彰化縣立花壇國民小學 110 學年度第一學期一年級 健體 領域/科目課程(部定課程)

- 5、各年級領域學習課程計畫(5-1 5-2 5-3 以一個檔上傳同一區域)
 - 5-1 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃符合課程綱要規定,且 能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。
 - 5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、與趣和動機,提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。
 - 5-3 議題融入(七大或19項)且內涵適合單元/主題內容

| 教材版本 | 南一版 | 實施年級 (班級/組別) | - | 教學節數 | 每週(3)節,本學期共()節 | | | | | | |
|------|--------------|-------------------------------------|-------------|-----------|-----------------|--|--|--|--|--|--|
| | 1. 於上下學情境中, | 了解注意交通安全是 | 健康生活的一環,並且認 | 忍識上下學的安全常 | : 識。 | | | | | | |
| | 2. 列舉校園內適合遊 | り舉校園內適合遊戲的地方,並且認識遊戲的安全常識。 | | | | | | | | | |
| | 3. 體會上下學與遊戲 | 豊會上下學與遊戲安全的重要性,並且願意遵守各項上下學與遊戲的注意事項。 | | | | | | | | | |
| | 4. 於生活中,嘗試自 | 我覺察並修正個人上 | 下學與遊戲的不當行為 | , 練習各項安全行 | 方為。 | | | | | | |
| | 5. 在校園中,嘗試運 | 用做決定的技巧選擇 | 適合遊戲的地方。 | | | | | | | | |
| | 6. 養成遵守上下學與 | 遊戲注意事項的好習 | 慣。 | | | | | | | | |
| | 7. 能認識身體部位名 | | | | | | | | | | |
| | 8. 能知道洗手五步驟 | • | | | | | | | | | |
| | 9. 能知道上廁所的注 | 意事項。 | | | | | | | | | |
| 課程目標 | 10. 發覺健康的生活態 | 度與行為,並願意養 | 成個人健康習慣。 | | | | | | | | |
| | 11. 能正確利用洗手五 | 步驟清潔雙手。 | | | | | | | | | |
| | 12. 能正確做到清潔身 | 能正確做到清潔身體的步驟,並養成良好的衛生習慣。 | | | | | | | | | |
| | 13. 能正確使用廁所。 | 能正確使用廁所。 | | | | | | | | | |
| | 14. 能勤洗手,保持雙 | 手乾淨。 | | | | | | | | | |
| | 15. 能每天清潔身體, | 换穿乾淨衣物。 | | | | | | | | | |
| | 16. 能正確上廁所。 | | | | | | | | | | |
| | 17. 可以從觀察他人動 | 作與表情猜測對方的 | 情緒狀態,並察覺同一個 | 牛事,每個人的感受 | 可能不同。 | | | | | | |
| | 18. 從自己能完成來得 | 到自我悅納感,知道 | 自己做得到,也能自己任 | 故。 | | | | | | | |
| | 19. 能表達自己的感受 | ,在情緒發洩後也能 | 緩和感受或改善狀況。 | | | | | | | | |

- 20. 觀察事件與他人動作及表情猜測對方的情緒狀態。
- 21. 能用言語或表情表達自己的感受,讓其他人知道。
- 22. 能和同儕一起玩、一起學習,喜歡共好的感受。
- 23. 能從閱讀中認識早餐的重要性。
- 24. 能說出早餐常見食物。
- 25. 能認識食物對身體健康的重要性。
- 26. 能接納並嘗試不同的早餐食物。
- 27. 能覺察珍惜食物的重要性。
- 28. 能覺察良好的飲食習慣和衛生行為,可以讓身體更健康。
- 29. 能連結生活發覺早餐可以維持精神與活力。
- 30. 能選擇對身體健康有益的食物。
- 31. 能透過分享願意養成吃早餐的習慣。
- 32. 能養成良好的飲食習慣和衛生行為,以維護健康。
- 33. 知道學校健康中心的設備、器材與使用方法。
- 34. 能知道學校護理師及醫師到校服務的工作內容。
- 35. 能知道健康檢查複檢(再檢查)怎麼做。
- 36. 能體會護理師、醫師的辛苦付出,知道感恩與感謝。
- 37. 在學校發生事情能主動尋求協助。
- 38. 學習解決問題的能力。
- 39. 能適時適切使用學校健康中心的設備或器材,以維護健康。
- 40. 能禮貌對待護理人員,並適時表達謝意。
- 41. 能分辨學校空間、設備的安全性。
- 42. 能遵守遊戲規則,並與同學互助合作。
- 43. 能討論並正確的使用學校空間及設備,達到安全和快樂的目的。
- 44. 能正確的操作各項遊戲器材。
- 45. 能利用學校運動空間,從事身體活動。
- 46. 能利用呼拉圈做各種身體的伸展活動,並能簡單運用身體操作呼拉圈。
- 47. 能完成搖動呼拉圈的動作。

- 48. 能運用身體做出指定動作。
- 49. 表現認真參與活動的積極態度。
- 50. 能在運動過程中,避免運動傷害。
- 51. 能與同學培養默契通力合作,完成動作。
- 52. 能注意同學的動作,學習、了解如何完成指示動作。
- 53. 平時能利用呼拉圈做運動。
- 54. 能利用呼拉圈選擇適合自己的身體活動。
- 55. 在遊戲中表達出對肢體各部位的認識及完整概念,並能靈活操作身體表現動作。
- 56. 能主動參與各種身體活動。
- 57. 能專注欣賞他人優良動作表現。
- 58. 能表現認真參與活動的積極態度。
- 59. 能與同學一起認真合作發揮創意,運用身體表演造型動作。
- 60. 能在引導下自信的表現身體活動。
- 61. 能說出並選擇平時從事的運動。
- 62. 認識操場、跑道與使用規則。
- 63. 認識腳的走、跑、跳動作。
- 64. 能表現專注觀賞的態度。
- 65. 能遵守遊戲規則,並和他人一同合作遊戲。
- 66. 做出各項暖身動作。
- 67. 能體會並做出腳的走、跑、跳動作。
- 68. 能善用學校操場資源從事運動。
- 69. 能在行進中選擇或轉換走、跑、跳運動。
- 70. 能利用下課時間練習走、跑、跳運動或遊戲。
- 71. 能知道教材示範身體和球的動作。
- 72. 能知道教材示範夾球、夾球跳和滾接的動作。
- 73. 能了解教材的活動關卡動作。
- 74. 能盡力的完成教材動作。
- 75. 能和同學互相合作完成活動。

| | 76 化铂穷仙】江和丛丰田。 |
|-------------------|--|
| | 76. 能觀察他人活動的表現。 |
| | 77. 能做出教材夾球、夾球跳和滾接的動作技巧。 |
| | 78. 能做出教材闖關活動的動作技巧。 |
| | 79. 能在玩球的過程中,認識自己身體活動能力,並選擇適合自己的運動。 |
| | 80. 能利用課餘時間,從事玩球運動。 |
| | 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-E-A2具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力,並透過體驗與實踐,處理日常生活中運動與健康的問題。 |
| | 健體-E-A3具備擬定基本的運動與保健計劃及實作能力,並以創新思考方式,因應日常生活情境。 |
| 領域核心素養 | 健體-E-B1具備運用體育與健康之相關符號知能,能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 |
| · (只) (八) (1) (1) | 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。 |
| | 健體-E-C1具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力,理解並遵守相關的道德規範,培養公民意識,關懷社會。 |
| | 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-C3 具備理解與關心本土與國際體育與健康議題的素養,並認識與包容文化的多元性。 |
| | 【人權教育】 |
| | 人 E3 了解每個人需求的不同,並討論與遵守團體的規則。 |
| | 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 |
| | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 |
| | 【戶外教育】 |
| | 户 E3 善用教室外,戶外及校外教學,認識生活環境(自然或人為)。 |
| | 【安全教育】 |
| 融入之重大議題 | 安 E10 關注校園安全的事件。 |
| | 安 E2 了解危機與安全。 |
| | 安 E7 探究運動基本的保健。 |
| | 安 E8 了解校園安全的意義。 |
| | 【性別平等教育】 |
| | 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 |
| | 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 |
| | 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 |
| | |

【品德教育】

品 El 良好生活習慣與德行。

品 E3 溝通合作與和諧人際關係。

【家庭教育】

家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。

【生涯規劃教育】

涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。

涯 E7 培養良好的人際互動能力。

【閱讀素養教育】

閱 E11 能在一般生活情境中,懂得運用文本習得的知識解決問題。

閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。

閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。

閱 E8 低、中年級以紙本閱讀為主。

課程架構

| h) 69 v), J- | LI 69 TP - / \ DT 10 /6. | <i>FF</i> 3.1 | 領域核心素養 | 學習重點 | | | 融入議題 |
|--------------|--------------------------|---------------|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| 教學進度 | 教學單元/主題名稱 | 節數 | | 學習表現 | 學習內容 | 評量方式 | 內容重點 |
| | 壹、快樂上學去 | | 健體-E-A2 | 1a-I-1 認識基本的 | Ba-I-1 遊戲場所 | 觀察評量 | 【安全教育】 |
| | 一. 新生進行曲 | | 健體-E-C1 | 健康常識。 | 與上下學情境的 | 口頭評量 | 安 E2 了解危機與安 |
| | | | | 2b-I-1 接受健康的 | 安全須知。 | 行為檢核 | 全。 |
| | | 1 | | 生活規範。 | | 態度評量 | 安 E8 了解校園安全 |
| 第1週 | | 1 | | 3b-I-3 能於生活中 | | | 的意義。 |
| 8/30 | | | | 嘗試運用生活技能。 | | | 安 E10 關注校園安全 |
| 9/5 | | | | 4a-I-2 養成健康的 | | | 的事件。 |
| | | | | 生活習慣。 | | | |
| | 貳、運動樂趣多 | | 健體-E-A2 | 1c-I-2 認識基本的 | Ba-I-1 遊戲場所 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| | 六. 小小探險家 | 2 | 健體-E-C1 | 運動常識。 | 與上下學情境的 | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需 |
| | | | | 2c-I-1 表現尊重的 | 安全須知。 | 行為檢核 | 求的不同,並討論與 |

| | | | 團體互動行為。 | Cb-I-3 學校運動 | 態度評量 | 遵守團體的規則。 |
|------|----------|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | 1a-I-2 認識健康的 | 活動空間與場 | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | 生活習慣。 | 域。 | | 戲權利的需求。 |
| | | | 3c-I-2 表現安全的 | | | |
| | | | 身體活動行為。 | | | |
| | | | 4d-I-2 利用學校或 | | | |
| | | | 社區資源從事身體 | | | |
| | | | 活動。 | | | |
| | 壹、快樂上學去 | 健體-E-A2 | 1a-I-1 認識基本的 | Ba-I-1 遊戲場所 | 觀察評量 | 【安全教育】 |
| | 一. 新生進行曲 | 健體-E-C1 | 健康常識。 | 與上下學情境的 | 口頭評量 | 安 E2 了解危機與安 |
| | | | 2b-I-1 接受健康的 | 安全須知。 | 行為檢核 | 全。 |
| | | 1 | 生活規範。 | | 態度評量 | 安 E8 了解校園安全 |
| | | 1 | 3b-I-3 能於生活中 | | | 的意義。 |
| | | | 嘗試運用生活技能。 | | | 安 E10 關注校園安全 |
| 第2週 | | | 4a-I-2 養成健康的 | | | 的事件。 |
| 9/6 | | | 生活習慣。 | | | |
| 9/12 | 貳、運動樂趣多 | 健體-E-A2 | 2c-I-1 表現尊重的 | Ba-I-1 遊戲場所 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| | 六. 小小探險家 | 健體-E-C1 | 團體互動行為。 | 與上下學情境的 | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需 |
| | | | 3c-I-2 表現安全的 | 安全須知。 | 行為檢核 | 求的不同,並討論與 |
| | | 2 | 身體活動行為。 | Cb-I-3 學校運動 | 態度評量 | 遵守團體的規則。 |
| | | | 4d-I-2 利用學校或 | 活動空間與場 | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | 社區資源從事身體 | 域。 | | 戲權利的需求。 |
| | | | 活動。 | | | |
| | 壹、快樂上學去 | 健體-E-A2 | 1a-I-1 認識基本的 | Ba-I-1 遊戲場所 | 觀察評量 | 【安全教育】 |
| 第3週 | 一. 新生進行曲 | 健體-E-C1 | 健康常識。 | 與上下學情境的 | 口頭評量 | 安 E2 了解危機與安 |
| 9/13 | | 1 | 2b-I-1 接受健康的 | 安全須知。 | 行為檢核 | 全。 |
| 9/19 | | | 生活規範。 | | 態度評量 | 安 E8 了解校園安全 |
| | | | 3b-I-3 能於生活中 | | | 的意義。 |

| | | | 嘗試運用生活技能。 | | | 安 E10 關注校園安全 |
|------|----------|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | 4a-I-2 養成健康的 | | | 的事件。 |
| | | | 生活習慣。 | | | |
| | 貳、運動樂趣多 | 健體-E-A2 | 2c-I-1 表現尊重的 | Cb-I-3 學校運動 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| | 六. 小小探險家 | 健體-E-C1 | 團體互動行為。 | 活動空間與場 | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需 |
| | | 2 | 3c-I-2 表現安全的 | 域。 | 行為檢核 | 求的不同,並討論與 |
| | | Δ | 身體活動行為。 | | 態度評量 | 遵守團體的規則。 |
| | | | | | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | | | 戲權利的需求。 |
| | 壹、快樂上學去 | 健體-E-A2 | 1a-I-1 認識基本的 | Ba-I-1 遊戲場所 | 觀察評量 | 【安全教育】 |
| | 一. 新生進行曲 | 健體-E-C1 | 健康常識。 | 與上下學情境的 | 口頭評量 | 安 E2 了解危機與安 |
| | | | 2b-I-1 接受健康的 | 安全須知。 | 行為檢核 | 全。 |
| | | 1 | 生活規範。 | | 態度評量 | 安 E8 了解校園安全 |
| | | | 3b-I-3 能於生活中 | | | 的意義。 |
| | | | 嘗試運用生活技能。 | | | 安 E10 關注校園安全 |
| | | | 4a-I-2 養成健康的 | | | 的事件。 |
| | | | 生活習慣。 | | | |
| 第4週 | 貳、運動樂趣多 | 健體−E−A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| 9/20 | 七. 來玩呼拉圈 | 健體-E-C2 | 動的基本動作。 | 伸展動作。 | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線 |
| 9/26 | | | 2c-I-2 表現認真參 | Cb-I-2 班級體育 | 行為檢核 | 與尊重他人的身體 |
| | | | 與的學習態度。 | 活動。 | 態度評量 | 自主權。 |
| | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | | | 【人權教育】 |
| | | 2 | 人的動作表現。 | | | 人 E5 欣賞、包容個 |
| | | | 3d-I-1 應用基本動 | | | 別差異並尊重自己 |
| | | | 作常識,處理練習或 | | | 與他人的權利。 |
| | | | 遊戲問題。 | | | 【生涯規劃教育】 |
| | | | | | | 涯 E7 培養良好的人 |
| | | | | | | 際互動能力。 |

| | 壹、快樂上學去 | 健體-E- | 1a-I-1 認識基本的 | Da-I-1 日常生活 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
|---------------|----------|-------|--------------|-------------|------|-------------|
| | 二. 健康小達人 | 1 | 健康常識。 | 中的基本衛生習 | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣 |
| | | | | 慣。 | 行為檢核 | 與德行。 |
| | | | | | 態度評量 | |
| | 貳、運動樂趣多 | 建體-E- | 1c-I-1 認識身體活 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 七. 來玩呼拉圈 | 建體-E- | D2 動的基本動作。 | 伸展動作。 | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線 |
| 第5週 | | | 4c-I-2 選擇適合個 | Cb-I-2 班級體育 | 行為檢核 | 與尊重他人的身體 |
| 9/27 | | | 人的身體活動。 | 活動。 | 態度評量 | 自主權。 |
| 10/3 | | | | | | 【人權教育】 |
| | | 2 | | | | 人 E5 欣賞、包容個 |
| | | | | | | 別差異並尊重自己 |
| | | | | | | 與他人的權利。 |
| | | | | | | 【生涯規劃教育】 |
| | | | | | | 涯 E7 培養良好的人 |
| | | | | | | 際互動能力。 |
| | 壹、快樂上學去 | 健體-E- | 1a-I-2 認識健康的 | Da-I-1 日常生活 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
| | 二. 健康小達人 | | 生活習慣。 | 中的基本衛生習 | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣 |
| | | 1 | 3a-I-2 能於引導 | 慣。 | 行為檢核 | 與德行。 |
| | | | 下,於生活中操作簡 | Da-I-2 身體的部 | 態度評量 | |
| | | | 易的健康技能。 | 位與衛生保健的 | | |
| 第 6 週 10/4 | | | | 重要性。 | | |
| 10/4 | 貳、運動樂趣多 | 健體-E- | 1c-I-1 認識身體活 | Cb-I-2 班級體育 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| 10/10 | 七. 來玩呼拉圈 | 健體-E- | D 動的基本動作。 | 活動。 | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線 |
| | | | 2c-I-2 表現認真參 | | 行為檢核 | 與尊重他人的身體 |
| | | 2 | 與的學習態度。 | | 態度評量 | 自主權。 |
| | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | | | 【人權教育】 |
| | | | 人的動作表現。 | | | 人 E5 欣賞、包容個 |
| | | | 3d-I-1 應用基本動 | | | 別差異並尊重自己 |

| | | | 作常識,處理練習或 | | | 與他人的權利。 |
|--------|----------|---------|--------------|-------------|------|-------------|
| | | | 遊戲問題。 | | | 【生涯規劃教育】 |
| | | | | | | 涯 E7 培養良好的人 |
| | | | | | | 際互動能力。 |
| | 壹、快樂上學去 | 健體−E−A1 | 1a-I-1 認識基本的 | Da-I-1 日常生活 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
| | 二. 健康小達人 | | 健康常識。 | 中的基本衛生習 | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣 |
| | | | 1a-I-2 認識健康的 | 慣。 | 行為檢核 | 與德行。 |
| | | | 生活習慣。 | Da-I-2 身體的部 | 態度評量 | |
| | | 1 | 3a-I-2 能於引導 | 位與衛生保健的 | | |
| | | | 下,於生活中操作簡 | 重要性。 | | |
| | | | 易的健康技能。 | | | |
| | | | 4a-I-2 養成健康的 | | | |
| 第7週 | | | 生活習慣。 | | | |
| 10/11 | 貳、運動樂趣多 | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Cb-I-2 班級體育 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| 10 /17 | 七. 來玩呼拉圈 | 健體-E-C2 | 動的基本動作。 | 活動。 | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線 |
| 10/17 | | | 2c-I-2 表現認真參 | | 行為檢核 | 與尊重他人的身體 |
| | | | 與的學習態度。 | | 態度評量 | 自主權。 |
| | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | | | 【人權教育】 |
| | | 2 | 人的動作表現。 | | | 人 E5 欣賞、包容個 |
| | | | 3c-I-1 表現基本動 | | | 別差異並尊重自己 |
| | | | 作與模仿能力。 | | | 與他人的權利。 |
| | | | | | | 【生涯規劃教育】 |
| | | | | | | 涯 E7 培養良好的人 |
| | | | | | | 際互動能力。 |
| 第 8 週 | 壹、快樂上學去 | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的 | Da-I-1 日常生活 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
| 10/18 | 二. 健康小達人 | 1 | 健康常識。 | 中的基本衛生習 | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣 |
| 10/04 | | 1 | 1a-I-2 認識健康的 | 慣。 | 行為檢核 | 與德行。 |
| 10/24 | | | 生活習慣。 | Da-I-2 身體的部 | 態度評量 | |

| | | | 3a-I-2 能於引導 | 位與衛生保健的 | | |
|--------|----------|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | 下,於生活中操作簡 | 重要性。 | | |
| | | | 易的健康技能。 | Db-I-1 日常生活 | | |
| | | | 4a-I-2 養成健康的 | 中的性別角色。 | | |
| | | | 生活習慣。 | | | |
| | 貳、運動樂趣多 | 健體−E−A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 八. 快樂動起來 | 健體-E-B3 | 動的基本動作。 | 伸展動作。 | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線 |
| | | 健體-E-C2 | 2c-I-2 表現認真參 | Ib-I-1 唱、跳與 | 行為檢核 | 與尊重他人的身體 |
| | | | 與的學習態度。 | 模仿性律動遊 | 態度評量 | 自主權。 |
| | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | 戲。 | | 【人權教育】 |
| | | | 人的動作表現。 | | | 人 E5 欣賞、包容個 |
| | | 2 | | | | 別差異並尊重自己 |
| | | | | | | 與他人的權利。 |
| | | | | | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | | | 戲權利的需求。 |
| | | | | | | 【生涯規劃教育】 |
| | | | | | | 涯 E7 培養良好的人 |
| | | | | | | 際互動能力。 |
| | 壹、快樂上學去 | 健體-E-C2 | 3b-I-3 能於生活中 | Fa-I-1 認識與喜 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 三. 我長大了 | | 嘗試運用生活技能。 | 歡自己的方法。 | 口頭評量 | 性 E10 辨識性別刻板 |
| | | | | | 行為檢核 | 的情感表達與人際 |
| 第 9 週 | | | | | 態度評量 | 互動。 |
| 10/25 | | 1 | | | | 性 E11 培養性別間合 |
| 10 (01 | | 1 | | | | 宜表達情感的能力。 |
| 10/31 | | | | | | 【閱讀素養教育】 |
| | | | | | | 閱 E8 低、中年級以 |
| | | | | | | 紙本閱讀為主。 |
| | | | | | | 閱 E12 培養喜愛閱讀 |

| | | | | | | 的態度。 |
|--------|----------|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | | | | 閱 E14 喜歡與他人討 |
| | | | | | | 論、分享自己閱讀的 |
| | | | | | | 文本。 |
| | 貳、運動樂趣多 | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 八. 快樂動起來 | 健體-E-B3 | 動的基本動作。 | 伸展動作。 | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線 |
| | | 健體-E-C2 | 2c-I-2 表現認真參 | | 行為檢核 | 與尊重他人的身體 |
| | | | 與的學習態度。 | | 態度評量 | 自主權。 |
| | | | | | | 【人權教育】 |
| | | | | | | 人 E5 欣賞、包容個 |
| | | 2 | | | | 別差異並尊重自己 |
| | | | | | | 與他人的權利。 |
| | | | | | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | | | 戲權利的需求。 |
| | | | | | | 【生涯規劃教育】 |
| | | | | | | 涯 E7 培養良好的人 |
| | | | | | | 際互動能力。 |
| | 壹、快樂上學去 | 健體-E-C2 | 3b-I-2 能於引導 | Fa-I-2 與家人及 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 三. 我長大了 | | 下,表現簡易的人際 | 朋友和諧相處的 | 口頭評量 | 性 E10 辨識性別刻板 |
| | | | 溝通互動技能。 | 方式。 | 行為檢核 | 的情感表達與人際 |
| | | | | | 態度評量 | 互動。 |
| 第 10 週 | | | | | | 性 E11 培養性別間合 |
| 11/1 | | 1 | | | | 宜表達情感的能力。 |
| 11/7 | | | | | | 【閱讀素養教育】 |
| | | | | | | 閱 E8 低、中年級以 |
| | | | | | | 紙本閱讀為主。 |
| | | | | | | 閱 E12 培養喜愛閱讀 |
| | | | | | | 的態度。 |

| | | | | | | | 閱 E14 喜歡與他人討 |
|--------|----------|---|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | | | | | 論、分享自己閱讀的 |
| | | | | | | | 文本。 |
| | 貳、運動樂趣多 | | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 八. 快樂動起來 | | 健體-E-B3 | 動的基本動作。 | 伸展動作。 | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線 |
| | | | 健體-E-C2 | 2c-I-2 表現認真參 | Ib-I-1 唱、跳與 | 行為檢核 | 與尊重他人的身體 |
| | | | | 與的學習態度。 | 模仿性律動遊 | 態度評量 | 自主權。 |
| | | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | 戲。 | | 【人權教育】 |
| | | | | 人的動作表現。 | | | 人 E5 欣賞、包容個 |
| | | 2 | | 3c-I-1 表現基本動 | | | 別差異並尊重自己 |
| | | | | 作與模仿的能力。 | | | 與他人的權利。 |
| | | | | | | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | | | | 戲權利的需求。 |
| | | | | | | | 【生涯規劃教育】 |
| | | | | | | | 涯 E7 培養良好的人 |
| | | | | | | | 際互動能力。 |
| | 壹、快樂上學去 | | 健體-E-C2 | 3b-I-2 能於引導 | Fa-I-3 情緒體驗 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 三. 我長大了 | | | 下,表現簡易的人際 | 與分辨的方法。 | 口頭評量 | 性 E10 辨識性別刻板 |
| | | | | 溝通互動技能。 | | 行為檢核 | 的情感表達與人際 |
| | | | | | | 態度評量 | 互動。 |
| 第 11 週 | | | | | | | 性 E11 培養性別間合 |
| 11/8 | | 1 | | | | | 宜表達情感的能力。 |
| 11 /14 | | 1 | | | | | 【閱讀素養教育】 |
| 11/14 | | | | | | | 閱 E8 低、中年級以 |
| | | | | | | | 紙本閱讀為主。 |
| | | | | | | | 閱 E12 培養喜愛閱讀 |
| | | | | | | | 的態度。 |
| | | | | | | | 閱 E14 喜歡與他人討 |

| | | | | | | 論、分享自己閱讀的 |
|--------|----------|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | | | | 文本。 |
| | 貳、運動樂趣多 | 建體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ib-I-1 唱、跳與 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 八. 快樂動起來 | 健體-E-B3 | 動的基本動作。 | 模仿性律動遊 | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線 |
| | | 建體-E-C2 | 2c-I-2 表現認真參 | 戲。 | 行為檢核 | 與尊重他人的身體 |
| | | | 與的學習態度。 | | 態度評量 | 自主權。 |
| | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | | | 【人權教育】 |
| | | | 人的動作表現。 | | | 人 E5 欣賞、包容個 |
| | 2 | | | | | 別差異並尊重自己 |
| | | | | | | 與他人的權利。 |
| | | | | | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | | | 戲權利的需求。 |
| | | | | | | 【生涯規劃教育】 |
| | | | | | | 涯 E7 培養良好的人 |
| | | | | | | 際互動能力。 |
| | 壹、快樂上學去 | 建體-E-C2 | 3b-I-1 能於引導 | Fa-I-3 情緒體驗 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 三. 我長大了 | | 下,表現簡易的自我 | 與分辨的方法。 | 口頭評量 | 性 E10 辨識性別刻板 |
| | | | 調適技能。 | | 行為檢核 | 的情感表達與人際 |
| | | | 3b-I-2 能於引導 | | 態度評量 | 互動。 |
| | | | 下,表現簡易的人際 | | | 性 E11 培養性別間合 |
| 第 12 週 | | | 溝通互動技能。 | | | 宜表達情感的能力。 |
| 11/15 | 1 | | | | | 【閱讀素養教育】 |
| 11/21 | | | | | | 閱 E8 低、中年級以 |
| | | | | | | 紙本閱讀為主。 |
| | | | | | | 閱 E12 培養喜愛閱讀 |
| | | | | | | 的態度。 |
| | | | | | | 閱 E14 喜歡與他人討 |
| | | | | | | 論、分享自己閱讀的 |

| | | | | | | 文本。 |
|--------|----------|---------|--------------|-------------|------|-------------|
| | 貳、運動樂趣多 | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ib-I-1 唱、跳與 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 八. 快樂動起來 | 健體-E-B3 | 動的基本動作。 | 模仿性律動遊 | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線 |
| | | 健體-E-C2 | 2c-I-2 表現認真參 | 戲。 | 行為檢核 | 與尊重他人的身體 |
| | | | 與的學習態度。 | | 態度評量 | 自主權。 |
| | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | | | 【人權教育】 |
| | | | 人的動作表現。 | | | 人 E5 欣賞、包容個 |
| | | 2 | 3c-I-1 表現基本動 | | | 別差異並尊重自己 |
| | | | 作與模仿的能力。 | | | 與他人的權利。 |
| | | | 3d-I-1 應用基本動 | | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | 作常識,處理練習或 | | | 戲權利的需求。 |
| | | | 遊戲問題。 | | | 【生涯規劃教育】 |
| | | | | | | 涯 E7 培養良好的人 |
| | | | | | | 際互動能力。 |
| | 壹、快樂上學去 | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的 | Ea-I-2 基本的飲 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
| | 四.活力加油站 | | 健康常識。 | 食習慣。 | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣 |
| | | | 2a-I-1 發覺影響健 | | 行為檢核 | 與德行。 |
| | | 1 | 康的生活態度與行 | | 態度評量 | |
| | | | 為。 | | | |
| 第 13 週 | | | 2b-I-2 願意養成個 | | | |
| 11/22 | | | 人健康習慣。 | | | |
| 11 /00 | 貳、運動樂趣多 | 健體−E−A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| 11/28 | 九. 快樂走跑跳 | 健體-E-C2 | 動的基本動作。 | 伸展動作。 | 口頭評量 | 人E3了解每個人需 |
| | | | 1c-I-2 認識基本的 | Cb-I-1 運動安全 | 行為檢核 | 求的不同,並討論與 |
| | | 2 | 運動常識。 | 常識、運動對身 | 態度評量 | 遵守團體的規則。 |
| | | | 3d-I-1 應用基本動 | 體健康的益處。 | | 人 E5 欣賞、包容個 |
| | | | 作常識,處理練習或 | Ga-I-1 走、跑、 | | 別差異並尊重自己 |
| | | | 遊戲問題。 | 跳與投擲遊戲。 | | 與他人的權利。 |

| | | | 4d-I-2 利用學校或 | | | 人 E8 了解兒童對遊 |
|--------|----------------|---------|--------------|-------------|------|-------------|
| | | | 社區資源從事身體 | | | 戲權利的需求。 |
| | | | 活動。 | | | |
| | 壹、快樂上學去 | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的 | Ea-I-1 生活中常 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
| | 四.活力加油站 | 1 | 健康常識。 | 見的食物與珍惜 | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣 |
| | | 1 | 1a-I-2 認識健康的 | 食物。 | 行為檢核 | 與德行。 |
| | | | 生活習慣。 | | 態度評量 | |
| | 貳、運動樂趣多 | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ga-I-1 走、跑、 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| 第 14 週 | 九. 快樂走跑跳 | 健體-E-C2 | 動的基本動作。 | 跳與投擲遊戲。 | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需 |
| 11/29 | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | | 行為檢核 | 求的不同,並討論與 |
| 12/5 | | | 人的動作表現。 | | 態度評量 | 遵守團體的規則。 |
| | | 2 | 3c-I-1 表現基本動 | | | 人 E5 欣賞、包容個 |
| | | | 作與模仿的能力。 | | | 別差異並尊重自己 |
| | | | | | | 與他人的權利。 |
| | | | | | | 人 E8 了解兒童對这 |
| | | | | | | 戲權利的需求。 |
| | 壹、快樂上學去 | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的 | Ea-I-2 基本的飲 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
| | 四.活力加油站 | 1 | 健康常識。 | 食習慣。 | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣 |
| | | 1 | 2b-I-1 接受健康的 | | 行為檢核 | 與德行。 |
| | | | 生活規範。 | | 態度評量 | |
| 第 15 週 | 貳、運動樂趣多 | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ga-I-1 走、跑、 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| 12/6 | 九. 快樂走跑跳 | 健體-E-C2 | 動的基本動作。 | 跳與投擲遊戲。 | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需 |
| 10/10 | | | 3d-I-1 應用基本動 | | 行為檢核 | 求的不同,並討論與 |
| 12/12 | | 2 | 作常識,處理練習或 | | 態度評量 | 遵守團體的規則。 |
| | | 2 | 遊戲問題。 | | | 人 E5 欣賞、包容個 |
| | | | | | | 別差異並尊重自己 |
| | | | | | | 與他人的權利。 |
| | | | | | | 人 E8 了解兒童對遊 |

| | | | | | | | 戲權利的需求。 |
|-----------|------------|---|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | 壹、快樂上學去 | | 健體-E-A1 | 2b-I-2 願意養成個 | Ea-I-2 基本的飲 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
| | 四.活力加油站 | 1 | | 人健康習慣。 | 食習慣。 | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣 |
| | | 1 | | 4a-I-2 養成健康的 | | 行為檢核 | 與德行。 |
| | | | | 生活習慣。 | | 態度評量 | |
| | 貳、運動樂趣多 | | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ga-I-1 走、跑、 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| 第 16 週 | 九. 快樂走跑跳 | | 健體-E-C2 | 動的基本動作。 | 跳與投擲遊戲。 | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需 |
| 12/13 | | | | 3d-I-1 應用基本動 | | 行為檢核 | 求的不同,並討論與 |
| 12/19 | | | | 作常識,處理練習或 | | 態度評量 | 遵守團體的規則。 |
| | | 2 | | 遊戲問題。 | | | 人 E5 欣賞、包容個 |
| | | | | | | | 別差異並尊重自己 |
| | | | | | | | 與他人的權利。 |
| | | | | | | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | | | | 戲權利的需求。 |
| | 壹、快樂上學去 | | 健體-E-A1 | 1b-I-1 舉例說明健 | Ca-I-1 生活中與 | 觀察評量 | 【家庭教育】 |
| | 五. 校園生活健康多 | | 建體-E-A2 | 康生活情境中適用 | 健康相關的環 | 口頭評量 | 家 E13 熟悉與家庭生 |
| | | | | 的健康技能和生活 | 境。 | 行為檢核 | 活相關的社區資源。 |
| | | | | 技能。 | | 態度評量 | 【生涯規劃教育】 |
| | | | | 3b-I-3 能於生活中 | | | 涯 E12 學習解決問題 |
| 第 17 週 | | | | 嘗試運用生活技能。 | | | 與做決定的能力。 |
| 12/20 | | 1 | | | | | 【閱讀素養教育】 |
| 12/26 | | 1 | | | | | 閱 E11 能在一般生活 |
| 12/20 | | | | | | | 情境中,懂得運用文 |
| | | | | | | | 本習得的知識解決 |
| | | | | | | | 問題。 |
| | | | | | | | 【戶外教育】 |
| | | | | | | | 戶 E3 善用教室外, |
| | | | | | | | 戶外及校外教學,該 |

| | | | | | | 識生活環境(自然或 |
|--------|--------------------|----------------|---|-------------|-----------|--------------|
| | - 100 Co 166 In 19 | A STATE TO A 1 | 1 | D 116 736 | 45 P 17 P | 人為)。 |
| | 貳、運動樂趣多 | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
| | 十.和球做朋友 | 健體-E-C2 | 動的基本動作。 | 伸展動作。 | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣 |
| | | | 1d-I-1 描述動作技 | | 行為檢核 | 與德行。 |
| | | | 能基本常識。 | | 態度評量 | 品 E3 溝通合作與和 |
| | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | | | 諧人際關係。 |
| | | | 人的動作表現。 | | | 【安全教育】 |
| | 2 | | 3c-I-1 表現基本動 | | | 安 E7 探究運動基本 |
| | | | 作與模仿的能力。 | | | 的保健。 |
| | | | 3c-I-2 表現安全的 | | | 【生涯規劃教育】 |
| | | | 身體活動行為。 | | | 涯 E7 培養良好的人 |
| | | | 3d-I-1 應用基本動 | | | 際互動能力。 |
| | | | 作常識,處理練習或 | | | |
| | | | 遊戲問題。 | | | |
| | 壹、快樂上學去 | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的 | Ca-I-1 生活中與 | 觀察評量 | 【家庭教育】 |
| | 五. 校園生活健康多 | 建體-E-A2 | 健康常識。 | 健康相關的環 | 口頭評量 | 家 E13 熟悉與家庭生 |
| | | | 1b-I-1 舉例說明健 | 境。 | 行為檢核 | 活相關的社區資源。 |
| | | | 康生活情境中適用 | | 態度評量 | 【生涯規劃教育】 |
| | | | 的健康技能和生活 | | | 涯 E12 學習解決問題 |
| 第 18 週 | | | 技能。 | | | 與做決定的能力。 |
| 12/27 | 1 | | 4a-I-1 能於引導 | | | 【閱讀素養教育】 |
| 1/2 | | | 下,使用適切的健康 | | | 閱 E11 能在一般生活 |
| | | | 資訊、產品與服務。 | | | 情境中,懂得運用文 |
| | | | | | | 本習得的知識解決 |
| | | | | | | 問題。 |
| | | | | | | 【戶外教育】 |
| | | | | | | 户 E3 善用教室外, |

| | | | | | | 户外及校外教學,認 |
|--------|------------|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | | | | 識生活環境(自然或 |
| | | | | | | 人為)。 |
| | 貳、運動樂趣多 | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
| | 十.和球做朋友 | 健體-E-C2 | 動的基本動作。 | 伸展動作。 | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣 |
| | | | 1d-I-1 描述動作技 | | 行為檢核 | 與德行。 |
| | | | 能基本常識。 | | 態度評量 | 品 E3 溝通合作與和 |
| | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | | | 諧人際關係。 |
| | | | 人的動作表現。 | | | 【安全教育】 |
| | | 2 | 3c-I-1 表現基本動 | | | 安 E7 探究運動基本 |
| | | | 作與模仿的能力。 | | | 的保健。 |
| | | | 3c-I-2 表現安全的 | | | 【生涯規劃教育】 |
| | | | 身體活動行為。 | | | 涯 E7 培養良好的人 |
| | | | 3d-I-1 應用基本動 | | | 際互動能力。 |
| | | | 作常識,處理練習或 | | | |
| | | | 遊戲問題。 | | | |
| | 壹、快樂上學去 | 建體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的 | Ca-I-1 生活中與 | 觀察評量 | 【家庭教育】 |
| | 五. 校園生活健康多 | 建體-E-A2 | 健康常識。 | 健康相關的環 | 口頭評量 | 家 E13 熟悉與家庭生 |
| | | | | 境。 | 行為檢核 | 活相關的社區資源。 |
| | | | | | 態度評量 | 【生涯規劃教育】 |
| 第 19 週 | | | | | | 涯 E12 學習解決問題 |
| 1/3 | | 1 | | | | 與做決定的能力。 |
| 1/9 | | 1 | | | | 【閱讀素養教育】 |
| 1/9 | | | | | | 閱 E11 能在一般生活 |
| | | | | | | 情境中,懂得運用文 |
| | | | | | | 本習得的知識解決 |
| | | | | | | 問題。 |
| | | | | | | 【戶外教育】 |

| | | | | | | 户 E3 善用教室外, |
|--------|------------|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | | | | 户外及校外教學,認 |
| | | | | | | 識生活環境(自然或 |
| | | | | | | 人為)。 |
| | 貳、運動樂趣多 | 健體−E−A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
| | 十.和球做朋友 | 建體-E-C2 | 動的基本動作。 | 伸展動作。 | 口頭評量 | 品 El 良好生活習慣 |
| | | | 1d-I-1 描述動作技 | Hc-I-1 標的性球 | 行為檢核 | 與德行。 |
| | | | 能基本常識。 | 類運動相關的簡 | 態度評量 | 品 E3 溝通合作與和 |
| | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | 易拋、擲、滾之 | | 諧人際關係。 |
| | | 2 | 人的動作表現。 | 手眼動作協調、 | | 【安全教育】 |
| | | | 3c-I-1 表現基本動 | 力量及準確性控 | | 安 E7 探究運動基本 |
| | | | 作與模仿的能力。 | 球動作。 | | 的保健。 |
| | | | 3c-I-2 表現安全的 | | | 【生涯規劃教育】 |
| | | | 身體活動行為。 | | | 涯 E7 培養良好的人 |
| | | | | | | 際互動能力。 |
| | 壹、快樂上學去 | 健體-E-A1 | 4a-I-1 能於引導 | Ca-I-1 生活中與 | 觀察評量 | 【家庭教育】 |
| | 五. 校園生活健康多 | 健體-E-A2 | 下,使用適切的健康 | 健康相關的環 | 口頭評量 | 家 E13 熟悉與家庭生 |
| | | | 資訊、產品與服務。 | 境。 | 行為檢核 | 活相關的社區資源。 |
| | | | 4b-I-1 發表個人對 | | 態度評量 | 【生涯規劃教育】 |
| | | | 促進健康的立場。 | | | 涯 E12 學習解決問題 |
| 第 20 週 | | | | | | 與做決定的能力。 |
| 1/10 | | 1 | | | | 【閱讀素養教育】 |
| 1/16 | | | | | | 閱 E11 能在一般生活 |
| | | | | | | 情境中,懂得運用文 |
| | | | | | | 本習得的知識解決 |
| | | | | | | 問題。 |
| | | | | | | 【戶外教育】 |
| | | | | | | 户 E3 善用教室外, |

| | | | | | | 戶外及校外教學,認 |
|---------------------|----------|---------|--------------|-------------|------|-----------|
| | | | | | | 識生活環境(自然或 |
| | | | | | | 人為)。 |
| | 貳、運動樂趣多 | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | |
| | 十. 和球做朋友 | 健體-E-C2 | 動的基本動作。 | 伸展動作。 | 口頭評量 | |
| | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | Hc-I-1 標的性球 | 行為檢核 | |
| | | | 人的動作表現。 | 類運動相關的簡 | 態度評量 | |
| | 2 | | 3c-I-1 表現基本動 | 易拋、擲、滾之 | | |
| | 2 | | 作與模仿的能力。 | 手眼動作協調、 | | |
| | | | 3c-I-2 表現安全的 | 力量及準確性控 | | |
| | | | 身體活動行為。 | 球動作。 | | |
| | | | 4c-I-2 選擇適合個 | | | |
| | | | 人的身體活動。 | | | |
| 第 21 週 1/17 「 | 休業式 | | | | | |

彰化縣立花壇國民小學 110 學年度第 二 學期 一 年級 健體 領域/科目課程(部定課程)

- 5、各年級領域學習課程計畫(5-1 5-2 5-3 以一個檔上傳同一區域)
 - 5-1 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃符合課程綱要規定,且 能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。
 - 5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、與趣和動機,提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。
 - 5-3 議題融入(七大或19項)且內涵適合單元/主題內容

| 教材版本 | 南一版 | 實施年級 | _ | 教學節數 | 每週(3)節,本學期共()節 | | | | | | |
|--------------|--------------|---|-------------|-------------|-----------------|--|--|--|--|--|--|
| 教育版 本 | 的人 | (班級/組別) | | 教子即数 | 可如(0)即个本字则六()即 | | | | | | |
| | 1. 能認識六大類食物 | 及其功能。 | | | | | | | | | |
| | 2. 能明白各類食物皆 | 能明白各類食物皆要均衡攝取,並了解偏食對健康的影響。 | | | | | | | | | |
| | 3. 能分辨哪些是良好 | 能分辨哪些是良好的飲食習慣。能分辨食物的六大類別。 | | | | | | | | | |
| | 4. 能體會良好的飲食 | :習慣,有助身體健康 | • | | | | | | | | |
| | 5. 能珍惜食物,並養 | 成不浪費的習慣。 | | | | | | | | | |
| | 6. 能說出六大類食物 | 能說出六大類食物及其功能,並完成分類。 | | | | | | | | | |
| | 7. 能養成飲食均衡及 | 能養成飲食均衡及飲食多樣化,以促進身體健康。 | | | | | | | | | |
| | 8. 能做到好的飲食習 | 能做到好的飲食習慣,有助身體健康。 | | | | | | | | | |
| | 9. 能嘗試各種喜好的 | 能嘗試各種喜好的食物,飲食多樣化以促進健康。 | | | | | | | | | |
| 課程目標 | 10. 能做到珍惜食物, | 能做到珍惜食物,並養成良好的飲食習慣。 | | | | | | | | | |
| | 11. 願意嘗試與不熟悉 | 願意嘗試與不熟悉的人互動,在互動中留意社交的重要禮節。 | | | | | | | | | |
| | 12. 可以從觀察他人互 | 可以從觀察他人互動的狀況猜測對方的人際互動,並能說出和好朋友一起分享的感覺和喜好。 | | | | | | | | | |
| | 13. 練習在生氣的狀況 | 練習在生氣的狀況,依據引導能表達自己的感受,並想辦法解決問題。 | | | | | | | | | |
| | 14. 能分工合作,一起 | 能分工合作,一起完成一件任務,從中得到成就感。 | | | | | | | | | |
| | 15. 能根據自己的能力 | 1擔任工作並充分練習 | 0 | | | | | | | | |
| | 16. 能知道眼、耳、鼻 | 在生活中的重要性。 | | | | | | | | | |
| | 17. 能於日常生活中舉 | . 能於日常生活中舉例說明,受傷時需要運用做決定的技能去找人幫忙。 | | | | | | | | | |
| | 18. 能體會愛護眼、耳 | -、鼻的重要性,並且 | 願意養成個人健康習慣。 | | | | | | | | |
| | 19. 能了解眼、耳、鼻 | 1.傷害處理的重要性, | 感受不當的處理對健康戶 | 斤造成的威脅。 | | | | | | | |

- 20. 能積極實踐保健眼、耳、鼻的方法。
- 21. 能熟悉學校內緊急救護的通報管道。
- 22. 能於日常生活中舉例說明,眼、耳、鼻傷害事件發生時適用的急救技巧。
- 23. 能在日常生活中正確做到保健眼、耳、鼻。
- 24. 能於師長引導下,操作生活中眼、耳、鼻傷害事件急救處理的健康技能。
- 25. 能知道身體的哪些部位不能讓別人碰觸。
- 26. 能知道遭受侵犯時,保護自己的方法。
- 27. 能知道遭遇緊急情況時,如何自我保護並尋求協助。
- 28. 能描述身體碰觸帶給自己的感受。
- 29. 能分辨有侵犯行為的身體碰觸。
- 30. 能保護自己並尊重別人身體的隱私處。
- 31. 遭遇緊急情況時,能自我保護並尋求協助。
- 32. 能確認具威脅性的行為,如性騷擾、性侵害等,並說出遭遇緊急情況時自我保護的方法。
- 33. 知道身體不舒服時要主動告知與適切處理方式。
- 34. 能說出感染傳染疾病時,要主動請假在家休養。
- 35. 能知道感染腸病毒時的症狀與在家照護要點。
- 36. 能知道預防生病的好行為。
- 37. 能意識到病患需要好好休養,以及避免傳染他人,感染傳染性疾病者應在家休息。
- 38. 能正確戴口罩。
- 39. 能做到身體不舒服時,要主動告知並儘快就醫。
- 40. 能觀察自己的身體有沒有出現腸病毒症狀。
- 41. 能在日常生活中做到感染傳染疾病時,要主動請假在家休養。
- 42. 能養成勤洗手與戴口罩的個人衛生習慣,以降低感染的機會。
- 43. 能說出各種童玩的起源。
- 44. 能了解各種童玩的玩法及簡易的動作要領。
- 45. 能表現出積極參與童玩的學習態度。
- 46. 能做出抛接沙包的動作。
- 47. 能做出讓紙飛機飛得遠、飛得久的動作。

- 48. 能做出讓紙風車快速轉動的動作。
- 49. 能選擇適合自己的童玩遊戲。
- 50. 能利用休閒時間,在學校或家裡和他人進行童玩遊戲。
- 51. 能在遊戲中認識反應動作。
- 52. 能遵守遊戲規則,並和他人一同合作遊戲。
- 53. 能體會與掌握眼、耳、手、腳反應動作。
- 54. 能靈活反應出各項動作,並能應用在生活上。
- 55. 能了解用身體可做出爬、蹲走、滾的動作。
- 56. 認識動物行動的特性。
- 57. 能從活動中體會和別人合作的重要。
- 58. 能以愉悦的心情和他人從事運動。
- 59. 能應用身體用力的方式,表現出爬行、蹲走、滾動的動作。
- 60. 能用輕鬆的心情讓身體自由自在的完成動作。
- 61. 能評估自我運動能力,並透過自我堅持努力建立運動習慣,以提升體適能。
- 62. 能在遊戲中認識跳躍動作。
- 63. 能體會與掌握單、雙腳跳躍,以及連續跳躍動作。
- 64. 能配合遊戲在跳躍過程中做出肢體變化動作。
- 65. 能將跳躍動作應用在生活上。
- 66. 能理解教材內相關的動作內容。
- 67. 能理解教材單元活動的動作要領。
- 68. 能努力認真的學習教材相關內容。
- 69. 能和同學互相合作一起完成單元相關活動。
- 70. 能順暢的完成教材相關動作。
- 71. 能於活動中和他人合作,並展現技巧完成任務。
- 72. 能遵守活動規則及相關安全注意事項。
- 73. 能總結學習經驗並和他人分享學習心得。
- 74. 能了解並說出跳繩一跳一迴旋的動作要領。
- 75. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動並認真學習。

| 感體驗。 |
|------|
| 會。 |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |

性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。

性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。

【生命教育】

生 E2 理解人的身體與心理面向。

課程架構

| 机铝水管 | b) 653 V/L et | 太太山 | ht 10 14 . # # | 學習重點 | | - 評量方式 | 融入議題 |
|---------------|---------------|-----|----------------|--------------|-------------|-----------|--------------|
| 教學進度 | 教學進度 | 節數 | 領域核心素養 | 學習表現 | 學習內容 | 計里力式 | 內容重點 |
| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的 | Ea-I-1 生活中常 | 觀察評量 | 【環境教育】 |
| | 一. 飲食面面觀 | | 健體-E-B1 | 健康常識。 | 見的食物與珍惜 | 口頭評量 | 環 E17 養成日常生活 |
| | | | | | 食物。 | 行為檢核 | 節約用水、用電、物 |
| | | 1 | | | | 態度評量 | 質的行為,減少資源 |
| | | 1 | | | | | 的 |
| | | | | | | | 【品德教育】 |
| | | | | | | | 品 E1 良好生活習慣 |
| 第 1 週 2/14 | | | | | | | 與德行。 |
| 2/14 | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體-E-A2 | 1c-I-1 認識身體活 | Ce-I-1其他休閒 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| 2/20 | 六. 童玩真有趣 | | | 動的基本動作。 | 運動入門遊戲。 | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需 |
| | | | | 2c-I-2 表現認真參 | Ic-I-1民俗運動 | 行為檢核 | 求的不同,並討論與 |
| | | | | 與的學習態度。 | 基本動作與遊 | 態度評量 | 遵守團體的規則。 |
| | | 2 | | 3d-I-1 應用基本動 | 戲。 | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | 作常識,處理練習或 | | | 戲權利的需求。 |
| | | | | 遊戲問題。 | | | |
| | | | | 4c-I-1 認識與身體 | | | |
| | | | | 活動相關資源。 | | | |
| 第 2 週 2/21 | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的 | Ea-I-1 生活中常 | 觀察評量 | 【環境教育】 |
| | 一. 飲食面面觀 | 1 | 健體-E-B1 | 健康常識。 | 見的食物與珍惜 | 口頭評量 | 環 E17 養成日常生活 |
| 2/27 | | | | 3b-I-1 嘗試練習簡 | 食物。 | 行為檢核 | 節約用水、用電、物 |

| | | | | 易的健康相關技能。 | | 態度評量 | 質的行為,減少資源 |
|------|-----------|---|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | | | | | 的 |
| | | | | | | | 【品德教育】 |
| | | | | | | | 品 E1 良好生活習慣 |
| | | | | | | | 與德行。 |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體−E-A2 | 1c-I-1 認識身體活 | Ce-I-1其他休閒 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| | 六. 童玩真有趣 | | | 動的基本動作。 | 運動入門遊戲。 | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需 |
| | | | | 2c-I-2 表現認真參 | Ic-I-1民俗運動 | 行為檢核 | 求的不同,並討論與 |
| | | | | 與的學習態度。 | 基本動作與遊 | 態度評量 | 遵守團體的規則。 |
| | | 2 | | 3d-I-1 應用基本動 | 戲。 | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | 作常識,處理練習或 | | | 戲權利的需求。 |
| | | | | 遊戲問題。 | | | |
| | | | | 4c-I-1 認識與身體 | | | |
| | | | | 活動相關資源。 | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A1 | 1a-I-2 認識健康的 | Ea-I-2 基本的飲 | 觀察評量 | 【環境教育】 |
| | 一. 飲食面面觀 | | 健體-E-B1 | 生活習慣。 | 食習慣。 | 口頭評量 | 環 E17 養成日常生活 |
| | | | | 4a-I-2 養成健康的 | | 行為檢核 | 節約用水、用電、物 |
| | | 1 | | 生活習慣。 | | 態度評量 | 質的行為,減少資源 |
| | | 1 | | | | | 的消耗。 |
| 第3週 | | | | | | | 【品德教育】 |
| 2/28 | | | | | | | 品 El 良好生活習慣 |
| 3/6 | | | | | | | 與德行。 |
| 0, 0 | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體-E-A2 | 2c-I-2 表現認真參 | Ce-I-1其他休閒 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| | 六. 童玩真有趣 | | | 與的學習態度。 | 運動入門遊戲。 | 口頭評量 | 人E3 了解每個人需 |
| | | 2 | | 3d-I-1 應用基本動 | Ic-I-1民俗運動 | 行為檢核 | 求的不同,並討論與 |
| | | | | 作常識,處理練習或 | 基本動作與遊 | 態度評量 | 遵守團體的規則。 |
| | | | | 遊戲問題。 | 戲。 | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | 4c-I-1 認識與身體 | | | 戲權利的需求。 |

| | | | | 活動相關資源。 | | | |
|---------------|-----------|---|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | | 4d-I-1 願意從事規 | | | |
| | | | | 律身體活動。 | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A1 | 1a-I-2 認識健康的 | Ea-I-2 基本的飲 | 觀察評量 | 【環境教育】 |
| | 一. 飲食面面觀 | | 健體-E-B1 | 生活習慣。 | 食習慣。 | 口頭評量 | 環 E17 養成日常生活 |
| | | | | 2b-I-2 願意養成個 | | 行為檢核 | 節約用水、用電、物 |
| | | 1 | | 人健康習慣。 | | 態度評量 | 質的行為,減少資源 |
| | | 1 | | 4a-I-2 養成健康的 | | | 的 |
| | | | | 生活習慣。 | | | 【品德教育】 |
| 第 4 週 | | | | | | | 品 EI 良好生活習慣 |
| 3/7 | | | | | | | 與德行。 |
| 3/13 | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ga-I-1走、跑、 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| 0/10 | 七. 反應高手 | | 健體-E-C2 | 動的基本動作。 | 跳與投擲遊戲。 | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | 1c-I-2 認識基本的 | Ib-I-1唱、跳與 | 行為檢核 | 戲權利的需求。 |
| | | 2 | | 運動常識。 | 模仿性律動遊 | 態度評量 | |
| | | | | 3c-I-1 表現基本動 | 戲。 | | |
| | | | | 作與模仿的能力。 | | | |
| | | | | 4d-I-1 願意從事規 | | | |
| | | | | 律身體活動。 | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A2 | 3b-I-1 能於引導 | Fa-I-2 與家人及 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 二. 歡喜做朋友 | 1 | 健體-E-B1 | 下,表現簡易的自我 | 朋友和諧相處的 | 口頭評量 | 性 E11 培養性別間合 |
| | | 1 | 健體-E-C2 | 調適技能。 | 方式。 | 行為檢核 | 宜表達情感的能力。 |
| 第 5 週 3/14 | | | | | | 態度評量 | |
| 3/14 | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ab-I-1體適能遊 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| 3/20 | 七. 反應高手 | | 健體-E-C2 | 動的基本動作。 | 戲。 | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | 2 | | 1c-I-2 認識基本的 | Ga-I-1走、跑、 | 行為檢核 | 戲權利的需求。 |
| | | | | 運動常識。 | 跳與投擲遊戲。 | 態度評量 | |
| | | | | 4d-I-1 願意從事規 | | | |

| | | | | 律身體活動。 | | | |
|---------------|-----------|---|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | | | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A2 | 3b-I-2 能於引導 | Fa-I-2 與家人及 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 二. 歡喜做朋友 | 1 | 健體-E-B1 | 下,表現簡易的人際 | 朋友和諧相處的 | 口頭評量 | 性 E11 培養性別間合 |
| | | 1 | 健體-E-C2 | 溝通互動技能。 | 方式。 | 行為檢核 | 宜表達情感的能力。 |
| 第 6 週 | | | | | | 態度評量 | |
| 3/21 | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ab-I-1體適能遊 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| 3/27 | 七. 反應高手 | | 健體-E-C2 | 動的基本動作。 | 戲。 | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊 |
| 3/21 | | 2 | | 1c-I-2 認識基本的 | Ga-I-1走、跑、 | 行為檢核 | 戲權利的需求。 |
| | | Δ | | 運動常識。 | 跳與投擲遊戲。 | 態度評量 | |
| | | | | 4d-I-1 願意從事規 | | | |
| | | | | 律身體活動。 | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A2 | 3b-I-1 能於引導 | Fa-I-2 與家人及 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 二. 歡喜做朋友 | | 健體-E-B1 | 下,表現簡易的自我 | 朋友和諧相處的 | 口頭評量 | 性 E11 培養性別間合 |
| | | 1 | 健體-E-C2 | 調適技能。 | 方式。 | 行為檢核 | 宜表達情感的能力。 |
| | | 1 | | 3b-I-2 能於引導 | | 態度評量 | |
| | | | | 下,表現簡易的人際 | | | |
| | | | | 溝通互動技能。 | | | |
| 第 7 週 3/28 | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ia-I-1滾翻、支 | 觀察評量 | |
| 3/20 | 八. 我有好身手 | | 健體-E-B3 | 動的基本動作。 | 撐、平衡、懸垂 | 口頭評量 | |
| 4/3 | | | 健體-E-C2 | 2c-I-2 表現認真參 | 遊戲。 | 行為檢核 | |
| | | | | 與的學習態度。 | | 態度評量 | |
| | | 2 | | 2d-I-1 專注觀賞他 | | | |
| | | | | 人的動作表現。 | | | |
| | | | | 3d-I-1 應用基本動 | | | |
| | | | | 作常識,處理練習或 | | | |
| | | | | 遊戲問題。 | | | |

| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A2 | 3b-I-2 能於引導 | Fa-I-2 與家人及 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
|-------|-------------|---|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | 二. 歡喜做朋友 | | 健體-E-B1 | 下,表現簡易的人際 | 朋友和諧相處的 | 口頭評量 | 性 E11 培養性別間合 |
| | | 1 | 健體-E-C2 | 溝通互動技能。 | 方式。 | 行為檢核 | 宜表達情感的能力。 |
| | | | | 3b-I-3 能於生活中 | | 態度評量 | |
| | | | | 嘗試運用生活技能。 | | | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體−E−A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ia-I-1滾翻、支 | 觀察評量 | |
| | 八. 我有好身手 | | 健體-E-B3 | 動的基本動作。 | 撐、平衡、懸垂 | 口頭評量 | |
| 第8週 | | | 健體-E-C2 | 2c-I-2 表現認真參 | 遊戲。 | 行為檢核 | |
| 4/4 | | | | 與的學習態度。 | | 態度評量 | |
| 4/10 | | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | | | |
| 4/10 | | | | 人的動作表現。 | | | |
| | | 2 | | 3c-I-1 表現基本動 | | | |
| | | | | 作與模仿的能力。 | | | |
| | | | | 3d-I-1 應用基本動 | | | |
| | | | | 作常識,處理練習或 | | | |
| | | | | 遊戲問題。 | | | |
| | | | | 4d-I-1 願意從事規 | | | |
| | | | | 律身體活動。 | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 建體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的 | Da-I-2 身體的部 | 觀察評量 | 【生命教育】 |
| | 三. 带著眼耳鼻去旅行 | | 健體-E-A2 | 健康常識。 | 位與衛生保健的 | 口頭評量 | 生 E2 理解人的身體 |
| | | | 健體-E-A3 | | 重要性。 | 行為檢核 | 與心理面向。 |
| 第 9 週 | | | | | | 態度評量 | 【戶外教育】 |
| 4/11 | | 1 | | | | | 戶 E3 善用五官的感 |
| 4/17 | | 1 | | | | | 知,培養眼、耳、鼻、 |
| 1/11 | | | | | | | 舌、觸覺及心靈對環 |
| | | | | | | | 境感受的能力。 |
| | | | | | | | 【安全教育】 |
| | | | | | | | 安 E3 知道常見事故 |

| F | | 1 | | I | | | Ī |
|--------|-------------|---|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | | | | | 傷害。 |
| | | | | | | | 安 E11 了解急救的重 |
| | | | | | | | 要性。 |
| | | | | | | | 安 E12 操作簡單的急 |
| | | | | | | | 救項目。 |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ia-I-1滾翻、支 | 觀察評量 | |
| | 八. 我有好身手 | | 健體-E-B3 | 動的基本動作。 | 撐、平衡、懸垂 | 口頭評量 | |
| | | | 健體-E-C2 | 2c-I-2 表現認真參 | 遊戲。 | 行為檢核 | |
| | | | | 與的學習態度。 | | 態度評量 | |
| | | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | | | |
| | | 2 | | 人的動作表現。 | | | |
| | | | | 3c-I-1 表現基本動 | | | |
| | | | | 作與模仿的能力。 | | | |
| | | | | 3d-I-1 應用基本動 | | | |
| | | | | 作常識,處理練習或 | | | |
| | | | | 遊戲問題。 | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的 | Da-I-2 身體的部 | 觀察評量 | 【生命教育】 |
| | 三. 帶著眼耳鼻去旅行 | | 健體-E-A2 | 健康常識。 | 位與衛生保健的 | 口頭評量 | 生 E2 理解人的身體 |
| | | | 健體-E-A3 | | 重要性。 | 行為檢核 | 與心理面向。 |
| | | | | | | 態度評量 | 【戶外教育】 |
| 第 10 週 | | | | | | | 戶 E3 善用五官的感 |
| 4/18 | | 1 | | | | | 知,培養眼、耳、鼻、 |
| 4/24 | | 1 | | | | | 舌、觸覺及心靈對環 |
| 4/ 24 | | | | | | | 境感受的能力。 |
| | | | | | | | 【安全教育】 |
| | | | | | | | 安 E3 知道常見事故 |
| | | | | | | | 傷害。 |
| | | | | | | | 安 E11 了解急救的重 |

| | | | | | | | 要性。 |
|--------|-------------|---|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | | | | | 安 E12 操作簡單的急 |
| | | | | | | | 救項目。 |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ab-I-1體適能遊 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| | 九. 跳躍大進擊 | | 健體-E-C1 | 動的基本動作。 | 戲。 | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | 1c-I-2 認識基本的 | Ga-I-1走、跑、 | 行為檢核 | 戲權利的需求。 |
| | | | | 運動常識。 | 跳與投擲遊戲。 | 態度評量 | |
| | | 2 | | 2c-I-2 表現認真參 | | | |
| | | | | 與的學習態度。 | | | |
| | | | | 3d-I-1 應用基本動 | | | |
| | | | | 作常識,處理練習或 | | | |
| | | | | 遊戲問題。 | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A1 | 1b-I-1 舉例說明健 | Ba-I-2 眼耳鼻傷 | 觀察評量 | 【生命教育】 |
| | 三. 帶著眼耳鼻去旅行 | | 健體-E-A2 | 康生活情境中適用 | 害事件急救處理 | 口頭評量 | 生 E2 理解人的身體 |
| | | | 健體-E-A3 | 的健康技能和生活 | 方法。 | 行為檢核 | 與心理面向。 |
| | | | | 技能。 | Da-I-2 身體的部 | 態度評量 | 【戶外教育】 |
| | | | | 2a-I-2 感受健康問 | 位與衛生保健的 | | 戶 E3 善用五官的感 |
| | | | | 題對自己造成的威 | 重要性。 | | 知,培養眼、耳、鼻、 |
| 第 11 週 | | | | 脅性。 | | | 舌、觸覺及心靈對環 |
| 4/25 | | 1 | | 3a-I-2 能於引導 | | | 境感受的能力。 |
| 5/1 | | | | 下,於生活中操作簡 | | | 【安全教育】 |
| | | | | 易的健康技能。 | | | 安 E3 知道常見事故 |
| | | | | 4a-I-2 養成健康的 | | | 傷害。 |
| | | | | 生活習慣。 | | | 安 E11 了解急救的重 |
| | | | | | | | 要性。 |
| | | | | | | | 安 E12 操作簡單的急 |
| | | | | | | | 救項目。 |

| | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ab-I-1體適能遊 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
|---------|-------------|---|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | 九. 跳躍大進擊 | | 健體-E-C1 | 動的基本動作。 | 戲。 | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | 1c-I-2 認識基本的 | Ga-I-1走、跑、 | 行為檢核 | 戲權利的需求。 |
| | | 2 | | 運動常識。 | 跳與投擲遊戲。 | 態度評量 | |
| | | Δ | | 2c-I-2 表現認真參 | | | |
| | | | | 與的學習態度。 | | | |
| | | | | 3c-I-1 表現基本動 | | | |
| | | | | 作與模仿的能力。 | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A1 | 1b-I-1 舉例說明健 | Ba-I-2 眼耳鼻傷 | 觀察評量 | 【生命教育】 |
| | 三. 帶著眼耳鼻去旅行 | | 健體-E-A2 | 康生活情境中適用 | 害事件急救處理 | 口頭評量 | 生 E2 理解人的身體 |
| | | | 健體-E-A3 | 的健康技能和生活 | 方法。 | 行為檢核 | 與心理面向。 |
| | | | | 技能。 | Da-I-2 身體的部 | 態度評量 | 【戶外教育】 |
| | | | | 2a-I-2 感受健康問 | 位與衛生保健的 | | 户 E3 善用五官的感 |
| | | | | 題對自己造成的威 | 重要性。 | | 知,培養眼、耳、鼻、 |
| | | | | 脅性。 | | | 舌、觸覺及心靈對環 |
| | | 1 | | 3a-I-2 能於引導 | | | 境感受的能力。 |
| 第 12 週 | | | | 下,於生活中操作簡 | | | 【安全教育】 |
| 5/2 | | | | 易的健康技能。 | | | 安 E3 知道常見事故 |
| 5/8 | | | | 4a-I-2 養成健康的 | | | 傷害。 |
| 5/ 6 | | | | 生活習慣。 | | | 安 E11 了解急救的重 |
| | | | | | | | 要性。 |
| | | | | | | | 安 E12 操作簡單的急 |
| | | | | | | | 救項目。 |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ab-I-1體適能遊 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| | 九. 跳躍大進擊 | | 健體-E-C1 | 動的基本動作。 | 戲。 | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | 2 | | 2c-I-2 表現認真參 | Ga-I-1走、跑、 | 行為檢核 | 戲權利的需求。 |
| | | | | 與的學習態度。 | 跳與投擲遊戲。 | 態度評量 | |
| | | | | 3c-I-1 表現基本動 | | | |

| | | | | 作與模仿的能力。 | | | |
|----------|-------------|---|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | | 3d-I-1 應用基本動 | | | |
| | | | | 作常識,處理練習或 | | | |
| | | | | 遊戲問題。 | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A1 | 1b-I-1 舉例說明健 | Ba-I-2 眼耳鼻傷 | 觀察評量 | 【生命教育】 |
| | 三. 带著眼耳鼻去旅行 | | 健體-E-A2 | 康生活情境中適用 | 害事件急救處理 | 口頭評量 | 生 E2 理解人的身體 |
| | | | 健體-E-A3 | 的健康技能和生活 | 方法。 | 行為檢核 | 與心理面向。 |
| | | | | 技能。 | Da-I-2 身體的部 | 態度評量 | 【戶外教育】 |
| | | | | 2a-I-2 感受健康問 | 位與衛生保健的 | | 戶 E3 善用五官的感 |
| | | | | 題對自己造成的威 | 重要性。 | | 知,培養眼、耳、鼻、 |
| | | | | 脅性。 | | | 舌、觸覺及心靈對環 |
| | | 1 | | 4a-I-2 養成健康的 | | | 境感受的能力。 |
| | | | | 生活習慣。 | | | 【安全教育】 |
| 第 13 週 | | | | | | | 安 E3 知道常見事故 |
| 5/9 | | | | | | | 傷害。 |
| 5/15 | | | | | | | 安 E11 了解急救的重 |
| | | | | | | | 要性。 |
| | | | | | | | 安 E12 操作簡單的急 |
| | | | | | | | 救項目。 |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體−E−A1 | 1c-I-1 認識身體活 | Ga-I-1走、跑、 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| | 九. 跳躍大進擊 | | 健體-E-C1 | 動的基本動作。 | 跳與投擲遊戲。 | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | 2 | | 2c-I-2 表現認真參 | | 行為檢核 | 戲權利的需求。 |
| | | Δ | | 與的學習態度。 | | 態度評量 | |
| | | | | 3c-I-1 表現基本動 | | | |
| | | | | 作與模仿的能力。 | | | |
| 第 14 週 | 壹、守護健康有一套 | | 健體−E−A1 | 2a-I-2 感受健康問 | Db-I-2 身體隱私 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| 5/16 | 四. 自我保護小勇士 | 1 | 健體−E−A2 | 題對自己造成的威 | 與身體界線及其 | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線 |
| 5/22 | | | 建體-E-A3 | 脅性。 | 危害求助方法。 | 行為檢核 | 與尊重他人的身體 |

| - | | | 1 | 1 | I | | T |
|----------|------------|---|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | | | | 態度評量 | 自主權。 |
| | | | | | | | 【人權教育】 |
| | | | | | | | 人 E10 認識隱私權與 |
| | | | | | | | 日常生活的關係。 |
| | | | | | | | 【法治教育】 |
| | | | | | | | 法 E8 認識兒少保護。 |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 | | E-C2 | 1c-I-2 認識基本的 | Ha-I-1網/牆性 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| | 十. 手腳並用 | | | 運動常識。 | 球類運動相關的 | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | 1d-I-1 描述動作技 | 簡易拋、接、控、 | 行為檢核 | 戲權利的需求。 |
| | | | | 能基本常識。 | 擊、持拍及拍、 | 態度評量 | 【品德教育】 |
| | | | | 2c-I-1 表現尊重的 | 擲、傳、滾之手 | | 品 E2 自尊尊人與自 |
| | | | | 團體互動行為。 | 眼動作協調、力 | | 愛愛人。 |
| | | | | 2c-I-2 表現認真參 | 量及準確性控球 | | 品 E3 溝通合作與和 |
| | | 2 | | 與的學習態度。 | 動作。 | | 諧人際關係。 |
| | | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | | | 【安全教育】 |
| | | | | 人的動作表現。 | | | 安 E7 探究運動基本 |
| | | | | 3d-I-1 應用基本動 | | | 的保健。 |
| | | | | 作常識,處理練習或 | | | |
| | | | | 遊戲問題。 | | | |
| | | | | 4d-I-1 願意從事規 | | | |
| | | | | 律身體活動。 | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A1 | 2a-I-2 感受健康問 | Db-I-2 身體隱私 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 四. 自我保護小勇士 | | 健體-E-A2 | 題對自己造成的威 | 與身體界線及其 | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線 |
| 第 15 週 | | | 健體-E-A3 | 脅性。 | 危害求助方法。 | 行為檢核 | 與尊重他人的身體 |
| 5/23 | | 1 | | | | 態度評量 | 自主權。 |
| 5/29 | | | | | | | 【人權教育】 |
| | | | | | | | 人 E10 認識隱私權與 |
| | | | | | | | 日常生活的關係。 |
| Ē | | | • | • | • | | • |

| | | | | | | | 【法治教育】 |
|----------------|------------|---------|---------|--------------|-------------|------|--------------|
| | | | | | | | 法 E8 認識兒少保護。 |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 | | E-C2 | 1d-I-1 描述動作技 | Ha-I-1網/牆性 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| | 十. 手腳並用 | | | 能基本常識。 | 球類運動相關的 | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | 2c-I-1 表現尊重的 | 簡易拋、接、控、 | 行為檢核 | 戲權利的需求。 |
| | | | | 團體互動行為。 | 擊、持拍及拍、 | 態度評量 | 【品德教育】 |
| | | | | 2c-I-2 表現認真參 | 擲、傳、滾之手 | | 品 E2 自尊尊人與自 |
| | | | | 與的學習態度。 | 眼動作協調、力 | | 愛愛人。 |
| | | 2 | | 2d-I-1 專注觀賞他 | 量及準確性控球 | | 品 E3 溝通合作與和 |
| | | | | 人的動作表現。 | 動作。 | | 諧人際關係。 |
| | | | | 3d-I-1 應用基本動 | | | 【安全教育】 |
| | | | | 作常識,處理練習或 | | | 安 E7 探究運動基本 |
| | | | | 遊戲問題。 | | | 的保健。 |
| | | | | 4d-I-1 願意從事規 | | | |
| | | | | 律身體活動。 | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 建體-E-A1 | 1b-I-1 舉例說明健 | Db-I-2 身體隱私 | 觀察評量 | 【性別平等教育】 |
| | 四. 自我保護小勇士 | | 健體-E-A2 | 康生活情境中適用 | 與身體界線及其 | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線 |
| | | | 健體-E-A3 | 的健康技能和生活 | 危害求助方法。 | 行為檢核 | 與尊重他人的身體 |
| | | | | 技能。 | | 態度評量 | 自主權。 |
| | | 1 | | 3b-I-3 能於生活中 | | | 【人權教育】 |
| 第 16 週 5/30 | | | | 嘗試運用生活技能。 | | | 人 E10 認識隱私權與 |
| 5/30 | | | | | | | 日常生活的關係。 |
| 6/5 | | | | | | | 【法治教育】 |
| | | | | | | | 法 E8 認識兒少保護。 |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 | | E-C2 | 1d-I-1 描述動作技 | Ha-I-1網/牆性 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| | 十. 手腳並用 | 2 | | 能基本常識。 | 球類運動相關的 | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | <u></u> | | 2c-I-1 表現尊重的 | 簡易拋、接、控、 | 行為檢核 | 戲權利的需求。 |
| | | | | 團體互動行為。 | 擊、持拍及拍、 | 態度評量 | 【品德教育】 |

| | | | | 2c-I-2 表現認真參 | 擲、傳、滾之手 | | 品 E2 自尊尊人與自 |
|---------------|------------------|---|---------|--------------------|------------------|------------|---------------|
| | | | | | | | |
| | | | | 與的學習態度。 | 眼動作協調、力 | | 愛愛人。 |
| | | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | 量及準確性控球 | | 品E3溝通合作與和 |
| | | | | 人的動作表現。 | 動作。 | | 諧人際關係。 |
| | | | | 3d-I-1 應用基本動 | Hb-I-1陣地攻守 | | 【安全教育】 |
| | | | | 作常識,處理練習或 | 球類運動相關的 | | 安 E7 探究運動基本 |
| | | | | 遊戲問題。 | 簡易拍、拋、接、 | | 的保健。 |
| | | | | 4d-I-1 願意從事規 | 擲、傳、滾及踢、 | | |
| | | | | 律身體活動。 | 控、停之手眼、 | | |
| | | | | | 手腳動作協調、 | | |
| | | | | | 力量及準確性控 | | |
| | | | | | 球動作。 | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的 | Fb-I-1 個人對健 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
| | 五. 抗病小高手 | | 健體-E-A2 | 健康常識。 | 康的自我覺察與 | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣 |
| | | | 健體-E-C1 | | 行為表現。 | 行為檢核 | 與德行。 |
| | | 1 | | | Fb-I-2兒童常見 | 態度評量 | |
| | | | | | 疾病的預防與照 | | |
| | | | | | 顧方法。 | | |
| /5 17 vm | 貳、運動歡暢樂趣多 | | E-C2 | 1d-I-1 描述動作技 | Hb-I-1陣地攻守 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| 第 17 週 6/6 | 十. 手腳並用 | | | 能基本常識。 | 球類運動相關的 | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | 2c-I-1 表現尊重的 | 簡易拍、拋、接、 | 行為檢核 | 戲權利的需求。 |
| 6/12 | | | | 團體互動行為。 | 擲、傳、滾及踢、 | 態度評量 | 【品德教育】 |
| | | | | 2c-I-2 表現認真參 | 控、停之手眼、 | | 品 E2 自尊尊人與自 |
| | | 2 | | 與的學習態度。 | 手腳動作協調、 | | 愛愛人。 |
| | | | | 2d-I-1 專注觀賞他 | 力量及準確性控 | | 品E3溝通合作與和 |
| | | | | 人的動作表現。 | 球動作。 | | 諧人際關係。 |
| | | | | 3d-I-1 應用基本動 | - 1000/11 | | 【安全教育】 |
| | | | | 作常識,處理練習或 | | | 安 E7 探究運動基本 |
| | | | | TF币础, 处理深首以 | | | 女 LI 休九理 期 基本 |

| | | | | 遊戲問題。 | | | 的保健。 |
|----------|-----------|---|---------|--------------|-------------|------|-------------|
| | | | | 4d-I-1 願意從事規 | | | |
| | | | | 律身體活動。 | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的 | Fb-I-1 個人對健 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
| | 五. 抗病小高手 | | 健體-E-A2 | 健康常識。 | 康的自我覺察與 | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣 |
| | | 1 | 健體-E-C1 | 2b-I-1 接受健康的 | 行為表現。 | 行為檢核 | 與德行。 |
| | | | | 生活規範。 | | 態度評量 | |
| | | | | 2b-I-2 願意養成個 | | | |
| 第 18 週 | | | | 人健康習慣。 | | | |
| 6/13 | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體-E-C3 | 1c-I-2 認識基本的 | Ce-I-1 其他休閒 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| 6/19 | 十一. 大家來跳繩 | | | 運動常識。 | 運動入門遊戲。 | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需 |
| 0/19 | | | | 2d-I-2 接受並體驗 | Ic-I-1 民俗運動 | 行為檢核 | 求的不同,並討論與 |
| | | 2 | | 多元性身體活動。 | 基本動作與遊 | 態度評量 | 遵守團體的規則。 |
| | | | | 3c-I-1 表現基本動 | 戲。 | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | 作與模仿的能力。 | | | 戲權利的需求。 |
| | | | | 4c-I-2 選擇適合個 | | | |
| | | | | 人的身體活動。 | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 建體-E-A1 | 1a-I-2 認識健康的 | Fb-I-2兒童常見 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
| | 五. 抗病小高手 | | 建體-E-A2 | 生活習慣。 | 疾病的預防與照 | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣 |
| | | 1 | 建體-E-C1 | 3a-I-2 能於引導 | 顧方法。 | 行為檢核 | 與德行。 |
| | | | | 下,於生活中操作簡 | | 態度評量 | |
| 第 19 週 | | | | 易的健康技能。 | | | |
| 6/20 | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體-E-C3 | 1c-I-2 認識基本的 | Ab-I-1 體適能遊 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| 6/26 | 十一. 大家來跳繩 | | | 運動常識。 | 戲。 | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需 |
| | | 2 | | 2d-I-2 接受並體驗 | Ce-I-1 其他休閒 | 行為檢核 | 求的不同,並討論與 |
| | | | | 多元性身體活動。 | 運動入門遊戲。 | 態度評量 | 遵守團體的規則。 |
| | | | | 3c-I-1 表現基本動 | Ic-I-1 民俗運動 | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | 作與模仿的能力。 | 基本動作與遊 | | 戲權利的需求。 |

| | | | | 4c-I-2 選擇適合個 | 戲。 | | |
|----------------|-----------|---|---------|--------------|-------------|------|-------------|
| | | | | 人的身體活動。 | | | |
| | 壹、守護健康有一套 | | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的 | Fb-I-2兒童常見 | 觀察評量 | 【品德教育】 |
| | 五. 抗病小高手 | | 健體−E-A2 | 健康常識。 | 疾病的預防與照 | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣 |
| | | | 健體-E-C1 | 2b-I-2 願意養成個 | 顧方法。 | 行為檢核 | 與德行。 |
| | | 1 | | 人健康習慣。 | | 態度評量 | |
| | | | | 3a-I-2 能於引導 | | | |
| | | | | 下,於生活中操作簡 | | | |
| 第 20 週 6/27 | | | | 易的健康技能。 | | | |
| 0/21 | 貳、運動歡暢樂趣多 | | 健體-E-C3 | 1c-I-2 認識基本的 | Ab-I-1 體適能遊 | 觀察評量 | 【人權教育】 |
| 6/30 | 十一. 大家來跳繩 | | | 運動常識。 | 戲。 | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需 |
| | | | | 2d-I-2 接受並體驗 | Ce-I-1 其他休閒 | 行為檢核 | 求的不同,並討論與 |
| | | 2 | | 多元性身體活動。 | 運動入門遊戲。 | 態度評量 | 遵守團體的規則。 |
| | | 2 | | 3c-I-1 表現基本動 | Ic-I-1 民俗運動 | | 人 E8 了解兒童對遊 |
| | | | | 作與模仿的能力。 | 基本動作與遊 | | 戲權利的需求。 |
| | | | | 4c-I-2 選擇適合個 | 戲。 | | |
| | | | | 人的身體活動。 | | | |

備註:

- 1. 總綱規範議題融入:【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、 【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】
- 2. 教學期程請敘明週次起訖,如行列太多或不足,請自行增刪。