彰化縣二水鄉復興國民小學 114 學年度第一學期一年級 健體 領域/科目課程(部定課程)

5、各年級領域學習課程計畫

- 5-1 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							
教 材 版本	附一 版	(班級/組別)	_	教字即 数	本则(o)即,本字期共(00)即							
	1. 能於生	活中,嘗試自我覺察並修正個人	上下學與遊戲的不管	當行為,練習各項安全行	為。							
	2. 養成遵	守上下學與遊戲注意事項的好習	慣。									
	3. 能知道.	能知道上廁所的注意事項,並能正確使用廁所。										
	4. 發覺健	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. 可以從觀察他人動作與表情猜測對方的情緒狀態,並察覺同一件事,每個人的感受可能不同。6. 從自己能完成來得到自我悅納感,知道自己做得到,也能自己做。											
	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	生。								
課程目標	8. 能覺察	良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。							
	9. 能知道	能知道健康檢查複檢(再檢查)怎麼做,知道學校健康中心的設備、器材與使用方法,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	醫師的辛苦付出,知道感恩與感謝。										
	10. 在學校	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,並避免运	運動傷害。								
	12. 能注意	同學的動作,學習、了解如何完	成指示動作,並能員	與同學培養默契通力合作	,完成動作。							
	13. 在遊戲	中表達出對肢體各部位的認識及	完整概念,並能靈>	舌操作身體表現動作。								
	14. 能盡力	的完成教材動作,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	備良好身體活動與健康生活的習	惯,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題	[的思考能力,並透过	過體驗與實踐,處理日常	生活中運動與健康的問題。							
永 食	健體-E-A3具	備擬定基本的運動與保健計劃及	實作能力,並以創	新思考方式,因應日常生	活情境。							

健體-E-B1具備運用體育與健康之相關符號知能,能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。

健體-E-B3具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養,促進多元感官的發展在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。

健體-E-C1具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力,理解並遵守相關的道德規範,培養公民意識,關懷社會。

健體-E-C2具備同理他人感受,在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭,並與團隊成員合作,促進身心健康。

健體-E-C3 具備理解與關心本土與國際體育與健康議題的素養,並認識與包容文化的多元性。

【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。

		十级外科华风明烈工		課程架構			
教學進度	教學單元/	學習	重點	學習目標	學習活動內容	評量方式	融入議題
,	主題名稱	學習表現	學習內容	7 4 - 7 77	, 4	1	內容重點
	壹、快樂上	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	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 了解危機與安全。
	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 E8 了解校園安全的意義。
	行曲	規範。		識穿越馬路的安全	全知識,自我覺察	態度評量	安 E10 關注校園安全的事件。
		3b-I-3 能於生活中嘗試		常識。	日常生活中的安		
		運用生活技能。		2. 能體會走路安全	全與危險行為,並		
				的重要性,並願意	養成遵守交通規		
				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1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	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	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 了解每個人需求的不同,
	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	並討論與遵守團體的規則。
	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	人 E8 了解兒童對遊戲權利的需
		3c-I-2 表現安全的身體		施的名稱。	方法。		求。
		活動行為。		3. 分辨學校空間、	2. 培養學童樂於		
		4d-I-2 利用學校或社區		設備的安全性。	參與團體活動,並		

		資源從事身體活動。		4. 能遵守遊戲規	遵守遊戲規則的		
				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	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	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 了解危機與安全。
	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 E8 了解校園安全的意義。
	行曲	規範。		環,並認識交通安	全知識,自我覺察	態度評量	安 E10 關注校園安全的事件。
		3b-I-3 能於生活中嘗試		全常識。	日常生活中的安		
		運用生活技能。		2. 於生活中,嘗試	全與危險行為,並		
		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		
		習慣。		人不當的交通行	則的習慣,進而未		
第2週				為。	來嘗試自己上學。		
界 4 週				3. 養成遵守乘車注			
				意事項的好習慣。			
	貳、運動樂	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	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 了解每個人需求的不同,
	六. 小小探	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	並討論與遵守團體的規則。
	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	人E8了解兒童對遊戲權利的需
		4d-I-2 利用學校或社區		備,達到安全和快	時,能分辨遊戲行		求。
		資源從事身體活動。		樂的目的。	為的安全性。		
				3. 能遵守遊戲規	3. 學會保護自己		

				則,並與同學互助	和他人的安全。		
				合作。			
				4. 能正確操作各項			
				遊戲設施。			
	壹、快樂上	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	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 了解危機與安全。
	一. 新生進	2b-I-1 接受健康的生活		識安全遊戲常識。	以做决定的技巧	行為檢核	安 E8 了解校園安全的意義。
	行曲	規範。		2. 能體會遊戲安全	選擇適合遊戲的	態度評量	安 E10 關注校園安全的事件。
		3b-I-3 能於生活中嘗試		的重要性,且願意	地方,亦透過自我		【生命教育】
		運用生活技能。		遵守注意事項。	察覺並修正個人		生 E2 理解人的身體與心理面
		4a-I-2 養成健康的生活		3. 在校園中,嘗試	的不當遊戲行		<mark>向。</mark>
		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。		
第3週				4. 於生活中,嘗試			
				自我察覺並修正個			
				人不當的遊戲行			
				為。			
	貳、運動樂	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	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 了解每個人需求的不同,
	六. 小小探	3c-I-2 表現安全的身體		合作。	身體活動。	行為檢核	並討論與遵守團體的規則。
	險家	活動行為。		2. 能正確的操作各	2. 使用遊戲器材	態度評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利的需
				項遊戲設施。	時,能分辨遊戲行		求。
					為的安全性。		
					3. 學會保護自己		
					和他人的安全。		
第4週	壹、快樂上	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	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 了解危機與安全。

	龙山 小4	91. 1. 1. 拉亚油市从上下		日体由上江丛	立山北从内阳丛	仁为从计	它 FO フ切拉国ウ入ル立美
	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 E8 了解校園安全的意義。
	行曲	規範。		環,並且認識放學	方式澄清概念	態度評量	安 E10 關注校園安全的事件。
		3b-I-3 能於生活中嘗試		的安全常識。	後,能舉例說明應		
		運用生活技能。		2. 能體會交通安全	注意的事項,並養		
		4a-I-2 養成健康的生活		的重要性,並且願	成好行為。		
		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。			
	貳、運動樂	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	【性別平等教育】
	趣多	基本動作。	作。	各種身體的伸展活	體的伸展活動,學	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他人
	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	的身體自主權。
	拉圈	學習態度。		身體操作呼拉圈。		態度評量	【人權教育】
		2d-I-1 專注觀賞他人的		2. 能表現認真參與			人 E5 欣賞、包容個別差異並尊
		動作表現。		活動的積極態度。			重自己與他人的權利。
		3d-I-1 應用基本動作常		3. 能與同學培養默			【生涯規劃教育】
		識,處理練習或遊戲問		契合作完成動作。			涯 E7 培養良好的人際互動能
		題。		4. 維護自己與尊重			力。
				他人的身體自主			【生命教育】
				權。			生 E2 理解人的身體與心理面
							<mark>尚。</mark>
	壹、快樂上	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	【品徳教育】
	學去	常識。	本衛生習慣。	名稱。	位的名稱,並能好	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德行。
第5週	二.健康小			2. 能知道保持身體	好愛護它們。	行為檢核	
	達人			乾淨的重要性。		態度評量	
	貳、運動樂	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	【性別平等教育】
					· ·		

	趣多	基本動作。	作。	圈的動作。	體的伸展活動,學	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他人
	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	的身體自主權。
	拉圈	身體活動。		中,避免運動傷害。		態度評量	【人權教育】
				3. 平時能利用呼拉			人 E5 欣賞、包容個別差異並尊
				圏做運動。			重自己與他人的權利。
				4. 能利用呼拉圈選			【生涯規劃教育】
				擇適合自己的身體			涯 E7 培養良好的人際互動能
				活動。			カ。
	壹、快樂上	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 El 良好生活習慣與德行。
	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	
	達人	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	
		技能。		3. 能培養良好的衛	手的方法和步驟。		
				生習慣。	3. 能依照正確的		
					步驟和方法清潔		
## O					雙手。		
第6週	貳、運動樂	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	【性別平等教育】
	趣多	基本動作。		指定動作。	同學一起合作完	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他人
	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	的身體自主權。
	拉圈	學習態度。		活動的積極態度。		態度評量	【人權教育】
		2d-I-1 專注觀賞他人的		3. 能與同學培養默			人 E5 欣賞、包容個別差異並尊
		動作表現。		契合作完成動作。			重自己與他人的權利。
		3d-I-1 應用基本動作常		4. 能注意同學的動			【生涯規劃教育】
		識,處理練習或遊戲問		作,學習、了解如			涯 E7 培養良好的人際互動能
		題。		何完成指示動作。			カ。
# P	壹、快樂上	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】
第7週	學去	常識。	本衛生習慣。	的方法。	臉部各部位的名	口頭評量	品 El 良好生活習慣與德行。
	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	

	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。		
		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		
					物,藉由洗澡認識		
					身體各部分的名		
					稱。		
貳	、運動樂	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	【性別平等教育】
;	趣多	基本動作。	作。	指定動作。	同學一起合作完	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他人
七.	. 來玩呼	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	的身體自主權。
	拉圈	學習態度。		活動的積極態度。	2. 利用呼拉圈完	態度評量	【人權教育】
		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。		人 E5 欣賞、包容個別差異並尊
		動作表現。		作,了解如何完成	3. 認真觀察並公		重自己與他人的權利。
		3c-I-1 表現基本動作與		指示動作。	正評判同學的動		【生涯規劃教育】
		模仿能力。		4. 能與同學培養默	作。		涯 E7 培養良好的人際互動能
		3d-I-1 應用基本動作常		契合作完成動作。	4. 遵守遊戲規		力。
		識,處理練習或遊戲問		5. 能利用呼拉圈完	則,並和同學合作		
		題。		成各項指示動作。	完成遊戲。		
				6. 能認真觀察並公			
				正評判同學的動			
				作。			
				7. 能遵守遊戲規			
				則,並和同學合作			
				完成遊戲。			
壹	、快樂上	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】
第8週	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 良好生活習慣與德行。
=	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	

	\± ,	131 L#F	1 17 14 11 4 4 4 11	古公儿油片	11-1- お	化点还目	
	達人	習慣。	生保健的重要性。	廁所的禮儀。	的行為。	態度評量	
		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			
		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。			
		習慣。		5. 能培養良好的衛			
				生習慣。			
	貳、運動樂	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	【性別平等教育】
	趣多	基本動作。	作。	對肢體各部位的認	自己肢體的動作。	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他人
	八. 快樂動	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	的身體自主權。
	起來	學習態度。	律動遊戲。	身體表現動作。	出快樂的動作。	態度評量	【人權教育】
		2d-I-1 專注觀賞他人的		2. 能主動參與各種			人 E5 欣賞、包容個別差異並尊
		動作表現。		身體活動。			重自己與他人的權利。
				3. 能專注欣賞他人			人E8了解兒童對遊戲權利的需
				優良動作表現。			求。
							【生涯規劃教育】
							涯 E7 培養良好的人際互動能
							カ。
	壹、快樂上	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	【性別平等教育】
	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	性 E10 辨識性別刻板的情感表
	三. 我長大			知道自己做得到,	事,培養成就感並	行為檢核	達與人際互動。
	了			也能自己做。	喜歡自己。	態度評量	性 E11 培養性別間合宜表達情
第9週							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	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	【性別平等教育】
	趣多	基本動作。	作。	與同學打招呼。	位與同學的碰觸	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他人
	八. 快樂動	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	的身體自主權。
	起來	學習態度。		中,避免運動傷害。	解自己身體部	態度評量	【人權教育】
				3. 與同學培養默	位,並樂於與人互		人 E5 欣賞、包容個別差異並尊
				契,完成動作。	動,促進身心健		重自己與他人的權利。
				4. 維護自己與尊重	康。		人 E8 了解兒童對遊戲權利的需
				他人的身體的主			求。
				權。			【生涯規劃教育】
				5. 能表現認真參與			涯 E7 培養良好的人際互動能
				活動的積極態度。			カ。
	壹、快樂上	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	【性別平等教育】
	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	性 E10 辨識性別刻板的情感表
	三. 我長大	技能。		好的感受。	同的嗜好找到學	行為檢核	達與人際互動。
	了				習的好伙伴。	態度評量	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
勞 10 油							主。
第 10 週							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	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	【性別平等教育】
	趣多	基本動作。	作。	圖示的動作。	計,運用先前學過	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他人
	八. 快樂動	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	的身體自主權。
	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	【人權教育】
		2d-I-1 專注觀賞他人的		身體表演造型動	2. 利用表演的遊		人 E5 欣賞、包容個別差異並尊

		動作表現。		作。	戲,增進學童之間		重自己與他人的權利。
		3c-I-1 表現基本動作與		3. 能說出最喜歡同	的互動。		人 E8 了解兒童對遊戲權利的需
		模仿的能力。		學表演的造型動	3. 訓練學童反應		求。
				作。	能力,增強體適能		【生涯規劃教育】
				4. 能與同學一起合	心肺能力的刺激。		涯 E7 培養良好的人際互動能
				作,運用身體表演			カ。
				動作。			
	壹、快樂上	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	【性別平等教育】
	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	性 E10 辨識性別刻板的情感表
	三. 我長大	技能。		方的情緒狀態。	種情緒,並能分辨	行為檢核	達與人際互動。
	了				别人的心情。	態度評量	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
第 11 週							自己閱讀的文本。
	貳、運動樂	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	【性別平等教育】
	趣多	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	性 E4 認識身體界線與尊重他人
	八. 快樂動	2c-I-2 表現認真參與的		概念。	2. 利用〈身體歌〉	行為檢核	的身體自主權。
	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	【人權教育】
		2d-I-1 專注觀賞他人的		身體活動。	識身體各部位。		人 E5 欣賞、包容個別差異並尊
		動作表現。		3. 能專注欣賞他人			重自己與他人的權利。
				優良動作表現。			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

							カ。
	壹、快樂上	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	【性別平等教育】
	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	性 E10 辨識性別刻板的情感表
	三. 我長大	能。		其他人知道。	受,並能選擇喜歡	行為檢核	達與人際互動。
	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	性 E11 培養性別間合宜表達情
		現簡易的人際溝通互動		也能做些什麼來緩	情。		感的能力。
		技能。		和感受或改善狀			【閱讀素養教育】
				況。			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。
第 12 週	貳、運動樂	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	【性別平等教育】
	趣多	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	性 E4 認識身體界線與尊重他人
	八. 快樂動	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	的身體自主權。
	起來	學習態度。		動作。	調的動作。	態度評量	【人權教育】
		2d-I-1 專注觀賞他人的		2. 遵守規則並表現			人 E5 欣賞、包容個別差異並尊
		動作表現。		出積極參與的態			重自己與他人的權利。
		3d-I-1 應用基本動作常		度。			人 E8 了解兒童對遊戲權利的需
		識,處理練習或遊戲問		3. 能專注欣賞他人			求。
		題。		身體動作表現。			【生涯規劃教育】
				4. 能靈活運用肢			涯 E7 培養良好的人際互動能
				體,表現出閃躲及			カ。
				移動身體的動作。			
	壹、快樂上	1a-I-1 認識基本的健康	Ea-I-2 基本的飲食習	1. 能連結生活經	※藉由圖中人物	觀察評量	【品德教育】
第 13 週	學去	常識。	慣。	驗,發覺早餐的重	吃不吃早餐的結	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德行。
	四.活力加	2a-I-1 發覺影響健康的		要性。	果,說明早餐的重	行為檢核	
	油站	生活態度與行為。		2. 願意養成吃早餐	要性。	態度評量	

		2b-I-2 願意養成個人健		的習慣。			
		康習慣。					
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 認識操場、跑道	1. 認識操場、跑道	觀察評量	【人權教育】
	趣多	基本動作。	作。	與使用規則。	與使用規則。	口頭評量	人 E3 了解每個人需求的不同,
	九. 快樂走	1c-I-2 認識基本的運動	Cb-I-1 運動安全常識、	2. 遵守操場跑道使	2. 遵守操場跑道	行為檢核	並討論與遵守團體的規則。
	跑跳	常識。	運動對身體健康的益	用規則,並和他人	使用規則,並和他	態度評量	人 E5 欣賞、包容個別差異並尊
		3d-I-1 應用基本動作常	處。	一同跑步。	人共同使用操場		重自己與他人的權利。
		識,處理練習或遊戲問	Ga-I-1 走、跑、跳與投	3. 了解暖身運動的	跑步。		人E8了解兒童對遊戲權利的需
		題。	擲遊戲。	重要性。	3. 了解暖身運動		求。
		4d-I-2 利用學校或社區		4. 認識並做出各項	的重要性。		
		資源從事身體活動。		暖身伸展動作。	4. 能跟隨教師的		
				5. 認識走、跑動作。	示範,做出各項暖		
				6. 能做出及變換	身伸展動作。		
				走、跑動作。	5. 能做出直線		
					走、快跑、S形繞		
					物走、側併走、側		
					併跑、繞物跑的動		
					作。		
	壹、快樂上	1a-I-1 認識基本的健康	Ea-I-1 生活中常見的食	1. 能說出常見的早	※能說出今天自	觀察評量	【品德教育】
	學去	常識。	物與珍惜食物。	餐種類 。	己的早餐吃了哪	口頭評量	品 El 良好生活習慣與德行。
	四.活力加	1a-I-2 認識健康的生活		2. 能接納並嘗試不	些食物,分量是否	行為檢核	
	油站	習慣。		同的早餐。	剛好。	態度評量	
第 14 週		3b-I-3 能於生活中嘗試		3. 能覺察珍惜食物			
		運用生活技能。		的重要性。			
				4. 能設計一份自己			
				可以吃得完的早			
				餐。			
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Ga-I-1 走、跑、跳與投	1. 模仿做出各種型	1. 能和同學一起	觀察評量	【人權教育】

	趣多	基本動作。	擲遊戲。	態走、跑的動作。	完成「走、跑」的	口頭評量	人 E3 了解每個人需求的不同,
	九. 快樂走	2d-I-1 專注觀賞他人的		2. 做出各種型態	遊戲。	行為檢核	並討論與遵守團體的規則。
	跑跳	動作表現。		走、跑的動作。	2. 能在遊戲中模	態度評量	人 E5 欣賞、包容個別差異並尊
		3c-I-1 表現基本動作與		3. 專注欣賞他人動	仿或創意各項		重自己與他人的權利。
		模仿的能力。		作表現。	「走、跑」的動作。		人 E8 了解兒童對遊戲權利的需
					3. 能專注欣賞他		求。
					人的動作表現。		
	壹、快樂上	4b-I-1 發表個人對促進	Ea-I-2 基本的飲食習	※能認識選擇健康	1. 選擇食物的原	觀察評量	【品德教育】
	學去	健康的立場。	慣。	食物的原則。	則應以健康、自然	口頭評量	品 EI 良好生活習慣與德行。
	四.活力加				為主。	行為檢核	
	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	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】
第 15 週	趣多	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 了解每個人需求的不同,
	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	並討論與遵守團體的規則。
	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	人 E5 欣賞、包容個別差異並尊
		題。		遊戲。	中表現跳躍變換		重自己與他人的權利。
				3. 能利用下課時間	動作。		人 E8 了解兒童對遊戲權利的需
				練習走、跑、跳運	3. 能遵守遊戲規		求。
				動或遊戲。	則並和他人一同		
					合作遊戲。		
	壹、快樂上	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 良好生活習慣與德行。
毎 1.C 1用	四.活力加	2b-I-2 願意養成個人健		2. 能做到良好的用	為主。	行為檢核	
第 16 週	油站	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。		

	貳、運動樂	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	基本動作。	擲遊戲。	換走、跑、跳的動	换走、跑、跳的動	口頭評量	人 E3 了解每個人需求的不同,
	九. 快樂走	3d-I-1 應用基本動作常		作。	作。	行為檢核	並討論與遵守團體的規則。
	跑跳	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	人 E5 欣賞、包容個別差異並尊
		題。		並和他人一同合作	則並和他人一同		重自己與他人的權利。
				遊戲。	合作遊戲。		人 E8 了解兒童對遊戲權利的需
				3. 能在行進中選擇	3. 能為自己表現		求。
				或轉換走、跑、跳	評分。		
				運動。			
	壹、快樂上	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	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 熟悉與家庭生活相關的
	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	社區資源。
	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	【生涯規劃教育】
		運用生活技能。			尋求協助。		涯 E12 學習解決問題與做決定
							的能力。
							【閱讀素養教育】
							閱 E11 能在一般生活情境中,
bk 10 vm							懂得運用文本習得的知識解決
第 17 週							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	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	基本動作。	作。	球的動作。	完成操作小球和	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德行。
	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	品 E3 溝通合作與和諧人際關
	朋友	本常識。		動作。	2. 能利用身體不	態度評量	係。
		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		【安全教育】

		動作表現。		的表現。	活動。		安 E7 探究運動基本的保健。
		3c-I-1 表現基本動作與		4. 能利用課餘時	3. 配合音樂、口令		【生涯規劃教育】
		模仿的能力。		間,從事玩球運動。	完成夾球動作。		涯 E7 培養良好的人際互動能
		3c-I-2 表現安全的身體		5. 能知道並做出教	4. 能和他人合		力。
		活動行為。		材示範夾球的動	作,利用身體不同		
		3d-I-1 應用基本動作常		作。	部位順利夾住球		
		識,處理練習或遊戲問		6. 能和同學互相合	進行活動。		
		題。		作完成活動。			
	壹、快樂上	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	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 熟悉與家庭生活相關的
	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	社區資源。
	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	【生涯規劃教育】
		能和生活技能。		用健康中心的設備			涯 E12 學習解決問題與做決定
		4a-I-1 能於引導下,使		或器材,以維護健			的能力。
		用適切的健康資訊、產		康。			【閱讀素養教育】
		品與服務。					閱 E11 能在一般生活情境中,
							懂得運用文本習得的知識解決
第 18 週							問題。
							【戶外教育】
							戶 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	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能知道並做出教	1. 能平穩的做出	觀察評量	【品德教育】
	趣多	基本動作。	作。	材示範夾球跳的動	夾球原地跳、夾球	口頭評量	品 El 良好生活習慣與德行。
	十.和球做	1d-I-1 描述動作技能基		作。	左右跳、夾球往前	行為檢核	品 E3 溝通合作與和諧人際關
	朋友	本常識。		2. 能盡力完成教材	跳。	態度評量	係。
		2d-I-1 專注觀賞他人的		動作。	2. 能和他人合作		【安全教育】
		動作表現。		3. 能和同學互相合	完成夾球接力活		安 E7 探究運動基本的保健。

		3c-I-1 表現基本動作與		作完成活動。	動。		【生涯規劃教育】
		模仿的能力。		4. 能觀察他人活動			涯 E7 培養良好的人際互動能
		3c-I-2 表現安全的身體		的表現。			カ。
		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	1a-I-1 認識基本的健康	Ca-I-1 生活中與健康相	1. 能知道學校護理	1. 學校健康中心	觀察評量	【家庭教育】
	學去	常識。	關的環境。	師及醫師到校服務	不但協助維護全	口頭評量	家 E13 熟悉與家庭生活相關的
	五. 校園生			的工作內容。	校師生的健康,還	行為檢核	社區資源。
	活健康多			2. 能禮貌對待醫護	提供許多健康服	態度評量	【生涯規劃教育】
				人員,並事實表達	務和管理,具有多		涯 E12 學習解決問題與做決定
				謝意。	樣功能。		的能力。
					2. 透過討論與分		【閱讀素養教育】
					析,學童能充分了		閱 E11 能在一般生活情境中,
					解健康中心的功		懂得運用文本習得的知識解決
					能,知道健康中心		問題。
第 19 週					是全校師生的健		【戶外教育】
					康守護神。		戶 E1 善用教室外,戶外及校外
					3. 能體會護理師		教學,認識生活環境(自然或
					的辛苦,進而表達		人為)。
					感謝。		
	貳、運動樂	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	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 El 良好生活習慣與德行。
	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	品 E3 溝通合作與和諧人際關
	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	係。
		2d-I-1 專注觀賞他人的	之手眼動作協調、力量	動作。	作。		【安全教育】
		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 E7 探究運動基本的保健。

		3c-I-1 表現基本動作與		作完成活動。	滾中目標物。		【生涯規劃教育】
		模仿的能力。		4. 能觀察他人活動			涯 E7 培養良好的人際互動能
		3c-I-2表現安全的身體		的表現。			力。
		活動行為。		5. 能利用課餘時			
				間,從事玩球運動。			
	壹、快樂上	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】
	學去	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 熟悉與家庭生活相關的
	五. 校園生	品與服務。		麼做。	驗,不是檢查結	行為檢核	社區資源。
	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	【生涯規劃教育】
		健康的立場。		中,做到守護身體	效力。		涯 E12 學習解決問題與做決定
				健康的行為。	2. 健康檢查後,收		的能力。
					到複檢通知時應		【閱讀素養教育】
					告知家長,再依項		閱 E11 能在一般生活情境中,
					目到醫院或診所		懂得運用文本習得的知識解決
					複檢。		問題。
## 00 m							【戶外教育】
第 20 週							户 El 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	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	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	
		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			

Н				
		身體活動 。	白己滴合的運動。	
		才胆伯 斯。	日已過合的建動。	

彰化縣二水鄉復興國民小學 114 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 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃符合課程綱要規定,且 能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。
- 5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、與趣和動機,提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。
- 5-3 議題融入(七大或19項)且內涵適合單元/主題內容

教材版本	南一版	實施年級(班級/組別)	-	教學節數	每週(3)節,本學期共(60)節
課程目標	1. 能認識 2. 能可以分知了知分了利 6. 能能的分子利解 9. 能能 10. 能 11. 能 11. 能	實施年級 (班級/組別) 大類食物及其功能。 便對健康的影響。 察他人互動的狀況猜測對方 作,一起完成一件任務,一起完成一件任務,一起完成一件任活內。 時、耳朵、鼻子在生活一致。 體隱私處的行為,並說出 感脅性的在家照護要點。 林閒時間,在學校或家裡和 反應出各項動作,並能應用不 反應出各項動作,並能應用不 反應出各項動作,並能應用不	中得到成就感。 重要性與保健方 物及流鼻血的重。 課別人碰觸。 緊急情況時自我 也人進行童玩遊戲 生生活上。	能說出和好朋友一起分 式。 要性,感受不當的處理 保護的方法。	享的感覺和喜好。
領域核心	14. 能總結5 15. 能做出 健體-E-A1		公得。 支巧。 活的習慣,以促述		識個人特質,發展運動與保健的潛能。 ,處理日常生活中運動與健康的問題。
素養	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 I	Ξ2	理	解ノ	Ĺ	的	身	體	與	Ċ	理	面	向	0
-----	----	---	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

山田 イロ	ha	1#
課程	. ※	有

L. (52 -)	教學單元/	學習	重點	69 23 - JT	(9.72.14.)	h	融入議題
教學進度	主題名稱	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	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	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 養成日常生活節約用
	一. 飲食面		食物。		六大類食物的功能。	行為檢核	水、用電、物質的行為,減
	面觀					態度評量	少資源的消耗。
							【品德教育】
							品 El 良好生活習慣與德行。
	貳、運動歡	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 了解每個人需求的不
第1週	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	同,並討論與遵守團體的規
第1週	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	則。
		參與的學習態	戲。	遊戲。	3. 能說出沙包童玩的由		人 E8 了解兒童對遊戲權利
		度。		4. 能了解沙包的玩法及簡	來。		的需求。
		3d-I-1 應用基本		易的動作要領。			
		動作常識,處理					
		練習或遊戲問					
		題。					
		4c-I-1 認識與身					
		體活動相關資					
		源。					
	壹、守護健	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】
第2週	康有一套	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 養成日常生活節約用
77 L 20	一. 飲食面		食物。		六大類食物的功能。	行為檢核	水、用電、物質的行為,減
	面觀					態度評量	少資源的消耗。

							【品德教育】
							品EI 良好生活習慣與德行。
	貳、運動歡	 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 了解每個人需求的不
	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	同,並討論與遵守團體的規
	有趣	'r 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,	· 1 / 1 / 1 / 1 / 1 / 1 / 1 / 1 / 1 / 1	則。
	77 /20	多與的學習態 參與的學習態	基本助作	3. 能利用休閒時間,在學校		念及町里	人 E8 了解兒童對遊戲權利
		多兴的子自思 度。	/ / / / / / / / / / / / / / / / / / /	或家裡和他人進行童玩遊	力。		的需求。
		[']		以	3. 能說出風車接力的玩法		的而不。
		50 1 1 恋		A. 能製作風車並了解風車			
		· 數作市職,處理 練習或遊戲問		的玩法。	及任息事項。 4. 能在遊戲中與同學快樂		
		終首或遊戲问 題。		的现法。	4. 能任遊戲中與同字供無 互動、認真學習。		
					· 互動、磁具字首。		
		體活動相關資源。					
	丰、穴推 併	/// 1a-I-1 認識基	Ea-I-1 生活中	1. 能認識六大類食物及其	1. 引導學童認識平日所食	帕穷证具	【理证拟女】
	壹、守護健 唐七 本						【環境教育】
	康有一套	本的健康常識。	常見的食物與珍	功能。	用的六大類食物,並了解		環E17養成日常生活節約用
	一. 飲食面	3b-I-1 能於引	惜食物。	2. 能依照六大類食物的標	六大類食物的功能。	行為檢核	水、用電、物質的行為,減
	面觀	導下,表現簡易		準將食物分類。	2. 指導學童正確的將食物	態度評量	少資源的消耗。
		的自我調適技		3. 能記錄食用的食物,並完			【品德教育】
第3週		能。		成分類。	3. 引導學童願意調整自己		品 E1 良好生活習慣與德行。
		4a-I-2 養成健康		4. 能養成均衡攝取六大類	的飲食內容,每		
		的生活習慣。		食物的習慣。	一類食物都攝取。		
				5. 了解食物得來不易,並養	4. 討論食物的來源,進而		
				成不浪費的習慣。	理解食物取得不易,是許		
				6. 認識並做到珍惜食物的	多人辛苦工作而來。		
				好行為。	5. 說出並做到珍惜食物的		
				7. 能養成珍惜食物的好習	好行為。		

				慣。	6. 養成珍惜食物的好習		
					慣。		
	貳、運動歡	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 了解每個人需求的不
	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	同,並討論與遵守團體的規
	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	則。
		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力。		人 E8 了解兒童對遊戲權利
		度。		或家裡和他人進行童玩遊	3. 能說出風車接力的玩法		的需求。
		3d-I-1 應用基本		戲。	及注意事項。		
		動作常識,處理		4. 能製作風車並了解風車	4. 能藉由風車接力,增進		
		練習或遊戲問		的玩法。	學童體適能。		
		題。		5. 能認真參與各項風車遊	5. 能說出紙飛機的玩法及		
		4c-I-1 認識與身		戲活動。	注意事項。		
		體活動相關資		6. 能體驗團隊合作的樂	6. 能在遊戲中與同學快樂		
		源。		趣,遵守遊戲規則。	互動、認真學習。		
		4d-I-1 願意從事		7. 能製作紙飛機,並了解紙	7. 能在學校利用課間進行		
		規律身體活動。		飛機的玩法。	遊戲活動。		
				8. 能在遊戲中與同學快樂			
				互動、認真學習。			
				9. 能利用休閒時間,在學校			
				或家裡和他人進行童玩遊			
				戲。			
	壹、守護健	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】
	康有一套	本的健康常識。	常見的食物與珍	鄉。	的過程。	口頭評量	環 E17 養成日常生活節約用
第4週	一. 飲食面	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	水、用電、物質的行為,減
	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	少資源的消耗。
		2b-I-2 願意養成	食習慣。	3. 透過活動知道自己理解	便。		【品德教育】
		個人健康習慣。		或不理解的部分能針對不			品 El 良好生活習慣與德行。

		4a-I-2 養成健康		理解處提問或和同學想辦			
		的生活習慣。		法解決。			
	貳、運動歡	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	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 了解兒童對遊戲權利
	七. 反應高	作。	Ib-I-1唱、跳與	中的運用。	應動作。	行為檢核	的需求。
	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	1 m 1
	1	的運動常識。	戲。	· 施制运动作最内温的子 - 童模仿。	五·肥利亚到15家门温的于 量模仿。	心 及可里	
		N 達	原义	^{里侯仍。} 4. 能模仿同學創造出來的	^{里侯()} 3. 能快速模仿同學創造出		
				4. 能模仍问字剧追出不的 動作。			
		動作與模仿的能		野作。 	來的動作。		
		力。			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	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	【性別平等教育】
	康有一套	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	性 E11 培養性別間合宜表達
	二. 歡喜做	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	情感的能力。
	朋友			分享的感覺和喜好。	情緒。	態度評量	
					2. 藉由一起學習、一起		
					玩,找到共同興趣的好朋		
第5週					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		
					學習的願景。		
	貳、運動歡	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	1. 能做出不同姿勢的起立	觀察評量	【人權教育】
	暢樂趣多	活動的基本動	戲。	立及快跑動作。	動作。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	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	的需求。

	1	1 . I O - カ - 小 甘 上	四小体 加 統 治	新叶咖啡	阅 立 酬 会 仁 広 仏 山 坦 子	华在江目	
	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	
		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	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	【性別平等教育】
	康有一套	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	性 E11 培養性別間合宜表達
	二. 歡喜做	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	情感的能力。
	朋友	能。		重要禮節。	的同學互動,跨出社交舒	態度評量	
					適圈。		
					2. 提醒學童注意社交禮		
					節。		
W 0	貳、運動歡	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6週	暢樂趣多	活動的基本動	戲。	動作。	蹲下、起立、跳躍、轉向	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	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	的需求。
	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	
		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		
		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。		
	壹、守護健	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	【性別平等教育】
	康有一套	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	性 E11 培養性別間合宜表達
第7週	二. 歡喜做	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	情感的能力。
	朋友	3b-I-2 能於引導			從練習完整的說出感受開	態度評量	
		下,表現簡易的			始,並能理解做錯事後,		
		1	1			l	

		人際溝通互動技			有勇氣的道歉對彼此關係		
		能。			是非常有幫助的。		
	貳、運動歡	1c-I-1 認識身體	Ia-I-1滾翻、支	1. 能利用肢體支撐身體,表	1. 能藉由身體四肢或臀部	觀察評量	
	暢樂趣多	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	
	八. 我有好	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	
	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		
		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	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	【性別平等教育】
	康有一套	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	性 E11 培養性別間合宜表達
	二. 歡喜做	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	情感的能力。
	朋友	能。		工作並充分練習。	工作分工,在合作時也能	態度評量	
		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		
		中嘗試運用生活		性。	勇敢提出來,一起完成打		
第8週		技能。		4. 能演練不同情境中分工	掃工作。		
				合作的行為。			
	貳、運動歡	1c-I-1 認識身體	Ia-I-1滾翻、支	1. 能利用肢體學習金雞蛋	1. 能依指令完成肢體動	觀察評量	
	暢樂趣多	活動的基本動	撐、平衡、懸垂	及不倒翁的動作。	作。	口頭評量	
	八. 我有好	作。	遊戲。	2. 培養觀察及動作模仿的	2. 利用身體的控制能力,	行為檢核	
	身手	2c-I-2 表現認真		能力並能專注觀賞他人的	進行平衡與肌力訓練。	態度評量	
		參與的學習態		動作表現。	3. 能藉由遊戲,帶領學童		

		ric .		이 세계 무소, 지사 하나 때 기 ㅋㅋ	12-41 11.11 14-12 14-12-60		
		度。		3. 利用活動訓練肢體的開	依動物的特性,模仿各種		
		2d-I-1 專注觀賞		展,並快樂參與遊戲及運	動物行走的動作。		
		他人的動作表		動。			
		現。		4. 能利用肢體學習動物行			
		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			
		カ。		能力,並能專注觀賞他人的			
		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。		動。			
		4d-I-1 願意從事					
		規律身體活動。					
	壹、守護健	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	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 理解人的身體與心理
	三. 帶著眼		重要性。		性。	行為檢核	面向。
	耳鼻去旅					態度評量	【戶外教育】
	行						戶 E3 善用五官的感知,培
							養眼、耳、鼻、舌、觸覺及
** 0							心靈對環境感受的能力。
第9週							【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	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	
	暢樂趣多	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	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	0~10年四五古		处力,必处事计物学从1 从	0 采旧故土始赴。处内曰	能应证 目	
	牙丁 	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			
		他人的動作表		動。			
		現。					
		3c-I-1 表現基本					
		動作與模仿的能					
		力。					
		3d-I-1 應用基本					
		動作常識,處理					
		練習或遊戲問					
		題。					
	壹、守護健	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	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 理解人的身體與心理
	三. 带著眼		重要性。		性。	行為檢核	面向。
	耳鼻去旅					態度評量	【戶外教育】
	行						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。
第 10 週							【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	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】
	暢樂趣多	活動的基本動	戲。	作。	合跳和連續跳。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	九. 跳躍大		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		的需求。

	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	
		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	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 理解人的身體與心理
	三. 帶著眼	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	面向。
	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	【戶外教育】
	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		户 E3 善用五官的感知,培
		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		養眼、耳、鼻、舌、觸覺及
		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		心靈對環境感受的能力。
		3a-I-2 能於引導		傷的重要性,感受不當的處	狀。		【安全教育】
第 11 週		下,於生活中操		理方式對健康所造成的威			安 E3 知道常見事故傷害。
第 11 题		作簡易的健康技		脅。			安 E11 了解急救的重要性。
		能。		5. 能於師長引導下,於生活			安 E12 操作簡單的急救項
		4a-I-2 養成健康		中操作眼睛傷害事件急救			目。
		的生活習慣。		的健康技能。			
	貳、運動歡	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	活動的基本動	戲。	躍動作。	的動作。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	九. 跳躍大	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	的需求。
	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	
		的運動常識。					
		2c-I-2 表現認真					

		参與的學習態					
		度。					
		3c-I-1 表現基本					
		動作與模仿的能					
		カ。					
	壹、守護健	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 理解人的身體與心理
	三. 帶著眼	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	面向。
	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	【戶外教育】
	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		户 E3 善用五官的感知,培
		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		養眼、耳、鼻、舌、觸覺及
		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		心靈對環境感受的能力。
		3a-I-2 能於引導		的處理方式對健康所造成	助處理取出。		【安全教育】
		下,於生活中操		的威脅。			安 E3 知道常見事故傷害。
		作簡易的健康技		4. 能在師長引導下,於生活			安 E11 了解急救的重要性。
数 10 m		能。		中操作排除耳朵進水的健			安 E12 操作簡單的急救項
第 12 週		4a-I-2 養成健康		康技能。			目。
		的生活習慣。					
	貳、運動歡	1c-I-1 認識身體	Ab-I-1體適能遊	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	活動的基本動	戲。	躍的動作。	「跳」的動作。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	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	的需求。
	進擊	2c-I-2 表現認真	跳與投擲遊戲。	遊戲。	遊戲。	態度評量	
		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					
		カ。					
		3d-I-1 應用基本					

		動作常識,處理					
		練習或遊戲問					
		題。					
	壹、守護健	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 理解人的身體與心理
	三. 帶著眼	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	面向。
	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	【戶外教育】
	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		户 E3 善用五官的感知,培
		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		養眼、耳、鼻、舌、觸覺及
		的威脅性。		方式對健康所造成的威脅。	鼻血的處理方法。		心靈對環境感受的能力。
		3a-I-2 能於引		4. 能於師長引導下,於生活			【安全教育】
		導下,於生活中		中操作止住鼻血的健康技			安 E3 知道常見事故傷害。
		操作簡易的健康		能。			安 E11 了解急救的重要性。
然 10 vm		技能。		5. 能知道眼、耳、鼻的重要			安 E12 操作簡單的急救項
第 13 週		4a-I-2 養成健康		性及保健方式。			目。
		的生活習慣。		6. 能確實愛護眼耳鼻,進而			
				養成良好生活習慣。			
	貳、運動歡	1c-I-1 認識身體	Ga-I-1走、跑、	1. 能以跳躍動作完成猜拳	1. 能結合音樂音符、五線	觀察評量	【人權教育】
	暢樂趣多	活動的基本動	跳與投擲遊戲。	遊戲。	譜概念做出跳躍動作。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	九. 跳躍大	作。		2. 遵守遊戲規則,並和他人	2. 能運用數學加減法運算	行為檢核	的需求。
	進擊	2c-I-2 表現認真		一同合作遊戲。	做出跳躍動作。	態度評量	
		參與的學習態		3. 能結合音樂音符、五線譜	3. 能和同學快樂的完成遊		
		度。		概念做出跳躍動作。	戲,並遵守遊戲規則。		
		3c-I-1 表現基本		4. 能結合數學加減法運			
		動作與模仿的能		算,做出跳躍動作。			
		カ。					
第 14 週	壹、守護健	2a-I-2 感受健康	Db-I-2 身體隱私	1. 能以自己和對方都能接	※能透過遊戲活動與課堂	觀察評量	【性別平等教育】
	康有一套	問題對自己造成	與身體界線及其	受的方式打招呼。	討論,知道自己能接受和	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重

	四. 自我保	的威脅性。	危害求助方法。	2. 能知道自己能接受和不	不能接受的身體碰觸。	行為檢核	他人的身體自主權。
	護小勇士			能接受的身體碰觸部位。		態度評量	【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	1c-I-2 認識基本	Ha-I-1網/牆性	1. 能知道手部向上拍氣球	1. 能知道並運用不同手部	觀察評量	【人權教育】
	暢樂趣多	的運動常識。	球類運動相關的	前進的相關動作。	部位進行向上拍氣球動	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	十. 手腳並	1d-I-1 描述動作	簡易拋、接、控、	2. 能運用不同手部部位進	作。	行為檢核	的需求。
	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	【品德教育】
		2c-I-1 表現尊重	擲、傳、滾之手	3. 能在一定時間內連續將	氣球拍起,越多越好。		品 E2 自尊尊人與自愛愛人。
		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 E3 溝通合作與和諧人際
		為。	量及準確性控球	4. 能發揮創意,創造不同動	關動作。		關係。
		2c-I-2 表現認真	動作。	作並實踐。	4. 能表現出和他人互相合		【安全教育】
		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。		安E7探究運動基本的保健。
		度。		動作。			
		2d-I-1 專注觀賞		6. 能知道如何和他人合作			
		他人的動作表		完成拍氣球接力。			
		現。					
		3d-I-1 應用基本					
		動作常識,處理					
		練習或遊戲問					
		題。					
		4d-I-1 願意從事					
		規律身體活動。					
第 15 週	壹、守護健	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	【性別平等教育】
和 13 週	康有一套	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	性 E4 認識身體界線與尊重
	四. 自我保	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	他人的身體自主權。

	護小勇士			給自己的感受。	讓別人碰觸的部位,進而	態度評量	【人權教育】
				3. 能知道遭受侵犯時,保護	學習保護方法和遭受侵犯		人 E10 認識隱私權與日常生
				自己的方法。	時的求助方法。		活的關係。
							【法治教育】
							法 E8 認識兒少保護。
	貳、運動歡	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	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 了解兒童對遊戲權利
	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	的需求。
	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	【品德教育】
		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 E2 自尊尊人與自愛愛人。
		2c-I-2 表現認真	眼動作協調、力	規則並遵守。	相關動作。		品 E3 溝通合作與和諧人際
		參與的學習態	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		關係。
		度。	動作。	的相關動作。	作,進行擊球過網。		【安全教育】
		2d-I-1 專注觀賞		5. 能知道如何和他人合作			安E7探究運動基本的保健。
		他人的動作表		進行擊球過網。			
		現。					
		3d-I-1 應用基本					
		動作常識,處理					
		練習或遊戲問					
		題。					
		4d-I-1 願意從事					
		規律身體活動。					
	壹、守護健	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	【性別平等教育】
	康有一套	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	性 E4 認識身體界線與尊重
第 16 週	四. 自我保	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	他人的身體自主權。
7, 10 4	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	【人權教育】
		3b-I-3 能於生活		尋求協助的方法。	2. 透過情境討論及演練,		人 E10 認識隱私權與日常生
		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。		活的關係。

		技能。		為,並說出遭遇緊急情況時			【法治教育】
				自我保護的方法。			法 E8 認識兒少保護。
	貳、運動歡	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 了解兒童對遊戲權利
	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	的需求。
	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	【品德教育】
		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 E2 自尊尊人與自愛愛人。
		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 E3 溝通合作與和諧人際
		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		關係。
		度。	動作。	氣球動作。	賜關。		【安全教育】
		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			安E7探究運動基本的保健。
		他人的動作表	球類運動相關的	的技能。			
		現。	簡易拍、拋、接、				
		3d-I-1 應用基本	擲、傳、滾及踢、				
		動作常識,處理	控、停之手眼、				
		練習或遊戲問	手腳動作協調、				
		題。	力量及準確性控				
		4d-I-1 願意從事	球動作。				
		規律身體活動。					
	壹、守護健	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	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 良好生活習慣與德行。
	五. 抗病小		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	
站 17 m	高手		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	
第 17 週			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		
					的處理方式,並建立儘快		
					就醫的醫療觀念。		

_								
						3. 知道自己感染傳染性疾		
						病時,應該馬上請假在家		
						休養,以免病毒擴散,傳		
						染給他人。		
		貳、運動歡	1d-I-1 描述動作	Hb-I-1陣地攻守	1. 能於活動中展現踢氣球	1. 能順暢的踢中擺動中不	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	的技能。	同種類的球。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
		十. 手腳並	2c-I-1 表現尊重	簡易拍、拋、接、	2. 能知道並完成跑跑踢踢	2. 能發想創意或表達有關	行為檢核	的需求。
		用	的團體互動行	擲、傳、滾及踢、	的相關動作。	球的遊戲設計。	態度評量	【品德教育】
			為。	控、停之手眼、	3. 能利用不同腳的部位完	3. 能藉由練習,增強踢球		品 E2 自尊尊人與自愛愛人。
			2c-I-2 表現認真	手腳動作協調、	成踢擊動作。	的感覺。		品 E3 溝通合作與和諧人際
			參與的學習態	力量及準確性控	4. 能穩定踢中擺動中不同			關係。
			度。	球動作。	種類的球。			【安全教育】
			2d-I-1 專注觀賞					安E7探究運動基本的保健。
			他人的動作表					
			現。					
			3d-I-1 應用基本					
			動作常識,處理					
			練習或遊戲問					
			題。					
			4d-I-1 願意從事					
			規律身體活動。					
		壹、守護健	1a-I-1 認識基本	Fb-I-1 個人對健	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】
		康有一套	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 E1 良好生活習慣與德行。
	第 18 週	五. 抗病小	2b-I-1 接受健康	行為表現。	2. 能遵守腸病毒糾察守則。	水疱、嗜睡等),讓學童更	行為檢核	
		高手	的生活規範。		3. 能在日常生活中,自我要	容易了解感染腸病毒的症	態度評量	
			2b-I-2 願意養成		求做到糾察守則的規範行	狀。		
			個人健康習慣。		為。			
_								

	貳、運動歡	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	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 了解每個人需求的不
	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	行為檢核	同,並討論與遵守團體的規
	來跳繩	驗多元性身體活	基本動作與遊	作。	體適能。	態度評量	則。
		動。	戲。	3. 能在跳繩遊戲中體驗快	3. 指導學童正確的做出暖		人 E8 了解兒童對遊戲權利
		3c-I-1 表現基本		樂互動,並認真學習。	身運動及甩繩動作。		的需求。
		動作與模仿的能		4. 能利用課間及假日進行			
		カ。		跳繩活動。			
		4c-I-2 選擇適合					
		個人的身體活					
		動。					
	壹、守護健	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	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EI 良好生活習慣與德行。
	五. 抗病小	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	
	高手	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	
		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。		
# 10 vm	貳、運動歡	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】
第 19 週	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 了解每個人需求的不
	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	同,並討論與遵守團體的規
	來跳繩	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	則。
		動。	Ic-I-1 民俗運動	3. 能做出跳繩一跳一迴旋			人 E8 了解兒童對遊戲權利
		3c-I-1 表現基本	基本動作與遊	的基本動作技巧。			的需求。
		動作與模仿的能	戲。	4. 能利用課間進行跳繩活			
		カ。		動,進而養成規律運動的習			
		4c-I-2 選擇適合		慣。			
		個人的身體活					

		動。					
第 20 週	壹、守護健	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	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 El 良好生活習慣與德行。
	五. 抗病小	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	
	高手	個人健康習慣。			病的好行為,讓學童在學	態度評量	
		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		
		能。			為。		
	貳、運動歡	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】
	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 了解每個人需求的不
	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	同,並討論與遵守團體的規
	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	則。
		動作與模仿的能	戲。	慣。			人 E8 了解兒童對遊戲權利
		カ。					的需求。
		4c-I-2 選擇適合					
		個人的身體活					
		動。					

備註:

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