

彰化縣 鹿東 國民小學 111 學年度第一學期三年級健體領域/科目課程 (部定課程)

5、各年級領域學習課程計畫

5-1 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   | 康軒   | 實施年級<br>(班級/組別) | 三年級 | 教學節數 | 每週(3)節，本學期共(63)節。 |
|--------|--|-----------------|-----|------|-------------------|
| 課程目標   | 1.具備正確的健康認知、正向的健康態度。<br>2.於不同生活情境中，運用基礎的健康技能和生活技能。<br>3.於日常生活之中落實健康行為，建立健康生活型態。<br>4.提供多樣化的身體學習經驗，發展多元化的身體運動能力。<br>5.規畫動態生活的行動策略，養成規律運動的習慣。<br>6.具備應用體育運動相關科技、資訊的基本能力。<br>7.藉由體育活動的參與，培養運動道德規範與公民意識。<br>8.發展樂於與人互動、溝通，培養良好人際關係與團隊合作精神。       |                 |     |      |                   |
| 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。<br>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。<br>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。<br>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。 |                 |     |      |                   |
| 重大議題融入 | 【人權教育】<br>人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。<br>人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。   |                 |     |      |                   |

|  |   |
|--|---|
|  | <p>【安全教育】</p> <p>安 E7 探究運動基本的保健。</p> <p>【性別平等教育】</p> <p>性 E2 覺知身體意象對身心的影響。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 E3 察覺家庭中不同角色，並反思個人在家庭中扮演的角色。</p> <p>【海洋教育】</p> <p>海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。</p> |
|--|---|

### 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<br>內容重點 |
|------------------|----------------------|----|---------|---|---|------------------|--------------|
|                  |                      |    |         | 學習表現  | 學習內容  |                  |              |
| 第一週<br>8/29-9/02 | 第一單元飲食聰明選<br>第一課吃出健康 | 1  | 健體-E-A2 | 1a-II-2 了解促進健康生活的<br>方法。<br>2b-II-2 願意改善個人的<br>健康習慣。  | Ea-II-1 食物與營養的<br>種類和需求。<br>Ea-II-2 飲食搭配、攝<br>取量與家庭飲食型態。                        | 發表<br>問答         |              |
| 第一週<br>8/29-9/02 | 第四單元與繩球同行<br>第一課隔繩對戰 | 2  | 健體-E-C2 | 1d-II-1 認識動作技能<br>概念與動作練習的策<br>略。<br>2c-II-1 遵守上課規範<br>和運動比賽規則。<br>2c-II-2 表現增進團隊<br>合作、友善的互動行為。<br>3d-II-2 運用遊戲的合<br>作和競爭策略。 | Ha-II-1 網／牆性球類<br>運動相關的拋接球、持<br>拍控球、擊球及拍擊球、<br>傳接球之時間、空間及<br>人與人、人與球關係攻<br>防概念。 | 操作<br>發表         |              |
| 第二週<br>9/05-9/09 | 第一單元飲食聰明選<br>第一課吃出健康 | 1  | 健體-E-A2 | 1a-II-2 了解促進健康<br>生活的<br>方法。<br>4a-II-2 展現促進健康<br>的行為。  | Ea-II-1 食物與營養的<br>種類和需求。  | 發表<br>實作         |              |
| 第二週<br>9/05-9/09 | 第四單元與繩球同行<br>第一課隔繩對戰 | 2  | 健體-E-C2 | 1d-II-1 認識動作技能<br>概念與動作練習的策<br>略。<br>2c-II-1 遵守上課規範   | Ha-II-1 網／牆性球類<br>運動相關的拋接球、持<br>拍控球、擊球及拍擊球、<br>傳接球之時間、空間及                       | 操作<br>發表<br>運動撲滿 |              |

|                  |                       |   |         |  |  |                  |  |
|------------------|-----------------------|---|---------|--|--|------------------|--|
|                  |                       |   |         | 和運動比賽規則。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。                                   | 人與人、人與球關係攻防概念。                                   |                  |  |
| 第三週<br>9/12-9/16 | 第一單元飲食聰明選<br>第一課吃出健康  | 1 | 健體-E-A2 | 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。<br>3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。                       | Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。<br>Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。 | 演練<br>實作<br>實踐   |  |
| 第三週<br>9/12-9/16 | 第四單元與繩球同行<br>第二課玩球完勝  | 2 | 健體-E-C2 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 | Hc-II-1 標的性球類運動相關的拋球、擲球、滾球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。  | 操作<br>觀察         | 【人權教育】<br>人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 |
| 第四週<br>9/19-9/23 | 第一單元飲食聰明選<br>第二課飲食學問大 | 1 | 健體-E-A2 | 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。  | Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。<br>Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。   | 發表               |  |
| 第四週<br>9/19-9/23 | 第四單元與繩球同行<br>第二課玩球完勝  | 2 | 健體-E-C2 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 | Hc-II-1 標的性球類運動相關的拋球、擲球、滾球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。  | 操作<br>觀察<br>運動撲滿 | 【人權教育】<br>人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 |
| 第五週<br>9/26-9/30 | 第一單元飲食聰明選<br>第二課飲食學問大 | 1 | 健體-E-A2 | 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。<br>3b-II-3 運用基本的生  | Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。<br>Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。   | 發表<br>實作         |  |

|                    |                       |   |         |   |  |                   |                                      |
|--------------------|-----------------------|---|---------|---|--|-------------------|--------------------------------------|
|                    |                       |   |         | 活技能，因應不同的生活情境。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。  |  |                   |                                      |
| 第五週<br>9/26-9/30   | 第四單元與繩球同行<br>第三課跳繩妙變化 | 2 | 健體-E-A1 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。     | Ic-II-1 民俗運動基本動作與串接。                           | 操作<br>實作<br>發表    |                                      |
| 第六週<br>10/03-10/07 | 第一單元飲食聰明選<br>第二課飲食學問大 | 1 | 健體-E-A2 | 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。<br>3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。 | Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。<br>Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。 | 問答<br>實作<br>總結性評量 |                                      |
| 第六週<br>10/03-10/07 | 第四單元與繩球同行<br>第三課跳繩妙變化 | 2 | 健體-E-A1 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。     | Ic-II-1 民俗運動基本動作與串接。                           | 操作<br>運動撲滿        |                                      |
| 第七週<br>10/10-10/14 | 第二單元生命的樂章<br>第一課生長圓舞曲 | 1 | 健體-E-A1 | 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。  | Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。                        | 發表<br>觀察          | 【人權教育】<br>人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 |
| 第七週<br>10/10-10/14 | 第五單元跑接樂悠游<br>第一課飛盤擲接樂 | 2 | 健體-E-C2 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。   | Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。                            | 操作                |                                      |

|                    |                       |   |         |  |  |                  |                                      |
|--------------------|-----------------------|---|---------|--|--|------------------|--------------------------------------|
|                    |                       |   |         | 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。   |  |                  |                                      |
| 第八週<br>10/17-10/21 | 第二單元生命的樂章<br>第一課生長圓舞曲 | 1 | 健體-E-A1 | 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。<br>4b-II-2 使用事實證據來支持自己促進健康的立場。  | Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。<br>Da-II-1 良好的衛生習慣的建立。 | 自評<br>問答<br>實作   | 【人權教育】<br>人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 |
| 第八週<br>10/17-10/21 | 第五單元跑接樂悠游<br>第一課飛盤擲接樂 | 2 | 健體-E-C2 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。  | Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。                            | 觀察<br>問答<br>運動撲滿 |                                      |
| 第九週<br>10/24-10/28 | 第二單元生命的樂章<br>第一課生長圓舞曲 | 1 | 健體-E-A1 | 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。   | Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。<br>Da-II-1 良好的衛生習慣的建立。 | 發表<br>實作         | 【人權教育】<br>人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 |
| 第九週<br>10/24-10/28 | 第五單元跑接樂悠游<br>第二課伸展跑步趣 | 2 | 健體-E-A1 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。<br>2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。<br>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的的身體活動。 | Bc-II-1 暖身、伸展動作原則。<br>Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。    | 操作               | 【安全教育】<br>安 E7 探究運動基本的保健。            |
| 第十週<br>10/31-11/04 | 第二單元生命的樂章<br>第一課生長圓舞曲 | 1 | 健體-E-A1 | 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。   | Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。                      | 演練               | 【人權教育】<br>人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 |
| 第十週<br>10/31-11/04 | 第五單元跑接樂悠游<br>第二課伸展跑步趣 | 2 | 健體-E-A1 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>1c-II-2 認識身體活動   | Bc-II-1 暖身、伸展動作原則。<br>Ga-II-1 跑、跳與行進           | 操作<br>發表<br>運動撲滿 | 【安全教育】<br>安 E7 探究運動基本的保              |

|                                |                                   |   |         |  |                          |                   |  |
|--------------------------------|-----------------------------------|---|---------|--|--------------------------|-------------------|--|
|                                |                                   |   |         | <p>的傷害和防護概念。</p> <p>2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。</p> <p>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。</p> | 間投擲的遊戲。                  |                   | 健。                                       |
| <p>第十一週</p> <p>11/07-11/11</p> | <p>第二單元生命的樂章</p> <p>第二課人生進行曲</p>  | 1 | 健體-E-A1 | 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。   | Aa-II-2 人生各階段發展的順序與感受。   | 發表<br>實作<br>總結性評量 | 【家庭教育】<br>家 E3 察覺家庭中不同角色，並反思個人在家庭中扮演的角色。 |
| <p>第十一週</p> <p>11/07-11/11</p> | <p>第五單元跑接樂悠游</p> <p>第三課跑步接力傳寶</p> | 2 | 健體-E-C2 | 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。  | Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。    | 操作                |  |
| <p>第十二週</p> <p>11/14-11/18</p> | <p>第三單元快樂的社區</p> <p>第一課社區新體驗</p>  | 1 | 健體-E-A2 | <p>2b-II-1 遵守健康的生活規範。</p> <p>4a-II-2 展現促進健康的行為。</p>                              | Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 | 發表                |  |
| <p>第十二週</p> <p>11/14-11/18</p> | <p>第五單元跑接樂悠游</p> <p>第三課跑步接力傳寶</p> | 2 | 健體-E-C2 | <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p>                    | Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。    | 操作<br>發表          |  |
| <p>第十三週</p> <p>11/21-11/25</p> | <p>第三單元快樂的社區</p> <p>第一課社區新體驗</p>  | 1 | 健體-E-A2 | <p>2b-II-1 遵守健康的生活規範。</p> <p>4a-II-2 展現促進健康的行為。</p>                              | Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 | 發表<br>實作          |  |
| <p>第十三週</p> <p>11/21-11/25</p> | <p>第五單元跑接樂悠游</p> <p>第三課跑步接力傳寶</p> | 2 | 健體-E-C2 | <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p>                    | Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。    | 操作<br>發表<br>運動撲滿  |  |
| <p>第十四週</p> <p>11/28-12/02</p> | <p>第三單元快樂的社區</p> <p>第一課社區新體驗</p>  | 1 | 健體-E-A2 | <p>2b-II-1 遵守健康的生活規範。</p> <p>4a-II-2 展現促進健康的行為。</p>                              | Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 | 發表                |  |

|                     |                         |   |         |   |   |            |                               |
|---------------------|-------------------------|---|---------|---|---|------------|-------------------------------|
| 第十四週<br>11/28-12/02 | 第五單元跑接樂悠游<br>第四課安全漂浮游   | 2 | 健體-E-A2 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 | Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。                        | 問答<br>操作   | 【海洋教育】<br>海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。 |
| 第十五週<br>12/05-12/09 | 第三單元快樂的社區<br>第二課社區環保    | 1 | 健體-E-A2 | 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。  | Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。                             | 發表         |                               |
| 第十五週<br>12/05-12/09 | 第五單元跑接樂悠游<br>第四課安全漂浮游   | 2 | 健體-E-A2 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 | Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。                        | 操作<br>運動撲滿 | 【海洋教育】<br>海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。 |
| 第十六週<br>12/12-12/16 | 第三單元快樂的社區<br>第二課社區環保    | 1 | 健體-E-A2 | 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。  | Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。                             | 問答         |                               |
| 第十六週<br>12/12-12/16 | 第六單元滾翻躍動舞歡樂<br>第一課拳腳見功夫 | 2 | 健體-E-A1 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。                    | Bd-II-1 武術基本動作。                                 | 操作         |                               |
| 第十七週<br>12/19-12/23 | 第三單元快樂的社區<br>第二課社區環保    | 1 | 健體-E-A2 | 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。  | Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。<br>Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。 | 發表<br>實作   |                               |
| 第十七週                | 第六單元滾翻躍動舞歡樂             | 2 | 健體-E-A1 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。   | Bd-II-1 武術基本動作。                                 | 操作<br>發表   |                               |

|                     |                         |   |         |   |   |                        |                               |
|---------------------|-------------------------|---|---------|---|---|------------------------|-------------------------------|
| 12/19-12/23         | 第一課拳腳見功夫                |   |         | 略。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。                   |   | 運動撲滿                   |                               |
| 第十八週<br>12/26-12/30 | 第三單元快樂的社區<br>第三課社區藥師好朋友 | 1 | 健體-E-A2 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。  | Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。           | 發表<br>問答               |                               |
| 第十八週<br>12/26-12/30 | 第六單元滾翻躍動舞歡樂<br>第二課搖滾翻轉樂 | 2 | 健體-E-A1 | 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。                         | 1a-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。                  | 操作<br>觀察<br>發表         |                               |
| 第十九週<br>1/02-1/06   | 第三單元快樂的社區<br>第三課社區藥師好朋友 | 1 | 健體-E-A2 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。  | Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。           | 問答<br>發表               |                               |
| 第十九週<br>1/02-1/06   | 第六單元滾翻躍動舞歡樂<br>第二課搖滾翻轉樂 | 2 | 健體-E-A1 | 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。                         | 1a-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。                  | 操作<br>觀察<br>發表<br>運動撲滿 |                               |
| 第廿週<br>1/09-1/13    | 第三單元快樂的社區<br>第三課社區藥師好朋友 | 1 | 健體-E-A2 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。  | Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。           | 實作                     |                               |
| 第廿週<br>1/09-1/13    | 第六單元滾翻躍動舞歡樂<br>第三課歡欣土風舞 | 2 | 健體-E-B3 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。 | Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。<br>Ib-II-2 土風舞遊戲。 | 操作<br>觀察               | 【性別平等教育】<br>性E2 覺知身體意象對身心的影響。 |
| 第廿一週<br>1/16-1/20   | 第三單元快樂的社區<br>第三課社區藥師好朋友 | 1 | 健體-E-A2 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。  | Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。           | 發表<br>總結性評量            |                               |
| 第廿一週<br>1/16-1/20   | 第六單元滾翻躍動舞歡樂<br>第三課歡欣土風舞 | 2 | 健體-E-B3 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。                       | Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。<br>Ib-II-2 土風舞遊戲。 | 操作<br>觀察<br>運動撲滿       | 【性別平等教育】<br>性E2 覺知身體意象對身心     |



|  |  |  |  |                    |  |  |      |
|--|--|--|--|--------------------|--|--|------|
|  |  |  |  | 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 |  |  | 的影響。 |
|--|--|--|--|--------------------|--|--|------|

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。

彰化縣 鹿東 國民小學 111 學年度第二學期三年級健體領域／科目課程（部定課程）

5、各年級領域學習課程計畫

5-1 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   | 康軒  | 實施年級<br>(班級/組別) | 三年級 | 教學節數 | 每週(3)節，本學期共(60)節。 |
|--------|---|-----------------|-----|------|-------------------|
| 課程目標   | 1.具備正確的健康認知、正向的健康態度。<br>2.於不同生活情境中，運用基礎的健康技能和生活技能。<br>3.於日常生活之中落實健康行為，建立健康生活型態。<br>4.提供多樣化的身體學習經驗，發展多元化的身體運動能力。<br>5.規畫動態生活的行動策略，養成規律運動的習慣。<br>6.具備應用體育運動相關科技、資訊的基本能力。<br>7.藉由體育活動的參與，培養運動道德規範與公民意識。<br>8.發展樂於與人互動、溝通，培養良好人際關係與團隊合作精神。  |                 |     |      |                   |
| 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。<br>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。<br>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。<br>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。<br>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。 |                 |     |      |                   |
| 重大議題融入 | 【人權教育】<br>人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。  |                 |     |      |                   |

|  |  |
|--|--|
|  | <p>人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 E2 了解危機與安全。</p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p> |
|--|--|

### 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<br>內容重點 |
|------------------|----------------------|----|---------|--|---|----------|--------------|
|                  |                      |    |         | 學習表現   | 學習內容  |          |              |
| 第一週<br>2/13-2/17 | 第一單元流感我不怕<br>第一課認識流感 | 1  | 健體-E-A1 | 1a-II-2 了解促進健康生活的<br>方法。<br>2a-II-2 注意健康問題<br>所帶來的威脅感與嚴重<br>性。<br>4a-II-2 展現促進健康<br>的行為。   | Fb-II-1 自我健康狀態<br>檢視方法與健康行為的<br>維持原則。<br>Fb-II-2 常見傳染病預<br>防原則與自我照護方<br>法。      | 發表<br>實作 |              |
| 第一週<br>2/13-2/17 | 第四單元球力全開<br>第一課地板桌球  | 2  | 健體-E-C2 | 1c-II-1 認識身體活動<br>的動作技能。<br>1d-II-2 描述自己或他<br>人動作技能的正確性。<br>2c-II-1 遵守上課規範<br>和運動比賽規則。<br>2c-II-3 表現主動參與、<br>樂於嘗試的學習態度。<br>3c-II-1 表現聯合性動<br>作技能。<br>3d-II-2 運用遊戲的合<br>作和競爭策略。 | Ha-II-1 網／牆性球類<br>運動相關的拋接球、持<br>拍控球、擊球及拍擊球、<br>傳接球之時間、空間及<br>人與人、人與球關係攻<br>防概念。 | 操作<br>發表 |              |
| 第二週<br>2/20-2/24 | 第一單元流感我不怕<br>第一課認識流感 | 1  | 健體-E-A1 | 1a-II-2 了解促進健康<br>生活的<br>方法。<br>2a-II-2 注意健康問題<br>所帶來的威脅感與嚴重   | Fb-II-1 自我健康狀態<br>檢視方法與健康行為的<br>維持原則。<br>Fb-II-2 常見傳染病預                         | 發表<br>演練 |              |

|                  |                      |   |         |  |   |                  |  |
|------------------|----------------------|---|---------|--|---|------------------|--|
|                  |                      |   |         | 性。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。   | 防原則與自我照護方法。   |                  |  |
| 第二週<br>2/20-2/24 | 第四單元球力全開<br>第一課地板桌球  | 2 | 健體-E-C2 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。<br>2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 | Ha-II-1 網／牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。                         | 操作               |  |
| 第三週<br>2/27-3/03 | 第一單元流感我不怕<br>第二課遠離流感 | 1 | 健體-E-A2 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。<br>3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。<br>4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。           | Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。<br>Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。<br>Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 | 實作               |  |
| 第三週<br>2/27-3/03 | 第四單元球力全開<br>第一課地板桌球  | 2 | 健體-E-C2 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。<br>2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。  | Ha-II-1 網／牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。                         | 操作<br>發表<br>運動撲滿 |  |

|                  |                      |   |         |  |   |        |                             |
|------------------|----------------------|---|---------|--|---|--------|-----------------------------|
|                  |                      |   |         | 3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。  |   |        |                             |
| 第四週<br>3/06-3/10 | 第一單元流感我不怕<br>第二課遠離流感 | 1 | 健體-E-A2 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。<br>3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。<br>4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。 | Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。<br>Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。<br>Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 | 實作     |                             |
| 第四週<br>3/06-3/10 | 第四單元球力全開<br>第二課躲避球攻防 | 2 | 健體-E-C2 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。        | Hb-II-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。                 | 操作發表觀察 | 【品德教育】<br>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 |
| 第五週<br>3/13-3/17 | 第一單元流感我不怕<br>第二課遠離流感 | 1 | 健體-E-A2 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。<br>3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生  | Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。<br>Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。<br>Eb-II-1 健康安全消費        | 實作     |                             |

|                  |                          |   |         |  |   |             |                             |
|------------------|--------------------------|---|---------|--|---|-------------|-----------------------------|
|                  |                          |   |         | 活情境。<br>4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。  | 的訊息與方法。   |             |                             |
| 第五週<br>3/13-3/17 | 第四單元球力全開<br>第二課躲避球攻防     | 2 | 健體-E-C2 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。  | Hb-II-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 操作發表觀察      | 【品德教育】<br>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 |
| 第六週<br>3/20-3/24 | 第一單元流感我不怕<br>第三課預防傳染病大作戰 | 1 | 健體-E-A2 | 2b-II-1 遵守健康的生活規範。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。   | Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。   | 發表實作自評總結性評量 |                             |
| 第六週<br>3/20-3/24 | 第四單元球力全開<br>第二課躲避球攻防     | 2 | 健體-E-C2 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的的身體活動。 | Hb-II-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 操作實作運動撲滿    | 【品德教育】<br>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 |
| 第七週              | 第二單元愛護眼耳口<br>第一課近視不要來    | 1 | 健體-E-A1 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。   | Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方   | 發表          |                             |

|                  |                       |   |         |  |  |            |  |
|------------------|-----------------------|---|---------|--|--|------------|--|
| 3/27-3/31        |                       |   |         | 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。<br>2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。                            | 法。   |            |  |
| 第七週<br>3/27-3/31 | 第四單元球力全開<br>第三課跑擲大作戰  | 2 | 健體-E-C2 | 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。  | Hd-II-1 守備／跑分性球類運動相關的拋接球、傳接球、擊球、踢球、跑動踩壘之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 操作發表       | 【人權教育】<br>人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 |
| 第八週<br>4/03-4/07 | 第二單元愛護眼耳口<br>第一課近視不要來 | 1 | 健體-E-A1 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。<br>2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。    | Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。                                    | 發表實作       |  |
| 第八週<br>4/03-4/07 | 第四單元球力全開<br>第三課跑擲大作戰  | 2 | 健體-E-C2 | 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的的身體活動。 | Hd-II-1 守備／跑分性球類運動相關的拋接球、傳接球、擊球、踢球、跑動踩壘之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 操作發表<br>觀察 | 【人權教育】<br>人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 |
| 第九週              | 第二單元愛護眼耳口<br>第二課健康好聽力 | 1 | 健體-E-A1 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。   | Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方                                      | 發表<br>演練   |  |

|                   |                       |   |         |   |  |              |                                       |
|-------------------|-----------------------|---|---------|---|--|--------------|---------------------------------------|
| 4/10-4/14         |                       |   |         | 1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。   | 法。   |              |                                       |
| 第九週<br>4/10-4/14  | 第四單元球力全開<br>第三課跑擲大作戰  | 2 | 健體-E-C2 | 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。                 | Hd-II-1 守備／跑分性球類運動相關的拋接球、傳接球、擊球、踢球、跑動踩壘之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 操作發表<br>運動撲滿 | 【人權教育】<br>人E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 |
| 第十週<br>4/17-4/21  | 第二單元愛護眼耳口<br>第二課健康好聽力 | 1 | 健體-E-A1 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。   | Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。                                    | 發表<br>實作     |                                       |
| 第十週<br>4/17-4/21  | 第五單元蹦跳好體能<br>第一課活力體適能 | 2 | 健體-E-A2 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。<br>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。 | Ab-II-1 體適能活動。   | 操作發表<br>運動撲滿 |                                       |
| 第十一週<br>4/24-4/28 | 第二單元愛護眼耳口<br>第三課牙齒要保護 | 1 | 健體-E-A1 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。   | Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。                                    | 發表<br>實作     |                                       |



|                              |                                  |   |         |  |                                  |             |  |
|------------------------------|----------------------------------|---|---------|--|----------------------------------|-------------|--|
|                              |                                  |   |         | <p>3a-II-1 演練基本的健康技能。</p> <p>3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。</p> <p>4a-II-2 展現促進健康的行為。</p>   |                                  |             |  |
| <p>第十一週</p> <p>4/24-4/28</p> | <p>第五單元蹦跳好體能</p> <p>第二課金銀島探險</p> | 2 | 健體-E-A2 | <p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p> | <p>Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p>     | <p>操作發表</p> |  |
| <p>第十二週</p> <p>5/01-5/05</p> | <p>第二單元愛護眼耳口</p> <p>第三課牙齒要保護</p> | 1 | 健體-E-A1 | <p>1a-II-2 了解促進健康生活的方法。</p> <p>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>3a-II-1 演練基本的健康技能。</p> <p>3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。</p> <p>4a-II-2 展現促進健康的行為。</p>  | <p>Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。</p> | <p>發表</p>   |  |

|                           |                               |          |                |  |                                  |                             |  |
|---------------------------|-------------------------------|----------|----------------|--|----------------------------------|-----------------------------|--|
| <p>第十二週<br/>5/01-5/05</p> | <p>第五單元蹦跳好體能<br/>第二課金銀島探險</p> | <p>2</p> | <p>健體-E-A2</p> | <p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br/>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br/>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br/>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br/>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br/>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br/>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p> | <p>Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p>     | <p>操作發表</p>                 |  |
| <p>第十三週<br/>5/08-5/12</p> | <p>第二單元愛護眼耳口<br/>第三課牙齒要保護</p> | <p>1</p> | <p>健體-E-A1</p> | <p>1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br/>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。<br/>3a-II-1 演練基本的健康技能。<br/>3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。<br/>4a-II-2 展現促進健康的行為。</p>  | <p>Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。</p> | <p>演練實作<br/>總結性評量</p>       |  |
| <p>第十三週<br/>5/08-5/12</p> | <p>第五單元蹦跳好體能<br/>第二課金銀島探險</p> | <p>2</p> | <p>健體-E-A2</p> | <p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br/>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br/>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br/>2c-II-3 表現主動參與、</p>  | <p>Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p>     | <p>操作觀察<br/>實作<br/>運動撲滿</p> |  |

|                   |                       |   |         |   |                        |                  |  |
|-------------------|-----------------------|---|---------|---|------------------------|------------------|--|
|                   |                       |   |         | <p>樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p>           |                        |                  |  |
| 第十四週<br>5/15-5/19 | 第三單元安心又安全<br>第一課安心校園  | 1 | 健體-E-A2 | <p>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。</p> <p>3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。</p>        | Fa-II-3 情緒的類型與調適方法。    | 發表               | 【人權教育】<br>人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。 |
| 第十四週<br>5/15-5/19 | 第五單元蹦跳好體能<br>第三課看我好身手 | 2 | 健體-E-C2 | <p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> | Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。 | 操作<br>發表<br>運動撲滿 | 【人權教育】<br>人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。 |
| 第十五週<br>5/22-5/26 | 第三單元安心又安全<br>第一課安心校園  | 1 | 健體-E-A2 | <p>1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。</p> <p>3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。</p>        | Fa-II-3 情緒的類型與調適方法。    | 發表<br>演練<br>實作   | 【人權教育】<br>人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。 |

|                   |                       |   |         |   |  |                  |  |
|-------------------|-----------------------|---|---------|---|--|------------------|--|
| 第十五週<br>5/22-5/26 | 第六單元武現韻律風<br>第一課學校運動會 | 2 | 健體-E-A2 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。 | Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。<br>Cb-II-2 學校運動賽會。<br>Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。<br>Ib-II-2 土風舞遊戲。 | 操作<br>觀察<br>發表   |  |
| 第十六週<br>5/29-6/02 | 第三單元安心又安全<br>第二課安全向前行 | 1 | 健體-E-A2 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。  | Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。  | 發表<br>自評         | 【安全教育】<br>安 E2 了解危機與安全。<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 |
| 第十六週<br>5/29-6/02 | 第六單元武現韻律風<br>第一課學校運動會 | 2 | 健體-E-A2 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。 | Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。<br>Cb-II-2 學校運動賽會。<br>Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。<br>Ib-II-2 土風舞遊戲。 | 操作<br>發表<br>運動撲滿 |  |
| 第十七週<br>6/05-6/09 | 第三單元安心又安全<br>第二課安全向前行 | 1 | 健體-E-A2 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。  | Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。  | 演練<br>自評         | 【安全教育】<br>安 E2 了解危機與安全。<br>安 E4 探討日常生活應該注      |

|                   |                       |   |                    |  |                               |                  |  |
|-------------------|-----------------------|---|--------------------|--|-------------------------------|------------------|--|
|                   |                       |   |                    | 4a-II-2 展現促進健康的行為。   |                               |                  | 意的安全。  |
| 第十七週<br>6/05-6/09 | 第六單元武現韻律風<br>第二課大展武威  | 2 | 健體-E-A1<br>健體-E-C2 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。<br>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 | Bd-II-1 武術基本動作。               | 實作<br>操作<br>運動撲滿 |  |
| 第十八週<br>6/12-6/16 | 第三單元安心又安全<br>第二課安全向前行 | 1 | 健體-E-A2            | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。   | Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 | 發表<br>自評         | 【安全教育】<br>安 E2 了解危機與安全。<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 |
| 第十八週<br>6/12-6/16 | 第六單元武現韻律風<br>第三課與毬子同樂 | 2 | 健體-E-B1            | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。  | Ic-II-1 民俗運動基本動作與串接。          | 操作<br>運動撲滿       |  |
| 第十九週<br>6/19-6/23 | 第三單元安心又安全<br>第三課戶外安全  | 1 | 健體-E-A2            | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。<br>2b-II-1 遵守健康的生活規範。   | Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 | 演練<br>問答         | 【安全教育】<br>安 E2 了解危機與安全。<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 |

|                   |                      |   |         |   |   |              |  |
|-------------------|----------------------|---|---------|---|---|--------------|--|
| 第十九週<br>6/19-6/23 | 第六單元武現韻律風<br>第四課水舞   | 2 | 健體-E-B3 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。   | Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。<br>Ib-II-2 土風舞遊戲。 | 操作發表         |  |
| 第廿週<br>6/26-6/30  | 第三單元安心又安全<br>第三課戶外安全 | 1 | 健體-E-A2 | 1a-II-2 了解促進健康生活的的方法。<br>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。<br>2b-II-1 遵守健康的生活規範。 | Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。           | 發表<br>總結性評量  | 【安全教育】<br>安 E2 了解危機與安全。<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 |
| 第廿週<br>6/26-6/30  | 第六單元武現韻律風<br>第四課水舞   | 2 | 健體-E-B3 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。   | Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。<br>Ib-II-2 土風舞遊戲。 | 操作發表<br>運動撲滿 |  |

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。