彰化縣縣立育華國民小學 113 學年度第 _ _ 學期 _ _ 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)	he 1	實施年級	_	教學節數	每週(3)節,本學期共(63)節						
秋 / / / / / / / / / / / / / / / / / / /	(4) (4)	hX	(班級/組別)		教学即 数	本型(0/即/本字期六(00 /即						
	1. 能	於生活	5中,嘗試自我覺察並修正個人	上下學與遊戲的不當	當行為,練習各項安全行	為。						
	2. 養	成遵守	宁上下學與遊戲注意事項的好習	慣。								
	3. 能	知道」	上廁所的注意事項,並能正確使	用廁所。								
	4. 發	覺健原	费的生活態度與行為,並願意 養	成個人健康習慣。								
	5. 可	以從蓄	見察他人動作與表情猜測對方的	1情緒狀態,並察覺同	司一件事,每個人的感受	可能不同。						
	6. 從	自己角	 宅完成來得到自我悅納感,知道	自己做得到,也能自	自己做。							
	7. 能	認識食物對身體健康的重要性,並覺察珍惜食物的重要性。 覺察良好的飲食習慣和衛生行為,可以讓身體更健康,並能養成良好的飲食習慣和衛生行為,以維護健康。										
課程目標	8. 能	覺察良	及好的飲食習慣和衛生行為, 可	」以讓身體更健康,立	並能養成良好的飲食習慣	和衛生行為,以維護健康。						
林柱日 标	9. 能	知道例	建康檢查複檢(再檢查)怎麼做	、,知道學校健康中心	2的設備、器材與使用方?	去,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	的辛苦付出,知道感恩與感謝。										
	10. 在	學校發	登生事情能主動尋求協助,學習	解決問題的能力。								
	11. 能	在運動	动過程中,表現認真參與活動的	1積極態度,並避免 進	運動傷害。							
	12. 能	注意同	同學的動作,學習、了解如何完	【成指示動作,並能 與	與同學培養默契通力合作	,完成動作。						
	13. 在	遊戲口	中表達出對肢體各部位的認識及	完整概念,並能靈活	舌操作身體表現動作。							
	14. 能	盡力的	勺完成教材動作,並能做出教材	闖關活動的動作技工	5 °							
	15. 能	識自己	乙身體活動能力,並選擇適合自	己的運動。								
領域核心	健體-E-	-A1具作	苗良好身體活動與健康生活的 習]慣,以促進身心健全	全發展,並認識個人特質	,發展運動與保健的潛能。						
· 景楼	健體-E-	-A2具有	横探索身體活動與健康生活問 是	题的思考能力,並透 远	過體驗與實踐,處理日常	生活中運動與健康的問題。						
杂食	健體-E-	-A3具作	構擬定基本的運動與保健計劃 及	·實作能力,並以創新	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。

【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 El 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。

		<u>'</u>			課程架構				
教學進度	教學單元/ 主題名稱	節數	領域核心 素養	學習表現	重點 學習內容	學習目標	學習活動內容	評量方式	融入議題內容重點
	壹、快樂上		健體-E-A2	 1a-I-1 認識基本的健康	Ba-I-1 遊戲場所與上下	1. 於走路上學情境	※透過課本不同	觀察評量	【安全教育】
	學去		健體-E-C1	常識。	學情境的安全須知。	中,了解交通安全	的上學方式情	口頭評量	安 E2 了解危機與
	一. 新生進			2b-I-1 接受健康的生活		的重要性,並且認	境,能學習交通安	行為檢核	安全。
	行曲			規範。		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
				3b-I-3 能於生活中嘗試		常識。	日常生活中的安		全的意義。
				運用生活技能。		2. 能體會走路安全	全與危險行為,並		安 E10 關注校園
		1				的重要性,並願意	養成遵守交通規		安全的事件。
						遵守過馬路的注意	則的習慣,進而未		
						事項。	來嘗試自己上學。		
第一週						3. 於生活中,嘗試			
第一週						自我覺察並修正個			
						人不當的交通行			
						為。			
	貳、運動樂		健體-E-A2	1c-I-2 認識基本的運動	Ba-I-1 遊戲場所與上下	1. 能利用學校運動	1. 指導學童認識	觀察評量	【人權教育】
	趣多		健體-E-C1	常識。	學情境的安全須知。	空間,從事身體活	校園內各項遊戲	口頭評量	人 E3 了解每個人
	六. 小小探			2c-I-1 表現尊重的團體	Cb-I-3 學校運動活動空	動,增進健康。	器材與場地的名	行為檢核	需求的不同,並
	險家	2		互動行為。	間與場域。	2. 認識校園遊戲設	稱,及正確的使用	態度評量	討論與遵守團體
				3c-I-2 表現安全的身體		施的名稱。	方法。		的規則。
				活動行為。		3. 分辨學校空間、	2. 培養學童樂於		人 E8 了解兒童對
				4d-I-2 利用學校或社區		設備的安全性。	參與團體活動,並		遊戲權利的需

				次证从专台融工利		4 从游台站协口	游 占 特 县 田 山 11		4
				資源從事身體活動。		4. 能遵守遊戲規	遵守遊戲規則的		求。
						則,並與同學互助	態度。		
						合作。	3. 利用校園的遊		
						5. 能討論並正確的	戲設施,從事各項		
						使用學校空間及設	身體活動。		
						備,達到安全和快	4. 使用遊戲設施		
						樂的目的。	時,能分辨遊戲行		
							為的安全性。		
							5. 學會保護自己		
							和他人的安全。		
	壹、快樂上		健體-E-A2	1a-I-1 認識基本的健康	Ba-I-1 遊戲場所與上下	1. 於走路上學情境	※透過課本不同	觀察評量	【安全教育】
	學去		健體-E-C1	常識。	學情境的安全須知。	中,了解交通安全	的上學方式情	口頭評量	安 E2 了解危機與
	一. 新生進			2b-I-1 接受健康的生活		的重要性,並且認	境,能學習交通安	行為檢核	安全。
	行曲			規範。		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
				3b-I-3 能於生活中嘗試		常識。	日常生活中的安		全的意義。
				運用生活技能。		2. 能體會走路安全	全與危險行為,並		安 E10 關注校園
		1				的重要性,並願意	養成遵守交通規		安全的事件。
						遵守過馬路的注意	則的習慣,進而未		
第二						事項。	來嘗試自己上學。		
週						3. 於生活中,嘗試			
						自我覺察並修正個			
						人不當的交通行			
						為。			
	貳、運動樂		健體-E-A2	1c-I-2 認識基本的運動	Ba-I-1 遊戲場所與上下	1. 能利用學校運動	1. 指導學童認識	觀察評量	【人權教育】
	趣多		健體-E-C1	常識。	學情境的安全須知。	空間,從事身體活	校園內各項遊戲	口頭評量	人E3了解每個人
	六. 小小探	2		2c-I-1 表現尊重的團體	Cb-I-3 學校運動活動空	動,增進健康。	器材與場地的名	行為檢核	需求的不同,並
	險家			互動行為。	間與場域。	2. 認識校園遊戲設	稱,及正確的使用	態度評量	討論與遵守團體
				3c-I-2 表現安全的身體		施的名稱。	方法。		的規則。

				江利仁为 -		9 八帧组上加明	0 计美超立664 上		1 下0 マカカ白 立地
				活動行為。		3. 分辨學校空間、	2. 培養學童樂於		人 E8 了解兒童對
				4d-I-2 利用學校或社區		設備的安全性。	參與團體活動,並		遊戲權利的需
				資源從事身體活動。		4. 能遵守遊戲規	遵守遊戲規則的		求。
						則,並與同學互助	態度。		
						合作。	3. 利用校園的遊		
						5. 能討論並正確的	戲設施,從事各項		
						使用學校空間及設	身體活動。		
						備,達到安全和快	4. 使用遊戲設施		
						樂的目的。	時,能分辨遊戲行		
							為的安全性。		
							5. 學會保護自己		
							和他人的安全。		
	壹、快樂上		健體-E-A2	1a-I-1 認識基本的健康	Ba-I-1 遊戲場所與上下	1. 於上學情境中,	※透過課本不同	觀察評量	【安全教育】
	學去		健體-E-C1	常識。	學情境的安全須知。	了解注意交通安全	的上學方式情	口頭評量	安 E2 了解危機與
	一. 新生進			2b-I-1 接受健康的生活		是健康生活的一	境,能學習交通安	行為檢核	安全。
	行曲			規範。		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
				3b-I-3 能於生活中嘗試		全常識。	日常生活中的安		全的意義。
		1		運用生活技能。		2. 於生活中,嘗試	全與危險行為,並		安 E10 關注校園
				4a-I-2 養成健康的生活		自我覺察並修正個	養成遵守交通規		安全的事件。
<i>М</i> - уп				習慣。		人不當的交通行	則的習慣,進而未		
第三週						為。	來嘗試自己上學。		
						3. 養成遵守乘車注			
						意事項的好習慣。			
	貳、運動樂		健體-E-A2	2c-I-1 表現尊重的團體	Ba-I-1 遊戲場所與上下	1. 能分辨學校空	1. 利用校園的遊	觀察評量	【人權教育】
	趣多		健體-E-C1	互動行為。	學情境的安全須知。	間、設備的安全性。	戲設施,從事各項	口頭評量	人E3了解每個人
	六. 小小探	2		3c-I-2 表現安全的身體	Cb-I-3 學校運動活動空	2. 能討論並正確的	身體活動。	行為檢核	需求的不同,並
	險家			活動行為。	間與場域。	使用學校空間及設	2. 使用遊戲設施	態度評量	討論與遵守團體
				4d-I-2 利用學校或社區		備,達到安全和快	時,能分辨遊戲行		的規則。

				資源從事身體活動。		樂的目的。	為的安全性。		人 E8 了解兒童對
						3. 能遵守遊戲規	3. 學會保護自己		遊戲權利的需
						則,並與同學互助	和他人的安全。		求。
						合作。			
						4. 能正確操作各項			
						遊戲設施。			
	壹、快樂上	1	健體-E-A2	1a-I-1 認識基本的健康	Ba-I-1 遊戲場所與上下	1. 列舉校園內適合	※透過課本校園	觀察評量	【安全教育】
	學去	1	健體-E-C1	常識。	學情境的安全須知。	遊戲的地方,並認	遊戲情境,學童能	口頭評量	安 E2 了解危機與
	一. 新生進			2b-I-1 接受健康的生活		識安全遊戲常識。	以做決定的技巧	行為檢核	安全。
	行曲			規範。		2. 能體會遊戲安全	選擇適合遊戲的	態度評量	安 E8 了解校園安
				3b-I-3 能於生活中嘗試		的重要性,且願意	地方,亦透過自我		全的意義。
				運用生活技能。		遵守注意事項。	察覺並修正個人		安 E10 關注校園
		1		4a-I-2 養成健康的生活		3. 在校園中,嘗試	的不當遊戲行		安全的事件。
		1		習慣。		運用做決定的技巧	為,並且養成遵守		
						選擇適合遊戲的地	遊戲安全的好習		
						方。	慣。		
笠 一 沺						4. 於生活中,嘗試			
第四週						自我察覺並修正個			
						人不當的遊戲行			
						為。			
	貳、運動樂	1	健體-E-A2	2c-I-1 表現尊重的團體	Cb-I-3 學校運動活動空	1. 能遵守遊戲規	1. 利用校園的攀	觀察評量	【人權教育】
	趣多	1	健體-E-C1	互動行為。	間與場域。	則,並與同學互助	爬設施,從事各項	口頭評量	人 E3 了解每個人
	六. 小小探			3c-I-2表現安全的身體		合作。	身體活動。	行為檢核	需求的不同,並
	險家	2		活動行為。		2. 能正確的操作各	2. 使用遊戲器材	態度評量	討論與遵守團體
		۷				項遊戲設施。	時,能分辨遊戲行		的規則。
							為的安全性。		人 E8 了解兒童對
							3. 學會保護自己		遊戲權利的需
							和他人的安全。		求。

	. 11		that Tito	4 7 4 5 5 5 5 5 5 5 5 5	D. T. d. out bl. on	4	14/ - d	46 - 45 - 45 - 45	7 x 1:1 4- 4
壹	壹、快樂上		健體-E-A2	1a-I-1 認識基本的健康	Ba-I-1 遊戲場所與上下	1. 於放學情境中,	※透過課本學校	觀察評量	【安全教育】
	學去		健體-E-C1	常識。	學情境的安全須知。	了解注意交通安全	放學時的情境,學	口頭評量	安 E2 了解危機與
-	一. 新生進			2b-I-1 接受健康的生活		是健康生活的一	童以討論與問答	行為檢核	安全。
	行曲			規範。		環,並且認識放學	方式澄清概念	態度評量	安 E8 了解校園安
				3b-I-3 能於生活中嘗試		的安全常識。	後,能舉例說明應		全的意義。
				運用生活技能。		2. 能體會交通安全	注意的事項,並養		安 E10 關注校園
		1		4a-I-2 養成健康的生活		的重要性,並且願	成好行為。		安全的事件。
				習慣。		意遵守注意事項。			
						3. 於生活中,嘗試			
						自我覺察並修正個			
						人不當的行為。			
						4. 養成遵守交通注			
						意事項的好習慣。			
第五週 責	貳、運動樂		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能利用呼拉圈做	※用呼拉圈做身	觀察評量	【性別平等教
	趣多		健體-E-C2	基本動作。	作。	各種身體的伸展活	體的伸展活動,學	口頭評量	育】
+	七. 來玩呼			2c-I-2 表現認真參與的	Cb-I-2 班級體育活動。	動,並能簡單運用	會推呼拉圈。	行為檢核	性 E4 認識身體界
	拉圈			學習態度。		身體操作呼拉圈。		態度評量	線與尊重他人的
				2d-I-1 專注觀賞他人的		2. 能表現認真參與			身體自主權。
				動作表現。		活動的積極態度。			【人權教育】
		2		3d-I-1 應用基本動作常		3. 能與同學培養默			人 E5 欣賞、包容
		2		識,處理練習或遊戲問		契合作完成動作。			個別差異並尊重
				題。		4. 維護自己與尊重			自己與他人的權
						他人的身體自主			利。
						權。			【生涯規劃教
									育】
									涯 E7 培養良好的
									人際互動能力。
第六週 壹	壹、快樂上	1	健體-E-A1	1a-I-1 認識基本的健康	Da-I-1 日常生活中的基	1. 能知道身體部位	※能認識身體部	觀察評量	【品德教育】

	學去			常識。	本衛生習慣。	名稱。	位的名稱,並能好	口頭評量	品 E1 良好生活習
	二. 健康小					2. 能知道保持身體	好愛護它們。	行為檢核	慣與德行。
	達人					乾淨的重要性。		態度評量	
	貳、運動樂		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能完成搖動呼拉	※用呼拉圈做身	觀察評量	【性別平等教
	趣多		健體-E-C2	基本動作。	作。	圈的動作。	體的伸展活動,學	口頭評量	育】
	七. 來玩呼			4c-I-2 選擇適合個人的	Cb-I-2 班級體育活動。	2. 能在運動過程	會推呼拉圈。	行為檢核	性 E4 認識身體界
	拉圈			身體活動。		中,避免運動傷害。		態度評量	線與尊重他人的
						3. 平時能利用呼拉			身體自主權。
						圈做運動。			【人權教育】
		2				4. 能利用呼拉圈選			人 E5 欣賞、包容
		Δ				擇適合自己的身體			個別差異並尊重
						活動。			自己與他人的權
									利。
									【生涯規劃教
									育】
									涯 E7 培養良好的
									人際互動能力。
	壹、快樂上		健體-E-A1	1a-I-2 認識健康的生活	Da-I-1 日常生活中的基	1. 能知道保持身體	1. 能知道平時要	觀察評量	【品德教育】
	學去			習慣。	本衛生習慣。	乾淨的重要性。	常洗手,保持雙手	口頭評量	品 E1 良好生活習
	二.健康小			3a-I-2 能於引導下,於	Da-I-2 身體的部位與衛	2. 能知道正確洗手	乾淨的重要性。	行為檢核	慣與德行。
	達人	1		生活中操作簡易的健康	生保健的重要性。	的方法。	2. 能知道正確洗	態度評量	
		1		技能。		3. 能培養良好的衛	手的方法和步驟。		
第七週						生習慣。	3. 能依照正確的		
							步驟和方法清潔		
							雙手。		
	貳、運動樂		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體活動的	Cb-I-2 班級體育活動。	1. 能運用身體做出	※使用呼拉圈與	觀察評量	【性別平等教
	趣多	2	健體-E-C2	基本動作。		指定動作。	同學一起合作完	口頭評量	育】
	七. 來玩呼			2c-I-2 表現認真參與的		2. 能表現認真參與	成任務。	行為檢核	性 E4 認識身體界

	拉圈			學習態度。		活動的積極態度。		態度評量	線與尊重他人的
				2d-I-1 專注觀賞他人的		3. 能與同學培養默		13.22.1.2	身體自主權。
				動作表現。		契合作完成動作。			【人權教育】
				3d-I-1 應用基本動作常		4. 能注意同學的動			人E5 欣賞、包容
				識,處理練習或遊戲問		作,學習、了解如			個別差異並尊重
				題。		何完成指示動作。			自己與他人的權
						的 元 <u>成 祖 小 勤</u> 计 。			利。
									【生涯規劃教
									育】
									涯 E7 培養良好的
	+ 11-70/-1		/ h mih D / 1	1 T 1 x 2 x 3 + + 1 , 1 / 4 + +	D I 1 - 4 - 7 - 1 - 1 + 1	1 4-4 24	1 25 1 14 114 217 114	如应证目	人際互動能力。
	壹、快樂上 2.		健體-E-A1	1a-I-1 認識基本的健康	Da-I-1 日常生活中的基	1. 能知道正確洗臉	1. 藉由洗臉認識	觀察評量	【品德教育】
	學去			常識。	本衛生習慣。	的方法。	臉部各部位的名	口頭評量	品 EI 良好生活習
	二. 健康小			1a-I-2 認識健康的生活	Da-I-2 身體的部位與衛	2. 能知道正確洗澡	稱。	行為檢核	慣與德行。
	達人			習慣。	生保健的重要性。	的方法。	2. 學習洗頭的步	態度評量	
				4a-I-2 養成健康的生活		3. 能培養良好的衛	驟和動作。		
		1		習慣。		生習慣。	3. 經過一天的活		
							動,要身體洗乾		
							淨,換上乾淨的衣		
第八週							物,藉由洗澡認識		
							身體各部分的名		
							稱。		
	貳、運動樂		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能運用身體做出	1. 使用呼拉圈與	觀察評量	【性別平等教
	趣多		健體-E-C2	基本動作。	作。	指定動作。	同學一起合作完	口頭評量	育】
	七. 來玩呼	2		2c-I-2 表現認真參與的	Cb-I-2 班級體育活動。	2. 能表現認真參與	成任務。	行為檢核	性 E4 認識身體界
	拉圈	Δ		學習態度。		活動的積極態度。	2. 利用呼拉圈完	態度評量	線與尊重他人的
				2d-I-1 專注觀賞他人的		3. 能注意同學的動	成各項指示動作。		身體自主權。
				動作表現。		作,了解如何完成	3. 認真觀察並公		【人權教育】

				3c-I-1 表現基本動作與		指示動作。	正評判同學的動		人 E5 欣賞、包容
				模仿能力。		4. 能與同學培養默	作。		個別差異並尊重
				3d-I-1 應用基本動作常		契合作完成動作。	4. 遵守遊戲規		自己與他人的權
				識,處理練習或遊戲問		5. 能利用呼拉圈完	則,並和同學合作		利。
				題。		成各項指示動作。	完成遊戲。		【生涯規劃教
						6. 能認真觀察並公			育】
						正評判同學的動			涯 E7 培養良好的
						作。			人際互動能力。
						7. 能遵守遊戲規			
						則,並和同學合作			
						完成遊戲。			
	壹、快樂上		健體-E-A1	1a-I-1 認識基本的健康	Da-I-1 日常生活中的基	1. 能認識正確上廁	※建立正確使用	觀察評量	【品德教育】
	學去			常識。	本衛生習慣。	所的方法。	廁所及保護自己	口頭評量	品 El 良好生活習
	二. 健康小			1a-I-2 認識健康的生活	Da-I-2 身體的部位與衛	2. 能了解並做到上	和尊重他人身體	行為檢核	慣與德行。
	達人			習慣。	生保健的重要性。	廁所的禮儀。	的行為。	態度評量	
		1		3a-I-2 能於引導下,於	Db-I-1 日常生活中的性	3. 能認識正確上廁			
		1		生活中操作簡易的健康	別角色。	所的方法。			
				技能。		4. 能了解並做到上			
				4a-I-2 養成健康的生活		廁所的禮儀。			
第九週				習慣。		5. 能培養良好的衛			
						生習慣。			
	貳、運動樂		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 在遊戲中表達出	1. 能聽指令操作	觀察評量	【性別平等教
	趣多		健體-E-B3	基本動作。	作。	對肢體各部位的認	自己肢體的動作。	口頭評量	育】
	八. 快樂動		健體-E-C2	2c-I-2 表現認真參與的	Ib-I-1 唱、跳與模仿性	識,並能靈活操作	2. 能隨著音樂做	行為檢核	性 E4 認識身體界
	起來	2		學習態度。	律動遊戲。	身體表現動作。	出快樂的動作。	態度評量	線與尊重他人的
				2d-I-1 專注觀賞他人的		2. 能主動參與各種			身體自主權。
				動作表現。		身體活動。			【人權教育】
						3. 能專注欣賞他人			人 E5 欣賞、包容

					優良動作表現。			個別差異並尊重
					废 尽 即 作 衣 功 。			
								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	健體-E-C2	3b-I-3 能於生活中嘗試	Fa-I-1 認識與喜歡自己	※從自己能完成來	※讓學童藉由自	觀察評量	【性別平等教
	學去		運用生活技能。	的方法。	得到自我悅納感,	己學習完成許多	口頭評量	育】
	三. 我長大				知道自己做得到,	事,培養成就感並	行為檢核	性 E10 辨識性別
	了				也能自己做。	喜歡自己。	態度評量	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
第十週	1							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。

	1							
貳、	運動樂	健體-E-A1	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 做出簡單的動作	※運用身體各部	觀察評量	【性別平等教
趣	2多	健體-E-B3	基本動作。	作。	與同學打招呼。	位與同學的碰觸	口頭評量	育】
八. 1	快樂動	健體-E-C2	2c-I-2 表現認真參與的		2. 能在運動過程	打招呼,讓學童了	行為檢核	性 E4 認識身體界
起	2來		學習態度。		中,避免運動傷害。	解自己身體部	態度評量	線與尊重他人的
					3. 與同學培養默	位,並樂於與人互		身體自主權。
					契,完成動作。	動,促進身心健		【人權教育】
					4. 維護自己與尊重	康。		人 E5 欣賞、包容
					他人的身體的主			個別差異並尊重
		2			權。			自己與他人的權
					5. 能表現認真參與			利。
					活動的積極態度。			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	健體-E-C2	3b-I-2 能於引導下,表	Fa-I-2 與家人及朋友和	※能和同儕一起玩	※讓學童學習如	觀察評量	【性別平等教
學	去		現簡易的人際溝通互動	諧相處的方式。	一起學習,喜歡共	何交朋友,並由共	口頭評量	育】
三. ŧ	我長大		技能。		好的感受。	同的嗜好找到學	行為檢核	性 E10 辨識性別
了						習的好伙伴。	態度評量	刻板的情感表達
								與人際互動。
第十一週		1						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		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能自己做出課本	1. 藉由活動的設	觀察評量	【性別平等教
	趣多		健體-E-B3	基本動作。	作。	圖示的動作。	計,運用先前學過	口頭評量	育】
	八. 快樂動		健體-E-C2	2c-I-2 表現認真參與的	Ib-I-1 唱、跳與模仿性	2. 能與同學一起合	的動作,表演各種	行為檢核	性 E4 認識身體界
	起來			學習態度。	律動遊戲。	作發揮創意,運用	不同的造型。	態度評量	線與尊重他人的
				2d-I-1 專注觀賞他人的		身體表演造型動	2. 利用表演的遊		身體自主權。
				動作表現。		作。	戲,增進學童之間		【人權教育】
				3c-I-1 表現基本動作與		3. 能說出最喜歡同	的互動。		人 E5 欣賞、包容
				模仿的能力。		學表演的造型動	3. 訓練學童反應		個別差異並尊重
		2				作。	能力,增強體適能		自己與他人的權
						4. 能與同學一起合	心肺能力的刺激。		利。
						作,運用身體表演			人 E8 了解兒童對
						動作。			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		健體-E-C2	3b-I-2 能於引導下,表	Fa-I-3 情緒體驗與分辨	※觀察事件與他人	※知道遇到不同	觀察評量	【性別平等教
	學去			現簡易的人際溝通互動	的方法。	動作及表情猜測對	的事情會產生各	口頭評量	育】
第十二週	三. 我長大	1		技能。		方的情緒狀態。	種情緒,並能分辨		性 E10 辨識性別
	7						別人的心情。	態度評量	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	健體-E-A1	1c-I-1 認識身體活動的	Ib-I-1 唱、跳與模仿性	1. 在遊戲中表現出	1. 能聽指令操作	觀察評量	【性別平等教
趣多	健體-E-B3	基本動作。	律動遊戲。	對肢體各部位完整	自己肢體的動作。	口頭評量	育】
八. 快樂動	健體-E-C2	2c-I-2 表現認真參與的		概念。	2. 利用〈身體歌〉	行為檢核	性 E4 認識身體界
起來		學習態度。		2. 能主動參與各種	這首歌,進一步認	態度評量	線與尊重他人的
		2d-I-1 專注觀賞他人的		身體活動。	識身體各部位。		身體自主權。
		動作表現。		3. 能專注欣賞他人			【人權教育】
				優良動作表現。			人 E5 欣賞、包容
	2						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。
	壹、快樂上		健體-E-C2	3b-I-1 能於引導下,表	Fa-I-3 情緒體驗與分辨	1. 能用言語或表情	※能用言語或表	觀察評量	【性別平等教
	學去			現簡易的自我調適技	的方法。	表達自己的感受讓	情表達自己的感	口頭評量	育】
	三. 我長大			能。		其他人知道。	受,並能選擇喜歡	行為檢核	性 E10 辨識性別
	了			3b-I-2 能於引導下,表		2. 在表達感受後,	做的事來轉換心	態度評量	刻板的情感表達
				現簡易的人際溝通互動		也能做些什麼來緩	情。		與人際互動。
				技能。		和感受或改善狀			性 E11 培養性別
						況。			間合宜表達情感
									的能力。
		1							【閱讀素養教
		1							育】
									閱 E8 低、中年級
									以紙本閱讀為
第十三週									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		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體活動的	Ib-I-1 唱、跳與模仿性	1. 在活動中表現出	※透過遊戲,能訓	觀察評量	【性別平等教
	趣多		健體-E-B3	基本動作。	律動遊戲。	對肢體部位的認	練學童肢體反應	口頭評量	育】
	八. 快樂動		健體-E-C2	2c-I-2 表現認真參與的		識,並能完成閃躲	靈活並能做出協	行為檢核	性 E4 認識身體界
	起來	2		學習態度。		動作。	調的動作。	態度評量	線與尊重他人的
				2d-I-1 專注觀賞他人的		2. 遵守規則並表現			身體自主權。
				動作表現。		出積極參與的態			【人權教育】
				3d-I-1 應用基本動作常		度。			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
利。 人E8了解兒童對 遊戲權利的需 求。
人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
遊戲權利的需求。
求。
【生涯規劃教
_ · ·
育】
涯 E7 培養良好的
人際互動能力。
【品德教育】
品 E1 良好生活習
置與德行。
:
【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。
量

	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。 3b-I-3 能於生活中嘗試 運用生活技能。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。	1. 能說出常見的早 餐種類。 2. 能接納並嘗試不同的早餐。 3. 能覺察珍惜食物的重要性。 4. 能設計一份自己可以吃得完的	走、快跑、S形繞物走、侧併走、侧拼走、侧侧,从外跑、绕物跑的作。 ※能說出今天了。 一些食物,分量是不够。 一些食物,分量是不够。		【品德教育】 品EI 良好生活習 慣與德行。
第十五週	貳、運動樂 趣多 九. 快樂走 跑跳	2	健體-E-A1 健體-E-C2		Ga-I-1 走、跑、跳與投 擲遊戲。	餐。 1. 模仿做出各種型態走、跑的動作。 2. 做出各種型態走、跑的動作。 3. 專注欣賞他人動作表現。	1.能和同學一起 完成「走、跑」的 遊戲。 2.能在遊戲中模 仿或創意各項 「走、創動」的 3.能專注於動」。 3.能動作表現。	觀察評量 口 行為檢 態度評量	【人權教育】 人權教育】 人居了解每個人 一個人 一個,團體 一個,團體 一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個,
第十六週	壹、快樂上 學去 四.活力加	1	健體−E−A1	4b-I-1 發表個人對促進 健康的立場。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	※能認識選擇健康 食物的原則。	1. 選擇食物的原則應以健康、自然為主。	觀察評量 口頭評量 行為檢核	【品德教育】 品 El 良好生活習 慣與德行。

	油站						2. 能認識食物對	態度評量	
							身體健康的重要		
							性。		
	貳、運動樂		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體活動的	Ga-I-1 走、跑、跳與投	1. 做出原地跳與連	1. 能做出原地跳	觀察評量	【人權教育】
	趣多		健體-E-C2	基本動作。	擲遊戲。	續前進跳的動作。	與連續前進跳的	口頭評量	人 E3 了解每個人
	九. 快樂走			3d-I-1 應用基本動作常		2. 遵守遊戲規則,	動作。	行為檢核	需求的不同,並
	跑跳			識,處理練習或遊戲問		並和他人一同合作	2. 能在猜拳遊戲	態度評量	討論與遵守團體
				題。		遊戲。	中表現跳躍變換		的規則。
		0				3. 能利用下課時間	動作。		人 E5 欣賞、包容
		2				練習走、跑、跳運	3. 能遵守遊戲規		個別差異並尊重
						動或遊戲。	則並和他人一同		自己與他人的權
							合作遊戲。		利。
									人 E8 了解兒童對
									遊戲權利的需
									求。
	壹、快樂上		健體-E-A1	1a-I-1 認識基本的健康	Ea-I-2 基本的飲食習	1. 能認識少糖、不	1. 選擇食物的原	觀察評量	【品德教育】
	學去			常識。	慣。	油炸的食物種類。	則應以健康、自然	口頭評量	品 E1 良好生活習
	四.活力加	1		2b-I-2 願意養成個人健		2. 能做到良好的用	為主。	行為檢核	慣與德行。
	油站	1		康習慣。		餐行為。	2. 能認識食物對	態度評量	
				4a-I-2 養成健康的生活			身體健康的重要		
				習慣。			性。		
第十七週	貳、運動樂		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體活動的	Ga-I-1 走、跑、跳與投	1. 在遊戲中做出變	1. 能在遊戲中變	觀察評量	【人權教育】
	趣多		健體-E-C2	基本動作。	擲遊戲。	換走、跑、跳的動	換走、跑、跳的動	口頭評量	人 E3 了解每個人
	九. 快樂走			3d-I-1 應用基本動作常		作。	作。	行為檢核	需求的不同,並
	跑跳	2		識,處理練習或遊戲問		2. 遵守遊戲規則,	2. 能遵守遊戲規	態度評量	討論與遵守團體
				題。		並和他人一同合作	則並和他人一同		的規則。
						遊戲。	合作遊戲。		人 E5 欣賞、包容
						3. 能在行進中選擇	3. 能為自己表現		個別差異並尊重

						上轴拉士 吗 叫	72. V		ムフ / L 1 / L liá
						或轉換走、跑、跳	評分。		自己與他人的權
						運動。			利。
									人 E8 了解兒童對
									遊戲權利的需
									求。
	壹、快樂上		健體-E-A1	1b-I-1 舉例說明健康生	Ca-I-1 生活中與健康相	1. 在學校發生事情	※能知道在學校	觀察評量	【家庭教育】
	學去		健體-E-A2	活情境中適用的健康技	關的環境。	能主動尋求協助。	若身體不舒服或	口頭評量	家 E13 熟悉與家
	五. 校園生			能和生活技能。		2. 學習解決問題的	受傷時要告訴老	行為檢核	庭生活相關的社
	活健康多			3b-I-3 能於生活中嘗試		能力。	師,並到健康中心	態度評量	區資源。
				運用生活技能。			尋求協助。		【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】
第十八週		1							閲 E11 能在一般
									生活情境中,懂
									得運用文本習得
									的知識解決問
									題。
									《 【戶外教育】
									户 E1 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	2	健體-E-A1	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 知道教材示範繞	1. 能努力學習並	觀察評量	【品德教育】

	趣多		健體-E-C2	基本動作。	作。	球的動作。	完成操作小球和	口頭評量	品 E1 良好生活習
	十.和球做			1d-I-1 描述動作技能基		2. 能盡力完成教材	大球進行活動。	行為檢核	慣與德行。
	朋友			本常識。		動作。	2. 能利用身體不	態度評量	品E3溝通合作與
				2d-I-1 專注觀賞他人的		3. 能觀察他人活動	同部位進行繞球		和諧人際關係。
				動作表現。		的表現。	活動。		【安全教育】
				3c-I-1 表現基本動作與		4. 能利用課餘時	3. 配合音樂、口令		安 E7 探究運動基
				模仿的能力。		間,從事玩球運動。	完成夾球動作。		本的保健。
				3c-I-2 表現安全的身體		5. 能知道並做出教	4. 能和他人合		【生涯規劃教
				活動行為。		材示範夾球的動	作,利用身體不同		育】
				3d-I-1 應用基本動作常		作。	部位順利夾住球		涯 E7 培養良好的
				識,處理練習或遊戲問		6. 能和同學互相合	進行活動。		人際互動能力。
				題。		作完成活動。			
	壹、快樂上		健體-E-A1	1a-I-1 認識基本的健康	Ca-I-1 生活中與健康相	1. 知道健康中心的	※藉由參訪認識	觀察評量	【家庭教育】
	學去		健體-E-A2	常識。	關的環境。	設備及器材的使用	健康中心能提供	口頭評量	家 E13 熟悉與家
	五. 校園生			1b-I-1 舉例說明健康生		方法。	的服務及器材的	行為檢核	庭生活相關的社
	活健康多			活情境中適用的健康技		2. 能適時、適切使	功能。	態度評量	區資源。
				能和生活技能。		用健康中心的設備			【生涯規劃教
				4a-I-1 能於引導下,使		或器材,以維護健			育】
				用適切的健康資訊、產		康。			涯 E12 學習解決
第十九週		1		品與服務。					問題與做決定的
和十九型		1							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。

	貳、運動樂 基多 十. 和球做 朋友	2	健體-E-A1 健體-E-C2	Ic-I-I 認識身體活動的基本動作。 Id-I-I 描述動作技能基本常識。 2d-I-I 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-I 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。	1. 能知道並做出對 並做出對 が作。 2. 能盡力完成對 方完成者相合 3. 能完成之 作。 4. 能觀察 4. 能觀。 4. 的表現。	1. 能平穩的做出 夾球原地跳、夾球 左右跳、夾球往前 跳。 2. 能和他人合作 完成夾球接力活 動。	觀口行態察評檢評極調檢	【户外教理局的 【 B I I I I I I I I I I I I I I I I I I
				3d-I-1應用基本動作常識,處理練習或遊戲問題。					涯 E7 培養良好的 人際互動能力。
第廿十週	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。	1. 能知道學校護理 師及醫師到校服務 的工作內容。 2. 能禮貌對待醫護 人員,並事實表達 謝意。	1. 學校健康中心 不但協助維護全 校師生的健康,還 提供許多健康服 務和管理,具有多 樣功能。 2. 透過討論與分 析,學童能充分了 解健康中心的功	觀察評量 口為檢 經	【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。

							能,知道健康中心		【閱讀素養教
							是全校師生的健		育】
							康守護神。		閱 E11 能在一般
							3. 能體會護理師		生活情境中,懂
							的辛苦,進而表達		得運用文本習得
							感謝。		的知識解決問
									題。
									【戶外教育】
									户 E1 善用教室
									外,户外及校外
									教學,認識生活
									環境(自然或人
									為)。
	貳、運動樂		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能知道並做到教	1. 配合音樂、口令	觀察評量	【品德教育】
	趣多		健體-E-C2	基本動作。	作。	材示範滾接球的動	順暢的完成動作。	口頭評量	品 E1 良好生活習
	十.和球做			1d-I-1 描述動作技能基	Hc-I-1 標的性球類運動	作。	2. 能和他人互相	行為檢核	慣與德行。
	朋友			本常識。	相關的簡易拋、擲、滾	2. 能盡力完成教材	合作完成滾球動	態度評量	品E3溝通合作與
				2d-I-1 專注觀賞他人的	之手眼動作協調、力量	動作。	作。		和諧人際關係。
		2		動作表現。	及準確性控球動作。	3. 能和同學互相合	3. 能和同學合作		【安全教育】
		7		3c-I-1 表現基本動作與		作完成活動。	滾中目標物。		安 E7 探究運動基
				模仿的能力。		4. 能觀察他人活動			本的保健。
				3c-I-2表現安全的身體		的表現。			【生涯規劃教
				活動行為。		5. 能利用課餘時			育】
						間,從事玩球運動。			涯 E7 培養良好的
									人際互動能力。
第廿一週	壹、快樂上		健體-E-A1	4a-I-1 能於引導下,使	Ca-I-1 生活中與健康相	1. 能知道健康檢查	1. 學校健康中心	觀察評量	【家庭教育】
~第廿二	學去	1	健體-E-A2	用適切的健康資訊、產	關的環境。	複檢 (再檢查) 怎	只是做初步的檢	口頭評量	家 E13 熟悉與家
週	五. 校園生			品與服務。		麼做。	驗,不是檢查結	行為檢核	庭生活相關的社

活健康多		4b-I-1 發表個人對促進		2. 能於日常生活	果,也不具正確的	態度評量	區資源。
		健康的立場。		中,做到守護身體	效力。		【生涯規劃教
				健康的行為。	2. 健康檢查後,收		育】
					到複檢通知時應		涯 E12 學習解決
					告知家長,再依項		問題與做決定的
					目到醫院或診所		能力。
					複檢。		【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】
							户 E1 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	健體-E-A1	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能了解教材的活	※ 能發揮專注	觀察評量	
趣多	健體-E-C2	基本動作。	作。	動關卡動作。	力,體驗不同球類	口頭評量	
十.和球做		2d-I-1 專注觀賞他人的	Hc-I-1 標的性球類運動	2. 能觀察他人活動	滾丟的感覺,跟著	行為檢核	
朋友		動作表現。	相關的簡易拋、擲、滾	的表現。	關卡進行不同活	態度評量	
	2	3c-I-1 表現基本動作與	之手眼動作協調、力量	3. 能做出教材闖關	動。		
		模仿的能力。	及準確性控球動作。	活動的動作技巧。			
		3c-I-2 表現安全的身體		4. 能在玩球的過程			
		活動行為。		中,認識自己身體			
		4c-I-2 選擇適合個人的		活動能力,並選擇			

		e and a second			
		身體活動。	自己適合的運動。		
		7 /12 10 27	11 0 20 11 231		

彰化縣縣立育華國民小學 113 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

*	 南一版	實施年級	_	教學節數	包油(3) 给,★與冊 + (60)给						
教材版本	附一版	(班級/組別)	_	教字即 数	每週(3)節,本學期共(60)節 						
	1. 能認識六	大類食物及其功能。									
	2. 能認識排便對健康的影響。										
	3. 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。										
	4. 能分工合作,一起完成一件任務,從中得到成就感。										
	5. 能知道眼	睛、耳朵、鼻子在生活中的	重要性與保健方式	t •							
	6. 能了解正	.能了解正確處理眼睛受傷、耳朵內異物及流鼻血的重要性,感受不當的處理方式對健康所造成的威脅。									
	7. 能知道身	能知道身體隱私處的部位,而且不能讓別人碰觸。									
課程目標	8. 能分辨具威脅性的行為,並說出遭遇緊急情況時自我保護的方法。										
	9. 能了解生	病期間的在家照護要點。									
	10. 能利用化	木閒時間,在學校或家裡和 個	也人進行童玩遊戲	•							
	11. 能靈活及	え應出各項動作,並能應用 在	生生活上。								
	12. 能體會與	具掌握單、雙腳跳躍,以及这	車續跳躍動作。								
	13. 能於活動	的中和他人合作,並展現技 ^工	乃完成任務。								
	14. 能總結學	是習經驗並和他人分享學習心	27得。								
	15. 能做出路	此繩一跳一迴旋的基本動作打	支巧。								
領域核心	健體-E-A1	具備良好身體活動與健康生活	活的習慣,以促進	赴身心健全發展,並認	識個人特質,發展運動與保健的潛能。						
素養	健體-E-A2 ;	具備探索身體活動與健康生	活問題的思考能力	1,並透過體驗與實踐	,處理日常生活中運動與健康的問題。						
小 个段	健體-E-A3 ;	具備擬定基本的運動與保健	計畫及實作能力,	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。 【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】 户 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 【法治教育】 大議題 法 E8 認識兒少保護。 【品德教育】 品 El 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

h.) C53 \), =3-	教學單元/	th bi	領域核心	學習	重點	69 23 15	69 37 vs 4.)- wh		融入議題
教學進度	主題名稱	節數	素養	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動內容	評量方式	內容重點
	壹、守護健		健體-E-A1	1a-I-1 認識基本	Ea-I-1 生活中常	※能認識六大類食物及其	※引導學童認識平日所食	觀察評量	【環境教育】
	康有一套		健體-E-B1	的健康常識。	見的食物與珍惜	功能。	用的六大類食物,並了解	口頭評量	環E17養成日
	一. 飲食面				食物。		六大類食物的功能。	行為檢核	常生活節約
	面觀							態度評量	用水、用電、
									物質的行
		1							為,減少資源
									的消耗。
									【品德教育】
									品 El 良好生
									活習慣與德
									行。
第一週	貳、運動歡		健體-E-A2	1c-I-1 認識身體	Ce-I-1其他休閒	1. 能說出各種童玩的起源。	1. 能說出各種童玩的起源	觀察評量	【人權教育】
	暢樂趣多			活動的基本動	運動入門遊戲。	2. 能了解各種童玩的玩法	及玩法。	口頭評量	人 E3 了解每
	六. 童玩真			作。	Ic-I-1民俗運動	及簡易的動作要領。	2. 學童能透過討論了解更	行為檢核	個人需求的
	有趣			2c-I-2 表現認真	基本動作與遊	3. 能選擇適合自己的童玩	多的童玩。	態度評量	不同,並討論
				參與的學習態	戲。	遊戲。	3. 能說出沙包童玩的由		與遵守團體
		2		度。		4. 能了解沙包的玩法及簡	來。		的規則。
		7		3d-I-1 應用基本		易的動作要領。			人 E8 了解兒
				動作常識,處理					童對遊戲權
				練習或遊戲問					利的需求。
				題。					
				4c-I-1 認識與身					
				體活動相關資					

				源。					
	壹、守護健		健體-E-A1	1a-I-1 認識基本	Ea-I-1 生活中常	※能認識六大類食物及其	※引導學童認識平日所食	觀察評量	【環境教育】
	康有一套		健體-E-B1	的健康常識。	見的食物與珍惜	功能。	用的六大類食物,並了解	口頭評量	環 E17養成日
	一. 飲食面				食物。		六大類食物的功能。	行為檢核	常生活節約
	面觀							態度評量	用水、用電、
									物質的行
		1							為,減少資源
									的消耗。
									【品德教育】
									品 E1 良好生
									活習慣與德
									行。
第二週	貳、運動歡		健體-E-A2	1c-I-1 認識身體	Ce-I-1其他休閒	1. 能了解沙包的玩法及簡	1. 能說出拋接沙包、拋撿	觀察評量	【人權教育】
	暢樂趣多			活動的基本動	運動入門遊戲。	易的動作要領。	沙包及沙包投擲的動作要	口頭評量	人 E3 了解每
	六. 童玩真			作。	Ic-I-1民俗運動	2. 能做出抛接及投擲沙包	領。	行為檢核	個人需求的
	有趣			2c-I-2 表現認真	基本動作與遊	的動作。	2. 藉由沙包的動作學習,	態度評量	不同,並討論
				參與的學習態	戲。	3. 能利用休閒時間,在學校	訓練學童手眼協調能		與遵守團體
				度。		或家裡和他人進行童玩遊	カ。		的規則。
		2		3d-I-1 應用基本		戲。	3. 能說出風車接力的玩法		人 E8 了解兒
				動作常識,處理		4. 能製作風車並了解風車	及注意事項。		童對遊戲權
				練習或遊戲問		的玩法。	4. 能在遊戲中與同學快樂		利的需求。
				題。			互動、認真學習。		
				4c-I-1 認識與身					
				體活動相關資					
				源。					

	<u> </u>					4	4 11 124 449 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	u	F m2 . 3. 3 . 4 . =
	壹、守護健		健體-E-A1	1a-I-1 認識基	Ea-I-1 生活中	1. 能依照六大類食物的標	1. 指導學童正確的將食物	觀察評量	【環境教育】
	康有一套		健體-E-B1	本的健康常識。	常見的食物與珍	準將食物分類。	分成六大類。	口頭評量	環 E17 養成日
	一. 飲食面			3b-I-1 能於引	惜食物。	2. 能記錄食用的食物,並完	2. 引導學童願意調整自己	行為檢核	常生活節約
	面觀			導下,表現簡易		成分類。	的飲食內容,每一類食物	態度評量	用水、用電、
				的自我調適技		3. 能養成均衡攝取六大類	都攝取。		物質的行
		1		能。		食物的習慣。	3. 討論食物的來源,進而		為,減少資源
		1		4a-I-2 養成健康		4. 了解食物得來不易,並養	理解食物取得不易,是許		的消耗。
				的生活習慣。		成不浪費的習慣。	多人辛苦工作而來。		【品德教育】
						5. 認識並做到珍惜食物的	4. 說出並做到珍惜食物的		品 El 良好生
						好行為。	好行為。		活習慣與德
						6. 能養成珍惜食物的好習	5. 養成珍惜食物的好習		行。
第三週						慣。	慣。		
第二 题	貳、運動歡		健體-E-A2	2c-I-2 表現認真	Ce-I-1其他休閒	1. 能認真參與各項風車遊	1. 能說出紙飛機的玩法及	觀察評量	【人權教育】
	暢樂趣多			參與的學習態	運動入門遊戲。	戲活動。	注意事項。	口頭評量	人 E3 了解每
	六. 童玩真			度。	Ic-I-1民俗運動	2. 能體驗團隊合作的樂	2. 能在遊戲中與同學快樂	行為檢核	個人需求的
	有趣			3d-I-1 應用基本	基本動作與遊	趣,遵守遊戲規則。	互動、認真學習。	態度評量	不同,並討論
				動作常識,處理	戲。	3. 能製作紙飛機,並了解紙	3. 能在學校利用課間進行		與遵守團體
		2		練習或遊戲問		飛機的玩法。	遊戲活動。		的規則。
		Δ		題。		4. 能在遊戲中與同學快樂			人 E8 了解兒
				4c-I-1 認識與身		互動、認真學習。			童對遊戲權
				體活動相關資		5. 能利用休閒時間,在學校			利的需求。
				源。		或家裡和他人進行童玩遊			
				4d-I-1 願意從事		戲。			
				規律身體活動。					
	壹、守護健		健體-E-A1	1a-I-1 認識基	Ea-I-1 生活中	1. 能認識排便對健康的影	1. 指導學童了解食物消化	觀察評量	【環境教育】
第四週	康有一套	1	健體-E-B1	本的健康常識。	常見的食物與珍	鄉。	的過程。	口頭評量	環 E17養成日
为白迥	一. 飲食面	1		1a-I-2 認識健康	惜食物。	2. 能養成良好生活習慣,幫	2. 引導學童在日常生活中	行為檢核	常生活節約
	面觀			的生活習慣。	Ea-I-2 基本的飲	助排便順暢。	培養健康習慣並正常排	態度評量	用水、用電、

				2b-I-2 願意養成	食習慣。	3. 透過活動知道自己理解	便。		物質的行
				個人健康習慣。		或不理解的部分能針對不			為,減少資源
				4a-I-2 養成健康		理解處提問或和同學想辦			的消耗。
				的生活習慣。		法解决。			【品德教育】
									品 E1 良好生
									活習慣與德
									行。
	貳、運動歡		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體	Ga-I-1走、跑、	1. 能做出簡單急停動作。	1. 能做出聽到聲音停止	觀察評量	【人權教育】
	暢樂趣多		健體-E-C2	活動的基本動	跳與投擲遊戲。	2. 能明白快速反應在生活	時,即停止身體活動的反	口頭評量	人 E8 了解兒
	七. 反應高			作。	Ib-I-1唱、跳與	中的運用。	應動作。	行為檢核	童對遊戲權
	手			1c-I-2 認識基本	模仿性律動遊	3. 能創造動作讓同組的學	2. 能創造動作讓同組的學	態度評量	利的需求。
				的運動常識。	戲。	童模仿。	童模仿。		
		0		3c-I-1 表現基本		4. 能模仿同學創造出來的	3. 能快速模仿同學創造出		
		2		動作與模仿的能		動作。	來的動作。		
				カ。			4. 教師要指導學童先從大		
							肢體動作開始,再慢慢模		
							仿細微的動作。		
							5. 能明白快速反應在生活		
							中的運用。		
	壹、守護健		健體-E-A2	3b-I-1 能於引導	Fa-I-2 與家人及	※可以從觀察他人互動的	1. 從觀察人際間微妙的肢	觀察評量	【性別平等
	康有一套		健體-E-B1	下,表現簡易的	朋友和諧相處的	狀況猜測對方的人際互	體動作與表情出發,引導	口頭評量	教育】
	二. 歡喜做		健體-E-C2	自我調適技能。	方式。	動,並能說出和好朋友一起	學童分辨好朋友間愉悅的	行為檢核	性E11培養性
	朋友					分享的感覺和喜好。	情緒。	態度評量	別間合宜表
第五週		1					2. 藉由一起學習、一起		達情感的能
							玩,找到共同興趣的好朋		カ。
							友。		
							3. 畫出全班朋友網絡,發		
							覺這種全班一起的感受,		

							藉此說出要一起玩、一起		
	貳、運動歡		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體	Ab-I-1體適能遊	1. 能在遊戲中做出迅速起	學習的願景。 1. 能做出不同姿勢的起立	觀察評量	【人權教育】
	暢樂趣多		健體-E-C2	活動的基本動	戲。	立及快跑動作。	動作。	口頭評量	人 E8 了解兒
	七. 反應高			作。	Ga-I-1走、跑、	2. 能依指令迅速做出移	2. 藉由不同起立姿勢,讓	行為檢核	童對遊戲權
	手			1c-I-2 認識基本	跳與投擲遊戲。	動、蹲下、跳躍的動作。	學童體會反應的快慢差	態度評量	利的需求。
		2		的運動常識。			異。		
				4d-I-1 願意從事			3. 能做出不同姿勢的起立		
				規律身體活動。			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		健體-E-A2	3b-I-2 能於引導	Fa-I-2 與家人及	1. 願意嘗試與不熟悉的人	1. 引導學童寫下全班名	觀察評量	【性別平等
	康有一套		健體-E-B1	下,表現簡易的	朋友和諧相處的	互動。	字,仔細思考自己較少互	口頭評量	教育】
	二. 歡喜做		健體-E-C2	人際溝通互動技	方式。	2. 能在互動中留意社交的	動的名單,嘗試與不熟悉	行為檢核	性 E11 培養性
	朋友	1		能。		重要禮節。	的同學互動,跨出社交舒	態度評量	別間合宜表
							適圈。		達情感的能
							2. 提醒學童注意社交禮		力。
							節。		
	貳、運動歡		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體	Ab-I-1體適能遊	1. 能依指令迅速做出折返	1. 能連續做出轉換急停、	觀察評量	【人權教育】
第六週	暢樂趣多		健體-E-C2	活動的基本動	戲。	動作。	蹲下、起立、跳躍、轉向	口頭評量	人 E8 了解兒
	七. 反應高			作。	Ga-I-1走、跑、	2. 能迅速做出起立與快跑	及折返的動作。	行為檢核	童對遊戲權
	手			1c-I-2 認識基本	跳與投擲遊戲。	動作。	2. 能依指令迅速做出移	態度評量	利的需求。
		0		的運動常識。		3. 能迅速做出移動、急停及	動、急停及轉向折返的動		
		2		4d-I-1 願意從事		轉向折返動作。	作。		
				規律身體活動。		4. 能在遊戲過程中,做出判	3. 能在遊戲中做出判斷與		
						斷與改變遊戲策略。	選擇。		
						5. 能遵守遊戲規則,並和他	4. 能遵守遊戲規定,並和		
						人一同合作遊戲。	他人一同合作遊戲。		

	4		that Tito	01 7 1 11 11 11 11 11 11	D I O de De la	with and the second second	NACH Many days be about the	4h- 4h v- 10	7 11 m 1 m 1 m
	壹、守護健		健體-E-A2	3b-I-1 能於引導	Fa-I-2 與家人及	※練習在生氣的狀況,依據	※能夠明確的表達自己的	觀察評量	【性別平等
	康有一套		健體-E-B1	下,表現簡易的	朋友和諧相處的	引導能表達自己的感受,並	感受讓對方知道,對彼此	口頭評量	教育】
	二. 歡喜做		健體-E-C2	自我調適技能。	方式。	想辦法解決問題。	的關係是很重要的,因此	行為檢核	性E11培養性
	朋友	1		3b-I-2 能於引導			從練習完整的說出感受開	態度評量	別間合宜表
				下,表現簡易的			始,並能理解做錯事後,		達情感的能
				人際溝通互動技			有勇氣的道歉對彼此關係		カ。
				能。			是非常有幫助的。		
	貳、運動歡		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體	Ia-I-1滾翻、支	1. 能利用肢體支撑身體,表	1. 能藉由身體四肢或臀部	觀察評量	
	暢樂趣多		健體-E-B3	活動的基本動	撐、平衡、懸垂	現簡單的平衡動作。	支撐身體,達成身體平衡。	口頭評量	
<i>ж</i> , ла	八. 我有好		健體-E-C2	作。	遊戲。	2. 能專注觀賞他人的動作	2. 透過練習,能與同學協	行為檢核	
第七週	身手			2c-I-2 表現認真		表現,且樂於參與並完成連	力合作,完成各種平衡動	態度評量	
				參與的學習態		續動作。	作。		
				度。		3. 能靈活的表現出簡單的	3. 能依指令完成肢體動		
		2		2d-I-1 專注觀賞		全身性身體活動,完成肌力	作。		
				他人的動作表		訓練。	4. 利用身體的控制能力,		
				現。		4. 能在遊戲活動中,表現出	進行平衡與肌力訓練。		
				3d-I-1 應用基本		對肢體的控制能力。			
				動作常識,處理					
				練習或遊戲問					
				題。					
	壹、守護健		健體-E-A2	3b-I-2 能於引導	Fa-I-2 與家人及	1. 能分工合作,一起完成一	※不是由教師或班長分配	觀察評量	【性別平等
	康有一套		健體-E-B1	下,表現簡易的	朋友和諧相處的	件任務,從中得到成就感。	工作,而是彼此就自己學	口頭評量	教育】
	二. 歡喜做		健體-E-C2	人際溝通互動技	方式。	2. 能根據自己的能力完成	會的打掃技能或想挑戰的	行為檢核	性 E11 培養性
ble -	朋友			能。		工作並充分練習。	工作分工,在合作時也能	態度評量	別間合宜表
第八週		1		3b-I-3 能於生活		3. 能了解分工合作的重要	互相協助,需要協助時能		達情感的能
				中嘗試運用生活		性。	勇敢提出來,一起完成打		力。
				技能。		4. 能演練不同情境中分工	掃工作。		
						合作的行為。			

貳、運動散 暢樂趣多 (d體-E-A1) (d體-E-B3) (d體-E-B3) (de體-E-C2) (de體-E-C2) (de體-E-C2) (de體-E-C2) (dete-E-C2) (dete-E-C2	
八. 我有好 身手 健體-E-C2 作。 遊戲。 2. 培養觀察及動作模仿的 能力並能專注觀賞他人的 動作表現。 2. 利用身體的控制能力, 進行平衡與肌力訓練。 態度評量 多與的學習態 度。 2d-I-1 專注觀賞 他人的動作表現。 3. 利用活動訓練肢體的開展,並快樂參與遊戲及運動物行表的動作。 動物行走的動作。 4. 能利用肢體學習動物行 4. 能利用肢體學習動物行	
身手	
參與的學習態 動作表現。 3. 能藉由遊戲,帶領學童 依動物的特性,模仿各種 動物行走的動作。 2d-I-1 專注觀賞 他人的動作表 現。 長,並快樂參與遊戲及運 動物行走的動作。 2 現。 4. 能利用肢體學習動物行	
度。	
2d-I-1 專注觀賞 展,並快樂參與遊戲及運 動物行走的動作。 動。 4. 能利用肢體學習動物行	
他人的動作表 現。	
現。	
3c-I-1 表現基本 走的動作。	
動作與模仿的能 5. 培養觀察及動作模仿的	
力。	
3d-I-1 應用基本 動作表現。	
動作常識,處理 6. 利用活動訓練肢體的伸	
練習或遊戲問展,並快樂參與遊戲及運	
題。	
4d-I-1 願意從事	
規律身體活動。	
壹、守護健	生命教育】
康有一套 健體-E-A2 的健康常識。 位與衛生保健的 重要性。 了解眼睛在生活中的重要 口頭評量 生	. E2 理解人
三. 带著眼	身體與心
耳鼻去旅 態度評量 理	1面向。
(1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1)	戶外教育】
第九週 1	E3 善用五
官	'的感知,培
	眼、耳、
	-、舌、觸覺
及	心靈對環

	貳、運動歡		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體	Ia-I-1滾翻、支	1. 能利用肢體學習動物行	1. 能藉由遊戲,帶領學童	觀察評量	境感力。 【安E3 知傷等 是11 了要数的 安E12 操教 單的急 目。
	暢樂趣多		健體-E-B3	活動的基本動	撐、平衡、懸垂	走的動作。	依動物的特性,模仿各種	口頭評量	
	八. 我有好		健體-E-C2	作。	遊戲。	2. 培養觀察及動作模仿的	動物行走的動作。	行為檢核	
	身手			2c-I-2 表現認真		能力,並能專注觀賞他人的	2. 透過競走遊戲, 能與同	態度評量	
				參與的學習態		動作表現。	學協力合作,完成動作達		
				度。		3. 利用活動訓練肢體的伸	到目標。		
				2d-I-1 專注觀賞		展,並快樂參與遊戲及運			
		2		他人的動作表		動。			
		- <u>-</u>		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					
	生 声址 /+		人去 雨曲 DA1	題。	Do I O A Bib 11 And	>> 4+ 4- > ∀ m n ± 1	少禾证从市水咖啡不平	抽旁还目	しょうか
第十週	壹、守護健 唐七 本	1	健體-E-A1	1a-I-1 認識基本	Da-I-2 身體的部	※能知道眼睛在生活中的	※透過故事與體驗活動,	觀察評量	【生命教育】
	康有一套		健體-E-A2	的健康常識。	位與衛生保健的	重要性。	了解眼睛在生活中的重要	口頭評量	生 E2 理解人

三. 帶	芦著眼	健體-E-A3		重要性。		性。	行為檢核	的身體與心
耳鼻:	去旅						態度評量	理面向。
行								【戶外教育】
								户 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	運動 歡	健體-E-A1	1c-I-1 認識身體	Ab-I-1體適能遊	1. 能在移動時進行跳躍動	1. 能完成單、雙腳混合組	觀察評量	【人權教育】
暢樂為	趣多	健體-E-C1	活動的基本動	戲。	作。	合跳和連續跳。	口頭評量	人 E8 了解兒
九. 跳	心躍大		作。	Ga-I-1走、跑、	2. 能在移動過程中做出	2. 能和同學快樂的完成遊	行為檢核	童對遊戲權
進擊			1c-I-2 認識基本	跳與投擲遊戲。	單、雙腳跳混合式的連續跳	戲,並遵守遊戲規則。	態度評量	利的需求。
	2		的運動常識。		躍動作。	3. 了解跳躍是快樂時的表		
			2c-I-2 表現認真		3. 和同學配合做出跳、碰動	現動作。		
			參與的學習態		作。	4. 和同學配合做出跳、碰		
			度。			的動作。		
			3d-I-1 應用基本					
			動作常識,處理					

				練習或遊戲問					
				題。					
	壹、守護健		健體-E-A1	1b-I-1 舉例說明	Ba-I-2 眼耳鼻傷	1. 能知道眼睛的保健方式。	1. 學習如何愛護眼睛,並	觀察評量	【生命教育】
	康有一套		健體-E-A2	健康生活情境中	害事件急救處理	2. 能透過活動紀錄,了解自	透過活動紀錄,了解自己	口頭評量	生 E2 理解人
	三. 帶著眼		健體-E-A3	適用的健康技能	方法。	己做到了哪些愛眼行動。	做到了哪些愛眼行動。	行為檢核	的身體與心
	耳鼻去旅			和生活技能。	Da-I-2 身體的部	3. 能於日常生活中舉例眼	2. 藉由課本情境中學童眼	態度評量	理面向。
	行			2a-I-2 感受健康	位與衛生保健的	睛受傷時適	睛受傷時的處理方法,討		【戶外教育】
				問題對自己造成	重要性。	用的處理技巧。	論眼睛傷害的正確緊急處		户 E3 善用五
				的威脅性。		4. 能了解正確處理眼睛受	理順序,絕不可輕忽小症		官的感知,培
				3a-I-2 能於引導		傷的重要性,感受不當的處	狀。		養眼、耳、
				下,於生活中操		理方式對健康所造成的威			鼻、舌、觸覺
		1		作簡易的健康技		脅。			及心靈對環
		1		能。		5. 能於師長引導下,於生活			境感受的能
				4a-I-2 養成健康		中操作眼睛傷害事件急救			カ。
第十一週				的生活習慣。		的健康技能。			【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		健體-E-A1	1c-I-1 認識身體	Ab-I-1體適能遊	1. 和同學配合做出波浪跳	1. 和同學配合做出波浪跳	觀察評量	【人權教育】
	暢樂趣多		健體-E-C1	活動的基本動	戲。	躍動作。	的動作。	口頭評量	人 E8 了解兒
	九. 跳躍大	2		作。	Ga-I-1走、跑、	2. 能說出各種動物跳躍的	2. 能在遊戲中展現各種	行為檢核	童對遊戲權
	進擊			1c-I-2 認識基本	跳與投擲遊戲。	特色。	「跳」的動作。	態度評量	利的需求。
				的運動常識。					

				90 1 9 生田					
				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。					
	壹、守護健		健體-E-A1	1b-I-1 舉例說明	Ba-I-2 眼耳鼻傷	1. 能知道耳朵在生活中的	1. 引導學童知道愛護耳朵	觀察評量	【生命教育】
	康有一套		健體-E-A2	健康生活情境中	害事件急救處理	重要性與保健方式。	的方法及保健方法,並積	口頭評量	生 E2 理解人
	三. 帶著眼		健體-E-A3	適用的健康技能	方法。	2. 能於日常生活中舉例說	極實踐。	行為檢核	的身體與心
	耳鼻去旅			和生活技能。	Da-I-2 身體的部	明,耳朵內有異物時適用的	2. 藉由課本情境了解可能	態度評量	理面向。
	行			2a-I-2 感受健康	位與衛生保健的	處理技巧。	有異物會進入耳朵,討論		【戶外教育】
				問題對自己造成	重要性。	3. 能了解正確處理耳朵內	不適當的做法可能造成的		户 E3 善用五
				的威脅性。		有異物的重要性,感受不當	傷害,必要時要請大人協		官的感知,培
				3a-I-2 能於引導		的處理方式對健康所造成	助處理取出。		養眼、耳、
				下,於生活中操		的威脅。			鼻、舌、觸覺
				作簡易的健康技		4. 能在師長引導下,於生活			及心靈對環
		1		能。		中操作排除耳朵進水的健			境感受的能
第十二週				 4a-I-2 養成健康		 康技能。			力。
				的生活習慣。					【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
									中的念教内 目。
-	丰、浑私勘		公井 □曲 □ 11	 1c-I-1 認識身體	Ab-I-1體適能遊	1 化创油档径夕纸和山咖	1 化大游散中创业工口	帕穷证具	
	貳、運動歡	2	健體-E-A1	·		1. 能創造模仿各種動物跳	1. 能在遊戲中創造不同	觀察評量	【人權教育】
	暢樂趣多		健體-E-C1	活動的基本動	戲。	躍的動作。	「跳」的動作。	口頭評量	人 E8 了解兒

	九. 跳躍大			作。	Ga-I-1走、跑、	2. 能以跳躍動作完成猜拳	2 能以跳躍動作進行猜拳	行為檢核	童對遊戲權
	進擊			2c-I-2 表現認真	跳與投擲遊戲。	遊戲。	遊戲。	態度評量	利的需求。
				參與的學習態		3. 遵守遊戲規則,並和他人			
				度。		一同合作遊戲。			
				3c-I-1 表現基本					
				動作與模仿的能					
				力。					
				3d-I-1 應用基本					
				動作常識,處理					
				練習或遊戲問					
				題。					
	壹、守護健		健體-E-A1	1b-I-1 舉例說明	Ba-I-2 眼耳鼻傷	1. 能知道鼻子在生活中的	1. 引導學童能認識愛護鼻	觀察評量	【生命教育】
	康有一套		健體-E-A2	健康生活情境中	害事件急救處理	重要性與保健方式。	子的方法並積極實踐,當	口頭評量	生 E2 理解人
	三. 帶著眼		健體-E-A3	適用的健康技能	方法。	2. 能於日常生活中舉例流	身體的好主人。	行為檢核	的身體與心
	耳鼻去旅			和生活技能。	Da-I-2 身體的部	鼻血時適用的處理技巧。	2. 了解並感受到不當處理	態度評量	理面向。
	行			2a-I-2 感受健康	位與衛生保健的	3. 能了解正確處理流鼻血	流鼻血的方式對健康所造		【戶外教育】
				問題對自己造成	重要性。	的重要性,感受不當的處理	成的威脅,能正確演練流		戶 E3 善用五
				的威脅性。		方式對健康所造成的威脅。	鼻血的處理方法。		官的感知,培
				3a-I-2 能於引		4. 能於師長引導下,於生活			養眼、耳、
第十三週		1		導下,於生活中		中操作止住鼻血的健康技			鼻、舌、觸覺
				操作簡易的健康		能。			及心靈對環
				技能。		5. 能知道眼、耳、鼻的重要			境感受的能
				4a-I-2 養成健康		性及保健方式。			力。
				的生活習慣。		6. 能確實愛護眼耳鼻,進而			【安全教育】
						養成良好生活習慣。			安 E3 知道常
									見事故傷害。
									安E11了解急
									救的重要性。

	貳、運動歡 暢樂趣多 九. 跳躍大 進擊		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	Ga-I-1走、跑、 跳與投擲遊戲。	1. 能以跳躍動作完成猜拳遊戲。 2. 遵守遊戲規則,並和他人 一同合作遊戲。	1. 能結合音樂音符、五線 譜概念做出跳躍動作。 2. 能運用數學加減法運算 做出跳躍動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	安E12操作簡單的急救項目。 【人權教育】 人E8了解兒 童對遊戲權 利的需求。
		2		參與的學習態 度。 3c-I-1表現基本 動作與模仿的能 力。		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,做出跳躍動作。	3. 能和同學快樂的完成遊戲,並遵守遊戲規則。		
第十四週	壹 康有 自 護 化	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。	1.能以自己和對方都能接受的方式打招呼。 2.能知道自己能接受和不能接受的身體碰觸部位。	※能透過遊戲活動與課堂 討論,知道自己能接受和 不能接受的身體碰觸。	觀察評量 口 行 慈度評量	【教性體重體【人私生【法少性育 E4 線人主權 E0 與的治認實的權教認日關教認。 實調尊身。育識常係育識。
	貳、運動歡 暢樂趣多	2	E-C2	1c-I-2 認識基本 的運動常識。	Ha-I-1網/牆性 球類運動相關的	1. 能知道手部向上拍氣球 前進的相關動作。	1. 能知道並運用不同手部 部位進行向上拍氣球動	觀察評量口頭評量	【人權教育】 人 E8 了解兒
	十.手腳並	7		1d-I-1 描述動作	節易拋、接、控、	2. 能運用不同手部部位進	作。	行為檢核	童對遊戲權

	用			技能基本常識。	擊、持拍及拍、	行向上拍氣球動作。	2. 能在設定時間內連續將	態度評量	利的需求。
				2c-I-1 表現尊重	擲、傳、滾之手	3. 能在一定時間內連續將	氟球拍起,越多越好。		【品德教育】
				的團體互動行	眼動作協調、力	氣球拍起,越多越好。	3. 能表現出拍氣球接力相		品 E2 自尊尊
				為。	量及準確性控球	4. 能發揮創意,創造不同動	關動作。		人與自愛愛
				2c-I-2 表現認真	動作。	作並實踐。	4. 能表現出和他人互相合		人。
				參與的學習態		5. 能知道拍氣球接力相關	作完成拍氣球接力。		品 E3 溝通合
				度。		動作。			作與和諧人
				2d-I-1 專注觀賞		6. 能知道如何和他人合作			際關係。
				他人的動作表		完成拍氣球接力。			【安全教育】
				現。					安 E7 探究運
				3d-I-1 應用基本					動基本的保
				動作常識,處理					健。
				練習或遊戲問					
				題。					
				4d-I-1 願意從事					
				規律身體活動。					
	壹、守護健		健體-E-A1	2a-I-2 感受健康	Db-I-2 身體隱私	1. 能知道身體隱私處的部	※透過課本人形圖身體隱	觀察評量	【性別平等
	康有一套		健體-E-A2	問題對自己造成	與身體界線及其	位,而且不能讓別人碰觸。	私處部位的塗色方式,師	口頭評量	教育】
	四. 自我保		健體-E-A3	的威脅性。	危害求助方法。	2. 能清楚描述身體碰觸帶	生討論隱私處是身體不能	行為檢核	性 E4 認識身
	護小勇士					給自己的感受。	讓別人碰觸的部位,進而	態度評量	體界線與尊
						3. 能知道遭受侵犯時,保護	學習保護方法和遭受侵犯		重他人的身
第十五週		1				自己的方法。	時的求助方法。		體自主權。
界「五型		1							【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		健體-E-C2	1d-I-1 描述動作	 Ha-I-1網/牆性	1. 能知道拍氣球接力相關	1. 能發揮創意,創造不同	觀察評量	【人權教育】
	暢樂趣多		, C. M 3 -	技能基本常識。	球類運動相關的	動作。	動作並實踐。	口頭評量	人 E8 了解兒
	十. 手腳並			2c-I-1 表現尊重	簡易拋、接、控、	2. 能知道如何和他人合作	2. 能表現出拍氣球接力相	 行為檢核	童對遊戲權
	用			的團體互動行	擊、持拍及拍、	完成拍氣球接力。	關動作。	態度評量	利的需求。
				為。	 擲、傳、滾之手	3. 能知道擊球過網的活動	3. 能實地完成擊球過網的		【品德教育】
				2c-I-2 表現認真	眼動作協調、力	規則並遵守。	相關動作。		品 E2 自尊尊
				参 與的學習態	量及準確性控球	4. 能知道並完成擊球過網	4. 能實地和他人互相合		人與自愛愛
				度。	動作。	的相關動作。	作,進行擊球過網。		人。
		2		 2d-I-1 專注觀賞		5. 能知道如何和他人合作			品 E3 溝通合
				他人的動作表		進行擊球過網。			作與和諧人
				現。					際關係。
				3d-I-1 應用基本					【安全教育】
				動作常識,處理					安 E7 探究運
				練習或遊戲問					動基本的保
				題。					健。
				4d-I-1 願意從事					
				規律身體活動。					
	壹、守護健		健體-E-A1	1b-I-1 舉例說明	Db-I-2 身體隱私	1. 能知道遭遇緊急情況	1. 透過情境討論,知道危	觀察評量	【性別平等
	康有一套		健體-E-A2	健康生活情境中	與身體界線及其	時,如何自我保護並尋求協	險可能發生的地點,並知	口頭評量	教育】
	四. 自我保		健體-E-A3	適用的健康技能	危害求助方法。	助。	道遇到危險時該如何因	行為檢核	性 E4 認識身
	護小勇士			和生活技能。		2. 能演練遭遇緊急情況時	應。	態度評量	體界線與尊
第十六週		1		3b-I-3 能於生活		尋求協助的方法。	2. 透過情境討論及演練,		重他人的身
				中嘗試運用生活		3. 能分辨具威脅性的行	學習自我保護的方式。		體自主權。
				技能。		為,並說出遭遇緊急情況時			【人權教育】
						自我保護的方法。			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		健體-E-C2	1d-I-1 描述動作	Ha-I-1網/牆性	1. 能知道擊球過網的活動	1. 能表現出和他人互相合	觀察評量	【人權教育】
	暢樂趣多			技能基本常識。	球類運動相關的	規則並遵守。	作完成拍氣球接力。	口頭評量	人 E8 了解兒
	十. 手腳並			2c-I-1 表現尊重	簡易拋、接、控、	2. 能知道並完成擊球過網	2. 能實地和他人互相合	行為檢核	童對遊戲權
	用			的團體互動行	擊、持拍及拍、	的相關動作。	作,進行擊球過網。	態度評量	利的需求。
				為。	擲、傳、滾之手	3. 能知道如何和他人合作	3. 能利用腳的不同部位,		【品德教育】
				2c-I-2 表現認真	眼動作協調、力	進行擊球過網。	將氣球往上踢起。		品 E2 自尊尊
				參與的學習態	量及準確性控球	4. 能知道並完成相關的踢	4. 能順暢的踢擊氣球完成		人與自愛愛
				度。	動作。	氣球動作。	闖關。		人。
		2		2d-I-1 專注觀賞	Hb-I-1陣地攻守	5. 能於活動中展現踢氣球			品 E3 溝通合
				他人的動作表	球類運動相關的	的技能。			作與和諧人
				現。	簡易拍、拋、接、				際關係。
				3d-I-1 應用基本	擲、傳、滾及踢、				【安全教育】
				動作常識,處理	控、停之手眼、				安 E7 探究運
				練習或遊戲問	手腳動作協調、				動基本的保
				題。	力量及準確性控				健。
				4d-I-1 願意從事	球動作。				
				規律身體活動。					
	壹、守護健		健體-E-A1	1a-I-1 認識基本	Fb-I-1 個人對健	1. 能知道在學校身體不舒	1. 強化學童的健康常識,	觀察評量	【品德教育】
	康有一套		健體-E-A2	的健康常識。	康的自我覺察與	服時,會到健康中心請求協	知道身體不舒服時,應該	口頭評量	品 E1 良好生
	五. 抗病小		健體-E-C1		行為表現。	助、回家要告知家人。	告訴教師(在學校)、家人	行為檢核	活習慣與德
第十七週	高手	1			Fb-I-2兒童常見	2. 知道身體不舒服時的適	(在家),請他們協助處理	態度評量	行。
					疾病的預防與照	切處理方式。	問題。		
					顧方法。	3. 感染傳染病時,能做到保	2. 強化學童的健康常識,		
						護人我的行為。	知道身體不舒服時,適切		

	貳、運動歡 暢樂趣多 十. 用	2	健體−E−C2	Id-I-1 描述 2c-I-1 描述 2c-I-1 描本 表 動 度 定 是 要 度 是 是 是 要 度 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	Hb-I-1陣地球簡為傳、一個型型的	1. 能於活動中展現踢氣球的技能。 2. 能知道並完成跑跑踢踢的相關動作。 3. 能利用不同腳的部位完成踢擊動作。 4. 能穩定踢中擺動中不同種類的球。	的處理方式,並建立。 3. 知時 3. 知時 3. 無 3. 無 5. 是 5.	觀知可為實理量核量	【人童利【品人人品作際【安動健人 E8 遊需德自 實 海 经 全探的
	+ 441		A Figh D A 1	規律身體活動。	D1 I 1 /m , 1/1/2		炒	物应证目	
	壹、守護健 唐太一会		健體-E-A1	1a-I-1 認識基本	Fb-I-1 個人對健 事的自我學家與	1. 能認識感染腸病毒期間	※藉由圖片說明身體出現	觀察評量	【品德教育】 口 [[] 自 [4] 4
第上、 理	康有一套	1	健體-E-A2	的健康常識。	康的自我覺察與	的症狀。	的一些異相(口破、出疹、	口頭評量	品EI 良好生
第十八週	五. 抗病小高手	1	健體-E-C1	2b-I-1 接受健康 的生活規範。	行為表現。	2. 能遵守腸病毒糾察守則。 3. 能在日常生活中,自我要	水疱、嗜睡等),讓學童更容易了解感染腸病毒的症	行為檢核	活習慣與德
	问丁			的生活规範。 2b-I-2 願意養成		J. 配任口吊至活中, 自我安 求做到糾察守則的規範行	各	態度評量	行。

				個人健康習慣。		為。			
-	貳、運動歡		健體-E-C3	1c-I-2 認識基本	Ce-I-1 其他休閒	1. 能了解跳繩運動的好處	1. 指導學童學會正確的暖	觀察評量	【人權教育】
	暢樂趣多		产服 L CO	的運動常識。	運動入門遊戲。	及安全原則。	身運動,並確實做到。	口頭評量	人E3 了解每
	十一.大家			2d-I-2 接受並體	Ic-I-1 民俗運動	2. 能做出跳繩伸展操的動	2. 透過跳繩活動促進健康	1 頭 重 行為檢核	個人需求的
	來跳繩			Zu=1-2 按文业版 驗多元性身體活	基本動作與遊	2. 肥敞山跳總件後採的期 作。	2. 透過跳總石斯促進降原 體適能。	11 為做格	
	不 此他			,		i i		怨及計里	不同,並討論
		0		動。	戲。	3. 能在跳繩遊戲中體驗快	3. 指導學童正確的做出暖		與遵守團體
		2		3c-I-1 表現基本		樂互動,並認真學習。	身運動及甩繩動作。		的規則。
				動作與模仿的能		4. 能利用課間及假日進行			人 E8 了解兒
				力。		」 跳繩活動。			童對遊戲權
				4c-I-2 選擇適合					利的需求。
				個人的身體活					
				動。					
	壹、守護健		健體-E-A1	1a-I-2 認識健康	Fb-I-2兒童常見	1. 能了解生病期間的在家	※從日常生活保健觀念著	觀察評量	【品德教育】
	康有一套		健體-E-A2	的生活習慣。	疾病的預防與照	照護要點。	手,向學童說明感染腸病	口頭評量	品 E1 良好生
	五. 抗病小		健體-E-C1	3a-I-2 能於引導	顧方法。	2. 能知道感染腸病毒期間	毒的居家照護要點,讓學	行為檢核	活習慣與德
	高手	1		下,於生活中操		適合進食的食物。	童學習正確的照護方法,	態度評量	行。
				作簡易的健康技			日後,在自己或家人感染		
				能。			腸病毒時,能表現出促進		
							健康的行為。		
第十九週	貳、運動歡		健體-E-C3	1c-I-2 認識基本	Ab-I-1 體適能遊	1. 能了解並說出跳繩一跳	※透過跳繩活動促進健康	觀察評量	【人權教育】
	暢樂趣多			的運動常識。	戲。	一迴旋的動作要領。	體適能。	口頭評量	人 E3 了解每
	十一. 大家			 2d-I-2 接受並體	Ce-I-1 其他休閒	2. 能在跳繩遊戲中體驗快		 行為檢核	個人需求的
	來跳繩	2		驗多元性身體活	運動入門遊戲。	樂互動,並認真學習。		態度評量	不同,並討論
				動。	 Ic-I-1 民俗運動	3. 能做出跳繩一跳一迴旋			與遵守團體
				3c-I-1 表現基本	基本動作與遊	的基本動作技巧。			的規則。
				動作與模仿的能	彪。	4. 能利用課間進行跳繩活			人 E8 了解兒

				カ。		動,進而養成規律運動的習			童對遊戲權
				4c-I-2 選擇適合		慣。			利的需求。
				個人的身體活					
				動。					
	壹、守護健		健體-E-A1	1a-I-1 認識基本	Fb-I-2兒童常見	1. 知道預防生病的好行為。	※以日常生活發生的事件	觀察評量	【品德教育】
	康有一套		健體-E-A2	的健康常識。	疾病的預防與照	2. 實踐日常生活中預防生	(三位學童生病的經驗)	口頭評量	品 E1 良好生
	五. 抗病小		健體-E-C1	2b-I-2 願意養成	顧方法。	病的好行為。	為例,向學童說明預防生	行為檢核	活習慣與德
	高手	1		個人健康習慣。			病的好行為,讓學童在學	態度評量	行。
		1		3a-I-2 能於引導			習健康知識的當下,也能		
				下,於生活中操			將所學落實在生活中,進		
				作簡易的健康技			而表現出促進健康的行		
第廿十週				能。			為。		
~第廿一	貳、運動歡		健體-E-C3	2d-I-2 接受並體	Ab-I-1 體適能遊	1. 能在跳繩遊戲中體驗快	1. 學會正確的暖身運動及	觀察評量	【人權教育】
週	暢樂趣多			驗多元性身體活	戲。	樂互動並認真學習。	跳繩動作。	口頭評量	人 E3 了解每
	十一. 大家			動。	Ic-I-1 民俗運動	2. 能利用課間進行跳繩活	2. 藉由簡易的遊戲來提升	行為檢核	個人需求的
	來跳繩			3c-I-1 表現基本	基本動作與遊	動,進而養成規律運動的習	跳繩節奏感的能力。	態度評量	不同,並討論
		2		動作與模仿的能	戲。	慣。			與遵守團體
				カ。					的規則。
				4c-I-2 選擇適合					人 E8 了解兒
				個人的身體活					童對遊戲權
				動。					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。