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、興趣和動機，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)	一	教學節數	每週(3)節，本學期共(　　)節
課程目標	1. 於上下學情境中，了解注意交通安全是健康生活的一環，並且認識上下學的安全常識。 2. 列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. 能認識身體部位名稱，並知道清潔身體的方法。 8. 能知道洗手五步驟。 9. 能知道上廁所的注意事項。 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. 能正確做到清潔身體的步驟，並養成良好的衛生習慣。 13. 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，換穿乾淨衣物。 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，並察覺同一件事，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，也能自己做。 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. 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。
領域核心素養	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。 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。 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。
融入之重大議題	【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】 戶 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】 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 E1 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

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

				團體互動行為。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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。	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	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。
第 2 週 9/6 ｜ 9/12	壹、快樂上學去 一.新生進行曲	1	健體-E-A2 健體-E-C1	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。
	貳、運動樂趣多 六.小小探險家	2	健體-E-A2 健體-E-C1	2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 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。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
第 3 週 9/13 ｜ 9/19	壹、快樂上學去 一.新生進行曲	1	健體-E-A2 健體-E-C1	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。

				嘗試運用生活技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。			安 E10 關注校園安全的事件。
	貳、運動樂趣多 六.小小探險家	2	健體-E-A2 健體-E-C1	2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
第 4 週 9/20 ｜ 9/26	壹、快樂上學去 一.新生進行曲	1	健體-E-A2 健體-E-C1	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。
	貳、運動樂趣多 七.來玩呼拉圈	2	健體-E-A1 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 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。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 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。

第 5 週 9/27 ｜ 10/3	壹、快樂上學去 二.健康小達人	1	健體-E-A1	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
	貳、運動樂趣多 七.來玩呼拉圈	2	健體-E-A1 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 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。
第 6 週 10/4 ｜ 10/10	壹、快樂上學去 二.健康小達人	1	健體-E-A1	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
	貳、運動樂趣多 七.來玩呼拉圈	2	健體-E-A1 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動	Cb-I-2 班級體育活動。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己

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

				3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	位與衛生保健的重要性。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。		
	貳、運動樂趣多 八.快樂動起來	2	健體-E-A1 健體-E-B3 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 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。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
第 9 週 10/25 ｜ 10/31	壹、快樂上學去 三.我長大了	1	健體-E-C2	3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Fa-I-1 認識與喜歡自己的方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。 【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 八.快樂動起來	2	健體-E-A1 健體-E-B3 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 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。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
第 10 週 11/1 | 11/7	壹、快樂上學去 三.我長大了	1	健體-E-C2	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。 【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 八.快樂動起來	2	健體-E-A1 健體-E-B3 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 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。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
第 11 週 11/8 ｜ 11/14	壹、快樂上學去 三.我長大了	1	健體-E-C2	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。 【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 八.快樂動起來	2	健體-E-A1 健體-E-B3 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 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。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
第 12 週 11/15 | 11/21	壹、快樂上學去 三.我長大了	1	健體-E-C2	3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。 【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 八.快樂動起來	2	健體-E-A1 健體-E-B3 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 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。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 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。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
第 13 週 11/22 ｜ 11/28	壹、快樂上學去 四.活力加油站	1	健體-E-A1	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
	貳、運動樂趣多 九.快樂走跑跳	2	健體-E-A1 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。

				4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。			人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
第 14 週 11/29 ｜ 12/5	壹、快樂上學去 四.活力加油站	1	健體-E-A1	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
	貳、運動樂趣多 九.快樂走跑跳	2	健體-E-A1 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。
第 15 週 12/6 ｜ 12/12	壹、快樂上學去 四.活力加油站	1	健體-E-A1	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
	貳、運動樂趣多 九.快樂走跑跳	2	健體-E-A1 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。
第 16 週 12/13 | 12/19	壹、快樂上學去 四.活力加油站	1	健體-E-A1	2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
	貳、運動樂趣多 九.快樂走跑跳	2	健體-E-A1 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。
第 17 週 12/20 | 12/26	壹、快樂上學去 五.校園生活健康多	1	健體-E-A1 健體-E-A2	1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。 【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。 【戶外教育】 戶 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 十.和球做朋友	2	健體-E-A1 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
第 18 週 12/27 ｜ 1/2	壹、快樂上學去 五.校園生活健康多	1	健體-E-A1 健體-E-A2	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。 【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。 【戶外教育】 戶 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 十.和球做朋友	2	健體-E-A1 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
第 19 週 1/3 ｜ 1/9	壹、快樂上學去 五.校園生活健康多	1	健體-E-A1 健體-E-A2	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。 【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。 【戶外教育】

							戶 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 十.和球做朋友	2	健體-E-A1 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
第 20 週 1/10 ｜ 1/16	壹、快樂上學去 五.校園生活健康多	1	健體-E-A1 健體-E-A2	4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。 【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。 【戶外教育】 戶 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 十.和球做朋友	2	健體-E-A1 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第 21 週 1/17 ｜ 1/20	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、興趣和動機，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)	一	教學節數	每週(3)節，本學期共(　　)節
課程目標	1. 能認識六大類食物及其功能。 2. 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. 能說出六大類食物及其功能，並完成分類。 7. 能養成飲食均衡及飲食多樣化，以促進身體健康。 8. 能做到好的飲食習慣，有助身體健康。 9. 能嘗試各種喜好的食物，飲食多樣化以促進健康。 10. 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，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，一起完成一件任務，從中得到成就感。 15. 能根據自己的能力擔任工作並充分練習。 16. 能知道眼、耳、鼻在生活中的重要性。 17. 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、鼻傷害處理的重要性，感受不當的處理對健康所造成的威脅。				

	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. 能做出拋接沙包的動作。 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. 能以愉悅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。

	76. 能做出跳繩伸展操的動作。 77. 能做出跳繩一跳一迴旋的基本動作技巧。 78. 能利用課間進行跳繩活動，進而養成規律運動的習慣。
領域核心素養	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-B3 具備運動與健康有關的創作和欣賞的基本素養，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，並與團隊成員合作，促進身心健康。
融入之重大議題	【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 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。 【安全教育】 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E7 探究運動基本的保健。 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。 【法治教育】 法 E8 認識兒少保護。 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。 【性別平等教育】

	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

教學進度	教學進度	節數	領域核心素養	學習重點		評量方式	融入議題 內容重點
				學習表現	學習內容		
第 1 週 2/14 | 2/20	壹、守護健康有一套 一.飲食面面觀	1	健體-E-A1 健體-E-B1	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，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 六.童玩真有趣	2	健體-E-A2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 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。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。	Ce-I-1其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1民俗運動基本動作與遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
第 2 週 2/21 | 2/27	壹、守護健康有一套 一.飲食面面觀	1	健體-E-A1 健體-E-B1	1a-I-1 認識基本的健康常識。 3b-I-1 嘗試練習簡	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。	觀察評量 口頭評量 行為檢核	【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、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 六.童玩真有趣	2	健體-E-A2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 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。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。	Ce-I-1其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1民俗運動基本動作與遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
第 3 週 2/28 ｜ 3/6	壹、守護健康有一套 一.飲食面面觀	1	健體-E-A1 健體-E-B1	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
	貳、運動歡暢樂趣多 六.童玩真有趣	2	健體-E-A2	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。 4c-I-1 認識與身體	Ce-I-1其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1民俗運動基本動作與遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。

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

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

第 8 週 4/4 ｜ 4/10	壹、守護健康有一套 二.歡喜做朋友	1	健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-C2	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
	貳、運動歡暢樂趣多 八.我有好身手	2	健體-E-A1 健體-E-B3 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 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。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Ia-I-1滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第 9 週 4/11 ｜ 4/17	壹、守護健康有一套 三.帶著眼耳鼻去旅行	1	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、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

							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 八.我有好身手	2	健體-E-A1 健體-E-B3 健體-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 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。	Ia-I-1滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第 10 週 4/18 ｜ 4/24	壹、守護健康有一套 三.帶著眼耳鼻去旅行	1	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、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 九.跳躍大進擊	2	健體-E-A1 健體-E-C1	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 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。	Ab-I-1體適能遊戲。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
第 11 週 4/25 ｜ 5/1	壹、守護健康有一套 三.帶著眼耳鼻去旅行	1	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3	1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、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 九.跳躍大進擊	2	健體-E-A1 健體-E-C1	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 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。	Ab-I-1體適能遊戲。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
第 12 週 5/2 ｜ 5/8	壹、守護健康有一套 三.帶著眼耳鼻去旅行	1	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3	1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、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 九.跳躍大進擊	2	健體-E-A1 健體-E-C1	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動	Ab-I-1體適能遊戲。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。

				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。			
第 13 週 5/9 | 5/15	壹、守護健康有一套 三.帶著眼耳鼻去旅行	1	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3	1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、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 九.跳躍大進擊	2	健體-E-A1 健體-E-C1	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 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。	Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
第 14 週 5/16 | 5/22	壹、守護健康有一套 四.自我保護小勇士	1	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體

						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 十.手腳並用	2	E-C2	1c-I-2 認識基本的運動常識。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 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。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Ha-I-1網/牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。
第 15 週 5/23 ｜ 5/29	壹、守護健康有一套 四.自我保護小勇士	1	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【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 十.手腳並用	2	E-C2	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 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。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Ha-I-1網/牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。
第 16 週 5/30 ｜ 6/5	壹、守護健康有一套 四.自我保護小勇士	1	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3	1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【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 十.手腳並用	2	E-C2	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。	Ha-I-1網/牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 【品德教育】

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

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

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

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。