# 彰化縣芬園鄉同安國民小學 110 學年度第 \_ \_ 學期 \_ \_ 年級 \_ 健體 \_ 領域/科目課程

- 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

<b>数材版本</b>	南一版	實施年級	_	教學節數	每週(3)節,本學期共(63)節
秋州 //文本	1年, //文	(班級/組別)		<b>秋子即</b> 数	中型(0)即:本于初六( 00 )即
	1. 能生活中,嘗試自	<b>浅覺察並修正個人上</b>	下學與遊戲的不當行為	,練習各項安全行	<b>于為</b> 。
	2. 養成遵守上下學與	遊戲注意事項的好習	價。		
	3. 能知道上廁所的注:	意事項,並能正確使	用廁所。		
	4. 發覺健康的生活態	度與行為,並願意養	成個人健康習慣。		
	5. 可以從觀察他人動	乍與表情猜測對方的	情緒狀態,並察覺同一位	牛事,每個人的总	<b>《</b> 受可能不同。
	6. 從自己能完成來得到	到自我悅納感,知道	自己做得到,也能自己的	<b>效</b> 。	
	7. 能認識食物對身體值	建康的重要性,並覺	:察珍惜食物的重要性。		
課程目標	8. 能覺察良好的飲食	<b>習慣和衛生行為,可</b>	」以讓身體更健康,並能	養成良好的飲食習	習慣和衛生行為,以維護健康。
<b>吹往口</b> 你	9. 能知道健康檢查複	<b>鐱(再檢查)怎麼做</b>	、,知道學校健康中心的言	<b>没備、器材與使用</b>	月方法,以及學校護理師及醫師到校服務的工作內容,並能體
	會護理師、醫師的-	辛苦付出,知道感恩	與感謝。		
	10. 在學校發生事情能	主動尋求協助,學習	解決問題的能力。		
	11. 能在運動過程中,	表現認真參與活動的	積極態度,並避免運動信	<b></b> 島害。	
	12. 能注意同學的動作	, 學習、了解如何完	成指示動作,並能與同學	學培養默契通力台	<b>合作,完成動作。</b>
	13. 在遊戲中表達出對原	支體各部位的認識及	完整概念,並能靈活操作	<b>作身體表現動作。</b>	
	14. 能盡力的完成教材	<b>动作,並能做出教材</b>	闖關活動的動作技巧。		
	15. 能識自己身體活動質	<b>能力,並選擇適合自</b>	己的運動。		
	健體-E-A1具備良好身體:	舌動與健康生活的習	<b>  慣,以促進身心健全發</b>	展,並認識個人特	寺質,發展運動與保健的潛能。
領域核心素養	健體-E-A2具備探索身體:	舌動與健康生活問題	<b>夏的思考能力,並透過體</b> 顯	臉與實踐,處理 E	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	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。

#### 【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 EI 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。

#### 融入之重大議題

#### 【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

			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	學習目標	學習活動	評量方式	內容重點
	<b>壹、快樂上學去</b>		1a-I-1 認識	Ba-I-1 遊戲	1. 於走路上學情境	【活動】透過課本	觀察評量	【安全教育】
	一. 新生進行曲		基本的健康	場所與上下	中,了解交通安全	不同的上學方式情	口頭評量	安 E2 了解危機與安
			常識。	學情境的安	的重要性,並且認	境,能學習交通安	行為檢核	全。
		1	2b-I-1 接受	全須知。	識穿越馬路的安全	全知識,自我覺察	態度評量	安 E8 了解校園安全
			健康的生活	Ba-I-1 遊戲	常識。	日常生活中的安全		的意義。
			規範。	場所與上下	2. 能體會走路安全	與危險行為,並養		安 E10 關注校園安全
			3b-I-3 能於	學情境的安	的重要性,並願意	成遵守交通規則的		的事件。
	貳、運動樂趣多		生活中嘗試	全須知。	遵守過馬路的注意	習慣,進而未來嘗	觀察評量	【人權教育】
	六. 小小探險家		運用生活技	Cb-I-3 學校	事項。	試自己上學。	口頭評量	人 E3 了解每個人需
第1週			能。	運動活動空	3. 於生活中,嘗試	【活動1】指導學	行為檢核	求的不同,並討論與
			1c-I-2 認識	間與場域。	自我覺察並修正個	童認識校園內各項	態度評量	遵守團體的規則。
			基本的運動		人不當的交通行	遊戲器材與場地的		人 E8 了解兒童對遊
			常識。		為。	名稱,及正確的使		戲權利的需求。
		2	2c-I-1 表現		1. 能利用學校運動	用方法。		
			尊重的團體		空間,從事身體活	【活動2】培養學		
			互動行為。		動,增進健康。	童樂於參與團體活		
			3c-I-2 表現		2. 認識校園遊戲設	動,並遵守遊戲規		
			安全的身體		施的名稱。	則的態度。		
			活動行為。		3. 分辨學校空間、	【活動3】利用校		
			4d-I-2 利用		設備的安全性。	園的遊戲設施,從		

_								
			學校或社區		4. 能遵守遊戲規	事各項身體活動。		
			資源從事身		則,並與同學互助	【活動 4】使用遊		
			體活動。		合作。	戲設施時,能分辨		
					5. 能討論並正確的	遊戲行為的安全		
					使用學校空間及設	性。		
					<b>備,達到安全和快</b>	【活動 5】學會保		
					樂的目的。	護自己和他人的安		
						全。		
	壹、快樂上學去		1a-I-1 認識	Ba-I-1 遊戲	1. 於上學情境中,	【活動】透過課本	觀察評量	【安全教育】
	一. 新生進行曲		基本的健康	場所與上下	了解注意交通安全	不同的上學方式情	口頭評量	安 E2 了解危機與安
			常識。	學情境的安	是健康生活的一	境,能學習交通安	行為檢核	全。
		1	2b-I-1 接受	全須知。	環,並認識交通安	全知識,自我覺察	態度評量	安 E8 了解校園安全
			健康的生活	Ba-I-1 遊戲	全常識。	日常生活中的安全		的意義。
			規範。	場所與上下	2. 於生活中,嘗試	與危險行為,並養		安 E10 關注校園安全
			3b-I-3 能於	學情境的安	自我覺察並修正個	成遵守交通規則的		的事件。
	貳、運動樂趣多		生活中嘗試	全須知。	人不當的交通行	習慣,進而未來嘗	觀察評量	【人權教育】
	六. 小小探險家		運用生活技	Cb-I-3 學校	為。	試自己上學。	口頭評量	人 E3 了解每個人需
第2週			能。	運動活動空	3. 養成遵守乘車注	【活動1】利用校	行為檢核	求的不同,並討論與
			4a-I-2 養成	間與場域。	意事項的好習慣。	園的遊戲設施,從	態度評量	遵守團體的規則。
			健康的生活		1. 能分辨學校空	事各項身體活動。		人 E8 了解兒童對遊
			習慣。		間、設備的安全	【活動2】使用遊		戲權利的需求。
		2	2c-I-1 表現		性。	戲設施時,能分辨		
			尊重的團體		2. 能討論並正確的	遊戲行為的安全		
			互動行為。		使用學校空間及設	性。		
			3c-I-2 表現		備,達到安全和快	【活動3】學會保		
			安全的身體		樂的目的。	護自己和他人的安		
			活動行為。		3. 能遵守遊戲規	全。		
			4d-I-2 利用		則,並與同學互助			

			學校或社區		合作。			
			資源從事身		4. 能正確操作各項			
			體活動。		遊戲器材。			
	壹、快樂上學去		1a-I-1 認識	Ba-I-1 遊戲	1. 列舉校園內適合	【活動】透過課本	觀察評量	【安全教育】
	一. 新生進行曲		基本的健康	場所與上下	遊戲的地方,並認	校園遊戲情境,學	口頭評量	安 E2 了解危機與安
			常識。	學情境的安	識安全遊戲常識。	童能以做決定的技	行為檢核	全。
		1	2b-I-1 接受	全須知。	2. 能體會遊戲安全	巧選擇適合遊戲的	態度評量	安 E8 了解校園安全
			健康的生活	Cb-I-3 學校	的重要性,且願意	地方,亦透過自我		的意義。
			規範。	運動活動空	遵守注意事項。	察覺並修正個人的		安 E10 關注校園安全
			3b-I-3 能於	間與場域。	3. 在校園中,嘗試	不當遊戲行為,並		的事件。
	貳、運動樂趣多		生活中嘗試		運用做決定的技巧	且養成遵守遊戲安	觀察評量	【人權教育】
	六. 小小探險家		運用生活技		選擇適合遊戲的地	全的好習慣。	口頭評量	人 E3 了解每個人需
第3週			能。		方。	【活動1】利用校	行為檢核	求的不同,並討論與
			4a-I-2 養成		4. 於生活中,嘗試	園的攀爬設施,從	態度評量	遵守團體的規則。
			健康的生活		自我察覺並修正個	事各項身體活動。		人 E8 了解兒童對遊
		2	習慣。		人不當的遊戲行	【活動2】使用遊		戲權利的需求。
		2	2c-I-1 表現		為。	戲器材時,能分辨		
			尊重的團體		1. 能遵守遊戲規	遊戲行為的安全		
			互動行為。		則,並與同學互助	性。		
			3c-I-2 表現		合作。	【活動3】學會保		
			安全的身體		2. 能正確的操作各	護自己和他人的安		
			活動行為。		項遊戲器材。	全。		
	壹、快樂上學去		1a-I-1 認識	Ba-I-1 遊戲	1. 於放學情境中,	【活動】透過課本	觀察評量	【安全教育】
	一. 新生進行曲		基本的健康	場所與上下	了解注意交通安全	學校放學時的情	口頭評量	安 E2 了解危機與安
第4週		1	常識。	學情境的安	是健康生活的一	境,學童以討論與	行為檢核	全。
		1	2b-I-1 接受	全須知。	環,並且認識放學	問答方式澄清概念	態度評量	安 E8 了解校園安全
			健康的生活	Bc-I-1 各項	的安全常識。	後,能舉例說明應		的意義。
			規範。	暖身伸展動	2. 能體會交通安全	注意的事項,並養		安 E10 關注校園安全

			3b-I-3 能於	作。	的重要性,並且願	成好行為。		的事件。
	貳、運動樂趣多		生活中嘗試	Cb-I-2 班級	意遵守注意事項。	【活動】用呼拉圈	觀察評量	【性別平等教育】
	七. 來玩呼拉圈		運用生活技	體育活動。	3. 於生活中,嘗試	做身體的伸展活	口頭評量	性 E4 認識身體界線
			能。		自我覺察並修正個	動,學會推呼拉	行為檢核	與尊重他人的身體
			4a-I-2 養成		人不當的行為。	圈。	態度評量	自主權。
			健康的生活		4. 養成遵守交通注			【人權教育】
			習慣。		意事項的好習慣。			人 E5 欣賞、包容個
			1c-I-1 認識		1. 能利用呼拉圈做			別差異並尊重自己
			身體活動的		各種身體的伸展活			與他人的權利。
			基本動作。		動,並能簡單運用			【生涯規劃教育】
		2	2c-I-2 表現		身體操作呼拉圈。			涯 E7 培養良好的人
			認真參與的		2. 能表現認真參與			際互動能力。
			學習態度。		活動的積極態度。			
			2d-I-1 專注		3. 能與同學培養默			
			觀賞他人的		契合作完成動作。			
			動作表現。		4. 維護自己與尊重			
			3d-I-1 應用		他人的身體自主			
			基本動作常		權。			
			識,處理練習					
			或遊戲問題。					
	壹、快樂上學去		1a-I-1 認識	Da-I-1 日常	1. 能知道身體部位	【活動】能認識身	觀察評量	【品德教育】
	二. 健康小達人	1	基本的健康	生活中的基	名稱。	體部位的名稱,並	口頭評量	品 E1 良好生活習慣
		1	常識。	本衛生習慣。	2. 能知道保持身體	能好好愛護它們。	行為檢核	與德行。
第 5 週			1c-I-1 認識	Bc-I-1 各項	乾淨的重要性。	【活動】用呼拉圈	態度評量	
	貳、運動樂趣多		身體活動的	暖身伸展動	1. 能完成搖動呼拉	做身體的伸展活	觀察評量	【性別平等教育】
	七. 來玩呼拉圈	2	基本動作。	作。	圈的動作。	動,學會推呼拉	口頭評量	性 E4 認識身體界線
			4c-I-2 選擇	Cb-I-2 班級	2. 能在運動過程	圈。	行為檢核	與尊重他人的身體
			適合個人的	體育活動。	中,避免運動傷		態度評量	自主權。

			身體活動。		害。			【人權教育】
					3. 平時能利用呼拉			人 E5 欣賞、包容個
					圈做運動。			別差異並尊重自己
					4. 能利用呼拉圈選			與他人的權利。
					擇適合自己的身體			【生涯規劃教育】
					活動。			涯 E7 培養良好的人
								際互動能力。
	壹、快樂上學去		1a-I-2 認識	Da-I-1 日常	1. 能知道保持身體	【活動1】能知道	觀察評量	【品德教育】
	二. 健康小達人	1	健康的生活	生活中的基	乾淨的重要性。	平時要常洗手,保	口頭評量	品 E1 良好生活習慣
		1	習慣。	本衛生習慣。	2. 能知道正確洗手	持雙手乾淨的重要	行為檢核	與德行。
			3a-I-2 能於	Da-I-2 身體	的方法。	性。	態度評量	
	貳、運動樂趣多		引導下,於生	的部位與衛	3. 能培養良好的衛	【活動2】能知道	觀察評量	【性別平等教育】
	七. 來玩呼拉圈		活中操作簡	生保健的重	生習慣。	正確洗手的方法和	口頭評量	性 E4 認識身體界線
			易的健康技	要性。	1. 能運用身體做出	步驟。	行為檢核	與尊重他人的身體
			能。	Cb-I-2 班級	指定動作。	【活動3】能依照	態度評量	自主權。
			1c-I-1 認識	體育活動。	2. 能表現認真參與	正確的步驟和方法		【人權教育】
the a year			身體活動的		活動的積極態度。	清潔雙手。		人 E5 欣賞、包容個
第6週			基本動作。		3. 能與同學培養默	【活動】使用呼拉		別差異並尊重自己
			2c-I-2 表現		契合作完成動作。	圈與同學一起合作		與他人的權利。
		2	認真參與的		4. 能注意同學的動	完成任務。		【生涯規劃教育】
			學習態度。		作,學習、了解如			涯 E7 培養良好的人
			2d-I-1 專注		何完成指示動作。			際互動能力。
			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、快樂上學去		1a-I-1 認識	Da-I-1 日常	1. 能知道正確洗臉	【活動1】藉由洗	觀察評量	【品德教育】
	二.健康小達人		基本的健康	生活中的基	的方法。	臉認識臉部各部位		品 E1 良好生活習慣
		1	常識。	本衛生習慣。	2. 能知道正確洗澡		行為檢核	與德行。
			1a-I-2 認識	Da-I-2 身體	的方法。	【活動2】學習洗	態度評量	× 113 11
			健康的生活	的部位與衛	3. 能培養良好的衛		觀察評量	【性別平等教育】
	七. 來玩呼拉圈		習慣。	生保健的重	生習慣。	【活動3】經過一	口頭評量	性 E4 認識身體界線
	21 1/2/20 1 1/2 12/		4a-I-2 養成	要性。	1. 能運用身體做出		行為檢核	與尊重他人的身體
			健康的生活	Bc-I-1 各項	指定動作。	洗乾淨,換上乾淨		自主權。
			習慣。	暖身伸展動	2. 能表現認真參與			【人權教育】
			1c-I-1 認識	作。	活動的積極態度。	認識身體各部分的		人 E5 欣賞、包容個
			身體活動的	Cb-I-2 班級	3. 能注意同學的動			別差異並尊重自己
			基本動作。	體育活動。	作,了解如何完成			與他人的權利。
			2c-I-2 表現	/IE /4 1 = 2/4	指示動作。	拉圈與同學一起合		【生涯規劃教育】
第 7 週			認真參與的		4. 能與同學培養默			涯 E7 培養良好的人
<b>第</b> 1 週			學習態度。		契合作完成動作。	【活動2】利用呼		際互動能力。
			2d-I-1 專注		5. 能利用呼拉圈完			WI = 2% %G5V
		2	觀賞他人的		成各項指示動作。	動作。		
			動作表現。		6. 能認真觀察並公			
			3c-I-1 表現		正評判同學的動	察並公正評判同學		
			基本動作與		作。	的動作。		
			模仿能力。		7. 能遵守遊戲規	【活動 4】遵守遊		
			3d-I-1 應用		則,並和同學合作			
			基本動作常		完成遊戲。	合作完成遊戲。		
			識,處理練習					
			或遊戲問題。					
								<u> </u>

	壹、快樂上學去		1a-I-1 認識	Da-I-1 日常	1. 能認識正確上廁	【活動】建立正確	觀察評量	【品德教育】
	二.健康小達人	1	基本的健康	生活中的基	所的方法。	使用廁所及保護自	口頭評量	品 El 良好生活習慣
		1	常識。	本衛生習慣。	2. 能了解並做到上	己和尊重他人身體	行為檢核	與德行。
			1a-I-2 認識	Da-I-2 身體	廁所的禮儀。	的行為。	態度評量	
	貳、運動樂趣多		健康的生活	的部位與衛	3. 能認識正確上廁	【活動1】能聽指	觀察評量	【性別平等教育】
	八. 快樂動起來		習慣。	生保健的重	所的方法。	令操作自己肢體的	口頭評量	性 E4 認識身體界線
			3a-I-2 能於	要性。	4. 能了解並做到上	動作。	行為檢核	與尊重他人的身體
			引導下,於生	Db-I-1 日常	廁所的禮儀。	【活動2】能隨著	態度評量	自主權。
			活中操作簡	生活中的性	5. 能培養良好的衛	音樂做出快樂的動		【人權教育】
			易的健康技	別角色。	生習慣。	作。		人 E5 欣賞、包容個
			能。	Bc-I-1 各項	1. 在遊戲中表達出			別差異並尊重自己
第8週			4a-I-2 養成	暖身伸展動	對肢體各部位的認			與他人的權利。
			健康的生活	作。	識,並能靈活操作			人 E8 了解兒童對遊
		2	習慣。	Ib-I-1唱、	身體表現動作。			戲權利的需求。
			1c-I-1 認識	跳與模仿性	2. 能主動參與各種			【生涯規劃教育】
			身體活動的	律動遊戲。	身體活動。			涯 E7 培養良好的人
			基本動作。		3. 能專注欣賞他人			際互動能力。
			2c-I-2 表現		優良動作表現。			
			認真參與的					
			學習態度。					
			2d-I-1 專注					
			觀賞他人的					
			動作表現。					
	壹、快樂上學去		3b-I-3 能於	Fa-I-1 認識	※從自己能完成來	【活動】讓學童藉	觀察評量	【性別平等教育】
	三. 我長大了		生活中嘗試	與喜歡自己	得到自我悅納感,	由自己學習完成許	口頭評量	性 E10 辨識性別刻板
第9週		1	運用生活技	的方法。	知道自己做得到,	多事,培養成就感	行為檢核	的情感表達與人際
			能。	Bc-I-1 各項	也能自己做。	並喜歡自己。	態度評量	互動。
			1c-I-1 認識	暖身伸展動	1. 做出簡單的動作	【活動】運用身體		性 E11 培養性別間合

			身體活動的	作。	與同學打招呼。	各部位與同學的碰		宜表達情感的能力。
			基本動作。		2. 能在運動過程	觸打招呼,讓學童		【閱讀素養教育】
			2c-I-2 表現		中,避免運動傷	了解自己身體部		閱 E8 低、中年級以
			認真參與的		害。	位, 並樂於與人互		紙本閱讀為主。
			學習態度。		3. 與同學培養默	動,促進身心健		閱 E12 培養喜愛閱讀
					契,完成動作。	康。		的態度。
					4. 維護自己與尊重			閱 E14 喜歡與他人討
					他人的身體的主			論、分享自己閱讀的
					權。			文本。
	貳、運動樂趣多				5. 能表現認真參與		觀察評量	【性別平等教育】
	八. 快樂動起來				活動的積極態度。		口頭評量	性 E4 認識身體界線
							行為檢核	與尊重他人的身體
							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		3b-I-2 能於	Fa-I-2 與家	※能和同儕一起玩	【活動】讓學童學	觀察評量	【性別平等教育】
	三. 我長大了		引導下,表現	人及朋友和	一起學習,喜歡共	習如何交朋友,並	口頭評量	性 E10 辨識性別刻板
第 10 週		1	簡易的人際	諧相處的方	好的感受。	由共同的嗜好找到	行為檢核	的情感表達與人際
		1	溝通互動技	式。	1. 能自己做出課本	學習的好伙伴。	態度評量	互動。
			能。	Bc-I-1 各項	圖示的動作。	【活動1】藉由活		性 E11 培養性別間合
			1c-I-1 認識	暖身伸展動	2. 能與同學一起合	動的設計,運用先		宜表達情感的能力。

			身體活動的	作。	作發揮創意,運用	前學過的動作,表		【閱讀素養教育】
			基本動作。	Ib-I-1唱、	身體表演造型動	演各種不同的造		閱 E8 低、中年級以
			2c-I-2 表現	跳與模仿性	作。	型。		紙本閱讀為主。
			認真參與的	律動遊戲。	3. 能說出最喜歡同	【活動2】利用表		閱 E12 培養喜愛閱讀
			學習態度。		學表演的造型動	演的遊戲,增進學		的態度。
			2d-I-1 專注		作。	童之間的互動。		閱 E14 喜歡與他人討
			觀賞他人的		4. 能與同學一起合	【活動3】訓練學		論、分享自己閱讀的
			動作表現。		作,運用身體表演	童反應能力,增強		文本。
			3c-I-1 表現		動作。	體適能心肺能力的	觀察評量	【性別平等教育】
	八. 快樂動起來		基本動作與			刺激。	口頭評量	性 E4 認識身體界線
			模仿的能力。				<b>一</b> 行為檢核	與尊重他人的身體
							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		3b-I-2 能於	Fa-I-3 情緒	※觀察事件與他人	【活動】知道遇到	觀察評量	【性別平等教育】
	三. 我長大了		引導下,表現	體驗與分辨	動作及表情猜測對	不同的事情會產生	口頭評量	性 E10 辨識性別刻板
			簡易的人際	的方法。	方的情緒狀態。	各種情緒,並能分	行為檢核	的情感表達與人際
第 11 週		1	溝通互動技	Ib-I-1 唱、	1. 在遊戲中表現出	辨別人的心情。	態度評量	互動。
			能。	跳與模仿性	對肢體各部位完整	【活動1】能聽指		性 E11 培養性別間合
			1c-I-1 認識	律動遊戲。	概念。	令操作自己肢體的		宜表達情感的能力。
			身體活動的		2. 能主動參與各種	動作。		【閱讀素養教育】

			基本動作。		身體活動。	【活動 2】利用〈身		閱 E8 低、中年級以
			2c-I-2 表現		3. 能專注欣賞他人	體歌〉這首歌,進		紙本閱讀為主。
			認真參與的		優良動作表現。	一步認識身體各部		閱 E12 培養喜愛閱讀
			學習態度。			位。		的態度。
			2d-I-1 專注					閱 E14 喜歡與他人討
			觀賞他人的					論、分享自己閱讀的
			動作表現。					文本。
	貳、運動樂趣多						觀察評量	【性別平等教育】
	八. 快樂動起來						口頭評量	性 E4 認識身體界線
							   行為檢核	與尊重他人的身體
							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		3b-I-1 能於	Fa-I-3 情緒	1. 能用言語或表情	【活動】能用言語	觀察評量	【性別平等教育】
	三. 我長大了		引導下,表現	體驗與分辨	表達自己的感受讓	或表情表達自己的	口頭評量	性 E10 辨識性別刻板
			簡易的自我	的方法。	其他人知道。	感受,並能選擇喜	行為檢核	的情感表達與人際
第 12 週		1	調適技能。	Ib-I-1 唱、	2. 在表達感受後,	歡做的事來轉換心	態度評量	互動。
		1	3b-I-2 能於	跳與模仿性	也能做些什麼來緩	情。		性 E11 培養性別間合
			引導下,表現	律動遊戲。	和感受或改善狀	【活動】透過遊		宜表達情感的能力。
			簡易的人際		況。	戲,能訓練學童肢		【閱讀素養教育】
			溝通互動技		1. 在活動中表現出	體反應靈活並能做		閱 E8 低、中年級以

			能。		對肢體部位的認	出協調的動作。		紙本閱讀為主。
			1c-I-1 認識		識,並能完成閃躲			閱 E12 培養喜愛閱讀
			身體活動的		動作。			的態度。
			基本動作。		2. 遵守規則並表現			閱 E14 喜歡與他人討
			2c-I-2 表現		出積極參與的態			論、分享自己閱讀的
			認真參與的		度。			文本。
	貳、運動樂趣多		學習態度。		3. 能專注欣賞他人		觀察評量	【性別平等教育】
	八. 快樂動起來		2d-I-1 專注		身體動作表現。		口頭評量	性 E4 認識身體界線
			觀賞他人的		4. 能靈活運用肢		行為檢核	與尊重他人的身體
			動作表現。		體,表現出閃躲及		態度評量	自主權。
			3d-I-1 應用		移動身體的動作。			【人權教育】
			基本動作常					人 E5 欣賞、包容個
		2	識,處理練習					別差異並尊重自己
			或遊戲問題。					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		1a-I-1 認識	Ea-I-2 基本	1. 能連結生活經	【活動】藉由圖中	觀察評量	【品德教育】
	四.活力加油站	,	基本的健康	的飲食習慣。	驗,發覺早餐的重	人物吃不吃早餐的	口頭評量	品 E1 良好生活習慣
		1	常識。	Bc-I-1 各項	要性。	結果,說明早餐的	行為檢核	與德行。
			2a-I-1 發覺	暖身伸展動	2. 願意養成吃早餐	重要性。	態度評量	
第 13 週	貳、運動樂趣多		影響健康的	作。	的習慣。	【活動1】認識操	觀察評量	【人權教育】
	九. 快樂走跑跳		生活態度與	Cb-I-1 運動	1. 認識操場、跑道	場、跑道與使用規	口頭評量	人E3 了解每個人需
		2	行為。	安全常識、運	與使用規則。	則。	行為檢核	求的不同,並討論與
			2b-I-2 願意	動對身體健	2. 遵守操場跑道使	【活動2】遵守操	態度評量	遵守團體的規則。
			養成個人健	康的益處。	用規則,並和他人	場跑道使用規則,		人 E5 欣賞、包容個

			康習慣。	Ga-I-1 走、	一同跑步。	並和他人共同使用		別差異並尊重自己
			1c-I-1 認識	跑、跳與投擲	3. 了解暖身運動的			與他人的權利。
			身體活動的	遊戲。	重要性。	【活動3】了解暖		人 E8 了解兒童對遊
			基本動作。		4. 認識並做出各項	身運動的重要性。		戲權利的需求。
			1c-I-2 認識		暖身伸展動作。	【活動 4】能跟隨		
			基本的運動		5. 認識走、跑動	教師的示範,做出		
			常識。		作。	各項暖身伸展動		
			3d-I-1 應用		6. 能做出及變換	作。		
			基本動作常		走、跑動作。	【活動 5】能做出		
			識,處理練習			直線走、快跑、S		
			或遊戲問題。			形繞物走、側併		
			4d-I-2 利用			走、側併跑、繞物		
			學校或社區			跑的動作。		
			資源從事身					
			體活動。					
	壹、快樂上學去		1a-I-1 認識	Ea-I-1 生活	1. 能說出常見的早	【活動】能說出今	觀察評量	【品德教育】
	四.活力加油站	1	基本的健康	中常見的食	餐種類。	天自己的早餐吃了	口頭評量	品 E1 良好生活習慣
		1	常識。	物與珍惜食	2. 能接納並嘗試不	哪些食物,分量是	行為檢核	與德行。
			1a-I-2 認識	物。	同的早餐。	否剛好。	態度評量	
	貳、運動樂趣多		健康的生活	Ga-I-1 走、	3. 能覺察珍惜食物	【活動1】能和同	觀察評量	【人權教育】
/5 1 A \m	九. 快樂走跑跳		習慣。	跑、跳與投擲	的重要性。	學一起完成「走、	口頭評量	人 E3 了解每個人需
第 14 週			3b-I-3 能於	遊戲。	4. 能設計一份自己	跑」的遊戲。	行為檢核	求的不同,並討論與
			生活中嘗試		可以吃得完的早	【活動2】能在遊	態度評量	遵守團體的規則。
		2	運用生活技		餐。	戲中模仿或創意各		人 E5 欣賞、包容個
			能。		1. 模仿做出各種型	項「走、跑」的動		別差異並尊重自己
			1c-I-1 認識		態走、跑的動作。	作。		與他人的權利。
			身體活動的		2. 做出各種型態	【活動3】能專注		人 E8 了解兒童對遊
			基本動作。		走、跑的動作。	欣賞他人的動作表		戲權利的需求。

			2d-I-1 專注		3. 專注欣賞他人動	現。		
			觀賞他人的		作表現。			
			動作表現。					
			3c-I-1 表現					
			基本動作與					
			模仿的能力。					
	壹、快樂上學去		4b-I-1 發表	Ea-I-2 基本	※能認識選擇健康	【活動1】選擇食	觀察評量	【品德教育】
	四.活力加油站	1	個人對促進	的飲食習慣。	食物的原則。	物的原則應以健	口頭評量	品 E1 良好生活習慣
		1	健康的立場。	Ga-I-1 走、	1. 做出原地跳與連	康、自然為主。	行為檢核	與德行。
			1c-I-1 認識	跑、跳與投擲	續前進跳的動作。	【活動2】能認識	態度評量	
	貳、運動樂趣多		身體活動的	遊戲。	2. 遵守遊戲規則,	食物對身體健康的	觀察評量	【人權教育】
	九. 快樂走跑跳		基本動作。		並和他人一同合作	重要性。	口頭評量	人 E3 了解每個人需
			3d-I-1 應用		遊戲。	【活動1】能做出	行為檢核	求的不同,並討論與
第 15 週			基本動作常		3. 能利用下課時間	原地跳與連續前進	態度評量	遵守團體的規則。
			識,處理練習		練習走、跑、跳運	跳的動作。		人 E5 欣賞、包容個
		2	或遊戲問題。		動或遊戲。	【活動2】能在猜		別差異並尊重自己
						拳遊戲中表現跳躍		與他人的權利。
						變換動作。		人 E8 了解兒童對遊
						【活動3】能遵守		戲權利的需求。
						遊戲規則並和他人		
						一同合作遊戲。		
	壹、快樂上學去		1a-I-1 認識	Ea-I-2 基本	1. 能認識少糖、不	【活動1】選擇食	觀察評量	【品德教育】
	四.活力加油站	1	基本的健康	的飲食習慣。	油炸的食物種類。	物的原則應以健	口頭評量	品 El 良好生活習慣
		1	常識。	Ga-I-1 走、	2. 能做到良好的用	康、自然為主。	行為檢核	與德行。
第 16 週			2b-I-2 願意	跑、跳與投擲	餐行為。	【活動2】能認識	態度評量	
	貳、運動樂趣多		養成個人健	遊戲。	1. 在遊戲中做出變	食物對身體健康的	觀察評量	【人權教育】
	九. 快樂走跑跳	2	康習慣。		換走、跑、跳的動	重要性。	口頭評量	人 E3 了解每個人需
			4a-I-2 養成		作。	【活動1】能在遊	行為檢核	求的不同,並討論與

			1	1		T.	T.	T
			健康的生活		2. 遵守遊戲規則,	戲中變換走、跑、	態度評量	遵守團體的規則。
			習慣。		並和他人一同合作	跳的動作。		人 E5 欣賞、包容個
			1c-I-1 認識		遊戲。	【活動2】能遵守		別差異並尊重自己
			身體活動的		3. 能在行進中選擇	遊戲規則並和他人		與他人的權利。
			基本動作。		或轉換走、跑、跳	一同合作遊戲。		人 E8 了解兒童對遊
			3d-I-1 應用		運動。	【活動3】能為自		戲權利的需求。
			基本動作常			己表現評分。		
			識,處理練習					
			或遊戲問題。					
	壹、快樂上學去		1b-I-1 舉例	Ca-I-1 生活	1. 在學校發生事情	【活動】能知道在	觀察評量	【家庭教育】
	五. 校園生活健康多		說明健康生	中與健康相	能主動尋求協助。	學校若身體不舒服	口頭評量	家 E13 熟悉與家庭生
			活情境中適	關的環境。	2. 學習解決問題的	或受傷時要告訴老	行為檢核	活相關的社區資源。
			用的健康技	Bc-I-1 各項	能力。	師,並到健康中心	態度評量	【生涯規劃教育】
			能和生活技	暖身伸展動	1. 知道教材示範繞	尋求協助。		涯 E12 學習解決問題
			能。	作。	球的動作。	【活動1】能努力		與做決定的能力。
			3b-I-3 能於		2. 能盡力完成教材	學習並完成操作小		【閱讀素養教育】
		1	生活中嘗試		動作。	球和大球進行活		閱 E11 能在一般生活
		1	運用生活技		3. 能觀察他人活動	動。		情境中,懂得運用文
第 17 週			能。		的表現。	【活動2】能利用		本習得的知識解決
			1c-I-1 認識		4. 能利用課餘時	身體不同部位進行		問題。
			身體活動的		間,從事玩球運	繞球活動。		【戶外教育】
			基本動作。		動。	【活動3】配合音		户 E1 善用教室外,
			1d-I-1 描述		5. 能知道並做出教	樂、口令完成夾球		户外及校外教學,認
			動作技能基		材示範夾球的動	動作。		識生活環境(自然或
			本常識。		作。	【活動 4】能和他		人為)。
	貳、運動樂趣多		2d-I-1 專注		6. 能和同學互相合	人合作,利用身體	觀察評量	【品德教育】
	十.和球做朋友	2	觀賞他人的		作完成活動。	不同部位順利夾住	口頭評量	品 El 良好生活習慣
			動作表現。			球進行活動。	行為檢核	與德行。

			3c-I-1 表現				態度評量	品E3 溝通合作與和
			基本動作與					諧人際關係。
			模仿的能力。					【安全教育】
			3c-I-2 表現					安 E7 探究運動基本
			安全的身體					的保健。
			活動行為。					【生涯規劃教育】
			3d-I-1 應用					涯 E7 培養良好的人
			基本動作常					際互動能力。
			識,處理練習					
			或遊戲問題。					
	壹、快樂上學去		1a-I-1 認識	Ca-I-1 生活	1. 知道健康中心的	【活動】藉由參訪	觀察評量	【家庭教育】
	五. 校園生活健康多		基本的健康	中與健康相	設備及器材的使用	認識健康中心能提	口頭評量	家 E13 熟悉與家庭生
			常識。	關的環境。	方法。	供的服務及器材的	行為檢核	活相關的社區資源。
			1b-I-1 舉例	Bc-I-1 各項	2. 能適時、適切使	功能。	態度評量	【生涯規劃教育】
			說明健康生	暖身伸展動	用健康中心的設備	【活動1】能平穩		涯 E12 學習解決問題
			活情境中適	作。	或器材,以維護健	的做出夾球原地		與做決定的能力。
			用的健康技		康。	跳、夾球左右跳、		【閱讀素養教育】
		1	能和生活技		1. 能知道並做出教	夾球往前跳。		閱 E11 能在一般生活
第 18 週		1	能。		材示範夾球跳的動	【活動2】能和他		情境中,懂得運用文
			4a-I-1 能於		作。	人合作完成夾球接		本習得的知識解決
			引導下,使用		2. 能盡力完成教材	力活動。		問題。
			適切的健康		動作。			【戶外教育】
			資訊、產品與		3. 能和同學互相合			户 E1 善用教室外,
			服務。		作完成活動。			户外及校外教學,認
			1c-I-1 認識		4. 能觀察他人活動			識生活環境(自然或
			身體活動的		的表現。			人為)。
	貳、運動樂趣多	2	基本動作。				觀察評量	【品德教育】
	十.和球做朋友		1d-I-1 描述				口頭評量	品 El 良好生活習慣

			動作技能基				行為檢核	與德行。
			本常識。				態度評量	品E3溝通合作與和
			2d-I-1 專注					諧人際關係。
			觀賞他人的					【安全教育】
			動作表現。					安 E7 探究運動基本
			3c-I-1 表現					的保健。
			基本動作與					【生涯規劃教育】
			模仿的能力。					涯 E7 培養良好的人
			3c-I-2 表現					際互動能力。
			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。					
	壹、快樂上學去		1a-I-1 認識	Ca-I-1 生活	1. 能知道學校護理	【活動1】學校健	觀察評量	【家庭教育】
	五. 校園生活健康多		基本的健康	中與健康相	師及醫師到校服務	康中心不但協助維	口頭評量	家 E13 熟悉與家庭生
			常識。	關的環境。	的工作內容。	護全校師生的健	行為檢核	活相關的社區資源。
			1c-I-1 認識	Bc-I-1 各項	2. 能禮貌對待醫護	康,還提供許多健	態度評量	【生涯規劃教育】
			身體活動的	暖身伸展動	人員,並事實表達	康服務和管理,具		涯 E12 學習解決問題
			基本動作。	作。	謝意。	有多樣功能。		與做決定的能力。
第 19 週		1	1d-I-1 描述	Hc-I-1 標的	1. 能知道並做到教	【活動 2】透過討		【閱讀素養教育】
			動作技能基	性球類運動	材示範滾接球的動	論與分析,學童能		閱 E11 能在一般生活
			本常識。	相關的簡易	作。	充分了解健康中心		情境中,懂得運用文
			2d-I-1 專注	拋、擲、滾之	2. 能盡力完成教材	的功能,知道健康		本習得的知識解決
			觀賞他人的	手眼動作協	動作。	中心是全校師生的		問題。
			動作表現。	調、力量及準	3. 能和同學互相合	健康守護神。		【戶外教育】
			3c-I-1 表現	確性控球動	作完成活動。	【活動3】能體會		戶 El 善用教室外,

			基本動作與	作。	4. 能觀察他人活動	護理師的辛苦,進		户外及校外教學,認
			模仿的能力。		的表現。	而表達感謝。		識生活環境(自然或
			3c-I-2 表現		5. 能利用課餘時	【活動1】配合音		人為)。
	貳、運動樂趣多		安全的身體		間,從事玩球運	樂、口令順暢的完	觀察評量	【品德教育】
	十.和球做朋友		活動行為。		動。	成動作。	口頭評量	品 El 良好生活習慣
						【活動2】能和他	行為檢核	與德行。
						人互相合作完成滾	態度評量	品 E3 溝通合作與和
						球動作。		諧人際關係。
		2				【活動3】能和同		【安全教育】
						學合作滾中目標		安 E7 探究運動基本
						物。		的保健。
								【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		4a-I-1 能於	Ca-I-1 生活	1. 能知道健康檢查	【活動1】學校健	觀察評量	【家庭教育】
	五. 校園生活健康多		引導下,使用	中與健康相	複檢(再檢查)怎	康中心只是做初步	口頭評量	家 E13 熟悉與家庭生
			適切的健康	關的環境。	麼做。	的檢驗,不是檢查	行為檢核	活相關的社區資源。
			資訊、產品與	Bc-I-1 各項	2. 能於日常生活	结果,也不具正確	態度評量	【生涯規劃教育】
			服務。	暖身伸展動	中,做到守護身體	的效力。		涯 E12 學習解決問題
			4b-I-1 發表	作。	健康的行為。	【活動2】健康檢		與做決定的能力。
第 20 週		1	個人對促進	Hc-I-1 標的	1. 能了解教材的活	查後,收到複檢通		【閱讀素養教育】
		1	健康的立場。	性球類運動	動關卡動作。	知時應告知家長,		閱 E11 能在一般生活
			1c-I-1 認識	相關的簡易	2. 能觀察他人活動	再依項目到醫院或		情境中,懂得運用文
			身體活動的	拋、擲、滾之	的表現。	診所複檢。		本習得的知識解決
			基本動作。	手眼動作協	3. 能做出教材闖關	【活動】能發揮專		問題。
			2d-I-1 專注	調、力量及準	活動的動作技巧。	注力,體驗不同球		【戶外教育】
			觀賞他人的	確性控球動	4. 能在玩球的過程	類滾丟的感覺,跟		户 El 善用教室外,
			動作表現。	作。	中,認識自己身體	著關卡進行不同活		户外及校外教學,認

			3c-I-1 表現		活動能力,並選擇	動。		識生活環境 (自然或
			基本動作與		自己適合的運動。			人為)。
	貳、運動樂趣多		模仿的能力。				觀察評量	
	十.和球做朋友		3c-I-2 表現				口頭評量	
			安全的身體				行為檢核	
		2	活動行為。				態度評量	
			4c-I-2 選擇					
			適合個人的					
			身體活動。					
	壹、快樂上學去		4a-I-1 能於	Ca-I-1 生活	1. 能知道健康檢查	【活動1】學校健	觀察評量	【家庭教育】
	五. 校園生活健康多		引導下,使用	中與健康相	複檢(再檢查)怎	康中心只是做初步	口頭評量	家 E13 熟悉與家庭生
			適切的健康	關的環境。	麼做。	的檢驗,不是檢查	行為檢核	活相關的社區資源。
			資訊、產品與	Bc-I-1 各項	2. 能於日常生活	结果,也不具正確	態度評量	【生涯規劃教育】
			服務。	暖身伸展動	中,做到守護身體	的效力。		涯 E12 學習解決問題
			4b-I-1 發表	作。	健康的行為。	【活動2】健康檢		與做決定的能力。
			個人對促進	Hc-I-1 標的	1. 能了解教材的活	查後,收到複檢通		【閱讀素養教育】
第 21 週		1	健康的立場。	性球類運動	動關卡動作。	知時應告知家長,		閱 E11 能在一般生活
		1	1c-I-1 認識	相關的簡易	2. 能觀察他人活動	再依項目到醫院或		情境中,懂得運用文
			身體活動的	拋、擲、滾之	的表現。	診所複檢。		本習得的知識解決
			基本動作。	手眼動作協	3. 能做出教材闖關	【活動】能發揮專		問題。
			2d-I-1 專注	調、力量及準	活動的動作技巧。	注力,體驗不同球		【戶外教育】
			觀賞他人的	確性控球動	4. 能在玩球的過程	類滾丟的感覺,跟		户 E1 善用教室外,
			動作表現。	作。	中,認識自己身體	著關卡進行不同活		户外及校外教學,認
			3c-I-1 表現		活動能力,並選擇	動。		識生活環境(自然或
			基本動作與		自己適合的運動。			人為)。

貳、運動樂趣多		模仿的能力。	觀察評量
十.和球做朋友		3c-I-2 表現	口頭評量
		安全的身體	行為檢核
	2	活動行為。	態度評量
		4c-I-2 選擇	
		適合個人的	
		身體活動。	

# 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(60)節							
		(班級/組別)										
	1. 能認識與分辨六大類食	物及其功能。										
	2. 能珍惜食物與養成飲食均衡、多樣化,以促進身體健康。											
	3. 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,並能說出和好朋友一起分享的感覺和喜好。											
	4. 能根據自己的能力擔任工作且能與他人分工合作,並從中得到成就感。											
	5. 能知道並積極實踐保健	. 能知道並積極實踐保健眼、耳、鼻的方法且能體會愛護眼、耳、鼻的重要性,養成個人的健康習慣。										
	6. 能了解眼、耳、鼻傷害	能了解眼、耳、鼻傷害處理的重要性與熟悉學校內緊急救護的通報管道,並於師長引導下,操作此類急救處理的技能。										
	7. 能描述身體碰觸帶給自	能描述身體碰觸帶給自己的感受與保護自己並尊重別人身體的隱私處。										
課程目標	8. 能分辨與確認具威脅性	的身體碰觸行為,	並能知道遭遇緊急情	<b>予</b> 况時自我保護的方法	- 0							
	9. 能知道感染腸病毒時的	症狀與在家照護要	點,以及知道身體不	舒服時要主動告知與	適切處理方式。							
	10. 能養成勤洗手與正確該	戴口罩的個人衛生習	惯,以降低感染的;	機會與預防生病。								
	11. 能說出各種童玩的起源	原與了解各種童玩的	玩法及簡易的動作.	要領。								
	12. 能利用休閒時間,在	學校或家裡和他人進	行童玩遊戲,表現	出積極參與童玩的學習	習態度。							
	13. 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。								
	14. 能努力認真的學習、3	理解教材相關內容與	要領,並於活動中	和他人合作,展現技工	巧完成任務。							
	15. 能遵守規則與相關安全	全注意事項,以及和	他人分享學習心得	0								
	健體-E-A1 具備良好身體	活動與健康生活的習	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。							
領域核心素養	健體-E-A2 具備探索身體	活動與健康生活問是	<b>夏的思考能力,並透</b>	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	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。	
	【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。	
融入之重大議題	【法治教育】	
版八之里八诚应	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。	

			學習	重點				融入議題
教學進度	教學進度 	節數	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	內容重點
	壹、守護健康有一套		1a-I-1 認識	Ea-I-1 生活	※能認識六大類食	【活動】引導學童	觀察評量	【環境教育】
	一. 飲食面面觀		基本的健康	中常見的食	物及其功能。	認識平日所食用的	口頭評量	環 E17 養成日常生活
			常識。	物與珍惜食	1. 能說出各種童玩	六大類食物,並了	行為檢核	節約用水、用電、物
		1	1c-I-1 認識	物。	的起源。	解六大類食物的功	態度評量	質的行為,減少資源
		1	身體活動的	Ce-I-1其他	2. 能了解各種童玩	能。		的
			基本動作。	休閒運動入	的玩法及簡易的動	1. 能說出各種童玩		【品德教育】
			2c-I-2 表現	門遊戲。	作要領。	的起源及玩法。		品 El 良好生活習慣
ht 1 m			認真參與的	Ic-I-1 民俗	3. 能選擇適合自己	2. 學童能透過討論		與德行。
第1週	貳、運動歡暢樂趣多		學習態度。	運動基本動	的同玩遊戲。	了解更多的童玩。	觀察評量	【人權教育】
	六. 童玩真有趣		3d-I-1 應用	作與遊戲。	4. 能了解沙包的玩	3. 能說出沙包童玩	口頭評量	人 E3 了解每個人需
			基本動作常		法及簡易的動作要	的由來。	行為檢核	求的不同,並討論與
			識,處理練習		領。		態度評量	遵守團體的規則。
		2	或遊戲問					人 E8 了解兒童對遊
			題。					戲權利的需求。
			4c-I-1 認識					
			與身體活動					
			相關資源。					
	壹、守護健康有一套		la-I-l 認識	Ea-I-1 生活	1. 認識六大類食物	1. 指導學童正確的	觀察評量	【環境教育】
	一. 飲食面面觀		基本的健康	中常見的食	中的各類食物內	將食物分成六大	口頭評量	環 E17 養成日常生活
			常識。	物與珍惜食	容。	類。	行為檢核	節約用水、用電、物
第2週		1	3b-I-1 嘗試	物。	2. 了解均衡攝取各	2引導學童願意調	態度評量	質的行為,減少資源
		1	練習簡易的	Ce-I-1其他	類食物的重要性。	整自己的飲食內		的
			健康相關技	休閒運動入	3. 說出昨日所食用	容,每一類食物都		【品德教育】
			能。	門遊戲。	的食物,並完成分	攝取。		品 E1 良好生活習慣
			1c-I-1 認識	Ic-I-1 民俗	類。	1. 能說出拋接沙		與德行。

	貳、運動歡暢樂趣多		身體活動的	運動基本動	4. 攝取六大類的食	包、拋撿沙包及沙	觀察評量	【人權教育】
	六. 童玩真有趣		基本動作。	作與遊戲。	物,養成均衡飲食	包投擲的動作要	口頭評量	人 E3 了解每個人需
			2c-I-2 表現		的習慣。	領。	行為檢核	求的不同,並討論與
			認真參與的		1. 能了解沙包的玩	2. 藉由沙包的動作	態度評量	遵守團體的規則。
			學習態度。		法及簡易的動作要	學習,訓練學童		人 E8 了解兒童對遊
			3d-I-1 應用		領。	手眼協調能力。		戲權利的需求。
		2	基本動作常		2. 能做出抛接及投	3. 能說出風車接力		
		Δ	識,處理練習		擲沙包的動作。	的玩法及注意事		
			或遊戲問		3. 能利用休閒時	項。		
			題。		間,在學校或家裡	4. 能在遊戲中與同		
			4c-I-1 認識		和他人進行童玩遊	學快樂互動、認真		
			與身體活動		戲。	學習。		
			相關資源。		4. 能製作風車並了			
					解風車的玩法。			
	壹、守護健康有一套		1a-I-2 認識	Ea-I-2 基本	1. 了解食物得來不	1. 認識用餐的好行	觀察評量	【環境教育】
	一. 飲食面面觀		健康的生活	的飲食習	易,並養成不浪費	為。	口頭評量	環 E17 養成日常生活
			習慣。	慣。	的習慣。	2 養成良好的用餐	行為檢核	節約用水、用電、物
		1	4a-I-2 養成	Ce-I-1其他	2. 了解正確的用餐	好習慣。	態度評量	質的行為,減少資源
		1	健康的生活	休閒運動入	禮儀。	3 養成珍惜食物的		的消耗。
			習慣。	門遊戲。	3. 培養良好的飲食	好習慣。		【品德教育】
第3週			2c-I-2 表現	Ic-I-1 民俗	習慣。	1. 能藉由風車接力		品 El 良好生活習慣
			認真參與的	運動基本動	1. 能認真參與各項	遊戲,增進學童體		與德行。
	貳、運動歡暢樂趣多		學習態度。	作與遊戲。	風車遊戲活動。	適能。	觀察評量	【人權教育】
	六. 童玩真有趣		3d-I-1 應用		2. 能體驗團隊合作	2. 能說出紙飛機的	口頭評量	人 E3 了解每個人需
		2	基本動作常		的樂趣,遵守遊戲	玩法及注意事項。	行為檢核	求的不同,並討論與
			識,處理練習		規則。	3. 能在遊戲中與同	態度評量	遵守團體的規則。
			或遊戲問		3. 能製作紙飛機,	學快樂互動、認真		人 E8 了解兒童對遊
			題。		並了解紙飛機的玩	學習		戲權利的需求。

				I				
			4c-I-1 認識		法。	4. 能在學校利用課		
			與身體活動		4. 能在遊戲中與同	間進行遊戲活動。		
			相關資源。		學快了互動、認真			
			4d-I-1 願意		學習。			
			從事規律身		5. 能利用休閒時			
			體活動。		間,在學校或家裡			
					和他人進行童玩遊			
					戲。			
	壹、守護健康有一套		1a-I-2 認識	Ea-I-2 基本	1. 認識排便對健康	1. 指導學童了解食	觀察評量	【環境教育】
	一. 飲食面面觀		健康的生活	的飲食習	的影響。	物消化的過程。	口頭評量	環 E17 養成日常生活
			習慣。	慣。	2. 養成良好生活習	2. 引導學童在日常	行為檢核	節約用水、用電、物
		1	2b-I-2 願意	Ga-I-1走、	慣,排便順暢。	生活中培養健康習	態度評量	質的行為,減少資源
		1	養成個人健	跑、跳與投擲	1. 能做出簡單急停	慣並正常排便。		的
			康習慣。	遊戲。	動作。	1. 能做出聽到聲音		【品德教育】
			4a-I-2 養成	Ib-I-1 唱、	2. 能明白快速反應	停止時,即停止身		品 E1 良好生活習慣
			健康的生活	跳與模仿性	在生活中的運用。	體活動的反應動		與德行。
th A via	貳、運動歡暢樂趣多		習慣。	律動遊戲。	3. 能創造動作讓同	作。	觀察評量	【人權教育】
第4週	七. 反應高手		1c-I-1 認識		組的學童模仿。	2. 能創造動作讓同	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊
			身體活動的		4. 能模仿同學創造	組的學童模仿。	行為檢核	戲權利的需求。
			基本動作。		出來的動作。	3. 能快速模仿同學	態度評量	
			1c-I-2 認識			創造出來的動作。		
		2	基本的運動			4. 教師要指導學童		
			常識。			先從大肢體動作開		
			3c-I-1 表現			始,再慢慢模仿細		
			基本動作與			微的動作。		
			模仿的能			5. 能明白快速反應		
			カ。			在生活中的運用。		

	<u> </u>		21 7 4 11 1	D 10 1		a	u	F
	壹、守護健康有一套		3b-I-1 能於	Fa-I-2 與家	※可以從觀察他人	1. 從觀察人際間微	觀察評量	【性別平等教育】
	二. 歡喜做朋友	1	引導下,表現	人及朋友和	互動的狀況猜測對	妙的肢體動作與表	口頭評量	性 E11 培養性別間合
		-	簡易的自我	諧相處的方	方的人際互動,並	情出發,引導學童	行為檢核	宜表達情感的能力。
			調適技能。	式。	能說出和好朋友一	分辨好朋友間愉悅	態度評量	
	貳、運動歡暢樂趣多		1c-I-1 認識	Ab-I-1體適	起分享的感覺和喜	的情緒。	觀察評量	【人權教育】
	七. 反應高手		身體活動的	能遊戲。	好。	2. 藉由一起學習、	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊
			基本動作。	Ga-I-1 走、	1. 能在遊戲中做出	一起玩,找到共同	行為檢核	戲權利的需求。
			1c-I-2 認識	跑、跳與投擲	迅速起立及快跑動	興趣的好朋友。	態度評量	
			基本的運動	遊戲。	作。	3. 畫出全班朋友網		
			常識。		2. 能依指令迅速做	絡,發覺這種全班		
			4d-I-1 願意		出移動、蹲下、跳	一起的感受,藉此		
第5週			從事規律身		躍的動作。	說出要一起玩、一		
			體活動。			起學習的願景。		
		2				1. 能做出不同姿勢		
		۷				的起立動作。		
						2. 藉由不同起立姿		
						勢,讓學童體會反		
						應的快慢差異。		
						3. 能做出不同姿勢		
						的起立動作後,再		
						加速快跑。		
						4. 能單獨做出急		
						停、轉向、蹲下、		
						跳躍的動作。		
	壹、守護健康有一套		3b-I-2 能於	Fa-I-2 與家	※願意嘗試與不熟	1. 引導學童寫下全	觀察評量	【性別平等教育】
第6週	二. 歡喜做朋友	1	引導下,表現	人及朋友和	悉的人互動,在互	班名字,仔細思考	口頭評量	性 E11 培養性別間合
		1	簡易的人際	諧相處的方	動中留意社交的重	自己較少互動的名	行為檢核	宜表達情感的能力。
			溝通互動技	式。	要禮節。	單,嘗試與不熟悉	態度評量	
	ı .		I .	I .	I .	l .	l .	I.

	貳、運動歡暢樂趣多		能。	Ab-I-1體適	1. 能依指令迅速做	的同學互動,跨出	觀察評量	【人權教育】
	七. 反應高手		1c-I-1 認識	能遊戲。	出折返動作。	社交舒適圈。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊
			身體活動的	Ga-I-1 走、	2. 能迅速做出起立	2. 提醒學童注意社	行為檢核	戲權利的需求。
			基本動作。	跑、跳與投擲	與快跑動作。	交禮節。	態度評量	
			1c-I-2 認識	遊戲。	3. 能迅速做出移	1. 能連續做出轉換		
			基本的運動		動、急停及轉向折	急停、蹲下、起立、		
			常識。		返動作。	跳躍、轉向及折返		
		2	4d-I-1 願意		4. 能在遊戲過程	的動作。		
		2	從事規律身		中,做出判斷與改	2. 能依指令迅速做		
			體活動。		變遊戲策略。	出移動、急停及轉		
					5. 能遵守遊戲規	向折返的動作。		
					則,並和他人一同	3. 能在遊戲中做出		
					合作遊戲。	判斷與選擇。		
						4. 能遵守遊戲規		
						定,並和他人一同		
						合作遊戲。		
	壹、守護健康有一套		3b-I-1 能於	Fa-I-2 與家	※練習在生氣的狀	※能夠明確的表達	觀察評量	【性別平等教育】
	二. 歡喜做朋友	1	引導下,表現	人及朋友和	況,依據引導能表	自己的感受讓對方	口頭評量	性 E11 培養性別間合
		1	簡易的自我	諧相處的方	達自己的感受,並	知道,對彼此的關	行為檢核	宜表達情感的能力。
			調適技能。	式。	想辦法解決問題。	係是很重要的,因	態度評量	
	貳、運動歡暢樂趣多		3b-I-2 能於	Ia-I-1 滾	1. 能利用肢體支撐	此從練習完整的說	觀察評量	
第7週	八. 我有好身手		引導下,表現	翻、支撐、平	身體,表現簡單的	出感受開始,並能	口頭評量	
			簡易的人際	衡、懸垂遊	平衡動作。	理解做錯事後,有	行為檢核	
		2	溝通互動技	戲。	2. 能專注觀賞他人	勇氣的道歉對彼此	態度評量	
			能。		的動作表現,且樂	關係是非常有幫助		
			1c-I-1 認識		於參與並完成連續	的。		
			身體活動的		動作。	1. 能藉由身體四肢		
			基本動作。		3. 能靈活的表現出	或臀部支撐身體,		

1	1	1		T	ı	ı		
			2c-I-2 表現		簡單的全身性身體	達成身體平衡。		
			認真參與的		活動,完成肌力訓	2. 透過練習,能與		
			學習態度。		練。	同學協力合作,完		
			2d-I-1 專注		4. 能在遊戲活動	成各種平衡動作。		
			觀賞他人的		中,表現出對肢體	3. 能依指令完成肢		
			動作表現。		的控制能力。	體動作。		
			3d-I-1 應用			4. 利用身體的控制		
			基本動作常			能力,進行平衡與		
			識,處理練習			肌力訓練。		
			或遊戲問					
			題。					
	壹、守護健康有一套		3b-I-2 能於	Fa-I-2 與家	※能分工合作,一	※不是由教師或班	觀察評量	【性別平等教育】
	二. 歡喜做朋友	1	引導下,表現	人及朋友和	起完成一件任務,	長分配工作,而是	口頭評量	性 E11 培養性別間合
		1	簡易的人際	諧相處的方	從中得到成就感。	彼此就自己學會的	行為檢核	宜表達情感的能力。
			溝通互動技	式。	1. 能利用肢體學習	打掃技能或想挑戰	態度評量	
	貳、運動歡暢樂趣多		能。	Ia-I-1 滾	金雞蛋及不倒翁的	的工作分工,在合	觀察評量	
	八. 我有好身手		3b-I-3 能於	翻、支撐、平	動作。	作時也能互相協	口頭評量	
			生活中嘗試	衡、懸垂遊	2. 培養觀察及動作	助,需要協助時能	行為檢核	
<i>Ы</i> О <b>ч</b>			運用生活技	戲。	模仿的能力並能專	勇敢提出來,一起	態度評量	
第8週			能。		注觀賞他人的動作	完成打掃工作。		
			1c-I-1 認識		表現。	1. 能依指令完成肢		
		2	身體活動的		3. 利用活動訓練肢	體動作。		
			基本動作。		體的開展,並快樂	2. 利用身體的控制		
			2c-I-2 表現		參與遊戲及運動。	能力,進行平衡與		
			認真參與的		4. 能利用肢體學習	肌力訓練。		
			學習態度。		動物行走的動作。	3. 能藉由遊戲,帶		
			2d-I-1 專注		5. 培養觀察及動作	領學童依動物的特		
			觀賞他人的		模仿的能力,並能	性,模仿各種動物		

			動作表現。		專注觀賞他人的動	行走的動作。		
			3c-I-1 表現		作表現。			
			基本動作與		6. 利用活動訓練肢			
			模仿的能		體的伸展,並快樂			
			力。		參與遊戲及運動。			
			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		1a-I-1 認識	Da-I-2 身體	※能知道眼、耳、	※透過故事與體驗	觀察評量	【生命教育】
	三. 带著眼耳鼻去旅行		基本的健康	的部位與衛	鼻在生活中的重要	活動,了解眼睛在	口頭評量	生 E2 理解人的身體
			常識。	生保健的重	性。	生活中的重要性。	行為檢核	與心理面向。
			1c-I-1 認識	要性。	1. 能利用肢體學習	1. 能藉由遊戲,帶	態度評量	【戶外教育】
			身體活動的	Ia-I-1 滾	動物行走的動作。	領學童依動物的特		戶 E3 善用五官的感
			基本動作。	翻、支撐、平	2. 培養觀察及動作	性,模仿各種動物		知,培養眼、耳、鼻、
<i>⇔</i> 0 чв			2c-I-2 表現	衡、懸垂遊	模仿的能力,並能	行走的動作。		舌、觸覺及心靈對環
第 9 週		1	認真參與的	戲。	專注觀賞他人的動	2. 透過競走遊戲,		境感受的能力。
			學習態度。		作表現。	能與同學協力合		【安全教育】
			2d-I-1 專注		3. 利用活動訓練肢	作,完成動作達到		安 E3 知道常見事故
			觀賞他人的		體的伸展,並快樂	目標。		傷害。
			動作表現。		參與遊戲及運動。			安 E11 了解急救的重
			3c-I-1 表現					要性。
			基本動作與					安 E12 操作簡單的急
			模仿的能					救項目。

	貳、運動歡暢樂趣多		力。				觀察評量	
	八. 我有好身手		3d-I-1 應用				口頭評量	
			基本動作常				行為檢核	
		2	識,處理練習				態度評量	
			或遊戲問					
			題。					
	壹、守護健康有一套		1a-I-1 認識	Da-I-2 身體	※能知道眼、耳、	※透過故事與體驗	觀察評量	【生命教育】
	三. 带著眼耳鼻去旅行		基本的健康	的部位與衛	鼻在生活中的重要	活動,了解眼睛在	口頭評量	生 E2 理解人的身體
			常識。	生保健的重	性。	生活中的重要性。	行為檢核	與心理面向。
			1c-I-1 認識	要性。	1. 能在移動時進行	1. 能完成單、雙腳	態度評量	【戶外教育】
			身體活動的	Ab-I-1體適	跳躍動作。	混合組合跳和連續		户 E3 善用五官的感
			基本動作。	能遊戲。	2. 能在移動過程中	跳。		知,培養眼、耳、鼻、
			1c-I-2 認識	Ga-I-1 走、	做出單、雙腳跳混	2. 能和同學快樂的		舌、觸覺及心靈對環
		1	基本的運動	跑、跳與投擲	合式的連續跳躍動	完成遊戲,並遵守		境感受的能力。
<b>公 10 m</b>			常識。	遊戲。	作。	遊戲規則。		【安全教育】
第 10 週			2c-I-2 表現		3. 和同學配合做出	3. 了解跳躍是快樂		安 E3 知道常見事故
			認真參與的		跳、碰動作。	時的表現動作。		傷害。
			學習態度。			4. 和同學配合做出		安 E11 了解急救的重
			3d-I-1 應用			跳、碰的動作。		要性。
			基本動作常					安 E12 操作簡單的急
			識,處理練習					救項目。
	貳、運動歡暢樂趣多		或遊戲問				觀察評量	【人權教育】
	九. 跳躍大進擊	2	題。				口頭評量	人 E8 了解兒童對遊
		4					行為檢核	戲權利的需求。
							態度評量	
<b>梦 11 2</b> 田	壹、守護健康有一套		1b-I-1 舉例	Ba-I-2 眼耳	1. 能透過活動紀	1. 學習如何愛護眼	觀察評量	【生命教育】
第 11 週	三. 帶著眼耳鼻去旅行	1	說明健康生	鼻傷害事件	錄,了解自己做到	睛,並透過活動紀	口頭評量	生 E2 理解人的身體
			活情境中適	急救處理方	了哪些愛眼行動。	錄,了解自己做到	行為檢核	與心理面向。

		用的健康技	法。	2. 能於日常生活中	了哪些愛眼行動。	態度評量	【戶外教育】
		能和生活技	Da-I-2 身體	舉例眼睛受傷時,	2. 藉由課本情境中		戶 E3 善用五官的感
		能。	的部位與衛	採取做決定的生活	學童眼睛受傷時的		知,培養眼、耳、鼻、
		2a-I-2 感受	生保健的重	技能選用適當的急	處理方法,討論眼		舌、觸覺及心靈對環
		健康問題對	要性。	救方法。	睛傷害的正確緊急		境感受的能力。
		自己造成的	Ab-I-1體適	3. 能了解眼睛受傷	處理順序,絕不可		【安全教育】
		威脅性。	能遊戲。	處理的重要性,感	輕忽小症狀。		安 E3 知道常見事故
		3a-I-2 能於	Ga-I-1 走、	受不當的處理方式	1.和同學配合做出		傷害。
		引導下,於生	跑、跳與投擲	對健康所造成的威	波浪跳的動作。		安 E11 了解急救的重
		活中操作簡	遊戲。	脅。	2. 能在遊戲中展現		要性。
		易的健康技		4. 能於師長引導	各種「跳」的動作。		安 E12 操作簡單的急
		能。		下,於生活中操作			救項目。
貳、運動歡暢樂趣多		4a-I-2 養成		眼睛傷害事件急救		觀察評量	【人權教育】
九. 跳躍大進擊		健康的生活		處理的健康技能。		口頭評量	人 E8 了解兒童對遊
		習慣。		1.和同學配合做出		行為檢核	戲權利的需求。
		1c-I-1 認識		波浪跳躍動作。		態度評量	
		身體活動的		3. 能說出各種動物			
		基本動作。		跳躍的特色。			
		1c-I-2 認識					
	0	基本的運動					
	2	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					
		カ。					

i-									
		壹、守護健康有一套		1b-I-1 舉例	Ba-I-2 眼耳	1. 能知道耳朵的重	1. 引導學童知道愛	觀察評量	【生命教育】
		三. 帶著眼耳鼻去旅行		說明健康生	鼻傷害事件	要性與保健方式。	護耳朵的方法及保	口頭評量	生 E2 理解人的身體
				活情境中適	急救處理方	2. 能於日常生活中	健方法,並積極實	行為檢核	與心理面向。
				用的健康技	法。	舉例說明,耳朵內	踐。	態度評量	【戶外教育】
				能和生活技	Da-I-2 身體	有異物時適用的處	2. 藉由課本情境了		戶 E3 善用五官的感
				能。	的部位與衛	理技巧。	解可能有異物會進		知,培養眼、耳、鼻、
				2a-I-2 感受	生保健的重	3. 能了解正確處理	入耳朵,討論不適		舌、觸覺及心靈對環
			1	健康問題對	要性。	耳朵內有異物的重	當的做法可能造成		境感受的能力。
				自己造成的	Ab-I-1體適	要性,感受不當的	的傷害,必要時要		【安全教育】
				威脅性。	能遊戲。	處理方式對健康所	請大人協助處理取		安 E3 知道常見事故
				3a-I-2 能於	Ga-I-1 走、	造成的威脅。	出。		傷害。
				引導下,於生	跑、跳與投擲	4. 能在師長引導	1. 能在遊戲中創造		安 E11 了解急救的重
				活中操作簡	遊戲。	下,於生活中操作	不同「跳」的動作。		要性。
第	12 週			易的健康技		排除耳朵進水的正	2能以跳躍動作進		安 E12 操作簡單的急
				能。		確處理技能。	行猜拳遊戲。		救項目。
		貳、運動歡暢樂趣多		4a-I-2 養成		1. 能創造模仿各種		觀察評量	【人權教育】
		九. 跳躍大進擊		健康的生活		動物跳躍的動作。		口頭評量	人 E8 了解兒童對遊
				習慣。		2. 能以跳躍動作完		行為檢核	戲權利的需求。
				1c-I-1 認識		成猜拳遊戲。		態度評量	
				身體活動的		3. 遵守遊戲規則,			
				基本動作。		並和他人一同合作			
			2	2c-I-2 表現		遊戲。			
				認真參與的					
				學習態度。					
				3c-I-1 表現					
				基本動作與					
				模仿的能					
	1								

			3d-I-1 應用					
			基本動作常					
			識,處理練習					
			或遊戲問					
			題。					
	t		11. T 1 餅 た1	D. I One of	1 从 1 兴	1 刀道囟立从扣址	物学工具	
	壹、守護健康有一套		1b-I-1 舉例	Ba-I-2 眼耳	1. 能知道愛護鼻子	1. 引導學童能認識	觀察評量	【生命教育】
	三. 帶著眼耳鼻去旅行		說明健康生	鼻傷害事件	的方法。	愛護鼻子的方法並	口頭評量	生 E2 理解人的身體
			活情境中適	急救處理方	2. 能於日常生活中	積極實踐,當身體	行為檢核	與心理面向。
			用的健康技	法。	舉例說明,流鼻血	的好主人。	態度評量	【戶外教育】
			能和生活技	Da-I-2 身體	時適用的處理技	2. 了解並感受到不		户 E3 善用五官的感
			能。	的部位與衛	巧。	當處理流鼻血的方		知,培養眼、耳、鼻、
			2a-I-2 感受	生保健的重	3. 能了解正確處理	式對健康所造成的		舌、觸覺及心靈對環
		1	健康問題對	要性。	流鼻血的重要性,	威脅,能正確演練		境感受的能力。
			自己造成的	Ga-I-1 走、	感受不當的處理方	流鼻血的處理方		【安全教育】
			威脅性。	跑、跳與投擲	式對健康所造成的	法。		安 E3 知道常見事故
第 13 週			4a-I-2 養成	遊戲。	威脅。	1. 能結合音樂音		傷害。
			健康的生活		4. 能於師長的引導	符、五線譜概念做		安 E11 了解急救的重
			習慣。		下,於生活中操作	出跳躍動作。		要性。
			1c-I-1 認識		流鼻血的正確處理	2. 能運用數學加減		安 E12 操作簡單的急
			身體活動的		技巧。	法運算做出跳躍動		救項目。
	貳、運動歡暢樂趣多		基本動作。		5. 能了解眼、耳、	作。	觀察評量	【人權教育】
	九. 跳躍大進擊		2c-I-2 表現		鼻的重要性及保健	3. 能和同學快樂的	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊
			認真參與的		方式。	完成遊戲,並遵守	行為檢核	戲權利的需求。
		2	學習態度。		1. 能以跳躍動作完	遊戲規則。	態度評量	
			3c-I-1 表現		成猜拳遊戲。			
			基本動作與		2. 遵守遊戲規則,			
			模仿的能		並和他人一同合作			
			基本動作與		2. 遵守遊戲規則,			

			力。		遊戲。			
			74		3. 能結合音樂音			
					符、五線譜概念做			
					出跳躍動作。			
					4. 能結合數學加減			
					法運算,做出跳躍			
			2 7 2 % 4	D1 7 0 6 ml	動作。		J	
	壹、守護健康有一套		2a-I-2 感受	Db-I-2 身體	1. 能以自己喜歡的	※能透過遊戲,知	觀察評量	【性別平等教育】
	四. 自我保護小勇士		健康問題對	隱私與身體	方式打招呼。	道自己能接受和不	口頭評量	性 E4 認識身體界線
			自己造成的	界線及其危	2. 能知道自己能接	能接受的身體碰	行為檢核	與尊重他人的身體
			威脅性。	害求助方	受和不能接受的身	觸。	態度評量	自主權。
		1	1c-I-2 認識	法。	體碰觸。	1. 能知道並運用不		【人權教育】
			基本的運動	Ha-I-1網/牆	1. 能知道手部向上	同手部部位進行向		人 E10 認識隱私權與
			常識。	性球類運動	拍氣球前進的相關	上拍氣球動作。		日常生活的關係。
			1d-I-1 描述	相關的簡易	動作。	2. 能在設定時間內		【法治教育】
			動作技能基	抛、接、控、	2. 能運用不同手部	連續將氣球拍起,		法 E8 認識兒少保護。
tt 14 m	貳、運動歡暢樂趣多		本常識。	擊、持拍及	部位進行向上拍氣	越多越好。	觀察評量	【人權教育】
第 14 週	十. 手腳並用		2c-I-1 表現	拍、擲、傳、	球動作。	3. 能表現出拍氣球	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊
			尊重的團體	滾之手眼動	3. 能在一定時間內	接力相關動作。	行為檢核	戲權利的需求。
			互動行為。	作協調、力量	連續將氣球拍起,	4. 能表現出和他人	態度評量	【品德教育】
			2c-I-2 表現	及準確性控	越多越好。	互相合作完成拍氣		品 E2 自尊尊人與自
		0	認真參與的	球動作。	4. 能發揮創意,創	球接力。		愛愛人。
		2	學習態度。		造不同動作並實			品 E3 溝通合作與和
			2d-I-1 專注		踐。			諧人際關係。
			觀賞他人的		5. 能知道拍氣球接			【安全教育】
			動作表現。		力相關動作。			安 E7 探究運動基本
			3d-I-1 應用		6. 能知道如何和他			的保健。
			基本動作常		人合作完成拍氣球			

			<b>洲</b> 。唐四丛羽		拉力。			
			識,處理練習		接力。			
			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		2a-I-2 感受	Db-I-2 身體	1. 能知道身體的哪	1. 能知道身體不能	觀察評量	【性別平等教育】
	四. 自我保護小勇士		健康問題對	隱私與身體	些部位不能讓別人	讓別人碰觸的部	口頭評量	性 E4 認識身體界線
			自己造成的	界線及其危	碰觸。	位。	行為檢核	與尊重他人的身體
			威脅性。	害求助方	2. 能知道保護自己	2. 能知道身體的隱	態度評量	自主權。
		1	1d-I-1 描述	法。	的方法。	私處。		【人權教育】
			動作技能基	Ha-I-1網/牆	3. 透過情境討論及	3. 能知道保護自己		人 E10 認識隱私權與
			本常識。	性球類運動	演練,知道遇到侵	的方法。		日常生活的關係。
			2c-I-1 表現	相關的簡易	犯時如何因應。	4. 能知道隱私處遭		【法治教育】
			尊重的團體	拋、接、控、	1. 能知道拍氣球接	受侵犯時的求助方		法 E8 認識兒少保護。
	貳、運動歡暢樂趣多		互動行為。	擊、持拍及	力相關動作。	法。	觀察評量	【人權教育】
第 15 週	十. 手腳並用		2c-I-2 表現	拍、擲、傳、	2. 能知道如何和他	1. 能發揮創意,創	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊
			認真參與的	滾之手眼動	人合作完成拍氣球	造不同動作並實	行為檢核	戲權利的需求。
			學習態度。	作協調、力量	接力。	踐。	態度評量	【品德教育】
			2d-I-1 專注	及準確性控	3. 能知道擊球過網	2. 能表現出拍氣球		品 E2 自尊尊人與自
			觀賞他人的	球動作。	的活動規則並遵	接力相關動作。		爱爱人。
		2	動作表現。		守。	3. 能實地完成擊球		品 E3 溝通合作與和
			3d-I-1 應用		4. 能知道並完成擊	過網的相關動作。		諧人際關係。
			基本動作常		球過網的相關動	4. 能實地和他人互		【安全教育】
			識,處理練習		作。	相合作,進行擊球		安 E7 探究運動基本
			或遊戲問		5. 能知道如何和他	過網。		的保健。
			題。		人合作進行擊球過			
			4d-I-1 願意		網。			

			從事規律身					
			體活動。					
	壹、守護健康有一套		1b-I-1 舉例	Db-I-2 身體	1. 透過情境討論,	1. 透過情境討論,	觀察評量	【性別平等教育】
	四. 自我保護小勇士		說明健康生	隱私與身體	知道危險可能發生	知道危險可能發生	口頭評量	性 E4 認識身體界線
			活情境中適	界線及其危	的地點。	的地點,並知道遇	行為檢核	與尊重他人的身體
			用的健康技	害求助方	2. 透過情境討論,	到危險時該如何因	態度評量	自主權。
		1	能和生活技	法。	知道遇到危險時該	應。		【人權教育】
			能。	Ha-I-1網/牆	如何因應。	2. 透過情境討論,		人 E10 認識隱私權與
			3b-I-3 能於	性球類運動	3. 知道遭遇緊急情	學習自我保護的方		日常生活的關係。
			生活中嘗試	相關的簡易	況時,必須自我保	式。		【法治教育】
			運用生活技	抛、接、控、	護與尋求協助。	1. 能表現出和他人		法 E8 認識兒少保護。
	貳、運動歡暢樂趣多		能。	擊、持拍及	4. 能知道遭遇緊急	互相合作完成拍氣	觀察評量	【人權教育】
	十. 手腳並用		1d-I-1 描述	拍、擲、傳、	情況時,如何尋求	球接力。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊
第 16 週			動作技能基	滾之手眼動	協助。	2. 能實地和他人互	行為檢核	戲權利的需求。
			本常識。	作協調、力量	1. 能知道擊球過網	相合作,進行擊球	態度評量	【品德教育】
			2c-I-1 表現	及準確性控	的活動規則並遵	過網。		品 E2 自尊尊人與自
			尊重的團體	球動作。	守。	3. 能利用腳的不同		愛愛人。
			互動行為。	Hb-I-1 陣地	2. 能知道並完成擊	部位,將氣球往上		品 E3 溝通合作與和
		2	2c-I-2 表現	攻守球類運	球過網的相關動	踢起。		諧人際關係。
			認真參與的	動相關的簡	作。	4. 能順暢的踢擊氣		【安全教育】
			學習態度。	易拍、拋、	3. 能知道如何和他	球完成闖關。		安 E7 探究運動基本
			2d-I-1 專注	接、擲、傳、	人合作進行擊球過			的保健。
			觀賞他人的	滾及踢、控、	網。			
			動作表現。	停之手眼、手	4. 能知道並完成相			
			3d-I-1 應用	腳動作協	關的踢氣球動作。			
			基本動作常	調、力量及準	5. 能於活動中展現			

			識,處理練習	確性控球動	踢氣球的技能。			
			或遊戲問	作。				
			題。					
			4d-I-1 願意					
			從事規律身					
			體活動。					
	壹、守護健康有一套		1a-I-1 認識	Fb-I-1 個人	1. 能做到身體不舒	1. 強化學童的健康	觀察評量	【品德教育】
	五. 抗病小高手		基本的健康	對健康的自	服時,要主動告	常識,知道身體不	口頭評量	品 E1 良好生活習慣
		1	常識。	我覺察與行	<b>知</b> 。	舒服時,應該告訴	行為檢核	與德行。
			1d-I-1 描述	為表現。	2. 知道在學校身體	教師(在學校)、爸	態度評量	
	貳、運動歡暢樂趣多		動作技能基	Fb-I-2 兒童	不舒服時,會到健	媽或家人(在家),	觀察評量	【人權教育】
	十. 手腳並用		本常識。	常見疾病的	康中心 請求協助。	請他們協助處理問	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊
			2c-I-1 表現	預防與照顧	3. 知道在學校身體	題。	行為檢核	
			尊重的團體	方法。	不舒服,回家一定	2. 強化學童的健康	態度評量	【品德教育】
			互動行為。	Hb-I-1 陣地	要告訴家人。	常識,知道身體不		品 E2 自尊尊人與自
			2c-I-2 表現	攻守球類運	3. 知道身體不舒服	舒服時,適切的處		愛愛人。
第 17 週			認真參與的	動相關的簡	時的適切處理方	理方式,並建立儘		品 E3 溝通合作與和
			學習態度。	易拍、拋、	法。	快就醫的醫療觀		諧人際關係。
		2	2d-I-1 專注	接、擲、傳、	4. 感染傳染病時,	念。		【安全教育】
			觀賞他人的	滾及踢、控、	能做到保護人我的	3. 知道自己感染傳		安 E7 探究運動基本
			動作表現。	停之手眼、手	行為。	染疾病時,應該馬		的保健。
			3d-I-1 應用	腳動作協	1. 能於活動中展現	上請假在家休息,		
			基本動作常	調、力量及準	踢氣球的技能。	以免病毒擴散,傳		
			識,處理練習	確性控球動	2. 能知道並完成跑	染給他人。		
			或遊戲問	作。	跑踢踢的相關動	1. 能順暢的踢中擺		
			題。		作。	動中不同種類的		
			4d-I-1 願意		3. 能利用不同腳的	球。		
			從事規律身		部位完成踢擊動	2. 能發想創意或表		

			體活動。		作。	達有關球的遊戲設		
			/432 1 14 374		''   4. 能穩定踢中擺動	計。		
					中不同種類的球。	3. 能藉由練習,增		
					, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	強踢球的感覺。		
	壹、守護健康有一套		la-I-1 認識	Fb-I-1 個人	1.知道腸病毒期間	※藉由圖片說明身	觀察評量	【品德教育】
	五. 抗病小高手	1	基本的健康	對健康的自	的症狀。	體出現的一些異相	口頭評量	品 E1 良好生活習慣
			常識。	我覺察與行	2. 遵守腸病毒糾察	(口破、出疹、水	   行為檢核	與德行。
			2b-I-1 接受	為表現。	守則。	<b>庖、嗜睡等),讓學</b>	態度評量	
	貳、運動歡暢樂趣多		健康的生活	Ce-I-1 其他	1. 能了解跳繩運動	童更容易了解感染	觀察評量	【人權教育】
	十一. 大家來跳繩		規範。	休閒運動入	的好處及安全原	腸病毒的症狀。	口頭評量	人 E3 了解每個人需
			2b-I-2 願意	門遊戲。	則。	1. 指導學童學會正	   行為檢核	求的不同,並討論與
			養成個人健	Ic-I-1 民俗	2. 能做出跳繩伸展	確的暖身運動,並	態度評量	遵守團體的規則。
			康習慣。	運動基本動	操的動作。	確實做到。		人 E8 了解兒童對遊
			1c-I-2 認識	作與遊戲。	3. 能在跳繩遊戲中	2. 透過跳繩活動促		戲權利的需求。
			基本的運動		體驗快樂互動,並	進健康體適能。		
第 18 週			常識。		認真學習。	3. 指導學童正確的		
		2	2d-I-2 接受		4. 能利用課間及假	做出暖身運動及甩		
			並體驗多元		日進行跳繩活動。	繩動作。		
			性身體活			4. 透過跳繩活動可		
			動。			以促進體適能,以		
			3c-I-1 表現			維持身體健康。		
			基本動作與			5. 學會正確的暖身		
			模仿的能			運動及跳繩動作。		
			力。			6. 藉由簡易的遊戲		
			4c-I-2 選擇			來提升跳繩節奏感		
			適合個人的			的能力。		
			身體活動。					

	壹、守護健康有一套 五. 抗病小高手		1a-I-2 認識 健康的生活	Fb-I-2 兒童 常見疾病的	1. 能知道生病時間的在家照護要點。	※從日常生活保健 觀念著手,向學童	觀察評量口頭評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣
		1	習慣。 3a-I-2 能於	預防與照顧 方法。	2. 知道感染腸病毒期間適合進食的食	說明感染腸病毒的 居家照護要點,讓	行為檢核 態度評量	與德行。
第 19 週	貳、運動歡暢樂趣多十一. 大家來跳繩	2	3d-1-3	Ab-I-1 能遊 Le-I-1 戲 Lc-I-1 題。 Ke 對 作與 類 作與 類 作類 表 一種 表 一種 表 一種 表 一種 表 一種 表 一種 表 一種 表 一種	期物 1. 繩作 2. 體認 3. 一技 4. 跳成慣的 能一要能 驗真能 迴巧能繩規。了 跳領在 快學做旋。利活律並迴繩互。 跳基 課,動運的 出的 戲, 一動 進而習 出 的 戲, 一動 進而習	左學護自病促淡進健原學法或時健過經過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過過	思及評量 觀察評量 口 行為 檢 聲	【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。					

			1	1	1	1	T	ı	
		壹、守護健康有一套		1a-I-1 認識	Fb-I-2 兒童	1. 知道預防生病的	※以日常生活發生	觀察評量	【品德教育】
		五. 抗病小高手	1	基本的健康	常見疾病的	好行為。	的事件(三位學童	口頭評量	品 E1 良好生活習慣
			1	常識。	預防與照顧	2. 實踐日常生活中	生病的經驗)為	行為檢核	與德行。
				2b-I-2 願意	方法。	預防生病的好行	例,向學童說明預	態度評量	
		貳、運動歡暢樂趣多		養成個人健	Ab-I-1 體適	為。	防生病的好行為,	觀察評量	【人權教育】
		十一. 大家來跳繩		康習慣。	能遊戲。	1. 能在跳繩遊戲中	讓學童在學習健康	口頭評量	人 E3 了解每個人需
				3a-I-2 能於	Ic-I-1 民俗	體驗快樂互動並認	知識的當下,也能	   行為檢核	求的不同,並討論與
				引導下,於生	運動基本動	真學習。	將所學落實在生活	態度評量	遵守團體的規則。
				活中操作簡	作與遊戲。	2. 能利用課間進行	中,進而表現出促		人 E8 了解兒童對遊
				易的健康技		跳繩活動,進而養	進健康的行為。		戲權利的需求。
	第 20 週			能。		成規律運動的習	1. 學會正確的暖身		
				2d-I-2 接受		慣。	運動及跳繩動作。		
			_	並體驗多元			2. 藉由簡易的遊戲		
			2	性身體活			來提升跳繩節奏感		
				動。			的能力。		
				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。					
			j .			1	l		

## 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。