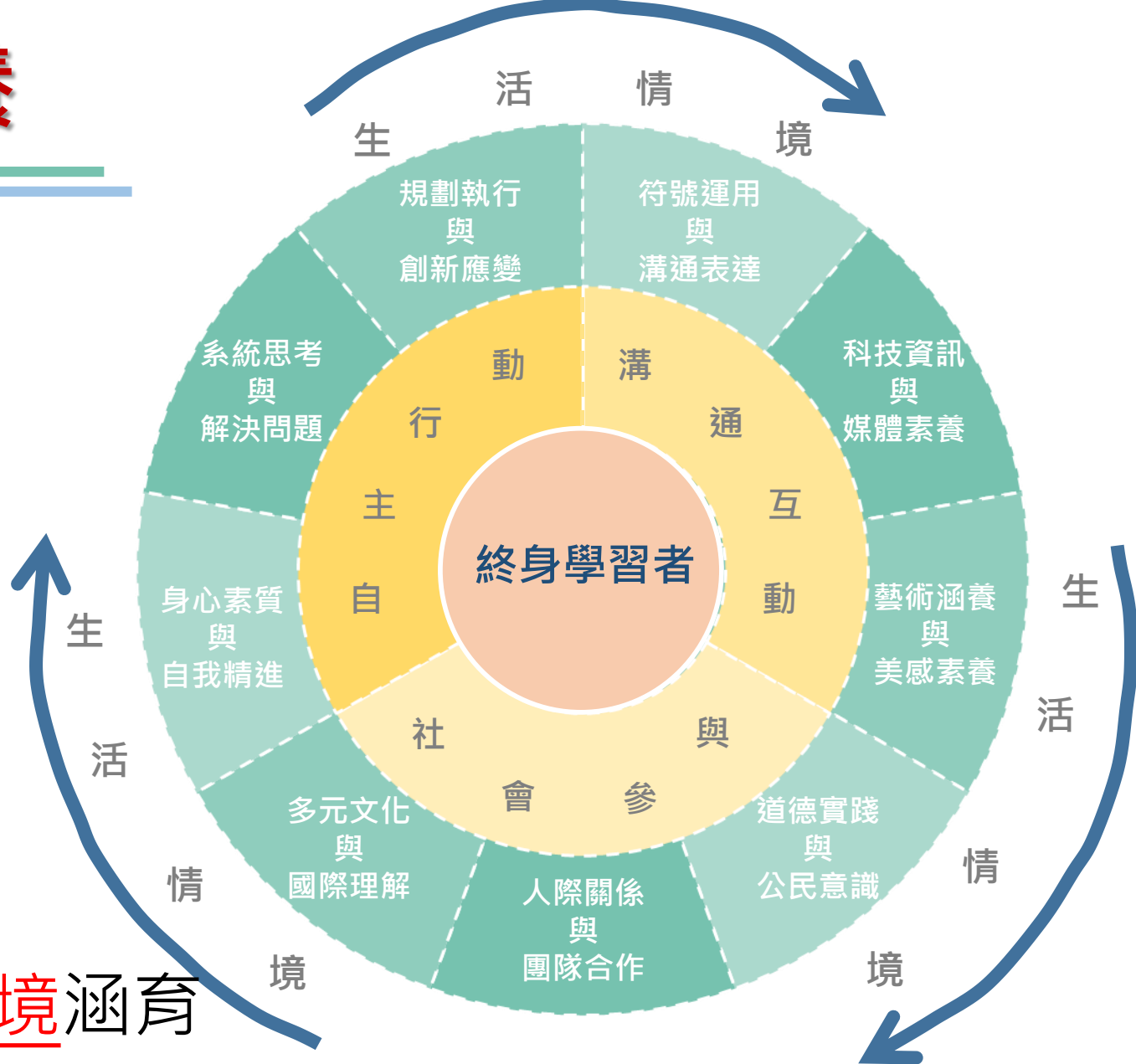
/ 溝通互動



/ 社會參與

核心素養

- 整全
- 動態
- 有機
- 相互連結
- 交互運用



核心素養的滾動圓輪意象圖

- 透過生活情境涵育
- 在生活情境整合活用



- 核心素養的培養是學習者在學習過程中不斷積累的歷程

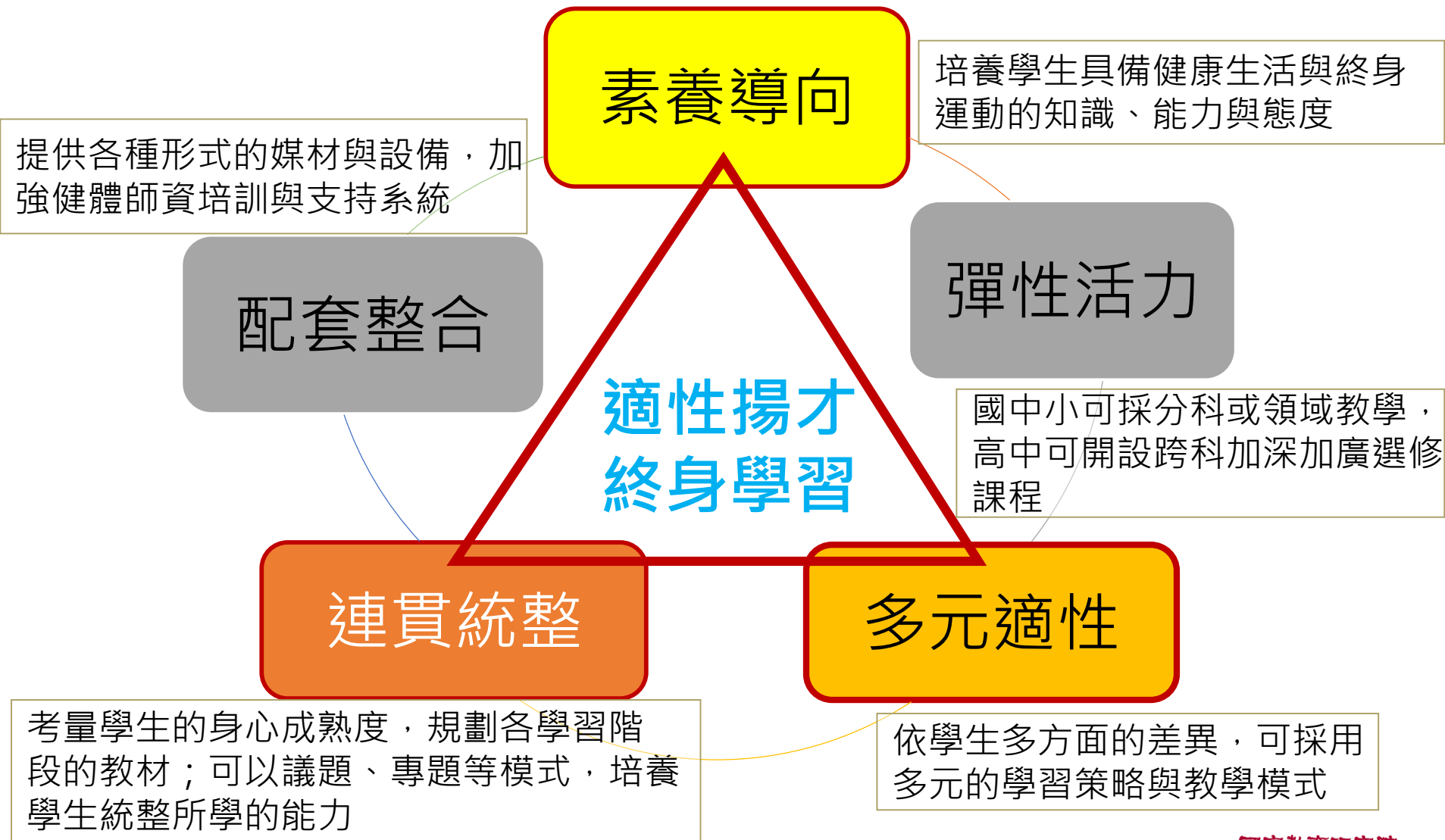
核心素養的轉化

核心素養在課程綱要的轉化及其與學習重點的對應關係圖

以核心素養強化各教育階段、課程總綱與領域/科目之間的連貫，以及各領域/科目之間的統整。



十二年國教課綱特色及其在健體領域展現



二、

十二年國民基本教育

課程綱要總綱課程架構

國民中小學課程類型架構與內涵

教育階段

國民中小學

課程類型

領域學習課程

彈性學習課程

課程內容

八大領域

1. 統整性主題/專題/議題探究課程
2. 社團活動與技藝課程
3. 特殊需求領域課程
4. 其他類課程

- ★ 減少每週修習科目數
- ★ 素養導向之領域/科目教學
- ★ 跨領域統整教學

國民中小學 領域及名稱調整

國小「語文領域」
新增「新住民語文」

「自然與生活科技」
更名為「自然科學」

「藝術與人文領域」
更名為「藝術領域」

國中
新增「科技領域」

第一學習階段
「綜合活動領域」
整併至「生活課程」

第四學習階段
「健康與體育」之
「健康」更名為
「健康教育」

教育階段 階段 年級 領域/科目		國民小學						國民中學			
		第一學習階段		第二學習階段		第三學習階段		第四學習階段			
		一	二	三	四	五	六	七	八	九	
部 定 課 程	領 域 學 習 課 程	語文	國語文(6) 本土語文/ 新住民語文(1)		國語文(5) 本土語文/ 新住民語文(1)		國語文(5) 本土語文/ 新住民語文(1)		國語文(5)		
		數學	數學(4)		數學(4)		數學(4)		數學(4)		
		社會	生活 課程 (6)		社會(3)		社會(3)		社會(3) (歷史、地理、公民 與社會)		
		自然科學			自然科學(3)		自然科學(3)		自然科學(3) (理化、生物、地球 科學)		
		藝術			藝術(3)		藝術(3)		藝術(3) (音樂、視覺藝術、 表演藝術)		
		綜合活動			綜合活動(2)		綜合活動(2)		綜合活動(3) (家政、童軍、輔導)		
		科技							科技(2) (資訊科技、 生活科技)		
		健康與體育	健康與體育(3)		健康與體育(3)		健康與體育(3)		健康與體育(3) (健康教育、體育)		
		領域學習節數	20 節		25 節		26 節		29 節		
		彈 性 學 習 課 程	統整性主題/專題/ 議題探究課程								
社團活動與技藝課程	2-4 節		3-6 節		4-7 節		3-6 節				
特殊需求領域課程											
其他類課程											
學習總節數		22-24 節		28-31 節		30-33 節		32-35 節			

普通型高中課程類型架構與內涵

學制

普通型高中

課程類別

部定

校訂

類別項目

部定
必修

加深加廣
選修

多元
選修

校訂
必修

補強性
選修

團體
活動

彈性學習
(含自主學習)

培養核心素
養，鞏固基
本學力，落
實全人教育

延伸部定必修，
訂有領域選修
課綱，以銜接
不同進路的大
學教育的專業
準備

提供更個別
化與差異化
之適性課程，
如通識應用、
職業試探、
大學預修等

提供學校發展
校本特色課程，
以跨領域，知
識統整應用類
型之課程為主

提供適性
與差異化
教學，確
保學生基
本學力

↑
綜合性學習、
其他學習體驗..

十二年國教課綱強調學校本位課程發展

由學校安排，以形塑學校教育願景及強化學生適性發展。



取自吳月鈴

校訂
課程

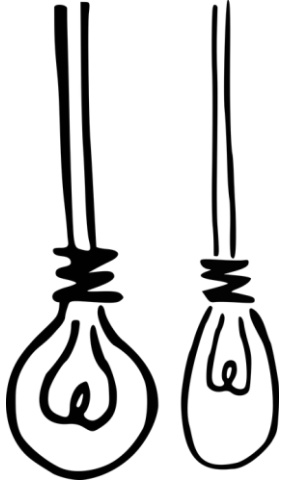


部定
課程



圖片來源：<http://www.nipic.com/show/4/79/5437409k2418f424.html>

由國家統一規劃，以養成學生的基本學力，並奠定適性發展的基礎。



第二部分

國中小暨普高健康與體育領域課程綱要 重要理念與內涵

健體領域課綱的基本理念-三項重要內涵

一

以學生為主體及全人健康之教育方針，結合生活情境的整合性學習，確保人人參與身體活動。

二

運用生活技能以探究與解決問題，發展適合其年齡應有的健康與體育認知、情意、技能與行為，讓學生身心潛能得以適性開展，成為終身學習者。

三

建立健康生活型態，培養日常生活之各種身體活動能力並具國際觀、欣賞能力等運動文化素養，以鍛鍊身心，培養競爭力。

健體領域課綱的九項目標

- 一、培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。
- 二、養成規律運動與健康生活的習慣。
- 三、培養健康與體育問題解決及規劃執行的能力。
- 四、培養獨立生活的自我照護能力。
- 五、培養思辨與善用健康生活與體育運動的相關資訊、產品和服務的素養。



- 六、建構運動與健康的美學欣賞能力及職涯準備所需之素養，豐富休閒生活品質與全人健康。
- 七、培養關懷生活、社會與環境的道德意識和公民責任感，營造健康與運動社區。
- 八、培養良好人際關係與團隊合作精神。
- 九、發展健康與體育相關之文化素養與國際觀。

面對未來，健體領域的教學是...

立基現在

- 以學生為主體，結合生活情境的學習。
- 運用生活技能以探究與解決問題。
- 建立健康生活型態，培養運動文化素養。

展望未來

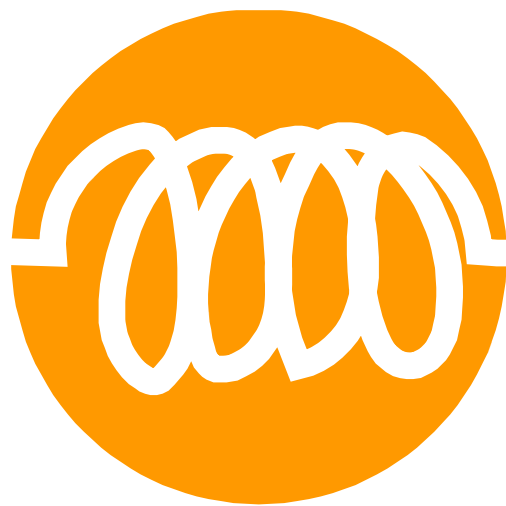
- 提供學生所需具備之素養，以構築各面向均衡發展的健康新國民。
- 以行動力參與健康休閒活動，享受運動樂趣、促進生活品質，實踐全人健康。

健體領域課綱的特色



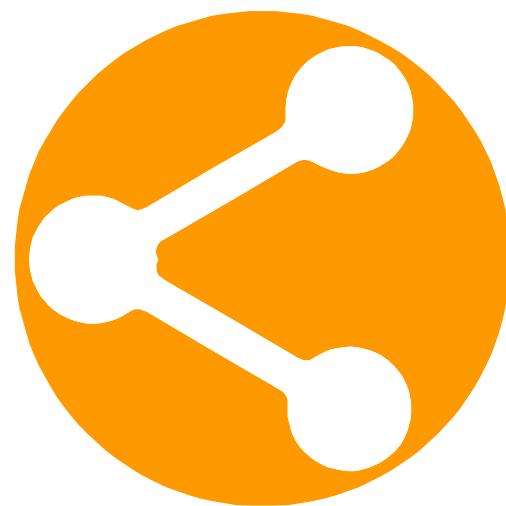
素養導向

連結經驗世界
展現學習信心



彈 性

領域或分科教學
彈性教材編選
適性多元選修



連貫統整

1-12年級連貫
跨科目/領域統整

一、現況問題及因應

現況問題

食安危機連環爆

2011/5	塑化劑
2013/5	毒澱粉
2013/6	毒醬油
2013/8	混充米
2013/10	黑心油

食安問題



環境問題



人身安全



坐式生活型態

- ↪ 僅止於靜態生活的內容，不能列入每週150分鐘身體活動累積量。
- ↪ 不太費力的輕度身體活動，不能列入每週150分鐘身體活動累積量。
- ↪ 持續從事10分鐘以上還能順暢地對話，但無法唱歌。這類活動會讓人覺得有點累，呼吸及心跳比平常快一些，也會流一些汗。
- ↪ 持續從事10分鐘以上時，無法邊活動，邊跟人輕鬆說話。這類活動會讓身體感覺很累，呼吸和心跳比平常快很多，也會流很多汗。

圖片來源：衛生福利部國民健康署(肥胖防治網)

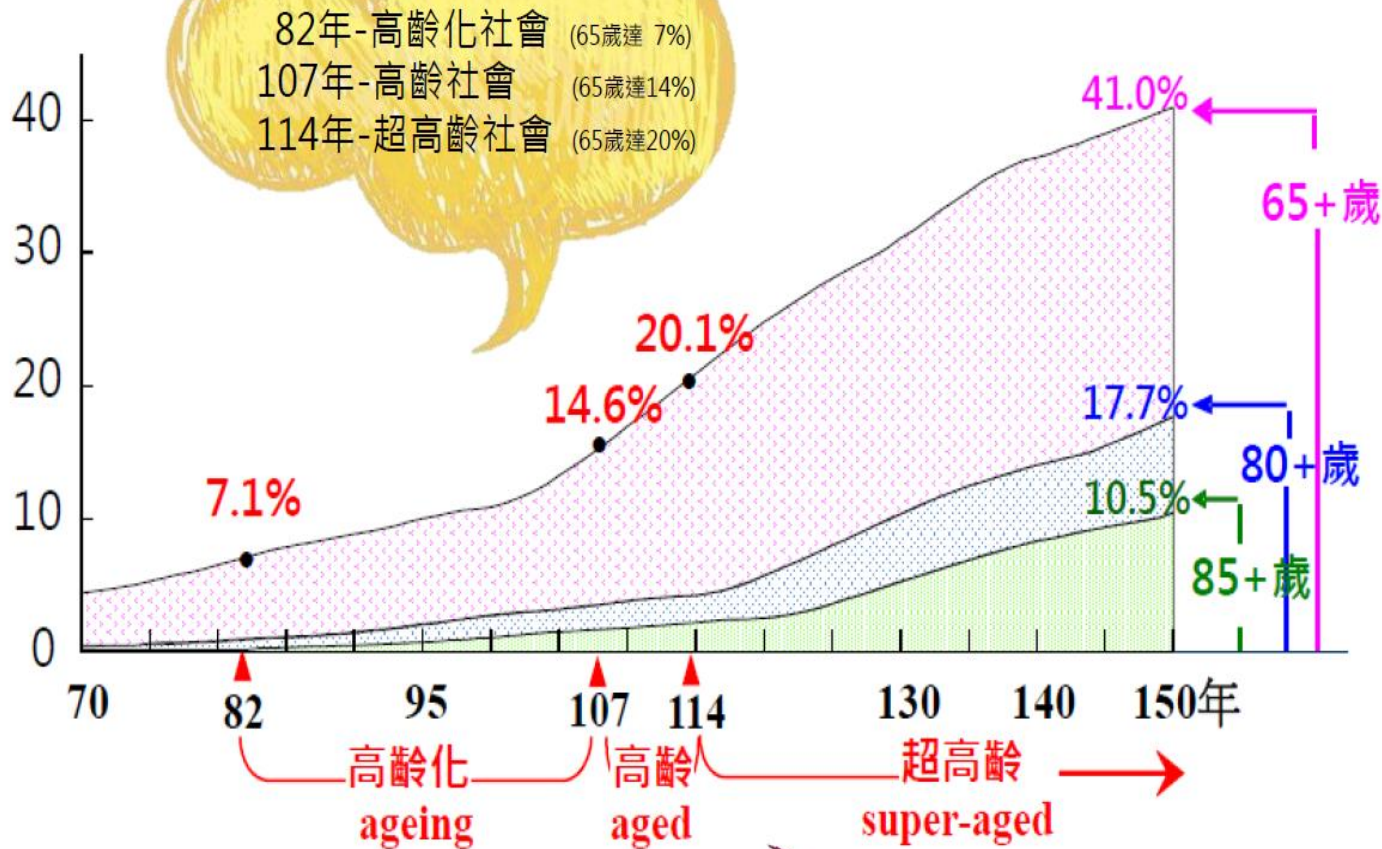


3C產品的使用

國家教育研究院
 NATIONAL ACADEMY for EDUCATIONAL RESEARCH

現況問題

65歲以上人口占總人口比率(%)












高齡-超高齡
速度加劇

人口老化

取自：簡慧娟(2015)。高齡社會白皮書規劃報告

健康與體育領域新課綱的因應-國小

- ❗ 食安問題  Ea-Ⅲ-4食品生產、加工、保存與衛生安全。
- ❗ 環境問題  Ca-Ⅲ-3環保行動的參與及綠色消費概念。
- ❗ 3C產品的使用  Eb-Ⅲ-1健康消費資訊與媒體的影響。
- ❗ 坐式生活型態  Fb-Ⅲ-1健康各面向平衡安適的促進方法與日常健康行為。
 Cd-Ⅲ-1戶外休閒運動進階技能。
- ❗ 人身安全  Bd-Ⅲ-1武術組合動作與套路。
 Bd-Ⅲ-2技擊組合動作與應用。
- ❗ 人口老化  Bc-Ⅲ-2運動與疾病保健、終身運動相關知識。
 Aa-Ⅲ-3面對老化現象與死亡的健康態度。

健康與體育領域新課綱的因應-國中

- ❗食安問題 ✓ Ea-IV-2 飲食安全評估方式、改善策略與食物中毒預防處理方法。
- ❗環境問題 ✓ Ca-IV-2 全球環境問題造成的健康衝擊與影響。
- ❗3C產品的使用 ✓ Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。
- ❗坐式生活型態 ✓ Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。
✓ Cd-IV-1 戶外休閒運動綜合應用。
- ❗人身安全 ✓ Bd-IV-1 武術套路動作與攻防技巧。
✓ Bd-IV-2 技擊綜合動作與攻防技巧。
- ❗人口老化 ✓ Bc-IV-2 終身運動計畫的擬定原則。
✓ Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。

健康與體育領域新課綱的因應-高中

! 食安問題



Eb-V-2 食品安全與健康風險評估。

! 環境問題



Ca-V-1 健康的生活方式與環境永續之營造。

! 3C產品的
使用



Eb-V-3 科技產品消費及其對健康的影響。

! 坐式生活
型態



Fb-V-1 健康生活型態的改善與執行策略。

Cd-V-1 戶外休閒運動自我挑戰。

! 人身安全



Bd-V-1 武術套路的應用與展演活動。

Bd-V-2 各類技擊技能的應用與展演活動。

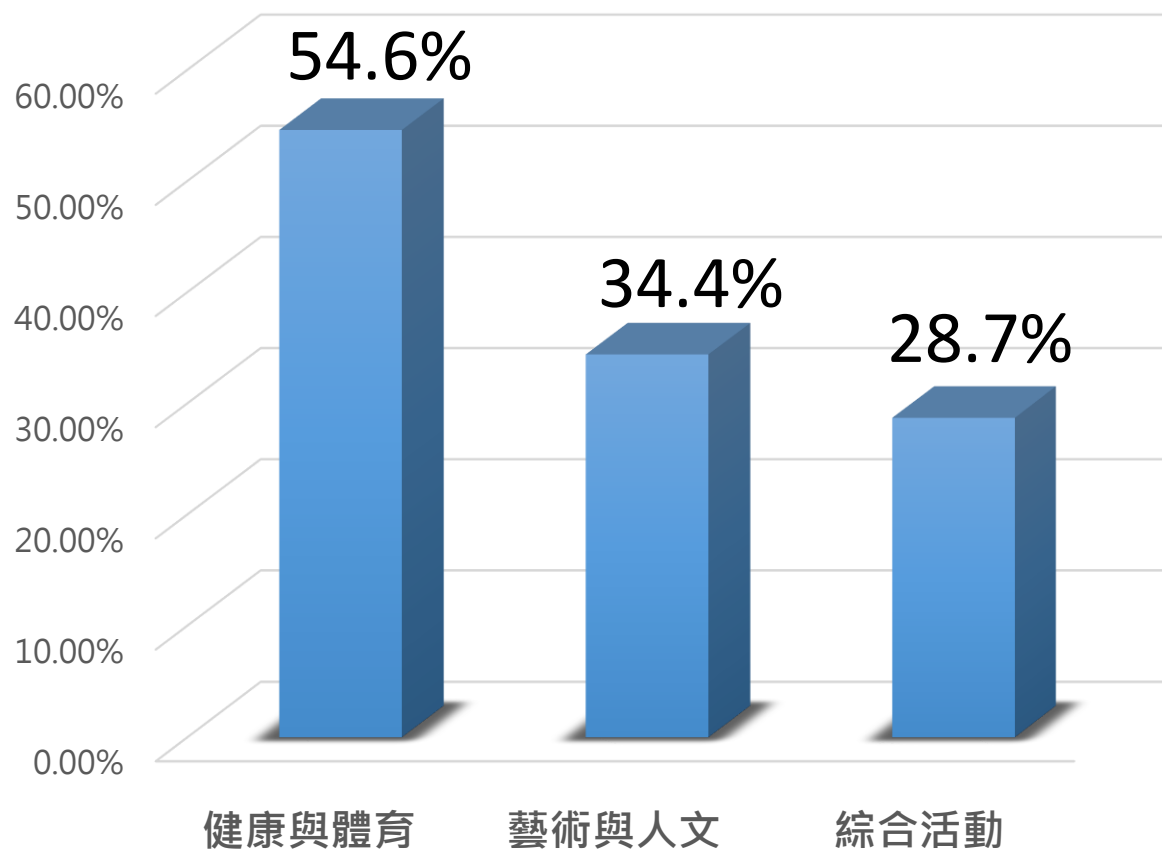
! 人口老化



Bc-V-2 終身運動規劃方針與推廣。

Aa-V-3 健康老化，高齡、長期照護與安寧照護。

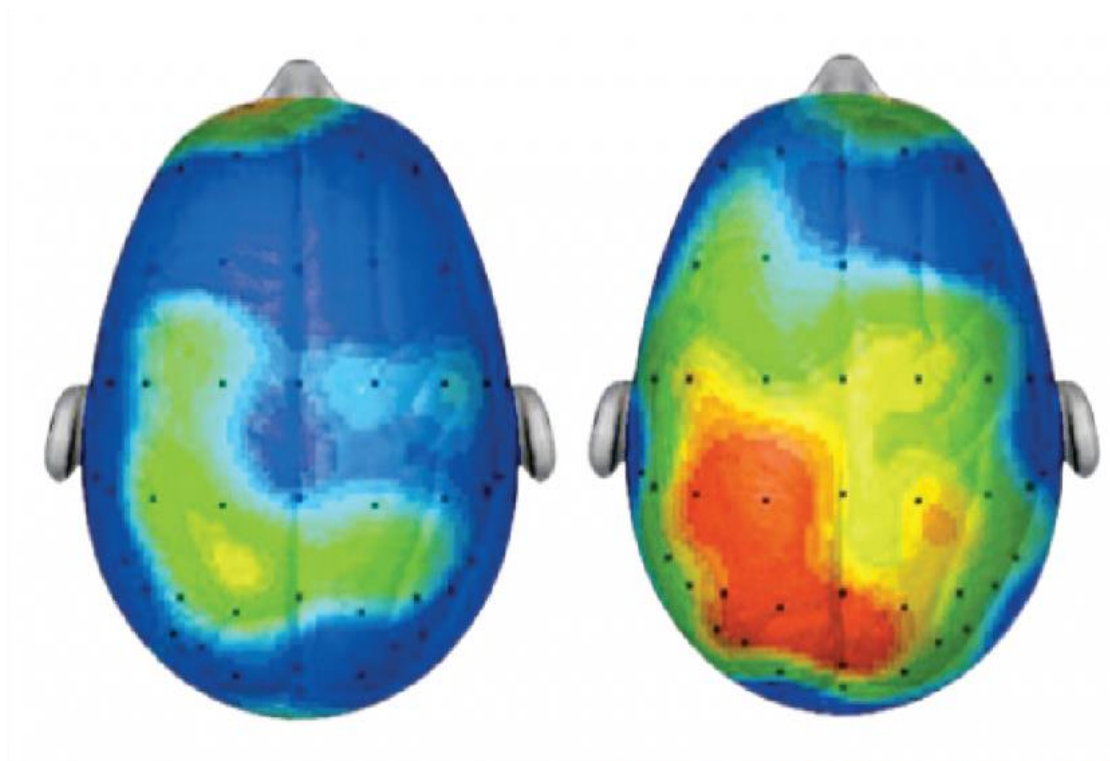
學生最喜歡的科目



摘錄自《親子天下》2012年3月「國中學習力大調查」

研究證據：運動活化大腦

MOVE BODY, ACTIVATE BRAIN WHAT MRI SCANS TELL US*



AFTER SITTING QUIETLY **AFTER 20-MINUTE WALK**

* Schools cut recess (and P.E.) to their own detriment. Even if kids aren't running, they're winning. Above are composites of MRI brain scans of 20 students taking the same test, as measured by University of Illinois researcher Dr. Chuck Hillman. The red sections represent highest amount of neuro-electric activity.

資料來源：<https://www.aspenprojectplay.org/the-facts>

二、素養導向的課綱

健體領域核心素養舉隅

總綱
核心
素養
面向

總綱
核心
素養
項目

項目說明

國民小學教育
(E)

國民中學教育
(J)

高級中等學校教育
(U)

A
自主
行動

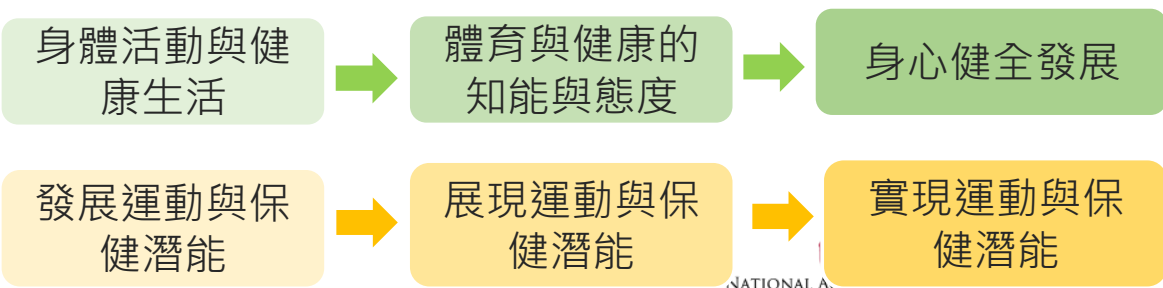
A1
身心
素養
精進

具備身心健全的素質，擁有人性觀與選擇、發展、並追求的同時，透過運用新知識與生涯意義，不斷自我精進，求至善。

健體-E-A1
具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。

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-U-A1
具備各項運動與身心健全的發展素養，實現個人運動與保健潛能，探索自我觀，肯定自我價值，有效規劃生涯，並透過自我精進、挑戰與超越，追求健康與幸福的人生。



領綱核心素養與學習重點的呼應

健體領域學習重點			健體領域 核心素養	說明
科目	學習表現	學習內容		
健康教育	<p>1a-III-3 理解促進健康生活的 方法、資源與規範。</p> <p>2b-III-2 願意培養健康促進的 生活型態。</p> <p>4a-III-3 主動地表現促進健康的 行動。</p>	<p>Ca-III-1 健康環境的交互影響 因素。</p>	<p>健體-E-B3 具備運動與健康有關的 感知和欣賞的基本素養， 促進多元感官的發展，在 生活環境中培養運動與健 康有關的美感體驗。</p>	<p>美好的環境令人心曠神怡， 透過體驗活動，學生能感 受生活環境舒適整潔的狀 態，藉由案例分析與討論， 探索生活中的環境問題， 知道汙染對健康的影響， 願意追求安定與舒適的環 境品質以促進身心健康。</p>
	體育	<p>2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美 感體驗</p>		

單元學習目標撰寫範例1

領域核心素養：

健體-E-C2具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。

健體-E-B3具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。

學習表現

2c-III-2表現同理心、正向溝通的團隊精神。

2d-III-1分享運動欣賞與創作的美感體驗。

學習內容

Hb-III-1
陣地攻守性
球類運動基
本動作及基
礎戰術。

◎單元名稱：合作無間

◎學習目標：

1. (健體-E-C2) 能與同學討論如何提升比賽時籃球運球和傳接球之技巧接納他人不同想法，並正向溝通有效策略，提高學習效能。(2c-III-2 Hb-III-1)
2. (健體-E-B3) 能從班級同學的籃球比賽觀摩中，體察參賽者運、傳球行進的變化和精湛球技，發表運動欣賞之體驗。(2d-III-1 ; Hb-III-1)

單元學習目標撰寫範例2

領域核心素養：

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。

學習表現

- 1a-IV-2分析個人與群體健康的影響因素。
- 2a-IV-3深切體會健康行動的自覺利益與障礙。
- 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。
- 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。

學習內容

Ca-IV-3
環保永續為
基礎的綠色
生活型態。

- ◎單元名稱：環保生活護地球—健康環境保護與污染防治
- ◎學習目標：
 1. (健體-J-C1) 分析環境汙染問題的原因，尋求問題解決的環保行動或有效策略。(1a-IV-2、3b-IV-4；Ca-IV-3)
 2. (健體-J-C1) 體認環境保護對個人與群體健康的利益，降低行動的障礙因素，以強化永續、健康的環保意識。(2a-IV-3；Ca-IV-3)
 3. (健體-J-C1) 能落實永續、環保的生活型態，並能公開倡議說服他人認同與參與健康的環保行動。(4b-IV-3；Ca-IV-3)

單元學習目標撰寫範例3

領域核心素養：

健體-U-A3具備規劃、實踐與檢討反省的素養，並以創新的態度與作為，因應新的體育與健康情境或問題。

學習表現

- 1b-V-3評估生活情境的健康需求，尋求有效因應的健康技能和生活技能
- 2a-V-2省思健康問題對個人、群體與國際間所造成的威脅感與嚴重性。
- 3a-V-2運用多元策略，將健康與自我照護技能彈性調整融入生活情境，展現出個人及群體的健康生活模式。
- 4a-V-2對自我健康行為進行評價，並適時修正與改善。

學習內容

◎單元名稱：健康管理有一套

◎學習目標：

Da-V-1

青少年常見身體健康問題及其保健

1. (健體-U-A3) 探討青少年常見身體健康問題的影響與成因 (2a-V-2 ; Da-V-1) 。
2. (健體-U-A3) 透過自我生活型態的評估，診斷自我健康問題與需求，並探討解決的策略。 (1b-V-3 ; Da-V-1)
3. (健體-U-A3) 擬定多元創新的健康自我管理計畫，實踐於日常生活中並能檢討與修正。 (3a-V-2、4a-V-2 ; Da-V-1)

單元學習目標撰寫範例4

領域核心素養：

健體-U-B1具備掌握健康訊息與肢體動作的能力，以進行與體育和健康有關的經驗、思想、價值與情意之表達，能以同理心與他人溝通並解決問題。

健體-U-C2具備於體育活動和健康生活中，發展適切人際互動關係的素養，並展現相互包容與尊重、溝通協調及團隊合作的精神與行動。

學習表現

2c-V-2展現相互包容與適切的人際溝通互動之技巧。

1d-V-2評估運動比賽的各項策略。

3d-V-1熟練運動技術的學習與比賽策略。

學習內容

Hb-V-1

◎單元名稱：突破重圍

陣地攻守性

◎學習目標：

球類運動技

1. (健體-U-B1) 能因應各種競賽組合，透過溝通解決各種運動情境的問題。(2c-V-2、1d-V-2；Hb-V-1)

術綜合應用

及團隊綜合

2. (健體-U-C2) 能透過正規比賽，掌握肢體運動能力，並適時應用團隊比賽策略中。(3d-V-1；Hb-V-1)

戰術。

三、連貫統整的課綱

健康與體育領綱新舊課綱分析說明

	現行課程綱要	新課程綱要
統整連貫主軸	基本能力、核心能力	核心素養
學習階段	九年一貫： 1-3年級為第一學習階段 4-6年級為第二學習階段 7-9年級為第三學習階段 高中：不分學習階段	1-2年級為第一學習階段 3-4年級為第二學習階段 5-6年級為第三學習階段 7-9年級為第四學習階段 10-12年級為第五學習階段
國小低年級節數	2-3節	3節
教材編選依據	分段能力指標 教材綱要	須依據各學習階段「學習表現」和「學習內容」之二維向度對應表，轉化為各單元的主題及其學習目標。

健體領域課綱時間分配及科目組合

國民小學及國民中學 (第一至四學習階段)

普通型高級中等學校 (第五學習階段)

第一學習階段 一、二	第二學習階段 三、四	第三學習階段 五、六年級	第四學習階段 七、八、九年級	第五學習階段 十、十一、十二年級
每週 3節	每週 3節	每週 3節	每週 3節	<p>必修：健康與護理 2學分</p> <p>必修：體育 12學分</p>
<p>健康與體育領域於第一、二、三學習階段，以領域教學為原則。惟學校得依實際條件（例如：學生學習需求、學校發展特色、師資專長等因素），經學校課程發展委員會通過後，採取分科教學，健康教育與體育的時間分配以1:2為原則。</p>			<p>在領域課程架構下，得依學校實際條件，彈性採取分科或領域教學。若學校採取分科教學時，健康教育與體育的時間分配以1:2為原則。</p> <p>加深加廣選修：採跨科開設，模組課程全名為：「健康與運動休閒」，共分為：「安全教育與傷害防護」、「運動與健康」、「健康與休閒生活」三個科目，各2學分。透過此加深加廣選修課程，學生可依興趣、性向與能力來進行生涯規劃之試探。</p>	

健體領域學習重點架構

強化各學習階段連貫統整與加深加廣

學習表現

1. 認知：

「健康知識」、「技能概念」、
「運動知識」、「技能原理」。

2. 情意：

「健康覺察」、「健康正向態度」、
「體育學習態度」、「運動欣賞」。

3. 技能：

「健康技能」、「生活技能」、
「技能表現」、「策略運用」。

4. 行為：

「自我健康管理」、「健康倡議宣
導」、「運動計畫」、「運動實踐」。

學習內容

A. 生長、發展與體適能：

「生長、發育、老化與死亡」、「體適能」。

B. 安全生活與運動防護：

「安全教育與急救」、「藥物教育」、「運動傷害與防護」、
「防衛性運動」。

C. 群體健康與運動參與：

「健康環境」、「運動知識」、「水域休閒運動」、「戶外休
閒運動」、「其他休閒運動」。

D. 個人衛生與性教育：

「個人衛生與保健」、「性教育」。

E. 人、食物與健康消費：

「人與食物」、「健康消費」。

F. 身心健康與疾病預防：

「健康心理」、「健康促進與疾病預防」。

G. 挑戰類型運動：

「田徑」、「游泳」。

H. 競爭類型運動：

「網/牆性球類運動」、「陣地攻守性球類運動」、「標的性球
類運動」、「守備/匍分性球類運動」。

I. 表現類型運動：

「體操」、「舞蹈」、「民俗運動」。

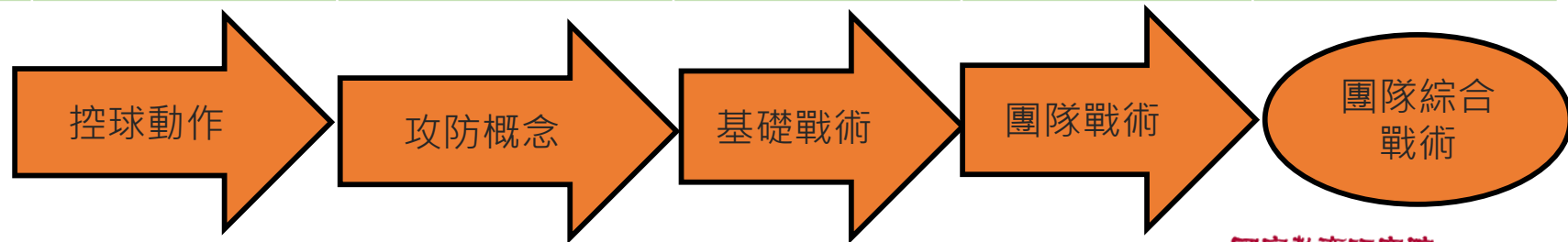
健康與體育領綱學習表現舉隅

學習階段	第一 學習階段	第二 學習階段	第三 學習階段	第四 學習階段	第五 學習階段
學習表現	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 1a-I-1 認識基本的健康常識。 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 1a-V-1 詮釋生理、心理、社會與心靈各層面健康的概念與意義。



健康與體育領綱學習內容舉隅

學習階段	第一 學習階段	第二 學習階段	第三 學習階段	第四 學習階段	第五 學習階段
學習內容	✓ Hd- I -1守備/ 跑分性球類運動 相關的簡易 拋、接、擲、 傳之手眼動作 協調、力量及 準確性控球動 作。	✓ Hd-Ⅱ-1 守 備 / 跑分性球類運動 相關的拋接球、 傳接球、擊球、 踢球、跑動踩壘 之時間、空間及 人與人、人與球 關係攻防概念。	✓ Hd-Ⅲ-1 守 備/跑分性球 類運動基本 動作及基礎 戰術。	✓ Hd-IV-1守備 /跑分性球類 運動動作組 合及團隊戰 術。	✓ Hd-V-1守備/ 跑分性球類運 動技術綜合應 用及團隊綜合 戰術。



四、多元適性的課綱

實施要點（一）課程發展

循序性

- 連結學生過去、現在和未來的學習經驗。
- 循序性的由易而難，由簡而繁，逐漸加深、加廣。

階層性

- 考量各學習階段學生差異性。

銜接性

- 加強水平關係與垂直關係的銜接。

統整性

- 分科教學時掌握統整原則。
- 強化不同領域及科目間橫向連結與擴展。

適量性

- 課程規劃均質均量。
- 領域內科目學習總節數應予維持不得減少。

多元適性

- 重視學生學習需求。
- 延伸連貫大學校院健康與體育相關課程。

實施要點（二）教材編選

教材內容

- 須對應各學習階段之「學習表現」和「學習內容」。
- 應融入區域、環境、文化、族群等多元觀點。
- 可依據課綱教材編選原則，自編劇學校特色之教材。

教材選用

- 應考量各學習階段學生之身心發展條件、體適能或運動基本能力。
- 符合相關規範，符合性別平等觀點，避免使用性別偏見、性別歧視等語彙。
- 能引發學生學習動機、促進學生思考、增加演練實作機會。

實施要點（三）教學實施、資源與學習評量

教學實施

- 可彈性實施領域教學或分科教學。
- 以學生為中心，主動參與、體驗與互動，落實健康的生活型態。

教學資源

- 善用各種形式的媒材、設備，以及相關人力組織資源等。
- 建立「家庭-學校-社區」的合作資源。

學習評量

- 強調真實性評量且連結學生於實際情境中的應用。
- 運用多元的評量策略，反應學生學習歷程。

議題融入說明



健體領域課綱以**培養學生具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，涵養學生健康與體育的素養為目標**，與議題融入教育有共通之處。

健體領域課綱「**附錄二**」除明列「性別平等教育、人權教育、環境教育、海洋教育」議題之學習主題與實質內涵外，**學習重點**亦能呼應安全教育、品德教育、生命教育、戶外教育等議題。

議題融入示例舉隅

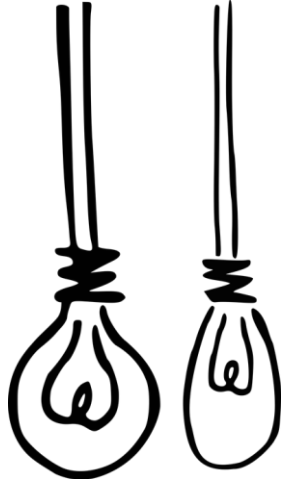
議題	學習主題	議題實質內涵	融入課程綱要學習重點之示例	說明
性別平等教育	性別權關係與互動	性E11 培養性別間合宜表達情感的能力。	Db-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。	在教導情緒處理的相關單元時，可藉由觀察與角色扮演，引導學生探討性別角色刻板現象中，「男兒有淚不輕彈」，男性被要求理性堅強，壓抑情緒。但是，情緒如果無法適當的宣洩，可能對身心健康或人際關係造成什麼樣的影響？亦可藉由日常生活中的事例討論，讓學生了解情緒的表達與處理不應該因性別而有所不同，透過情緒的體驗與分辨，學習如何適切的表達與管理情緒。
人權教育	人權與民主法治	人U3 認識我國重要的人權立法及其意義，理解保障人權之憲政原理與原則。	Ca-V-1 健康的生生活方健康式與環境永續之營造。	於學習全民健保與醫療制度的課程時，經由全民健保基礎介紹，協助學生了解這是一種符合公平、正義、互助原則的社會保險制度，並且能夠透過全民健保與醫療使用現況及案例了解全民健保的永續危機，並經由小組討論，集結不同的生活經驗，進而商討醫療資源善用的策略與可行方案，以利此全民健保制度的長久經營。

歡迎下載

-十二年國教健康與體育領域課程綱要-



課程綱要



第三部分

國教院研發

之課綱實施支持資源



健體領域課綱實施相關資源-課程手冊



- 壹、發展沿革與特色
- 貳、課程架構
- 參、核心素養與學習重點呼應說明
- 肆、學習重點解析
- 伍、素養導向教材編寫原則
- 陸、議題融入說明
- 柒、教學單元案例
- 捌、新舊課綱之課程實施銜接分析與建議
- 玖、其他課程規劃建議
- 拾、課綱 Q & A



網址：<https://www.naer.edu.tw/files/11-1000-1625.php?Lang=zh-tw>

健體領域課綱實施相關資源-教材及教學模組

一、國小健體教材與教學模組示例

(一) 身體一級棒

(二) 打擊惡勢力

二、國中健體教材與教學模組示例

(一) 青春e世代-健康人際關係

(二) 經驗、驚豔、獵豔、體驗與饗宴

三、高中健體教材與教學模組示例

(一) 時來運轉，幸運有你

(二) 跑跳人生，泳出生命-體現新自我

(三) 全體就位健康動起來



採行單科、跨科或跨領域之多樣化模式，以進行教材與教學模組的研發。



由國教院、大學及中小學協作研發教材及教學模組，具專業性與可行性。



透過試教及同儕回饋歷程，能提高教材及教學模組的研發品質。

請詳參〈十二年國教健體教材與教學模組示例〉

更多的十二年國教課綱 實施的參考資源

協力同行-
走進十二年國教課程綱要網站



- 課程手冊、
- 教學模組示
例、
- 素養導向紙筆
測驗範例試題



愛學網



- 教學影片示例



Thank
You

感謝聆聽 敬請指教



國家教育研究院

National Academy for Educational Research

www.naer.edu.tw