彰化縣二水鄉復興國民小學 114 學年度第 一 學期 二 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	二	教學節數	每週(3)節,本學期共(60)節					
教	的一放	(班級/組別)	_	教学即数	本型(0)即,本字 期六(00)即					
	1. 能分辨約	工綠燈食物的差異。								
	2. 能知道』	E確刷牙的方法和步驟,培養	良好的衛生習慣。							
	3. 能正確排	k選適合自己的牙刷。								
	4. 能知道與家人和諧相處的方法。									
	5. 能覺察自	1己的情緒,利用說出事件與	感受調適自己的心	情。						
	6. 知道不同	同顏色的空品旗代表不同程度	的空氣汙染。							
	7. 知道空氣	、 品質不好時,進行體育活動	該注意的安全事項	有哪些。						
課程目標	8. 能了解藥	蔡袋上的標示,如:服藥的時	間、用法與用量。							
	9. 能發覺針	昔誤的處理剩餘藥物會汙染環	境與危害身體健康	0						
	10. 能隨機應	意變表現出不同的肢體動作。								
	11. 能做出單	追腳跳、雙腳跳及跨跳等跳躍	動作。							
	12. 完成各種	重在平衡木上的平衡動作。								
	13. 能做出名	>項趣味競賽的基本動作。								
	14. 可以順畅	易做到活動中相關球類技巧的	動作。							
	·	方及技擊遊戲中快樂學習,並								
	健體-E-A1 具	L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。					
領域核心	, , ,		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		踐,處理日常生活中運動與健康的問題。					
素養	健體-E-A3 具	k備擬定基本的運動與保健計	畫及實作能力,並	以創新思考方師	,因應日常生活情境。					
	健體-E-B1 具	L備應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創作和欣賞的基本素養,促進多元感官的發展,在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。

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

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

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

【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。

【生命教育】

生 E2 理解人的身體與心理面向。

【安全教育】

安 E4 探討日常生活應注意的安全。

安 E5 了解日常生活危害安全的事件。

安 E14 知道通報緊急事件的方式。

【防災教育】

防 El 災害的種類包含洪水、颱風、土石流、乾旱……。

防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。

融入之重【性別平等教育】

大議題

性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。

【品德教育】

品 E3 溝通合作與和諧人際關係。

【家庭教育】

家 E12 規畫個人與家庭生活作息。

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。

【生涯規劃教育】

涯 E7 培養良好的人際互動能力。

【環境教育】

環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度,對災害有基本的了解,並能避免災害的發生。

				課程架構			
初留公古	教學單元/	學習	重點	69 73 m Las	的羽工和山南	نا حد 18 عدد	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
		2a-I-1 發覺影響健康的	Ea-I-2 基本的飲食習	1. 能了解身體檢	1. 引導學童學	觀察評量	【生命
		生活態度與行為。	慣。	查通知單的內	習如何讀懂通	口頭評量	教育】
	壹、健康有	2a-I-2 感受健康問題對	Fb-I-1 個人對健康的	容、意義與差異	知單。	行為檢核	生 E2 理
	一套	自己所造成的威脅性。	自我覺察與行為表現。	性。	2. 透過身高體	態度評量	解人的
	一. 健康做			2. 能閱讀生活習	重測量通知單		身體與
	得到			慣紀錄表,發現造	覺察自己的體		心理面
				成體重過重的原	位是否正常。		向。
the division				因。			
第1週	貳、運動樂 趣多 六.大家來	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展	1. 能在遊戲中靈	1. 能聽教師的	觀察評量	
		基本動作。	動作。	活操作身體,做出	指令及示範,完	口頭評量	
		2c-I-2 表現認真參與的	Ib-I-1 唱、跳與模仿性	各種肢體動作技	成動作。	行為檢核	
		學習態度。	律動遊戲。	能。	2. 能在遊戲中	態度評量	
		2d-I-1 專注觀賞他人的		2. 能專注觀賞他	做出與同學不		
	四跳	動作表現。		人的動作表現。	一樣的肢體動		
	自此			3. 認真參與,並與	作。		
				他人合作完成遊			
				戲活動。			
		2a-I-1 發覺影響健康的	Ea-I-2 基本的飲食習	1. 能閱讀生活習	1. 發覺飲食與	觀察評量	【生命教
	壹、健康有	生活態度與行為。	慣。	慣紀錄表,發現造	生活習慣對健	口頭評量	育】
th o		2a-I-2 感受健康問題對	Fb-I-1 個人對健康的	成體重過重的原	康的重要性。	行為檢核	生 E2 理
第2週	一套一.健康做	自己所造成的威脅性。	自我覺察與行為表現。	因。	2. 能於引導下	態度評量	解人的身
	得到	3a-I-2 能於引導下,於		2. 能分辨紅綠燈	分辨紅綠燈食		體與心理
	行判	生活中操作簡易的健康		食物的差異。	物,並說出選擇		面向。
		技能。		3. 能於日常生活	綠燈食物的好		

		3b-I-3 能於生活中嘗試		中選擇攝取綠燈	處。		
		運用生活技能。		食物。	3. 透過選擇紀		
				4. 能連結課本及	錄表來練習選		
				生活經驗,說出過	擇綠燈食物。		
				重的可能原因。			
		1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展	1. 能隨著音樂,完	1. 能和同學一	觀察評量	
	主、活私做	基本動作。	動作。	成舞蹈基本動作。	起遊戲,並增進	口頭評量	
	貳、運動樂 趣多	2c-I-2 表現認真參與的	Ib-I-1 唱、跳與模仿性	2. 熟練〈猜拳〉的	肢體的律動	行為檢核	
	一	學習態度。	律動遊戲。	跳法,並正確的配	2. 利用〈猜拳〉	態度評量	
	马. 大家來 唱跳	2d-I-1 專注觀賞他人的		合音樂跳。	這首歌,促進同		
	百姚	動作表現。			學間的感情及		
					默契。		
		3a-I-2 能於引導下,於	Ea-I-2 基本的飲食習	1. 能知道體重過	※能於引導	觀察評量	【生命教
		生活中操作簡易的健康	慣。	重在飲食上的調	下,說出調整體	口頭評量	育】
		技能。	Fb-I-1 個人對健康的	整方法。	位的方法。	行為檢核	生 E2 理
		3b-I-1 能於引導下,表	覺察與行為表現。	2. 能明白養成良		態度評量	解人的身
	壹、健康有	現簡易的自我調適技能。		好的飲食與生活			體與心理
	一套	3b-I-3 能於生活中嘗試		習慣能促進身體			面向。
	一. 健康做	運用生活技能。		健康。			
第3週	得到	4a-I-2 養成健康的生活		3. 能記錄自己的			
	44 24	習慣。		飲食與生活習慣。			
				4. 能覺察自己的			
				飲食與生活習慣			
				不適宜處,並提出			
				改善的方法。			
	貳、運動樂	2c-I-2 表現認真參與的	Ib-I-1 唱、跳與模仿性	1. 想像並模仿自	1. 能和同學一	觀察評量	
	趣多	學習態度。	律動遊戲。	然界中的自然現	起模擬樹木擺	口頭評量	
	六. 大家來	2d-I-1 專注觀賞他人的		象。	動的姿態,並增	行為檢核	

	唱跳	動作表現。		2. 隨著音樂完成	進肢體的律動。	態度評量	
		3c-I-1 表現基本動作與		舞蹈基本的動作。	2. 能和同學合		
		模仿的能力。		3. 專注觀賞他人	作並表現出在		
		4c-I-2 選擇適合個人的		的動作表現。	不同情境下躲		
		身體活動。		4. 表現出在不同	雨的動作。		
				情境下躲雨的動	3. 利用〈暴風		
				作。	雨〉這首歌,模		
				5. 認真參與,並與	擬風雨來臨時		
				他人合作完成任	的情境。		
				務。			
				6. 選擇適合自己			
				的身體活動。			
				7. 認真參與,並與			
				他人合作完成創			
				作任務。			
		1a-I-1 認識基本的健康	Da-I-1 日常生活中的	1. 能知道蛀牙的	1. 能藉由照鏡	觀察評量	【生命教
		常識。	基本衛生習慣。	形成原因。	子看一看牙	口頭評量	育】
		1a-I-2 認識健康的生活	Da-I-2 身體的部位與	2. 能知道蛀牙的	齒,讓學童了解	行為檢核	生 E2 理
	壹、健康有	習慣。	衛生保健的重要性。	處理辦法。	自己牙齒的蛀	態度評量	解人的身
	一套			3. 能知道愛護牙	牙情形。		體與心理
第 4 週	二. 愛護牙			齒的方法,避免造	2. 了解蛀牙的		面向。
弗 4 週	齒有一			成蛀牙。	嚴重性與處理		
	套				方法。		
					3. 了解愛護牙		
					齒,避免蛀牙的		
					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. 認識並遵守遊	1. 認識紅綠燈	觀察評量	
	趣多	基本動作。	擲遊戲。	戲規則。	遊戲,並能在遊	口頭評量	

	七、跑跳遊	2d-I-1 專注觀賞他人的		2. 專注觀察他人	戲中遵守規則。	行為檢核	
	戲	動作表現。		動作表現。	2. 能在紅綠燈	態度評量	
		4c-I-2 選擇適合個人的		3. 能在「紅綠燈遊	遊戲中,仔細觀		
		身體活動。		戲」中,表現出適	察他人的動作		
				合自己的追逐跑	表現。		
				方式。	3. 能在紅綠燈		
				4. 能完成折返、曲	遊戲中,選擇適		
				線跑的動作。	合自己的追逐		
					跑方式。		
					4. 能在遊戲中		
					選擇適合自己		
					的追逐跑方式。		
					5. 能用跑、急停		
					和方向改變的		
					反應完成折返		
					跑的動作。		
		1a-I-1 認識基本的健康	Da-I-1 日常生活中的	1. 能知道牙齒分	1. 能藉由照鏡	觀察評量	【生命教
	壹、健康有	常識。	基本衛生習慣。	為乳齒和恆齒。	子觀察牙齒的	口頭評量	育】
	一套	1a-I-2 認識健康的生活	Da-I-2 身體的部位與	2. 能知道乳齒和	活動,讓學童了	行為檢核	生 E2 理
	二. 愛護牙	習慣。	衛生保健的重要性。	恆齒分別有其重	解自己牙齒的	態度評量	解人的身
	齒有一			要性。	生長情形。		體與心理
第5週	套			3. 能知道牙齒的	2. 讓學童了解		面向。
				功能及名稱。	牙齒的功能及		
					重要性。		
	貳、運動樂	·	Ga-I-1 走、跑、跳與投	1. 能完成折返、曲		觀察評量	
	趣多	基本動作。	擲遊戲。	線跑的動作。	和方向改變的	口頭評量	
	七、跑跳遊			2. 明白能將折	反應,完成折返	行為檢核	
	戲	資源從事身體活動。		返、曲線跑的動作	跑的動作。	態度評量	

				運用在追逐跑遊	2. 能在遊戲中		
				戲上。	展現單腳跳、雙		
				3. 能選擇安全的	腳跳及跨跳的		
				遊戲場地。	動作。		
				4. 認識並做出單			
				腳跳、雙腳跳及跨			
				跳等跳躍動作。			
				5. 能完成跳、跨的			
				組合動作。			
		1a-I-1 認識基本的健康	Da-I-1 日常生活中的	1. 能判斷更換牙	1. 透過課本情	觀察評量	【生命教
		常識。	基本衛生習慣。	刷的時機。	境,學習判斷更	口頭評量	育】
	生 油店士	1a-I-2 認識健康的生活	Da-I-2 身體的部位與	2. 能正確挑選適	换牙刷的時	行為檢核	生 E2 理
	壹、健康有 一套 二. 愛護牙 齒有一	習慣。	衛生保健的重要性。	合自己的牙刷。	機,並學習挑選	態度評量	解人的身
		2b-I-2 願意養成個人健		3. 能透過自我檢	適合自己的牙		體與心理
		康習慣。		視,正確存放與更	刷。		面向。
		4a-I-2 養成健康的生活		換牙刷。	2. 透過自我檢		
		習慣。			視,能正確使		
					用、存放與更換		
第6週					牙刷。		
		1c-I-1 認識身體活動的	Ga-I-1 走、跑、跳與投	1. 能完成跳、跨的	1. 能在遊戲中	觀察評量	
		基本動作。	擲遊戲。	組合動作。	展現單腳跳、雙	口頭評量	
	貳、運動樂	3c-I-1 表現基本動作與		2. 體會助跑可增	腳跳及跨跳的	行為檢核	
	東 、建助無 趣多	模仿的能力。		加跳躍能力。	動作。	態度評量	
		3d-I-1 應用基本動作常		3. 能在移動過程	2. 能跟隨同學		
	七、跑跳遊	識,處理練習或遊戲問		中做出方向的改	做出追逐跑、跳		
	戲	題。		變,以及單、雙腳	組合。		
				跳的連續動作。	3. 能和同學快		
				4. 能跟隨同學做	樂的完成遊		

				出追逐跑、跳組	戲,並遵守遊戲		
				合。	規則。		
		1a-I-1 認識基本的健康	Da-I-1 日常生活中的	1. 能知道正確刷	1. 能知道正確	觀察評量	【生命教
		常識。	基本衛生習慣。	牙是預防蛀牙最	刷牙的重要性。	口頭評量	育】
	主 油店士	1a-I-2 認識健康的生活	Da-I-2 身體的部位與	有效的方法。	2. 能知道正確	行為檢核	生 E2 理
	壹、健康有	習慣。	衛生保健的重要性。	2. 能知道正確刷	刷牙的方法和	態度評量	解人的身
	一套	2b-I-2 願意養成個人健		牙的方法和步	步驟。		體與心理
	二. 愛護牙 齒有一	康習慣。		驟,培養良好的衛	3. 培養學童正		面向。
		4a-I-2 養成健康的生活		生習慣。	確刷牙的良好		
	套	習慣。		3. 能記錄一周的	衛生習慣。		
				刷牙情形,並做檢			
				討與改進。			
		1c-I-1 認識身體活動的	Cb-I-3 學校運動活動	1. 能在移動過程	1. 能跟隨同學	觀察評量	【安全教
		基本動作。	空間與場域。	中做出方向的改	做出追逐跑、跳	口頭評量	育】
第7週		1c-I-2 認識基本的運動	Ga-I-1 走、跑、跳與投	變,以及單、雙腳	組合。	行為檢核	安 E4 探
		常識。	擲遊戲。	跳的連續動作。	2. 能和同學快	態度評量	討日常生
	貳、運動樂	3c-I-1 表現基本動作與	[a-I-1 滾翻、支撐、平	2. 能跟隨同學做	樂的完成遊		活應注意
	趣多	模仿的能力。	衡、懸垂遊戲。	出追逐跑、跳組	戲,並遵守遊戲		的安全。
	七、跑跳遊	3d-I-1 應用基本動作常		合。	規則。		
	戲、八.	識,處理練習或遊戲問		3. 能認識校園需	3. 能運用身體		
	我們都	題。		要平衡能力的遊	的平衡能力,使		
	是平衡			戲設備。	用學校或公園		
	高手				的遊具。		
	16) 1				4. 能先在平坦		
					地面上適應身		
					體的平衡,做為		
					上平衡木前的		
					體驗活動。		

		1a-I-1 認識基本的健康	Da-I-1 日常生活中的	1. 能知道愛護牙	1. 能知道日常	觀察評量	【生命教
		常識。	基本衛生習慣。	齒的方法。	生活中愛護牙	口頭評量	育】
	壹、健康有	1a-I-2 認識健康的生活	Da-I-2 身體的部位與	2. 能知道牙科醫	齒的方法。	行為檢核	生 E2 理
	一套	習慣。	衛生保健的重要性。	療院所提供的口	2. 能知道牙醫	態度評量	解人的身
	二. 愛護牙	2b-I-2 願意養成個人健		腔保健服務。	師協助愛護牙		體與心理
	齒有一	康習慣。		3. 能養成保健牙	齒的方法。		面向。
	套	4a-I-2 養成健康的生活		齒的生活習慣。	3. 能養成保健		
		習慣。			牙齒的生活習		
					慣。		
		1c-I-1 認識身體活動的	Cb-I-3 學校運動活動	1. 能練習平衡動	1. 能先在平坦	觀察評量	【安全教
		基本動作。	空間與場域。	作。	地面上適應身	口頭評量	育】
		1c-I-2 認識基本的運動	Ia-I-1 滾翻、支撐、平	2. 專注觀賞他人	體的平衡,做為	行為檢核	安 E4 探
		常識。	衡、懸垂遊戲。	的動作表現。	上平衡木前的	態度評量	討日常生
第8週		1d-I-1 描述動作技能基		3. 表現認真參與	體驗活動。		活應注意
		本常識。		的學習態度。	2. 能表現平衡		的安全。
		2c-I-2 表現認真參與的		4. 認識平衡木上	能力。		
	貳、運動樂	學習態度。		的動作要領及安	3. 說出運用平		
	趣多	2d-I-1 專注觀賞他人的		全注意事項。	衡能力時要注		
	八. 我們都	動作表現。		5. 學會上下平衡	意的事項。		
	是平衡	3d-I-1 應用基本動作常		木。	4. 了解並學會		
	高手	識,處理練習或遊戲問			運用平衡能		
		題。			力,選擇適合個		
					人的身體活動。		
					5. 認識運動設		
					備之一平衡		
					木,並了解平衡		
					木提供的功能。		
					6. 讓學童能說		

第 9 週	壹一三人	3b-I-1 能於引導下,表現簡易的自我調適技能。3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	1. 與若對應。 在 引 當 出 應 出 應 當 出 應 的 試 活 技 能 的 試 活 技 能 的 武 活 技 能 的 武 活 大 的 武 活 方 討 活 。	出時項※省人法和時項。能自相情緒。	觀察評量口行為檢核態度評量	【等性養合情力【育家覺不色思家演色性教EI性宜感。家】EI家同,個庭的。別育II別表的庭园庭前並人中的。平】培間達能教察中角反在扮角
		1d-I-1 描述動作技能基本常識。	Ia-I-1 滾翻、支撐、平 衡、懸垂遊戲。	1. 認識平衡木上的動作要領及安	1. 認識運動設備之一平衡	觀察評量 口頭評量	【安全教育】
	貳、運動樂	2c-I-2表現認真參與的	內 心主心脉	全注意事項。	木,並了解平衡	一	A
	趣多	學習態度。		2. 學會上下平衡	木提供的功能。	態度評量	討日常生
	八. 我們都	3c-I-1 表現基本動作與		木。	2. 讓學童能說		活應注意
	是平衡	模仿的能力。		3. 能學會與完成	出使用平衡木		的安全。
	高手			在平衡木上的動	時要注意的事		
				作和安全練習的	項。		

カルー 1 総対引導下・表現 1 施売 2 に 2 に 2 を 2 に 2 を 2 を 2 に 2 に 2 を 2 に 2 を 2 に	1			1		ı		1
R					方法。	3. 了解並學會		
# 10 理						在平衡木上的		
\$\frac{10 99}{\frac{1}{2}}\$\$\frac{1}{2}\$\$\f						爬、走等基本動		
理商易的自我调询技能。 3b-1-2 能於引導下,表現商易的人際溝通互動技能。 技能。 查、健康有一套 三、我愛家 人人 第10週 2c-1-2表現認真參與的 成、運動樂 趣多 八、我們都 是平衡 是平衡 3c-1-1表現基本動作與 高手 假伪的能力。 現商易的自我调询技能。 3b-1-2 能於引導で,表現商局的人際溝通互動技能。 2.與家人相處 時,對於無法處理						作。		
第10 選			3b-I-1 能於引導下,表	Fa-I-2 與家人及朋友	1. 能覺察自己的	※當我們遇到	觀察評量	【性別平
接性別問 技能。			現簡易的自我調適技能。	和諧相處的方式。	情緒,利用說出事	狀況時,都會有	口頭評量	等教育】
**			3b-I-2 能於引導下,表		件與感受調適自	自己的想法和	行為檢核	性 E11 培
			現簡易的人際溝通互動		我的心情。	做法,覺察自己	態度評量	養性別間
章、健康有一套 三、我愛家 人 \$\begin{align*} \sigma_\text{times} \\ \hat{\text{times}} \\ \tex			技能。		2. 與家人相處	的想法,反省後		合宜表達
 金、健康有 一套 三、我愛家 人 第 10 週 第 10 週 第 10 週 第 2c-1-2表現認真參與的 貳、運動樂 學習態度。 基 2d-1-1專注觀賞他人的 益處。 人 2d-1-1專注觀賞他人的 人際溝通技能。 人 2e-1-2表現認真參與的 不同角色,並及思個人在家庭中扮演的角色。 基 2d-1-1專注觀賞他人的 益處。 人 2 2d-1-1專注觀賞他人的 人際 大學習態度。 基 2 2d-1-1專注觀賞他人的 人工,我們都 動作表現。 是 平衡 3c-1-1表現基本動作與 高手 模仿的能力。 基 2 2 全 選擇適合自己的身體活動。 上 6 2 2 全 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2					時,對於無法處理	再決定做法,能		情感的能
一会		喜、健康右			或做錯的狀況,能	讓人際關係更		力。
第10週 E. 我愛家 Ch Spring and the state of t					先調適心情,在引	和諧。		【家庭教
大					導下,表現簡易的			育】
\$\frac{10 }{\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \					人際溝通技能。			家 E3 察
法、反省想法、再 決定怎麼做。 色,並反 思個人在 家庭中扮 演 的 角 色。 式、運動樂 要習態度。 2c-I-2表現認真參與的 貳、運動對身體健康的 益處。 1.能學會與完成 在平衡木上的動 作和安全練習的 方法。 1.認識運動設 備之一平衡 行為檢核 觀察評量 口頭評量 行為檢核 「有」 本,並了解平衡 高手 有」 提供的功能。 高手 態度評量 表,經學會選擇適合 自己的身體活動。 2. 讓學童能說 自己的身體活動。 態度評量 上使用平衡木 治應注意 的安全。					3. 練習想法的三			覺家庭中
漢文 (2c-I-2) 表現認真參與的 Cb-I-1 運動安全常	第 10 週				個步驟,先說出想			不同角
第庭中扮演的角色。 2c-I-2表現認真參與的 貳、運動樂 學習態度。 Cb-I-1運動安全常 識、運動對身體健康的 識、運動對身體健康的 描、運動對身體健康的 益處。 1. 能學會與完成 在平衡木上的動 備之一平衡 口頭評量 育】 作和安全練習的 木,並了解平衡 行為檢核 安 E4 探 入. 我們都 動作表現。 口頭評量 行為檢核 安 E4 探 付為檢核 安 E4 探 付為檢核 安 E4 探 付為檢核 安 E4 探 付為檢核 方法。 是平衡 3c-I-1表現基本動作與 高手 模仿的能力。 1a-I-1滾翻、支撑、平 衡、懸垂遊戲。 2. 學會選擇適合 自己的身體活動。 出使用平衡木 2. 課學童能說 由己的身體活動。 出使用平衡木 活應注意 的安全。					法、反省想法、再			色,並反
2c-I-2表現認真參與的 Cb-I-1運動安全常 1. 能學會與完成 在平衡木上的動 備之一平衡 所述 至射對身體健康的 益處。 1. 認識運動設 備之一平衡 所述 了解平衡 不力法。 口頭評量 有】 安 E4 探 的 方法。 人、我們都是平衡 3c-I-1表現基本動作與高手 模仿的能力。 3c-I-1表現基本動作與 核仿的能力。 (表現基本動作與 海、懸垂遊戲。 2. 學會選擇適合自己的身體活動。 2. 讓學童能說 出使用平衡木 2. 讓學童能說 的安全。					決定怎麼做。			思個人在
之C-I-2表現認真參與的 Cb-I-1運動安全常 1.能學會與完成 1.認識運動設 觀察評量 【安全教								家庭中扮
2c-I-2表現認真參與的 Cb-I-1 運動安全常 1. 能學會與完成 1. 認識運動設 觀察評量 貳、運動樂 學習態度。 識、運動對身體健康的 在平衡木上的動 備之一平衡 口頭評量 趣多 2d-I-1 專注觀賞他人的 益處。 作和安全練習的 木,並了解平衡 行為檢核 安 E4 探 八、我們都 動作表現。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平 方法。 木提供的功能。 態度評量 討日常生 是平衡 3c-I-1 表現基本動作與 衡、懸垂遊戲。 2. 學會選擇適合 2. 讓學童能說 活應注意 高手 模仿的能力。 自己的身體活動。 出使用平衡木 的安全。								演 的 角
貳、運動樂 學習態度。 識、運動對身體健康的 在平衡木上的動作和安全練習的 「有之一平衡」 口頭評量 一方為檢核 安 E4 探 方法。 大,並了解平衡」 行為檢核 安 E4 探 計日常生 計日常生 計日常生 計日常生 活應注意 計品 計品 工厂工厂工厂工厂工厂工厂工厂工厂工厂工厂工厂工厂工厂工厂工厂工厂工厂工厂工厂								色。
趣多 2d-I-1專注觀賞他人的 益處。 作和安全練習的 木,並了解平衡 行為檢核 安 E4 探 八. 我們都 動作表現。 Ia-I-1滾翻、支撐、平 方法。 木提供的功能。 態度評量 計日常生 是平衡 3c-I-1表現基本動作與高手 有、懸垂遊戲。 2. 學會選擇適合自己的身體活動。 出使用平衡木 出使用平衡木 的安全。			2c-I-2 表現認真參與的	Cb-I-1 運動安全常	1. 能學會與完成	1. 認識運動設	觀察評量	【安全教
八. 我們都 動作表現。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平 方法。 木提供的功能。 態度評量 是平衡 3c-I-1 表現基本動作與 衡、懸垂遊戲。 2. 學會選擇適合 2. 讓學童能說 活應注意 高手 模仿的能力。 自己的身體活動。 出使用平衡木 的安全。		貳、運動樂	學習態度。	識、運動對身體健康的	在平衡木上的動	備之一平衡	口頭評量	育】
是平衡 3c-I-1表現基本動作與 衡、懸垂遊戲。 2. 學會選擇適合 2. 讓學童能說 活應注意 高手 模仿的能力。 自己的身體活動。 出使用平衡木 的安全。		趣多	2d-I-1 專注觀賞他人的	益處。	作和安全練習的	木,並了解平衡	行為檢核	安 E4 探
高手 模仿的能力。 自己的身體活動。 出使用平衡木 的安全。		八. 我們都	動作表現。	Ia-I-1 滾翻、支撐、平	方法。	木提供的功能。	態度評量	討日常生
		是平衡	3c-I-1 表現基本動作與	衡、懸垂遊戲。	2. 學會選擇適合	2. 讓學童能說		活應注意
3d-I-1 應用基本動作常 時要注意的事		高手	模仿的能力。		自己的身體活動。	出使用平衡木		的安全。
			3d-I-1 應用基本動作常			時要注意的事		

		識,處理練習或遊戲問			項。		
		題。			3. 了解並學會		
		4c-I-2 選擇適合個人的			在平衡木上的		
		身體活動。			爬、走等基本動		
		为相位 加到			作。		
		3b-I-2 能於引導下,表	Fa-I-2 與家人及朋友	1. 運用後設認知	1. 不用哭鬧的	觀察評量	【性別平
		現簡易的人際溝通互動	和諧相處的方式。	的技巧,先預想可	方式解決與家	口頭評量	等教育】
		技能。	4. 19.11.75.41.77.20	能的後果,再來選	人的意見不合。	行為檢核	性 E11 培
		3b-I-3 能於生活中嘗試		擇最佳的做法。	2. 能考慮後	態度評量	養性別間
		運用生活技能。		2. 能練習平心靜	果,使用商量的	心汉可至	合宜表達
		277 277 3270		氣說出自己的想	方式解決問題。		情感的能
				法讓對方知道。	2011/201-120		力。
	壹、健康有						【家庭教
	一套						育】
	三. 我愛家						家 E3 察
	人						覺家庭中
第 11 週							不同角
							不 内 A 色 , 並 反
							思個人在
							演的角
							色。
		1c-I-1 認識身體活動的	Ab-I-1 體適能遊戲。	1. 能利用學校或	1. 藉由課文提	觀察評量	【家庭教
	貳、運動樂	基本動作。	Cd-I-1 戶外休閒運動	社區資源從事身	示,讓學童了解	口頭評量	育】
	趣多	本本助作。 3d-I-1 應用基本動作常	入門遊戲。	在	- 「	一	ョ』 家 E12 規
	九.社區運	識,處理練習或遊戲問	√11√10X	2.能了解並應用)	1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1	素 E12 規 畫個人與
	動樂	題。		2. 肥	受人我之間的	心(又可 里	家庭生活
		超。 4d-I-2利用學校或社區		基本動作,從事身	交八我∠间的 關係應如何聯		作息。
		401477月子仪以作四		坐平切下, 伙尹才	剩		11 10 °

		資源從事身體活動。		體活動。	繋。		【品德
				3. 能運用基本的	2. 與同學分享		教育】
				動作常識,處理練	自己參與過或		品 E3 溝
				習或遊戲所產生	知道的社區活		通合作
				的問題。	動經驗。		與和 諧
					3. 知道從哪裡		人際關
					取得社區活動		係。
					的資訊,並樂於		
					參與。		
					4. 能了解各種		
					趣味競賽的規		
					則。		
					5. 能透過遊		
					戲,增進體適		
					能。		
		3b-I-3 能於生活中嘗試	Fa-I-2 與家人及朋友	1. 常把爱掛在口	※能表達出自	觀察評量	【性別平
		運用生活技能。	和諧相處的方式。	中、對家人的體貼	己對家人的愛。	口頭評量	等教育】
				等語言與非語言		行為檢核	性 E11 培
				的方式,來表達對		態度評量	養性別間
	壹、健康有			家人的關愛。			合宜表達
# 10 m	一套			2. 能知道與家人			情感的能
第 12 週	三. 我愛家			和諧相處的方法。			カ。
	一. 我友亦						【家庭教
							育】
							家 E3 察
							覺家庭中
							不同角
							色,並反

	貳、運動樂 九. 社區運 動樂	2c-I-1表現尊重的團體 互動行為。 3d-I-1應用基本動作常 識,處理練習或遊戲問題。 4d-I-2利用學校或社區 資源從事身體活動。	Ab-I-1體適能遊戲。 Cd-I-1戶外休閒運動 入門遊戲。	1. 社體 2. 範團 3. 種本活動。 同題 4 數數 並是解析,從事體 5 趣動,從事體 6 數數 並一次,從事,從事,以不可以,以不可以,以不可以,以不可以,以不可以,以不可以,以不可以,以不可	1. 味 2. 增的 3. 進 4. 導比境驗守互重了競了進方透體透讓經題助則對。各的並隊。遊能情童驗進合和團種規實表 戲。境討和而、互隊趣則踐現 , 增 引論情體遵信的	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	思家演色【育家畫家作【育品通和關個庭的。家】E個庭息品】E合諧係在扮角 数 規與活 教 溝與際
第 13 週	壹、健康有 一套 四.空氣汙 染大作 戰	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. 知道警 思。 之。 知道警示 知道空 二。 知道空 氣, 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。	※間動童汙們遭常同空透情察顧活景的的有無過境到時期,所以與此時,有人過樂,所以與於一個,與一個,與一個,與一個,與一個,與一個,與一個,與一個,與一個,與一個,與	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【育 環 成 的 及 度 害 的 聚 數 養 害 心 災 本 ,

期間,外出要戴口 對話讓學童了	並能避免
罩。解這些改變都	災害的發
是因為嚴重的	生。
空氣汙染。	【安全教
	育】
	安 E4 探
	討日常生
	活應該注
	意的安
	全。
	安 E5 了
	解日常生
	活危害安
	全的事
	件。
	【防災教
	育】
	防 E1 災
	害的種類
	包含洪
	水、颱
	風、土石
	流、乾
	早。
	防 E5 不
	同災害發
	生時的適
	當避難行

							為。
		2c-I-1 表現尊重的團體	Ab-I-1 體適能遊戲。	1. 能利用學校或	1. 透過情境引	觀察評量	【家庭教
		互動行為。	Cd-I-1戶外休閒運動	社區資源從事身	導,讓學童討論	口頭評量	育】
		3d-I-1 應用基本動作常	入門遊戲。	體活動。	比賽經驗和情	行為檢核	家 E12 規
		識,處理練習或遊戲問		2. 能清楚知道自	境問題,進而體	態度評量	畫個人與
		題。		己適合的運動。	驗互助合作、遵		家庭生活
	貳、運動樂	4c-I-2 選擇適合個人的		3. 能與家人討	守規則和互信		作息。
	趣多	身體活動。		論,選擇並規畫適	互勉對團隊的		【品德教
	九.社區運	4d-I-2利用學校或社區		合的身體活動,增	重要。		育】
	動樂	資源從事身體活動。		進體適能。	2. 了解各種趣		品 E3 溝
					味競賽的規則。		通合作與
					3. 選擇可以與		和諧人際
					家人一同運動		關係。
					的項目。		
					6. 訂定家庭運		
					動計畫。		
		1a-I-1 認識基本的健康	Ca-I-1 生活中與健康	1. 知道紅色空品	※在學校的學	觀察評量	【環境教
		常識。	相關的環境。	旗升起時,要應對	習情境及教師	口頭評量	育】
		2a-I-1 發覺影響健康的		的活動行為。	的指導與說明	行為檢核	環 E12 養
	壹、健康有	生活態度與行為。		2. 發覺空氣汙染	下,知道不同顏	態度評量	成對災害
	一套	2a-I-2 感受健康問題對		時,在戶外活動對	色的空品旗代		的警覺心
第 14 週	四.空氣汙	自己造成的威脅性。		身體健康的影響。	表不同程度的		及敏感
	染大作			3. 知道室內、室外	空氣汙染。並能		度,對災
	戦			空氣汙染的程度	在空品旗的提		害有基本
				並不同。	醒下,選擇適合		的了解,
				4. 知道空氣品質	的活動方式。		並能避免
				不好時,進行體育			災害的發
				活動該注意的事			生。

			項有哪些。			【安全教
						育】
						安 E4 探
						討日常生
						活應該注
						意的安
						全。
						安 E5 了
						解日常生
						活危害安
						全的事
						件。
						【防災教
						育】
						防 E1 災
						害的種類
						包含洪
						水、颱
						風、土石
						流、乾
						旱。
						防 E5 不
						同災害發
						生時的適
						當避難行
						為。
貳、運動樂	1d-I-1 描述動作技能基	Hb-I-1 陣地攻守球類	1. 能知道並做到	1. 能努力學習	觀察評量	【品德教
趣多	本常識。	運動相關的簡易拍、	你傳我接活動的	並執行教師示	口頭評量	育】

	十. 玩球樂	2c-I-2表現認真參與的	抛、接、擲、傳、滾及	動作內容。	範的動作。	行為檢核	品 E3 溝
	趣多	學習態度。	踢、控、停之手眼、手		2. 能和同學互	態度評量	通合作與
	~ × ×	3c-I-1 表現基本動作與	腳動作協調、力量及準		相合作完成動	心汉可王	和諧人際
		模仿的能力。	確性控球動作。	完成你傳我接的	作。		關係。
		(4d-I-1 願意從事規律身	唯任经球制作。	五成你将我按的 動作。			所 1水 °
					3. 努力執行教		
		體活動。		3. 知道並做到配	師指示動作。		
				合拍球的節奏,穩			
				定的拍球。			
				4. 了解拍球說			
				Hello活動的進行			
				方式,並和同學合			
				作努力完成。			
				5. 會利用課餘時			
				間練習以求進步。			
		1a-I-1 認識基本的健康	Ca-I-1 生活中與健康	1. 知道空氣汙染	※舉例說明空	觀察評量	【環境教
		常識。	相關的環境。	會讓身體出現各	氣汙染讓我們	口頭評量	育】
				種不舒服的症狀。	身體出現的各	行為檢核	環 E12 養
				2. 知道空氣汙染	種不舒服症	態度評量	成對災害
	+ 14 + 1-			時期因應身體不	狀,以及適合的		的警覺心
	壹、健康有			舒服症狀的處理	處理方式。		及敏感
第 15 週	一套			方式。			度,對災
	四. 空氣汙						害有基本
	染大作						的了解,
	戰						並能避免
							災害的發
							生。
							工 【安全教
							育】
							月』

						安 E4 探
						討日常生
						活應該注
						意的安
						全。
						安 E5 了
						解日常生
						活危害安
						全的事
						件。
						【防災教
						育】
						防 E1 災
						害的種類
						包含洪
						水、颱
						風、土石
						流、乾
						早。
						防 E5 不
						同災害發
						生時的適
						當避難行
						為。
貳、運動	樂 1d-I-1 描述動作技能基	Hb-I-1 陣地攻守球類	1. 能知道並做到	1. 能和同學互	觀察評量	【品德教
趣多	本常識。	運動相關的簡易拍、	三種傳接球動	相合作完成動	口頭評量	育】
十. 玩球	樂 2c-I-2表現認真參與的	抛、接、擲、傳、滾及	作,並練習。	作。	行為檢核	品 E3 溝
趣多	學習態度。	踢、控、停之手眼、手	2. 能知道三種傳	2. 能努力執行	態度評量	通合作與

		3c-I-1 表現基本動作與	腳動作協調、力量及準	接球動作,球的行	教師指示的動		和諧人際
		模仿的能力。	確性控球動作。	進路徑不同處。	作。		關係。
		3d-I-1 應用基本動作常		3. 能和他人合作			
		識,處理或練習遊戲問		完三種傳接球動			
		題。		作。			
				4. 能知道並完成			
				高球穿接的動作。			
				5. 和他人順暢的			
				完成活動。			
		1a-I-1 認識基本的健康	Ca-I-1 生活中與健康	1. 知道對抗空氣	※空氣汙染會	觀察評量	【環境教
		常識。	相關的環境。	汙染的保健做法。	讓我們的身體	口頭評量	育】
		4a-I-2 養成健康的生活		2. 面對不同空品	不舒服危害身	行為檢核	環 E12 養
		習慣。		旗,能做出適宜的	體健康,為了在	態度評量	成對災害
				保健行為。	空氣汙染期間		的警覺心
					能安全的活		及敏感
					動,本節活動以		度, 對災
	壹、健康有				教師的角色提		害有基本
the document	一套				醒學童可以怎		的了解,
第 16 週	四. 空氣汙				麼做以維護自		並能避免
	染大作				己的健康,並指		災害的發
	戰				導學童觀察並		生。
					記錄上課一周		【安全教
					五天的空氣品		育】
					質及自己的因		安 E4 探
					應做法。		討日常生
							活應該注
							意的安
							全。

						安 E5 了
						解日常生
						活危害安
						全的事
						件。
						【防災教
						育】
						防 E1 災
						害的種類
						包含洪
						水、颱
						風、土石
						流、乾
						旱。
						防 E5 不
						同災害發
						生時的適
						當避難行
						為。
	1d-I-1 描述動作技能基	Hb-I-1 陣地攻守球類	1. 能知道和做到	1. 能學習並執	觀察評量	【品德教
	本常識。	運動相關的簡易拍、	彈接高手活動中	行教師指示的	口頭評量	育】
貳、運動樂	2c-I-2 表現認真參與的	抛、接、擲、傳、滾及	相關的動作,並練	動作。	行為檢核	品 E3 溝
趣多	學習態度。	踢、控、停之手眼、手	習。	2. 能順暢的完	態度評量	通合作與
十. 玩球樂	3d-I-1 應用基本動作常	腳動作協調、力量及準	2. 能願意並盡力	成彈接活動,並		和諧人際
趣多	識,處理或練習遊戲問	確性控球動作。	和他人相互合	將球控制在適		關係。
	題。		作,完成彈接高手	當的範圍再進		
	4d-I-1 願意從事規律身		活動中的動作。	行彈接。		
	體活動。		3. 能做到透過課			

				餘練習增加球感。			
		1a-I-1 認識基本的健康	Bb-I-1 常見的藥物使	1. 能了解生病時	※透過課本學	觀察評量	【安全教
		常識。	用方法與影響。	要遵照醫囑服藥	童生病的情	口頭評量	育】
		2a-I-1 發覺影響健康的		的重要性。	境,討論生病時	行為檢核	安 E4 探
		生活態度與行為。		2. 能發覺生病時	不可亂服藥,並	態度評量	討日常生
				就醫是維護健康	於大人引導		活應該注
				的正確態度與行	下,做到正確的		意的安
	壹、健康有			為。	就醫行為,並了		全。
	一套			3. 能於大人引導	解正確就醫的		安 E5 了
	五. 正確使			下,做到正確的就	觀念對健康的		解日常生
	用藥物			醫行為。	重要性。		活危害安
							全的事
							件。
							安 E14 知
17週							道通報緊
							急事件的
							方式。
		1d-I-1 描述動作技能基	Hd-I-1 守備/跑分性球	1. 能於活動中,知	※能和他人順	觀察評量	【品德教
		本常識。	類運動相關的簡易	道並遵守攻占城	暢的完成攻占	口頭評量	育】
		2c-I-2 表現認真參與的	拋、接、擲、傳之手眼	堡的活動規則。	城堡活動,並遵	行為檢核	品 E3 溝
	貳、運動樂	學習態度。	動作協調、力量及準確	2. 能願意並盡力	守遊戲規則。	態度評量	通合作與
	趣多	3d-I-1 應用基本動作常	性控球動作。	做到和他人合			和諧人際
		識,處理或練習遊戲問		作,完成攻占城堡			關係。
	趣多	題。		活動。			
	巡 夕			3. 能做到透過攻			
				占城堡活動和他			
				人一同討論學			
				習,找出更佳得分			

				方式並實踐。			
		1a-I-1 認識基本的健康	Bb-I-1 常見的藥物使	※能在大人引導	※透過課本中	觀察評量	【安全教
		常識。	用方法與影響。	下,適切的請教藥	學童在藥局領	口頭評量	育】
		4a-I-1 能於引導下,使		師與認讀藥袋上	藥的情境,認識	行為檢核	安 E4 探
		用適切的健康資訊、產品		的各項標示與說	藥袋上的各項	態度評量	討日常生
		與服務。		明。	說明與標示。		活應該注
							意的安
	壹、健康有						全。
	一套						安 E5 了
	五.正確使						解日常生
	用藥物						活危害安
							全的事
							件。
							安 E14 知
第 18 週							道通報緊
							急事件的
							方式。
		1d-I-1 描述動作技能基	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	1. 能做出正確的	1. 藉由動物拳	觀察評量	【人權教
		本常識。		模仿動物動作及	的模仿及遊戲	口頭評量	育】
		2d-I-1 專注觀賞他人的		特徵。	的學習體驗,對	行為檢核	人 E3 了
	貳、運動樂	動作表現。		2. 能做出正確的	武術運動產生	態度評量	解每個人
	趣多	3c-I-1 表現基本動作與		基本武術動作。	學習興趣。		需求的不
		模仿的能力。		3. 能專注觀賞同	2. 藉由遊戲的		同,並討
	十一. 功夫			學表演。	操作及反覆練		論與遵守
	小丁			4. 能發揮創意做	習,增進學童體		團體的規
				出動物拳。	適能。		則。
					3. 遵守遊戲規		【生涯規
					則,並樂於參		劃教育】

					與。		涯 E7 培
					4. 藉由武術的		養良好的
					學習,強健體		人際互動
					魄,培養專注力		能力。
					及忍耐力,也能		
					多一份自我保		
					護的能力。		
		3a-I-2 能於引導下,於	Bb-I-1 常見的藥物使	1. 能了解藥袋上	※透過課本學	觀察評量	【安全教
		生活中操作簡易的健康	用方法與影響。	服藥的時間、用法	童用藥情境,認	口頭評量	育】
		技能。4a-I-1 能於引導		與用量。	識口	行為檢核	安 E4 探
		下,使用適切的健康資		2. 能在大人引導	服藥、眼藥及外	態度評量	討日常生
		訊、產品與服務。		下,於生活中正確	用藥的使用注		活應該注
				服藥。	意事項,亦能在		意的安
	壹、健康有			3. 能了解眼藥水	大人引導下,於		全。
	一套			和外用藥膏的使	生活中自行操		安 E5 了
	五.正確使			用時間、用法與用	作或協助他人		解日常生
	用藥物			量。	用藥。		活危害安
第19週				4. 能在大人引導			全的事
				下,於生活中正確			件。
				使用眼藥水和外			安 E14 知
				用藥膏。			道通報緊
							急事件的
							方式。
	貳、運動樂	2d-I-1 專注觀賞他人的	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	1. 能表現出正確	1. 藉由武術及	觀察評量	【人權教
	重 東多	動作表現。	Bd-I-2 技擊模仿遊戲。	的技擊動作。	技擊的學習,強	口頭評量	育】
		3c-I-1 表現基本動作與		2. 能運用基本動	健體魄,培養專	行為檢核	人 E3 了
	十一. 切天 小子	模仿的能力。		作,與同學完成遊	注力及忍耐	態度評量	解每個人
	小丁	3d-I-1 應用基本動作常		戲。	力,也能多一份		需求的不

		識,處理或練習遊戲問		3. 藉由遊戲的操	自我保護的能		同,並討
		題。		作及反覆練習,增	力。		論與遵守
		4d-I-1 願意從事規律身		進體適能。	2. 遵守遊戲規		團體的規
		體活動。			則,並樂於參		則。
					與。		【生涯規
					3. 藉由武術遊		劃教育】
					戲的學習體		涯 E7 培
					驗,對武術運動		養良好的
					產生學習興趣。		人際互動
					4. 藉由遊戲的		能力。
					操作及反覆練		
					習,增進學童體		
					適能。		
		2a-I-1 發覺影響健康的	Bb-I-1 常見的藥物使	1. 能於大人引導	※透過在家裡	觀察評量	【安全教
		生活態度與行為。	用方法與影響。	下,正確的保存藥	放置藥物的情	口頭評量	育】
		3a-I-2 能於引導下,於		物。	境,了解保存藥	行為檢核	安 E4 探
		生活中操作簡易的健康		2. 能發覺錯誤的	物的方法,並經	態度評量	討日常生
		技能。		處理廢棄藥物會	過實際的操作		活應該注
	壹、健康有			汙染環境與危害	練習後,能熟練		意的安
# 00 m	一套			人類身體健康。	處理廢棄藥物。		全。
第 20 週	五.正確使			3. 能於大人引導			安 E5 了
	用藥物			下,正確的處理廢			解日常生
	74 75 42			棄藥物。			活危害安
							全的事
							件。
							安 E14 知
							道通報緊
							急事件的

						方式。
	3d-I-1 應用基本動作常	Bd-I-2 技擊模仿遊戲。	1. 能運用武術及	1. 藉由武術及	觀察評量	【人權教
	識,處理或練習遊戲問		技擊動作,與同學	技擊的學習,強	口頭評量	育】
	題。		完成比賽。	健體魄,培養專	行為檢核	人 E3 了
	4d-I-1 願意從事規律身		2. 藉由遊戲的操	注力及忍耐	態度評量	解每個人
	體活動。		作及反覆練習,增	力,也能多一份		需求的不
貳、運動樂			進體適能。	自我保護的能		同,並討
				カ。		論與遵守
趣多				2. 藉由遊戲的		團體的規
十一. 功夫				操作及反覆練		則。
小丁				習,增進學童體		【生涯規
				適能。		劃教育】
				3. 遵守遊戲規		涯 E7 培
				則,並樂於參		養良好的
				與。		人際互動
						能力。

彰化縣二水鄉復興國民小學 114 學年度第 二 學期 二 年級 健體 領域/科目課程(部定課程)

- 5、各年級領域學習課程計畫(5-1 5-2 5-3 以一個檔上傳同一區域)
 - 5-1 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃符合課程綱要規定,且 能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。
 - 5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、與趣和動機,提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。
 - 5-3 議題融入(七大或19項)且內涵適合單元/主題內容

教材版本	南一版	實施年級 (班級/組別)	=	教學節數	每週(3)節,本學期共(60)節
課程目標	動,觀察及用與趣及用來。 2. 能對自自己,是一個人人,與一個人,與一個人,與一個人,與一個人,與一個人,與一個人,與一個人,	是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	。 安 入,交意 知,、覺體菸,體體 全 了能技的 道透遵家健環專會 自 解運巧事 如過守人康境注成	長的喜悅,並能用健康的態度面子上下平衡本,完成平衡本的遊戲上下平衡本,完成平衡本的遊戲之一, 於賞自己也欣賞同學。 方法招待好友、分辨出別人。 到, 積極參與健走運動,規劃適合 以, 積極參與健走運動,規劃適合 以, 積極參與健走運動,規劃適合 以, 積極參與健走運動,規劃適合 以, 積極參與健走運動, 與智性人一同合作踢擊, 與智性人一同合作踢擊, 與智性人一同合作。 與智性人一戶。 大統的行為對個人與家庭的危害, 生活品質的影響,覺察拒吸二手 以賞並學習他人動作表現。在活動	、球感, 闖關過程中盡力完成並從中學習球感, 以完成過關英雄的

	,
	11. 知道流感不等同於感冒,知道流感的傳染方式、流感快篩的目的與預防流感感染的方法,與學會呼吸道衛生與咳嗽禮節,知道流感感染期間在
	家照護的要點,養成良好個人衛生習慣。
	12. 能遵守遊戲規則,並和同學合作完成遊戲。
	13. 能盡力完成快跑活動,做出直線快跑動作、完成直線來回與左右方向變換的折返跑動作,且在遊戲中完成左右曲折及繞物快跑的動作,並體會
	跑步的樂趣。
	14. 知道如何分辨且能具體描述如何選擇新鮮食物的方法;知道如何挑選且能具體描述正確選購包裝食品與散裝食品的方法。
	15. 了解游泳池的硬體設備、安全設施、注意事項與衛生守則,並能遵守游泳池的規則;認識游泳前暖身運動的重要性與正確做出暖身操,學會在
	水中行走、水中閉氣、漂浮等游泳基礎技能。
	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。
	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力,並透過體驗與實踐,處理日常生活中運動與健康的問題。
	健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力,並以創新思考方式,因應日常生活情境。
領域核心素養	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。
	【安全教育】
	安 E4 探討日常生活應該注意的安全。
	安 E7 探究運動基本的保健。
	【性別平等教育】
	性 E3 覺察性別角色的刻板印象,了解家庭、學校與職業的分工,不應受性別的限制。
	性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
融入之重大議題	【品德教育】
	品 E1 良好生活習慣與德行。
	品 E2 自尊尊人與自愛愛人。
	品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
	品 E7 知行合一。
	【家庭教育】
	家 E9 參與家庭消費行動,澄清金錢與物品的價值。

家 E12 規畫個人與家庭的生活作息。

【海洋教育】

海 E2 學會游泳技巧,熟悉自救知能。

【生涯規劃教育】

涯 E4 認識自己的特質與興趣。

涯 E9 認識不同類型工作/教育環境。

課程架構

业组设在	教學單元/	學習	重點	銀羽口 4番	超羽江和山穴	評量方式	可,详历内穴手则
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	計里 / 八	融入議題內容重點
		1a-I-1 認識基本的	Aa-I-1 不同人生階	1. 能了解不同人生階段	※能藉由分享成長過程	觀察評量	【性別平等教育】
		健康常識。	段的成長情形。	成長情形。	的照片,認識自己的成	口頭評量	性 E3 覺察性別角色的刻
				2. 能觀察並描述自己的	長情形。	行為檢核	板印象,了解家庭、學校
	壹、健康點			成長情形。		態度評量	與職業的分工,不應受性
	點名			3. 能透過活動,記錄自己			别的限制。
	一. 歡樂成			的成長情形。			【生涯規劃教育】
	長派						涯 E4 認識自己的特質與
							興趣。
第1週							涯 E9 認識不同類型工作
							/教育】環境。
		1c-I-1 認識身體活	Cb-I-3 學校運動活	1. 能認識校園需要懸垂	1. 能運用學校的遊戲器	觀察評量	【安全教育】
		動的基本動作。	動空間與場域。	能力的遊戲設備。	材或設備,來鍛練臂力。	口頭評量	安 E4 探討日常生活應該
	貳、運動好	1c-I-2 認識基本的	Ia-I-1 滾 翻 、 支	2. 能運用遊戲設備來鍛	2. 運用身體平衡能力,	行為檢核	注意的安全。
	事多	運動常識。	撐、平衡、懸垂遊	鍊臂力。	使用學校遊具。	態度評量	
	六.單槓遊	1d-I-1 描述動作技	戲。	3. 能練習手臂力量。			
	戲真好玩	能基本常識。		4. 表現認真參與的學習			
		2c-I-2 表現認真參		態度。			
		與的學習態度。		5. 專注觀賞他人的動作			

				表現。			
		1a-I-1 認識基本	Aa-I-1 不同人生	1. 能知道成長過程受到	1. 引導學童實際觀察或	觀察評量	【性別平等教育】
		的健康常識。	階段的成長情形。	家人的照顧與陪伴。	透過照片的比較,觀察	口頭評量	性 E3 覺察性別角色的刻
		2a-I-1 發覺影響		2. 能體會成長的喜悅,並	不同人生階段的成長情	行為檢核	板印象,了解家庭、學校
	壹、健康點	健康的生活態度與		能用健康的態度面對成	形。	態度評量	與職業的分工,不應受性
	點名	行為。		長。	2. 引導學童除了注意自		別的限制。
	一. 歡樂成			3. 能觀察並描述自己的	己的生長發育,還要用		【生涯規劃教育】
	長派			成長情形。	健康的態度面對成長的		涯 E4 認識自己的特質與
第2週				4. 能探索自己的興趣及	過程。		興趣。
				對未來的期望。			涯 E9 認識不同類型工作
							/教育】環境。
		1d-I-1 描述動作技	Cb-I-3 學校運動活	1. 能學習握住單槓。	1. 運用手臂的力量做出	觀察評量	【安全教育】
	貳、運動好	能基本常識。	動空間與場域。	2. 能學習使用單槓時要	單槓的動作。	口頭評量	安 E4 探討日常生活應該
	事多	2c-I-2 表現認真參	Ia-I-1 滾 翻 、 支	注意的事項。	2. 能運用身體、手臂的	行為檢核	注意的安全。
	六.單槓遊	與的學習態度。	撐、平衡、懸垂遊	3. 在單槓上學習模仿動	力量做出單槓動作,並	態度評量	
	戲真好玩	3c-I-1 表現基本動	戲。	作。	與同學完成單槓遊戲的		
		作與模仿的能力。		4. 能進行單槓遊戲動作。	動作。		
		1a-I-1 認識基本	Aa-I-1 不同人生階	1. 能知道成長過程受到	1. 引導學童實際觀察或	觀察評量	【性別平等教育】
		的健康常識。	段的成長情形。	家人的照顧與陪伴。	透過照片的比較,觀察	口頭評量	性 E3 覺察性別角色的刻
	壹、健康點	2a-I-1 發覺影響	Db-I-1 日常生活中	2. 能體會成長的喜悅,並	不同人生階段的成長情	行為檢核	板印象,了解家庭、學校
第3週	豆、健康 品 點名	健康的生活態度與	的性別角色。	能用健康的態度面對成	形。	態度評量	與職業的分工,不應受性
あ 3 週	一. 歡樂成	行為。		長。	2. 引導學童除了注意自		别的限制。
	一. 歡樂	4b-I-1 發表個人對		3. 能觀察並描述自己的	己的生長發育,還要用		【生涯規劃教育】
	衣派	促進健康的立場。		成長情形。	健康的態度面對成長的		涯 E4 認識自己的特質與
				4. 能探索自己的興趣及	過程。		興趣。
				對未來的期望。	3. 能從日常生活中發現		涯 E9 認識不同類型工作

					I		
				5. 能認識日常生活中的	性别角色,並去除性別		/教育】環境。
				性別角色。	刻板印象。		【生命教育】
				6. 能覺察職業的性別刻	4. 能知道由於家人的照		生 E2 理解人的身體與心
				板印象。	顧,自己才能平安健康		理面向。
				7. 能知道自己想做的事	的長大。		
				不受性別限制。			
		1d-I-1 描述動作技	Cb-I-3 學校運動活	1. 能學習握住單槓。	1. 運用手臂的力量做出	觀察評量	【安全教育】
		能基本常識。	動空間與場域。	2. 能學習使用單槓時要	單槓的動作。	口頭評量	安 E4 探討日常生活應該
		2c-I-2 表現認真參	Ia-I-1 滾 翻 、 支	注意的事項。	2. 能運用身體、手臂的	行為檢核	注意的安全。
		與的學習態度。	撐、平衡、懸垂遊	3. 在單槓上學習模仿動	力量做出單槓動作,並	態度評量	
		3c-I-1 表現基本動	戲。	作。	與同學完成單槓遊戲的		
	貳、運動好	作與模仿的能力。		4. 能進行單槓遊戲動作。	動作。		
	事多			5. 能學會在單槓上的動			
	六.單槓遊			作。			
	戲真好玩			6. 了解及運用雙手的力			
				量選擇需要懸垂能力的			
				運動項目。			
				7. 會表現認真學習的態			
				度。			
				8. 會注意同學的表現。			
		4b-I-1 發表個人對	Db-I-1 日常生活中	1. 能認識日常生活中的	1. 能從日常生活中發現	觀察評量	【性別平等教育】
		促進健康的立場。	的性別角色。	性別角色。	性别角色,並去除性別	口頭評量	性 E3 覺察性別角色的刻
	壹、健康點			2. 能覺察職業的性別刻	刻板印象。	行為檢核	板印象,了解家庭、學校
第 4 週	點名			板印象。	2. 能知道由於家人的照	態度評量	與職業的分工,不應受性
	一. 歡樂成			3. 能知道自己想做的事	顧,自己才能平安健康		別的限制。
	長派			不受性別限制。	的長大。		【生涯規劃教育】
				4. 能認識自己未來的夢			涯 E4 認識自己的特質與
				想,並為夢想努力。			興趣。

							涯 E9 認識不同類型工作
							/教育】環境。
		1d-I-1 描述動作技	Cb-I-1 運動安全常	1. 認識戶外及其他各種	1. 能說出平常參與的休	觀察評量	【家庭教育】
		能基本常識。	識、運動對身體健	休閒運動。	閒運動。	口頭評量	家 E12 規畫個人與家庭
		2d-I-2 接受並體驗	康的益處。	2. 樂於參與休閒運動。	2. 能與家人從事適當的	行為檢核	的生活作息。
	貳、運動好	多元性身體活動。	Cd-I-1戶外休閒運	3. 能找出社區內的運動	休閒運動。	態度評量	【安全教育】
	事多	3b-I-3 能於生活中	動入門遊戲。	場地。	3 能說出平常參與的休		安 E7 探究運動基本的保
	七. 休閒運	嘗試運用生活技	Ce-I-1其他休閒運	4. 能選擇適合全家參與	閒運動。		健。
	動快樂行	能。	動入門遊戲。	的休閒運動。	4. 能與家人從事適當的		
		4d-I-2 利用學校或			休閒運動。		
		社區資源從事身體					
		活動。					
	壹、健康點	1a-I-1 認識基本的	Fb-I-2 兒童常見疾	1. 知道如何表達身體不	※透過家人的關心與自	觀察評量	【品德教育】
	宣、健康 點 名	健康常識。	病的預防與照顧方	舒服的症狀。	己對身體不適症狀的表	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德
	二.流感小		法。	2. 知道處理身體不適的	述,知道有病症應該要	行為檢核	<mark>行。</mark>
	一· 流感小 上 上 上 上 上			正確方法。	盡早就醫、了解病情,	態度評量	品 E7 知行合一。
	大兴				並進行治療。		
第5週		2d-I-2 接受並體驗	Cb-I-1 運動安全常	1. 能快樂的接受並體驗	1. 能說出健走、快慢交	觀察評量	【家庭教育】
弗 3 週		多元性身體活動。	識、運動對身體健	健走運動。	替健走及不同節奏健走	口頭評量	家 E12 規畫個人與家庭
	貳、運動好	3b-I-3 能於生活中	康的益處。	2. 能學會正確的健走技	的動作要領。	行為檢核	的生活作息。
	事多	嘗試運用生活技	Cd-I-1戶外休閒運	巧。	2. 能做出不同速度的健	態度評量	【安全教育】
	七. 休閒運	能。	動入門遊戲。	3. 能快樂接受並體驗健	走技巧。		安 E7 探究運動基本的保
	動快樂行	4d-I-1 願意從事規		走運動。			健。
		律身體活動。		4. 能學會不同速度的健			
				走技巧。			
第 6 週	壹、健康點	1a-I-1 認識基本的	Da-I-1 日常生活中	1. 知道流感的傳染方式。	1. 在教師的說明下,透	觀察評量	【品德教育】
界 0 週	點名	健康常識。	的基本衛生習慣。	2. 知道「生病不上課」的	過生活情境引導,讓學	口頭評量	品 El 良好生活習慣與德
	二. 流感小	2a-I-1 發覺影響健	Fb-I-2 兒童常見疾	健康觀念。	童了解流感的傳染途	行為檢核	行。

				T	T	1	T
	尖兵	康的生活態度與行	病的預防與照顧方		徑,進而在日常生活中	態度評量	品 E7 知行合一。
		為。	法。		能自我警惕,表現出合		
		4a-I-2 養成健康的			乎呼吸道衛生與咳嗽禮		
		生活習慣。			節的行為。		
					2. 以班級同學感染流感		
					為例,向學童強調「生		
					病不上課」的意義,並		
					說明預防流感的有效方		
					法。		
		3b-I-3 能於生活中	Cb-I-1 運動安全常	1. 能學會不同節奏的健	1. 能做出不同節奏的健	觀察評量	【家庭教育】
	貳、運動好	嘗試運用生活技	識、運動對身體健	走。	走技巧。	口頭評量	家 E12 規畫個人與家庭
	事多	能。	康的益處。	2. 能學會不同方式的健	2. 能規畫繪製校園健走	行為檢核	的生活作息。
	サタ 七.休閒運	4d-I-1 願意從事規	Cd-I-1戶外休閒運	走技巧。	地圖。	態度評量	【安全教育】
		律身體活動。	動入門遊戲。	3. 能規畫並繪製校園健	3. 能與同學及親友積極		安 E7 探究運動基本的保
	動快樂行			走地圖。	參與健走運動,並養成		健。
				4. 能積極參與健走運動。	規律的健走運動習慣。		
		1a-I-1 認識基本的	Da-I-1 日常生活中	1. 探討避免感染流感、維	※讓學童知道「預防勝	觀察評量	【品德教育】
	壹、健康點	健康常識。	的基本衛生習慣。	護健康的行為。	於治療」,並能將所學落	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德
	宣、健康點 點名	2a-I-1 發覺影響健	Fb-I-2 兒童常見疾	2. 知道預防流感的方法。	實在生活中,進而表現	行為檢核	行。
	點石 二.流感小	康的生活態度與行	病的預防與照顧方	3. 能在日常生活中展現	出促進健康的行為。	態度評量	品 E7 知行合一。
		為。	法。	呼吸道衛生與咳嗽禮節。			
第7週	尖兵	4a-I-2 養成健康的		4. 能養成良好個人衛生			
		生活習慣。		習慣。			
		2c-I-2 表現認真參	Hb-I-1陣地攻守性	1. 能表現出教材中的足	1. 能學會教材中的足球	觀察評量	【品德教育】
	貳、運動好	與的學習態度。	球類運動相關的簡	球熱身動作。	熱身動作。	口頭評量	品E3溝通合作與和諧人
	事多	3c-I-1 表現基本動	易拍、拋、接、擲、	2. 能於活動中展現出身	2. 能努力嘗試練習教材	行為檢核	際關係。
	八. 踢球樂	作與模仿的能力。	傳、滾及踢、控、	體平衡。	內容。	態度評量	
			停之手眼、手腳動	3. 能於活動中努力練習	3. 展現出努力體驗踢球		
		l .		l .	l .	l.	

			作協調、力量及準	嘗試。	活動。		
			確性控球動作。	4. 展現出努力體驗踢球	4. 能和他人合作完成體		
				活動。	驗活動。		
				5. 可以和他人合作完成			
				活動。			
		1a-I-1 認識基本的	Fb-I-1 個人對健康	1. 知道流感感染期間在	※從日常生活保健觀念	觀察評量	【品德教育】
		健康常識。	的自我覺察與行為	家照護的要點。	著手,向學童說明感染	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德
		2b-I-1 接受健康的	表現。	2. 學會正確脫口罩和丟	流感時的居家照護要	行為檢核	行。
	壹、健康點	生活規範。	Fb-I-2 兒童常見疾	口罩的技巧。	點,讓學童學習正確的	態度評量	品 E7 知行合一。
	點名	3a-I-2 能於引導	病的預防與照顧方	3. 能在生活中落實流感	照護方法,日後,在自		
	二. 流感小	下,於生活中操作	法。	預防與照護的好行為。	己或家人感染流感時,		
	尖兵	簡易的健康技能。			能表現出促進健康的行		
		4b-I-1 發表個人對			為。		
th O year		促進健康的立場。					
第8週		1c-I-2 認識基本的	Cb-I-1 運動安全常	1. 能知道運動前後要注	1. 能知道運動前後要注	觀察評量	【品德教育】
		運動常識。	識、運動對身體健	意的相關安全事宜及準	意的相關安全事宜及準	口頭評量	品 E3 溝通合作與和諧人
		2c-I-2 表現認真參	康的益處。	備。	備。	行為檢核	際關係。
	* 	與的學習態度。	Hb-I-1陣地攻守性	2. 能知道如何處理運動	2. 能知道如何處理運動	態度評量	
	貳、運動好 事多	3c-I-1 表現基本動	球類運動相關的簡	時發生的意外事故。	時發生的意外事故。		
	• •	作與模仿的能力。	易拍、拋、接、擲、	3. 能做到用足背踢球。	3. 能學會用足背踢球的		
	八. 踢球樂		傳、滾及踢、控、		動作。		
			停之手眼、手腳動				
			作協調、力量及準				
			確性控球動作。				
	壹、健康點	1a-I-1 認識基本的	Bb-I-2 吸菸與飲酒	1. 能了解過量飲酒對個	※透過課本中角色與家	觀察評量	【人權教育】
第9週	點名	健康常識。	的危害及拒絕二手	人、家庭與社會的危害。	人討論的情境,引導學	口頭評量	人 E7 認識生活中不公
	三. 我家拒	4b-I-1 發表個人對	菸的方法。	2. 在日常生活中,不嘗試	童了解飲酒對於個人、	行為檢核	平、不合理、違反規則和
	菸酒	促進健康的立場。		含酒精飲料。	家庭和社會的影響,思	態度評量	健康受到傷害等經驗,並

					考如何做決定表達拒絕		知道如何尋求救助的管
					含酒精飲料,進而能做		道。
					到不受含酒精飲料的誘		【品德教育】
					惑。		品 E2 自尊尊人與自愛愛
							人。
		2c-I-2 表現認真參	Hb-I-1陣地攻守性	1. 能做到用足內側踢球。	1. 能學會用足內側踢球	觀察評量	【品德教育】
		與的學習態度。	 球類運動相關的簡	2. 可以和他人合作練習	 的動作。	口頭評量	品 E3 溝通合作與和諧人
	貳、運動好	 3c-I-1 表現基本動	 易拍、抛、接、擲、	踢球。	2. 可以和他人合作練習	 行為檢核	際關係。
	事多	 作與模仿的能力。	 傳、滾及踢、控、	3. 可以用腳底做出停球	踢球,並體驗踢球的樂	*************************************	
	八. 踢球樂	 4d-I-1 願意從事規	停之手眼、手腳動	動作。	趣。		
		律身體活動。	作協調、力量及準		3. 能用腳底做出停球動		
			確性控球動作。		作。		
		1a-I-1 認識基本的	Bb-I-2 吸菸與飲酒	1. 能發覺吸菸行為對健	1. 透過課本主角的親友	觀察評量	【人權教育】
	± /4.15.00	健康常識。	的危害及拒絕二手	康所造成的影響。	戒菸後外表改變的情	口頭評量	人 E7 認識生活中不公
		2a-I-1 發覺影響健	菸的方法。	2. 能於引導下,運用模擬	境,討論吸菸行為對個	行為檢核	平、不合理、違反規則和
	壹、健康點	康的生活態度與行		情境角色扮演方式,向家	人健康所造成的影響,	態度評量	健康受到傷害等經驗,並
	點名	為。		人適切表達請勿吸菸的	以及他人對吸菸者的感		知道如何尋求救助的管
	三. 我家拒	3b-I-2 能於引導		態度。	受。		道。
	<u> </u>	下,表現簡易的人			2. 模擬課本主角請家人		【品德教育】
第 10 週		際溝通互動技能。			戒菸的對話情境,演練		品 E2 自尊尊人與自愛愛
					表達請勿吸菸的態度。		人。
		1d-I-1 描述動作技	Hb-I-1陣地攻守性	1. 可以他人合作進行踢	1. 可以他人合作進行踢	觀察評量	【品德教育】
		能基本常識。	球類運動相關的簡	接球。	接球。	口頭評量	品 E3 溝通合作與和諧人
	貳、運動好	3c-I-1 表現基本動	易拍、拋、接、擲、	2. 可以於對牆踢接活動	2. 能在對牆踢接活動中	行為檢核	際關係。
	事多	作與模仿的能力。	傳、滾及踢、控、	中展現出踢球停球的動	展現出踢球、停球的動	態度評量	
	八. 踢球樂	4d-I-1 願意從事規	停之手眼、手腳動	作。	作。		
		律身體活動。	作協調、力量及準	3. 能於足球遊戲中展現	3. 能於足球遊戲中展現		
			確性控球動作。	踢擊動作。	踢擊動作。		

							ı
				4. 能和他人合作進行活	4. 能於足球遊戲中展現		
				動。	踢擊動作。		
					5. 能和他人合作進行活		
					動。		
		3b-I-2 能於引導	Bb-I-2 吸菸與飲酒	※能於引導下,運用模擬	※透過課本人物在無菸	觀察評量	【人權教育】
		下,表現簡易的人	的危害及拒絕二手	情境角色扮演方式,練習	公園遇見吸菸者的對話	口頭評量	人 E7 認識生活中不公
	壹、健康點	際溝通互動技能。	菸的方法。	拒絕二手菸的技巧。	情境,認識二手菸的危	行為檢核	平、不合理、違反規則和
		4b-I-1 發表個人對			害,進而學習拒絕二手	態度評量	健康受到傷害等經驗,並
	點名 三. 我家拒	促進健康的立場。			菸的技巧。		知道如何尋求救助的管
							道。
	菸酒						【品德教育】
							品 E2 自尊尊人與自愛愛
第 11 週							人。
	# VZ £1 17	1c-I-1 認識身體活	Bc-I-1 各項暖身伸	1. 能隨著音樂拍打節奏。	1. 能隨著音樂打拍子並	觀察評量	無
		動的基本動作。	展動作。	2. 能靈活操作身體,做出	學習打節奏。	口頭評量	
		2c-I-2 表現認真參	Ib-I-1唱、跳與模	各種肢體動作。	2. 和同學一起合作完成	行為檢核	
	貳、運動好 事多	與的學習態度。	仿性律動遊戲。	3. 能隨著音樂節奏,完成	唱跳活動,並從中培養	態度評量	
	九. 我們都	2d-I-1 專注觀賞他		唱跳學習活動。	互助合作的精神。		
	是好朋友	人的動作表現。		4. 能靈活操作身體,做出			
	产 好朋及			各種身體動作。			
				5. 能專注觀摩與學習他			
				人動作表現。			
		3b-I-2 能於引導	Bb-I-2 吸菸與飲酒	※能繪製禁菸標誌,發表	※觀察生活環境中的禁	觀察評量	【人權教育】
	壹、健康點	下,表現簡易的人	的危害及拒絕二手	個人拒絕二手菸的立場。	菸標誌,繪製拒絕二手	口頭評量	人 E7 認識生活中不公
第 12 週	點名	際溝通互動技能。	菸的方法。		菸的標誌,以表達促進	行為檢核	平、不合理、違反規則和
	三. 我家拒	4b-I-1 發表個人對			健康生活的立場。	態度評量	健康受到傷害等經驗,並
	菸酒	促進健康的立場。					知道如何尋求救助的管
							道。

							【品德教育】
							品 E2 自尊尊人與自愛愛
							人。
		1c-I-1 認識身體活	Bc-I-1 各項暖身伸	1. 能隨著音樂節奏,完成	※和同學一起合作完成	觀察評量	無
		動的基本動作。	展動作。	唱跳學習活動。	唱跳活動,並從中培養	口頭評量	
		2c-I-2 表現認真參	Ib-I-1唱、跳與模	2. 能靈活操作身體,做出	互助合作的精神。	行為檢核	
	* 	與的學習態度。	仿性律動遊戲。	各種身體動作。		態度評量	
	貳、運動好	2d-I-1 專注觀賞他		3. 能專注觀摩與學習他			
	事多	人的動作表現。		人動作表現。			
	九. 我們都	3d-I-1 應用基本動		4. 能應用正確的動作與			
	是好朋友	作常識,處理練習		同學合作練習活動。			
		或遊戲問題。		5. 能與同學培養默契,通			
				力合作克服困難並完成			
				動作。			
	壹、健康點	3b-I-1 能於引導	Fa-I-2 與家人及	※覺察自己與他人的優	1. 藉由安安校外教學的	觀察評量	【性別平等教育】
	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	下,表現簡易的自	朋友和諧相處的方	點,並進一步深入了解自	照片與介紹過程,學著	口頭評量	性 E11 培養性別間合宜
		我調適技能。	式。	己、欣賞自己也欣賞同	敘述同學的優點。	行為檢核	表達情感的能力。
	四.愉快的聚會			學。	2. 能欣賞自己的特質和	態度評量	
	秋 盲				學習別人的長處。		
		1c-I-1 認識身體活	Bc-I-1 各項暖身伸	1. 能學會所教導的舞蹈	※能用愉快的心情和同	觀察評量	無
第 13 週		動的基本動作。	展動作。	動作。	學一起學習舞蹈。	口頭評量	
	貳、運動好	2c-I-2 表現認真參	Ib-I-1唱、跳與模	2. 利用活動開展肢體,並		行為檢核	
	事多	與的學習態度。	仿性律動遊戲。	增進身體的協調性。		態度評量	
		2d-I-1 專注觀賞他		3. 能專注欣賞並學習他			
	九. 我們都是好朋友	人的動作表現。		人優良動作表現。			
	及利加及	3d-I-1 應用基本動		4. 能與同學培養默契,通			
		作常識,處理練習		力合作克服困難並完成			
		或遊戲問題。		動作。			

		4c-I-2 選擇適合個		5. 能認真參與並與他人			
		人的身體活動。		合作完成動作表現。			
				6. 能了解自己並選擇適			
				合個人的身體活動。			
		3b-I-1 能於引導	Fa-I-2 與家人及	1. 能利用適當方法邀請	※藉由邀請朋友的互動	觀察評量	【性別平等教育】
		下,表現簡易的自	朋友和諧相處的方	同學。	過程,認識自己住家特	口頭評量	性 E11 培養性別間合宜
	土 体	我調適技能。	式。	2. 能運用社交技巧,知道	色,並聯絡朋友間的情	行為檢核	表達情感的能力。
	壹、健康點 點名	3b-I-2 能於引導		增進人際關係的方法。	誼。	態度評量	
		下,表現簡易的人		3. 能了解住家附近的特			
	四.愉快的	際溝通互動技能。		色。			
	聚會	3b-I-3 能於生活中					
		嘗試運用生活技					
		能。					
		1c-I-1 認識身體活	Ga-I-1走、跑、跳	1. 能利用學校或社區資	1. 能分享和家人或朋友	觀察評量	無
bh 1.4 vm		動的基本動作。	與投擲遊戲。	源進行戶外休閒運動。	從事戶外休閒的經驗。	口頭評量	
第 14 週		2d-I-2 接受並體驗		2. 能體會並分享追逐跑	2. 能說出並分享追逐跑	行為檢核	
		多元性身體活動。		的樂趣。	的樂趣。	態度評量	
		4d-I-2 利用學校或		3. 能盡力完成快跑的活	3. 能利用課餘時間進行		
	貳、運動好	社區資源從事身體		動。	並記錄跑步活動。		
	事多	活動。		4. 能體驗並分享跑步時	4. 能用快跑方式使毛		
	十. 跑的遊			速度與迎風的感受。	巾、報紙和塑膠袋飄揚		
	戲				不下墜。		
					5. 能用快跑方式使毛		
					巾、報紙和塑膠袋貼於		
					胸前不下墜。		
					6. 能說出跑步時的速度		
					與迎風的感受。		

				T		I	T _
		3b-I-1 能於引導	Fa-I-2 與家人及	※能了解接待客人的注	※藉由邀請朋友的互動	觀察評量	【性別平等教育】
		下,表現簡易的自	朋友和諧相處的方	意事項。	過程,認識自己住家特	口頭評量	性 E11 培養性別間合宜
	壹、健康點	我調適技能。	式。		色,並聯絡朋友間的情	行為檢核	表達情感的能力。
	點名四.愉快的	3b-I-2 能於引導			誼。	態度評量	
		下,表現簡易的人					
		際溝通互動技能。					
	聚會	3b-I-3 能於生活中					
		嘗試運用生活技					
		能。					
第 15 週		2d-I-2 接受並體驗	Ga-I-1走、跑、跳	1. 能做出直線快跑動作。	1. 能盡力做出快跑加速	觀察評量	無
		多元性身體活動。	與投擲遊戲。	2. 能學習並表現出運動	動作。	口頭評量	
				 家精神。	2. 能遵守行進路線完成	 行為檢核	
	貳、運動好			·	 快跑及排隊行為。	*************************************	
	事多				3. 能認識並遵守比賽規		
	十.跑的遊				則。		
	戲				4. 能和同學合作完成比		
	1324				賽。		
					⁷ 5. 能學習並表現運動家		
					精神。		
		3b-I-2 能於引導	Fa-I-2 與家人及	1. 知道真心誠意的讚	※藉由「角色扮演」的	觀察評量	【性別平等教育】
		下,表現簡易的人	朋友和諧相處的方	美,讓朋友知道你心裡對	情境引導,知道真心誠		性 E11 培養性別間合宜
	壹、健康點	際溝通互動技能。	式。	他的感受,是獲得友誼的	意的讚美,讓朋友知道		表達情感的能力。
第 16 週	點名	3b-I-3 能於生活中		好方法。	你心裡對他的感受,是	態度評量	
	四.愉快的	嘗試運用生活技		2. 能知道接受招待時的	獲得友誼的好方法,及		
	聚會	能。		注意事項,並分辨出別人	明白做客的重點在於做		
	AV H			不接受的行為應如何改	客的禮儀。		
				進。			
				3. 能辨別好主人及好客			

				人的行為。			
				4. 能了解如何處理聚會			
				中的突發狀況並實際演			
				練。			
		2c-I-1 表現尊重的	Ga-I-1走、跑、跳	1. 能遵守比賽規則。	1. 能遵守行進路線完成	觀察評量	無
		團體互動行為。	與投擲遊戲。	2. 能和同學合作完成比	快跑及排隊行為。	口頭評量	
		2d-I-2 接受並體驗		賽。	2. 能認識並遵守比賽規	行為檢核	
	* 	多元性身體活動。		3. 能認識並表現運動家	則。	態度評量	
	貳、運動好	3d-I-1 應用基本動		精神。	3. 能和同學合作完成比		
	事多	作常識,處理練習		4. 能在曲線快跑中做出	賽。		
	十. 跑的遊	或遊戲問題。		身體重心傾斜動作。	4. 能學習並表現運動家		
	戲			5. 能在繞物快跑中做出	精神。		
				身體重心傾斜變換動作。	5. 能在曲線快跑中做出		
					身體重心傾斜及重心變		
					換動作。		
		1a-I-1 認識基本的	Eb-I-1健康安全消	1. 能知道食品包裝完整	1. 知道安全購買食品的	觀察評量	【家庭教育】
		健康常識。	費的原則。	的重要性。	基本常識。	口頭評量	家 E9 參與家庭消費行
	壹、健康點	2a-I-1 發覺影響健		2. 能知道不建議購買散	2. 發現不留意安全消費	行為檢核	動,澄清金錢與物品的價
	點名	康的生活態度與行		裝食品的原因。	與食品警示說明,可能	態度評量	值。
	五.食品安	為。		3. 能認識安全購買罐頭	會影響到健康。		
第 17 1 用	全我最行	3a-I-1 能於引導		與玻璃罐食品的原則。	3. 練習分辨保存期限內		
第 17 週		下,表現簡易的自		4. 能了解製造日期及保	的安全食品與閱讀食品		
		我調適技能。		存期限的意涵	標示。		
	貳、運動好 事多 十. 跑的遊	2c-I-1 表現尊重的	Ga-I-1走、跑、跳	1. 體驗並說出不同跑壘	1. 體驗並說出不同跑壘	觀察評量	無
		團體互動行為。	與投擲遊戲。	路線的差異。	路線的差異。	口頭評量	
		2d-I-2 接受並體驗		2. 練習中找出適合自己	2. 將繞物快跑動作要	行為檢核	
	戲	多元性身體活動。		的跑壘路線。	領,落實在跑壘練習中。	態度評量	
	压入	3d-I-1 應用基本動		3. 比賽中表現曲線繞彎	3. 在練習中找出適合自		

		作常識,處理練習		- - 跑壘技巧。	己的跑壘路線。		
		或遊戲問題。		4. 和同學快樂的完成比	4. 比賽中表現曲線繞彎		
				賽,並遵守比賽規則。	跑壘技巧。		
				5. 在比賽中表現運動家	5. 和學快樂的完成比		
				精神。	賽,並遵守比賽規則。		
					6. 在比賽中表現運動家		
					精神。		
		1a-I-1 認識基本的	Eb-I-1 健康安全消	1. 能認識安全購買鮮乳	1. 知道安全購買食品的	觀察評量	【家庭教育】
		健康常識。	費的原則。	的原則。	基本常識。	口頭評量	家 E9 參與家庭消費行
	壹、健康點	2a-I-1 發覺影響健		2. 能了解有效日期及認	2. 發現不留意安全消費	行為檢核	動,澄清金錢與物品的價
	點名	康的生活態度與行		識標章的意涵。	與食品警示說明,可能	態度評量	值。
	五. 食品安	為。			會影響到健康。		
	全我最行	3a-I-1 能於引導			3. 練習分辨保存期限內		
		下,表現簡易的自			的安全食品與閱讀食品		
		我調適技能。			標示。		
		2d-I-2 接受並體驗	Cc-I-1 水域休閒運	1. 認識水域休閒運動的	1. 認識水域休閒活動項	觀察評量	【海洋教育】
第 18 週		多元性身體活動。	動入門遊戲。	種類。	目渔選擇安全合適的水	口頭評量	海 E2 學會游泳技巧,熟
		3c-I-2 表現安全的	Gb-I-1 游泳池安全	2. 選擇安全並合適的戶	域休閒活動項目,培養	行為檢核	悉自救知能。
		身體活動行為。	與衛生常識。	外休閒活動。	規律運動的習慣。	態度評量	【安全教育】
	貳、運動好	4c-I-1 認識與身體		3. 能知道從事游泳時需	2. 選擇合適的游泳裝		安 E4 探討日常生活應該
	事多	活動相關資源。		要的裝備。	備。		注意的安全。
	十一. 浪花			4. 認識游泳池安全設施	3. 認識游泳裝備與游泳		安 E7 探究運動基本的
	朵朵開			和規則。	池的安全設施。		保健。
				5. 能了解進行游泳前暖	4. 藉由情境演練方式,		
				身的重要性。	了解游泳池的安全規則		
					及暖身的重要,以確保		
					人身安全。		

		1a-I-1 認識基本的	Eb-I-1健康安全消	1. 能知道食品標示的重	1. 知道安全購買食品的	觀察評量	【家庭教育】
		健康常識。	費的原則。	要性。	基本常識。	口頭評量	家 E9 參與家庭消費行
	壹、健康點	2a-I-1 發覺影響健	× **/4./\	2. 能檢視包裝食品的標	2. 發現不留意安全消費	行為檢核	動,澄清金錢與物品的價
	點名	康的生活態度與行		示和外觀。	與食品警示說明,可能	態度評量	值。
	五. 食品安	為。		21.01.21.990	會影響到健康。		
	全我最行	3a-I-1 能於引導			3. 練習分辨保存期限內		
	1 1/4/11	下,表現簡易的自			的安全食品與閱讀食品		
第 19 週		我調適技能。			標示。		
x 10 ±0		1d-I-1 描述動作技	Gb-I-2 水中遊戲、	1. 認識各項水中活動的	※藉由親水的體驗遊	觀察評量	 【海洋教育】
		能基本常識。	水中閉氣與韻律呼	動作技能。	戲,熟悉水性減低學童	口頭評量	海 E2 學會游泳技巧,熟
	貳、運動好	2d-I-2接受並體驗	· 吸與藉物漂浮。	2. 做出水中行走的游泳	型	一域 重 行為檢核	悉自救知能。
	事多	多元性身體活動。	人 共相初赤八	技巧。	到一个的心能感	17	【安全教育】
	サッ 十一. 浪花	3c-I-2 表現安全的		127		芯及町里	安 E4 探討日常生活應該
	- · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	身體活動行為。					注意的安全。
	がが開	为 胆					安 E7 探究運動基本的
							保健。
		2a-I-1 發覺影響健	Ea-I-2 基本的飲食	1. 能了解食品保存方式	※發現不留意食品警示	觀察評量	【家庭教育】
		Zd-1-1	Ed-1-2 基本的飲食	對健康的重要性。	次發 玩不留息 表 四 言 小 說 明 時 , 可 能 會 影 響 健	既然計里 口頭評量	家 E9 參與家庭消費行
	壹、健康點	原的生冶 忠及兴行 為。	^{百 頂 °} Eb-I-1健康安全消	2. 能認識不同的包裝食	就吩咐,了肥曾别晋促		動,澄清金錢與物品的價
	豆、健康 點 名	^{何 °} 3a-I-1 能於引導	世	2. L L L L L L L L L	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	行為檢核 態度評量	
			質的原則。	面的长用力式及注息事 項。			值。
## 00 vm	五.食品安	下,表現簡易的自					
第 20 週	全我最行	我調適技能。		3. 能實際做到安全選購			
		4a-I-1 發表個人對		食品的原則。			
	+ 124 12	促進健康的立場。	OL LO L L WEEL	1 10111 1. 1. 111 15 211 14. 0	\4\ +\ 1 \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \	the ris to 17	
	貳、運動好	1d-I-1 描述動作技	Gb-I-2 水中遊戲、	1. 認識水中閉氣、韻律呼	※藉由親水的體驗遊	觀察評量	【海洋教育】
	事多	能基本常識。	水中閉氣與韻律呼	吸與藉物漂浮的動作技	戲,熟悉水性減低學童	口頭評量	海 E2 學會游泳技巧,熟
	十一. 浪花	2d-I-2 接受並體驗	吸與藉物漂浮。	能。	對下水的恐懼感。	行為檢核	悉自救知能。
	朵朵開	多元性身體活動。		2. 做出水中閉氣、韻律呼		態度評量	【安全教育】

3	3c-I-2 表現安全的	吸與藉物漂浮的動作技	安 E4 探討日常生活應該
上	身體活動行為。	巧。	注意的安全。
			安 E7 探究運動基本的
			保健。

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。