# 彰化縣二水鄉復興國民小學 114 學年度第 一 學期 六 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

<b>光</b> 十												
教材版本	南一版	(班級/組別)	六	教學節數	每週(3)節,本學期共(60)節 							
	1. 能覺察環境	· 竞汙染對健康的影響。										
	2. 能公開參與	其生活中的環保行動,並堅持自	1己的健康立場。									
	3. 能覺察影響	P人生各階段情緒的因素及困損	o 0									
	4. 能學會因應死亡的影響及排解憂慮的方法。											
	5. 能察知青少年飲食不均的態樣對健康的影響。											
	6. 能主動了角	<b>军多元飲食文化的由來與特色。</b>										
	7. 能學會因歷	基性騷擾、性侵害及性剝削的ス	7法。									
課程目標	標 8. 能展現對愛滋病患者的同理及關懷。											
	9. 認識三項金	全能的比賽內容規則、器材與安	F全事項。									
	10. 了解跳高	及跳遠技術的動作要素與要領	۰									
	11. 能了解握	繩、預備姿勢、拔河的姿勢。										
	12. 能透過觀	摩他人或自己察覺學習到正確	傳球及射門動作。									
	13. 能在3對	3比賽中,演練討論的進攻及	防守策略。									
	14. 能在平衡	木上做出連續行進間的靜、動	態平衡動作。									
	15. 學習法式	滾球的運動技能,表現穩定的	身體控制與協調能力	0								
					識個人特質,發展運動與保健的潛能。							
領域核心		L備探索身體活動與健康生活尼 L備擬定基本的運動與保健計畫	• • •		,處理日常生活中運動與健康的問題。 因應日當生活情培。							
素養		k備級足盛本的建動與 li 展刊 Li 情運用體育與健康之相關符號			- ,							
	健體-E-B3 具	L備運動與健康有關的感知和R	<b>饮賞的基本素養,促</b>	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、國際體育與健康議題的素養,並認識及包容文化的多元性。

### 【環境教育】

環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。

## 【生命教育】

生 El 探討生活議題,培養思考的適當情意與態度。

生 E2 理解人的身體與心理面向。

生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象,思考生命的價值。

### 【多元文化教育】

融入之重 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。

## 大議題

## 【性別平等教育】

性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。

性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。

## 【人權教育】

人 El 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。

## 【品德教育】

品 E2 自尊尊人與自愛愛人

品 E6 同理分享。

#### 課程架構

机组业产	教學單元/	學習重點		हुअ वज m 1 म	與羽江動內穴	評量方式	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	計	內容重點
		la-III-2 描述生活行為	Ca-III-2 環境汙染的來	◆能認識生活中常	◆能認識環境汙	觀察評量	【環境教育】
	壹、健康 一. 環境體	對個人與群體健康的影	源與形式。	見的汙染形式及來	染的形式、汙染	口頭評量	環 E15 覺知能資源過度利用
第1週		鄉。		源。	源及其對身體健	行為檢核	會導致環境汙染與資源耗竭
	檢大行動	2a-III-2 覺知健康問題			康的危害。	態度評量	的問題。
	1200	所造成的威脅感與嚴重					
		性。					

Ic-III-1   解逐動核能								
1c-111-2 應用身體活動			1c-III-1 了解運動技能	Ab-III-1 身體組成與體	1. 認識三項全能的	1. 認識三項全能	觀察評量	
(			要素和基本運動規範。	適能之基本概念。	比賽內容、器材與	的比賽內容、規	口頭評量	
全。			1c-III-2 應用身體活動	Ab-III-2 體適能自我評	安全事項。	則、器材與安全	行為檢核	
1c-III-3 了解身體活動 對身體發展的關係。 2c-III-3 表現積極參 與·接受機戰的學習態度。 2d-III-3 分析並解釋多 元性身體活動的特色。  貳、體育 五.海陸在 略,提高運動技能學習效 能。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能,發展 個人運動潛能。 4c-III-2 比較與檢視網 人的體遊能與運動技能的表現。 我们一目11-1 海水學發表 現。 4c-III-3 財政簡易的體 遊館與運動技能的運動計畫。 4c-III-3 排政簡易的體 遊館與逐動技能的運動計畫。 4c-III-3 排政節易的體 遊能與運動技能的運動計畫。 4c-III-3 排政節易的理 對計畫。 4c-III-3 排政節影出活  其正 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於			的防護知識,維護運動安	估原則。	2. 完成簡易三項全	事項及比賽順序	態度評量	
對身體發展的關係。 2c-III-3 表現積極參與接受挑戰的學習態度。 2d-III-3 存項運動裝 與接受挑戰的學習態度。 2d-III-1 戶外体關運動 元性身體活動的特色。 3d-III-1 應用學習策 五.海陸任 略,提高運動故能學習效 遊遊 能。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能學習效 表現各項運動技能學習效 表現各項運動技能,發展 個人運動潛能。 4c-III-2 比較與檢視個 人的體遊能與運動技能表 現。 4c-III-3 报定簡易的體 遊能與運動技能的運動計畫。 4c-III-3 报定簡易的體 遊能與運動技能的運動計畫。 4d-III-1 養成規律運動 資能與運動技能的運動計畫。 4d-III-1 養成規律運動 資能與運動技能的運動計畫。 4d-III-1 養成規律運動 資價、維持動態生活。  Ca-III-2 環境污染的來  1.能認識生活中常 ◆能認識環境汙 觀察評量 【環境教育】			全。	Cb-III-1 運動安全教	能接力活動。	和轉換區的作用		
2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-3 分析並解釋多 元性身體活動的特色。 或、體育五.海陰性 略,提高運動技能學習效 能。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能・發展 個人運動者能。 4. 了解自身體適能 全能接力活動。 3. 了解三項全能 2数期 6. 選擇適合自己的 強度,認識身體活動 企字塔。 6. 選擇適合自己的 強度,認識身體 活動金字塔。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能・發展 個人運動者能。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 4c-III-3 极定簡易的體 道能與運動技能的運動計畫。 4c-III-3 极定商易的體 道能檢 測成頻、PR 值並 完成運動 計畫 表。  全、健康 1a-III-2 描述生活行為 Ca-III-2 環境污染的象 1. 能認識生活中常 ◆能認識環境污 觀察評量 【環境教育】			1c-III-3 了解身體活動	育、運動精神與運動營養	3. 了解三項全能運	與規定。		
與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-1 分析並解釋多 元性身體活動的特色。 貳、體育 五.海陸任 遊遊 能。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能,發展 個人運動潛能。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 4c-III-3 擬定簡易的體 適能與運動技能的運動計畫。 4c-III-1 養成規律運動對別價,維持動態生活。  畫、健康 1a-III-2 描述生活行為 在、健康 1a-III-2 描述生活行為 Ca-III-2 環境汗染的來 1.能認識生活中常 ◆能認識環境汗 觀察評量 【環境教育】			對身體發展的關係。	知識。	動所需的體適能。	2. 進行簡易三項		
2d-III-3 分析並解釋多			2c-III-3 表現積極參	Cb-III-3 各項運動裝	4. 了解自身體適能	全能接力活動。		
<ul> <li>元性身體活動的特色。         <ul> <li>京、體育</li></ul></li></ul>			與、接受挑戰的學習態度。	備、設施、場域。	的狀態。	3. 了解三項全能		
			2d-III-3 分析並解釋多	Cd-III-1 戶外休閒運動	5. 學會評估運動強	運動所需的體適		
五.海陸任 遨遊 能。  3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能,發展個人運動潛能。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 4c-III-3 擬定簡易的體 適能與運動技能的運動計畫。 4c-III-3 擬定簡易的體 適能與運動技能的運動計畫。 4c-III-1 養成規律運動 置慣,維持動態生活。  查、健康 1a-III-2 描述生活行為 Ca-III-2 環境污染的來 1.能認識生活中常 ◆能認識環境汙 觀察評量 【環境教育】			元性身體活動的特色。	進階技能。	度、認識身體活動	能。		
遊遊 能。  3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能,發展個人運動潛能。 4c-III-2 比較與檢視個人的體通能與運動技能表現。 4c-III-3 擬定簡易的體 通能與運動技能的運動計畫。 4c-III-3 擬定簡易的體 通能與運動技能的運動計畫。 4c-III-1 養成規律運動 資價,維持動態生活。  查、健康 1a-III-2 描述生活行為 Ca-III-2 環境汙染的來 1.能認識生活中常 ◆能認識環境汙 觀察評量 【環境教育】		貳、體育	3d-III-1 應用學習策		金字塔。	4. 學會評估運動		
3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能,發展個人運動潛能。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能表現。 4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。 4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。 4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。 4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。 4c-III-3 擬定簡易的體資能與運動技能的運動計畫。 1c.		五. 海陸任	略,提高運動技能學習效		6. 選擇適合自己的	強度,認識身體		
表現各項運動技能,發展個人運動潛能。  4c-III-2 比較與檢視個人適應與運動技能表現。  4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。  4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。  4c-III-1 養成規律運動 資價,維持動態生活。  查、健康  1a-III-2 描述生活行為  Ca-III-2 環境汙染的來 1.能認識生活中常 ◆能認識環境汙 觀察評量 【環境教育】		遨遊	能。		運動項目,並依所	活動金字塔。		
個人運動潛能。 4c-III-2 比較與檢視個 人的體適能與運動技能表現。 4c-III-3 擬定簡易的體			3c-III-2 在身體活動中		需的體適能安排運	5. 選擇適合自己		
4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。 6.完成 TABATA、循環訓練等運動模式。 7. 記錄體適能檢測成績、PR 值並完成運動計畫。 4d-III-1 養成規律運動習慣,維持動態生活。  1a-III-2 描述生活行為 Ca-III-2 環境污染的來 1. 能認識生活中常 ◆能認識環境污 觀察評量 【環境教育】			表現各項運動技能,發展		動計畫。	的運動項目並依		
人的體適能與運動技能表現。  4c-III-3 擬定簡易的體			個人運動潛能。		7. 完成 TABATA、循	所須的體適能安		
現。     4c-III-3 擬定簡易的體			4c-III-2 比較與檢視個		環訓練等運動模	排運動計畫。		
4c-III-3 擬定簡易的體 適能與運動技能的運動計畫。       模式。         3d-III-1 養成規律運動 習慣,維持動態生活。       完成運動計畫表。         查、健康			人的體適能與運動技能表		式。	6. 完成 TABATA、		
適能與運動技能的運動計畫。 4d-III-1 養成規律運動習慣,維持動態生活。  壹、健康 1a-III-2 描述生活行為 Ca-III-2 環境汙染的來 1. 能認識生活中常 ◆能認識環境汙 觀察評量 【環境教育】			現。			循環訓練等運動		
畫。			4c-III-3 擬定簡易的體			模式。		
4d-III-1 養成規律運動 完成運動計畫			適能與運動技能的運動計			7. 記錄體適能檢		
習慣,維持動態生活。 表。			畫。			測成績、PR 值並		
壹、健康 1a-III-2 描述生活行為 Ca-III-2 環境汙染的來 1. 能認識生活中常 ◆能認識環境汙 觀察評量 【環境教育】			4d-III-1 養成規律運動			完成運動計畫		
等 9 调			習慣,維持動態生活。			表。		
第 9 调		壹、健康	1a-III-2 描述生活行為	Ca-III-2 環境汙染的來	1. 能認識生活中常	◆能認識環境汙	觀察評量	【環境教育】
┃ <sup>第 2 20</sup> ┃ <sup>一</sup> · 環境體 ┃ 對個人與群體健康的影 ┃ 源與形式。       ┃ 見的汙染形式及來 ┃ 染的形式、汙染 ┃ 口頭評量 ┃ 環 E15 覺知能資源過度利用	第2週	一. 環境體	對個人與群體健康的影	源與形式。	見的汙染形式及來	染的形式、汙染	口頭評量	環 E15 覺知能資源過度利用
檢大行動 響。 源及其對身體健 行為檢核 會導致環境汙染與資源耗竭		檢大行動	響。		源。	源及其對身體健	行為檢核	會導致環境汙染與資源耗竭

		2a-III-2 覺知健康問題		2. 能覺察環境汙染	康的危害。	態度評量	的問題。
		所造成的威脅感與嚴重		對健康的影響。			
		性。					
		lc-III-3 了解身體活動	Ab-III-1 身體組成與體	1. 了解三項全能運	1. 了解三項全能	觀察評量	
		對身體發展的關係。	適能之基本概念。	動所需的體適能。	運動所需的體適	口頭評量	
		2c-III-3 表現積極參	Ab-III-2 體適能自我評			行為檢核	
		與、接受挑戰的學習態度。	估原則。	的狀態。	2. 學會評估運動	態度評量	
		2d-III-3 分析並解釋多	Cb-III-1 運動安全教	3. 學會評估運動強		10.50 / 1	
		元性身體活動的特色。	育、運動精神與運動營養		活動金字塔。		
		3d-III-1 應用學習策	知識。	金字塔。	3. 選擇適合自己		
		略,提高運動技能學習效	•	4. 選擇適合自己的			
		能。		運動項目,並依所			
	貳、體育	3c-III-2 在身體活動中		需的體適能安排運			
	五. 海陸任	表現各項運動技能,發展		動計畫。	4. 完成 TABATA、		
	遨遊	個人運動潛能。		5. 完成 TABATA、循			
		4c-III-2 比較與檢視個		環訓練等運動模			
		人的體適能與運動技能表		式。	5. 記錄體適能檢		
		現。			測成績、PR 值並		
		4c-III-3 擬定簡易的體			完成運動計畫		
		適能與運動技能的運動計			表。		
		書。					
		<del>-</del>   4d-III-1 養成規律運動					
		習慣,維持動態生活。					
		la-III-2 描述生活行為	Ca-III-1 健康環境的交	<b>◆</b> 能針對不同汙染	◆能了解生活中	觀察評量	【環境教育】
	壹、健康	對個人與群體健康的影	互影響因素。	形式,發想解決方		口頭評量	環 E15 覺知能資源過度利用
第3週	一. 環境體	響。		法,並實行適當的		行為檢核	會導致環境汙染與資源耗竭
	檢大行動	-   3b-III-4 能於不同的生		保健行為。	中實行保健行	態度評量	的問題。
		活情境中運用生活技能。			為,保護自己免		
		,, ,,, , , , , , , , , , , , , , , , , ,			, = /6		

					於環境汙染的傷		
					害。		
		1c-III-3 了解身體活動	Cb-III-1 運動安全教	1. 進行修改式三項	1. 完成修改式三	觀察評量	
		對身體發展的關係。	育、運動精神與運動營養	全能活動。	項全能活動。	口頭評量	
		2c-III-3 表現積極參	知識。	2. 介紹運動對健康	2. 了解瞬發力與	行為檢核	
		與、接受挑戰的學習態度。	Cd-III-1 戶外休閒運動	的好處。	跳躍高度及遠度	態度評量	
		3c-III-2 在身體活動中	進階技能。	3. 分享挑戰三項全	的關係。		
		表現各項運動技能,發展	Ga-III-1 跑、跳與投擲	能活動的感想。	3. 了解跳高技術		
	-h - 12-14	個人運動潛能。	的基本動作。	4. 選擇適合自己的	的動作要素及要		
	貳、體育 五.海陸任	1d-III-1 了解運動技能		運動項目,並依所	領。		
	遨遊	的要素和要領。		須的體適能安排運	4. 表現良好的跳		
	交近 六. 飛越極 限	2c-III-3 表現積極參		動計畫。	高動作。		
		與、接受挑戰的學習態度。		5. 了解瞬發力與跳	5. 思考如何修正		
		2d-III-3 分析並解釋多		躍高度及遠度的關	動作及避免失		
		元性身體活動的特色。		係。	誤。		
		3c-III-1 表現穩定的身		6. 了解剪式跳高及			
		體控制和協調能力。		跳遠技術的動作要			
		4c-III-2 比較與檢視個		素與要領。			
		人的體適能與運動技能表		7. 表現良好的跳高			
		現。		動作。			
		4b-III-1 公開表達個人	Ca-III-3 環保行動的參	◆能公開參與生活	◆能認識生活各	觀察評量	【環境教育】
	壹、健康	對促進健康的觀點與立	與及綠色消費概念。	中的環保行動,並	方面能達成的環	口頭評量	環 E15 覺知能資源過度利用
	一. 環境體	場。		堅持自己的健康立	保行動。	行為檢核	會導致環境汙染與資源耗竭
第4週	檢大行動	4b-III-2 使用適切的事		場。		態度評量	的問題。
		證來支持自己健康促進的					
		立場。					
	貳、體育	1d-III-1 了解運動技能	Ga-III-1 跑、跳與投擲	1. 了解瞬發力與跳	1. 了解瞬發力與	觀察評量	
	六. 飛越極	的要素和要領。	的基本動作。	躍高度及遠度的關	跳躍高度及遠度	口頭評量	

	限	2c-III-3 表現積極參		係。	的關係。	行為檢核	
		與、接受挑戰的學習態度。		2. 了解剪式跳高及	2. 了解跳高技術	態度評量	
		2d-III-3 分析並解釋多		跳遠技術的動作要	的動作要素及要		
		元性身體活動的特色。		素與要領。	領。		
		3c-III-1 表現穩定的身		3. 表現良好的跳高	3. 表現良好的跳		
		體控制和協調能力。		動作。	高動作。		
		4c-III-2 比較與檢視個			4. 思考如何修正		
		人的體適能與運動技能表			動作及避免失		
		現。			誤。		
		4b-III-1 公開表達個人	Ca-III-3 環保行動的參	1. 能了解綠色消費	◆能了解綠色消	觀察評量	【環境教育】
		對促進健康的觀點與立	與及綠色消費概念。	3R3E 原則的概念,	費的定義,並於	口頭評量	環 E15 覺知能資源過度利用
		場。		並於生活中實踐。	生活中落實行	行為檢核	會導致環境汙染與資源耗竭
	壹、健康	4b-III-2 使用適切的事		2. 能完成綠色消費	動。	態度評量	的問題。
	豆、健康 一. 環境體	證來支持自己健康促進的		改善計畫,培養符			
	檢大行動	立場。		合綠色消費的習			
				慣。			
				3. 能完成環境汙染			
第5週				改善計畫,建立健			
				康的生活環境。			
		1d-III-1 了解運動技能	Ga-III-1 跑、跳與投擲	1. 了解跳遠技術的	1. 了解跳遠技術	觀察評量	
		的要素和要領。	的基本動作。	動作要素與要領。	的動作要素及要	口頭評量	
	貳、體育	2c-III-3 表現積極參		2. 表現良好的跳遠	領。	行為檢核	
	六. 飛越極	與、接受挑戰的學習態度。		動作。	2. 表現良好的跳	態度評量	
	限	3c-III-1 表現穩定的身			遠動作。		
		體控制和協調能力。			3. 思考如何修正		
					動作及避免失		
					誤。		
第6週	壹、健康	la-III-l 認識生理、心理	Aa-III-1 生長發育的影	1. 能對人生各階段	◆了解成長各階	觀察評量	【生命教育】

二. 人生製	與社會各層面健康的概	響因素與促進方法。	充滿好奇且願意從	段的特性及注意	口頭評量	生 E2 理解人的身體與心理面
造公司	念。	Aa-III-2 人生各階段的	健康的角度去探	事項。	行為檢核	<mark>向。</mark>
	1a-III-2 描述生活行為	成長、轉變與自我悅納。	索。		態度評量	生 E4 觀察日常生活中生老病
	對個人與群體健康的影		2. 能了解影響生長			死的現象,思考生命的價值。
	鄉。		發育的因素及促進			
	2a-III-3 體察健康行動		健康的原則。			
	的自覺利益與障礙。		3. 能認識人生各階			
	2b-III-1 認同健康的生		段生長發育的轉			
	活規範、態度與價值觀。		變。			
	3b-III-1 獨立演練大部		4. 能了解不同人生			
	分的自我調適技能。		階段的身心需求及			
	4a-III-3 主動地表現促		社會互動。			
	進健康的行動。		5. 能分析不同人生			
			階段的差異性。			
	1c-III-2 應用身體活動	Bc-III-1 基礎運動傷害	1. 了解傷口處理、	1.了解運動傷害	觀察評量	
	的防護知識,維護運動安	預防與處理方法。	簡易貼紮、固定的	處置方式、簡易	口頭評量	
	全。	Cb-III-3 各項運動裝	方式。	貼紮、固定的方	行為檢核	
	2c-III-2 表現同理心、正	備、設施、場域。	2. 了解運動傷害對	式。	態度評量	
貳、體育	向溝通的團隊精神。	Cd-III-1 戶外休閒運動	運動員的影響、同	2. 了解運動傷害		
六. 飛越極	3d-III-3 透過體驗或實	進階技能。	理受傷運動員的感	對運動員的影		
限	踐,解決練習或比賽的問		受。	響、同理受傷運		
七. 力拔山	題。		3. 了解跳遠技術的	動員的感受。		
河	1c-III-2 應用身體活動		動作要素與要領。	3. 能了解拔河的		
	的防護知識,維護運動安		4. 表現良好的跳遠	歷史由來。		
	全。		動作。	4. 能了解拔河的		
			5. 能了解拔河的歷	裝備。		
			史由來、裝備。	5. 能搜尋拔河相		
			6. 能做出平躺抱	關影片、資料,		

	1			T.	I		
				膝、弓箭步、站立	學習拔河的技		
				體側彎、上臂伸展	巧。		
				的伸展運動。	6. 能做好伸展運		
					動平躺抱膝、弓		
					箭步、站立體側		
					彎、上臂伸展。		
		la-III-1 認識生理、心理	Aa-III-1 生長發育的影	1 能認識人生各階	◆了解成長各階	觀察評量	【生命教育】
		與社會各層面健康的概	響因素與促進方法。	段生長發育的轉	段的特性及注意	口頭評量	生 E2 理解人的身體與心理面
		念。	Aa-III-2 人生各階段的	變。	事項。	行為檢核	向。
		1a-III-2 描述生活行為	成長、轉變與自我悅納。	2. 能了解不同人生		態度評量	生 E4 觀察日常生活中生老病
		對個人與群體健康的影		階段的身心需求及			死的現象,思考生命的價值。
	壹、健康 二.人生製 造公司	響。		社會互動。			
		2a-III-3 體察健康行動		3. 能分析不同人生			
		的自覺利益與障礙。		階段的差異性。			
	200	2b-III-1 認同健康的生		4. 能分析家庭環境			
		活規範、態度與價值觀。		是否做到長者友善			
第7週		3b-III-1 獨立演練大部		規畫。			
		分的自我調適技能。					
		4a-III-3 主動地表現促					
		進健康的行動。					
		1d-III-1 了解運動技能	Cd-III-1 戶外休閒運動	1. 能做出雙手互	1. 能做出雙手互	觀察評量	
		的要素和要領。	進階技能。	推、深蹲、手推車、	推、深蹲、手推	口頭評量	
	h	3c-III-1 表現穩定的身		拉輪胎、兩人背對	車、拉輪胎、雨	行為檢核	
	貳、體育 七.力拔山	體控制和協調能力。		背,以增強肌耐力。	人背對背,以增	態度評量	
	一七. 刀拔山 河	4d-III-2 養成規律運動		2. 能做出單手互	強肌耐力。		
	1,1	習慣,維持動態生活。		拉、雙手拔河、握	2. 能做出單手互		
				力器、壓寶特瓶,	拉、雙手拔河、		
				以增強握力。	握力器、壓實特		

				0 从上由上上法儿	الله الله الله الله الله الله الله الله		
				3. 能在家中持續練			
				習,增強肌耐力及			
				握力。	持續自主訓練,		
				4. 能了解握繩、預	並記錄在活力存		
				備姿勢及正確的拔	摺。		
				河姿勢。	4. 能了解並做出		
				5. 透過固定拉拔、	握繩、預備姿勢		
				四人對拉,來熟練	及正確的拔河姿		
				拔河的動作。	勢。		
					5. 透過固定拉		
					拔、四人對拉,		
					來熟練拔河的動		
					作。		
		la-III-l 認識生理、心理	Aa-III-1 生長發育的影	1. 能接納自己的成	◆學會關注自己	觀察評量	【生命教育】
		與社會各層面健康的概	響因素與促進方法。	長變化,並關心家	也關心他人的健	口頭評量	生 E2 理解人的身體與心理面
		念。	Aa-III-2 人生各階段的	人的身心健康狀	康。	行為檢核	向。
		la-III-2 描述生活行為	成長、轉變與自我悅納。	況。		態度評量	生 E4 觀察日常生活中生老病
		對個人與群體健康的影		2. 能覺察影響人生			死的現象,思考生命的價值。
	L	鄉。		各階段情緒的因素			
	壹、健康 二.人生製	2a-III-3 體察健康行動		及困擾。			
第8週	造公司	的自覺利益與障礙。		3. 能覺察影響人生			
	200	2b-III-1 認同健康的生		各階段情緒的因素			
		活規範、態度與價值觀。		及困擾。			
		3b-III-1 獨立演練大部		4. 能運用正向思考			
		分的自我調適技能。		模式解決人生各階			
		4a-III-3 主動地表現促		段的成長困擾。			
		進健康的行動。					
	貳、體育	2c-III-2 表現同理心、正	Cd-III-1 戶外休閒運動	1. 能了解裁判手勢	1. 能知道裁判手	觀察評量	

	七. 力拔山	<b>向溝通的團隊精神。</b>	進階技能。	舉繩、拉緊、調整	勢舉繩、拉緊、	口頭評量	
	河	同海通的图像相种。 3d-III-2 演練比賽中的	<b>些自权</b> 能。	中心線、預備、開		口頭計里 行為檢核	
	/ <sup>4</sup> J						
		進攻和防守策略		始、結束的意義。	備、開始、結束	態度評量	
		4c-III-1 選擇及應用與		2. 能安全的進行拔			
		運動相關的科技資訊、媒		河比賽。	2. 能安全的進行		
		體、產品與服務。		3. 能透過比賽討論			
				戰術、培養團隊默			
				契,相互加油打氣。	論戰術、培養團		
				4. 能在家中持續練	隊默契,相互加		
				習,增強肌耐力及	油打氣。		
				握力。	4. 能搜尋拔河相		
				5. 能搜尋拔河相關	關影片、資料,		
				影片、資料,學習	學習拔河的技		
				拔河的技巧。	巧。		
		la-III-3 理解促進健康	Aa-III-3 面對老化現象	1. 能了解死亡對情	1. 了解死亡帶來	觀察評量	【生命教育】
		生活的方法、資源與規範。	與死亡的健康態度。	緒及生活造成的影	的影響,學會以	口頭評量	生 E2 理解人的身體與心理面
		2b-III-1 認同健康的生		響。	正向的態度接受	行為檢核	向。
	壹、健康	活規範、態度與價值觀。		2. 能正向面對死	死亡的事實且珍	態度評量	生 E4 觀察日常生活中生老病
	二. 人生製	3b-III-3 能於引導下,表		亡,接受生命的無	惜生命。		死的現象,思考生命的價值。
	造公司	現基本的決策與批判技		常。	2. 學習悲傷情緒		
第9週		能。		3. 能學會因應死亡	的調適技巧。		
		4a-III-3 主動地表現促		的影響及排解憂慮			
		進健康的行動。		的方法。			
		1d-III-1 了解運動技能	Hb-III-1 陣地攻守性球	1. 能了解如何利用	1. 能正確做出指	觀察評量	
	貳、體育	的要素和要領。	類運動基本動作及基礎	腳停球及內側、外	定的足球傳球動	口頭評量	
	八. 腿上乾	3c-III-2 在身體活動中	戦術。	側等方式傳球。	作要領。	行為檢核	
	坤	表現各項運動技能,發展		2. 能運用足球做出	2. 能認真參與活	態度評量	
		個人運動潛能。		指定動作。	動。		
		<del>-</del>		,	•		

\$10 20 \$\frac{111-3}{\phi}\$  \text{2}  \text{Plane}   \text{Plane}  \text{Plane}  \text{Plane}   \text{Plane}     \text{Plane}					I			
1a-111-3 理解促性健康					3. 能透過觀摩他人			
第11 週					或自己察覺,學習			
Ta-III-3 理解促進健康 生活的方法、資源與規範。   25-III-1 認同健康的生					到正確傳球及射門			
生活的方法、資源與規範。 2b-III-1 認同健康的生 2 . 能選擇有益身心					動作。			
□ 2b-III-I 認同健康的生			1a-III-3 理解促進健康	Aa-III-3 面對老化現象	1. 能接納自己的成	1. 了解死亡帶來	觀察評量	【生命教育】
查、健康			生活的方法、資源與規範。	與死亡的健康態度。	長變化。	的影響,學會以	口頭評量	生 E2 理解人的身體與心理面
第10週			2b-III-1 認同健康的生		2. 能選擇有益身心	正向的態度接受	行為檢核	<b>向</b> 。
第11週		壹、健康	活規範、態度與價值觀。		健康的具體行動。	死亡的事實且珍	態度評量	生 E4 觀察日常生活中生老病
第10週 能。 4a-III-3 主動地表現假		二. 人生製	3b-III-3 能於引導下,表		3. 能體悟老化現象	惜生命。		死的現象,思考生命的價值。
# 10 週		造公司	現基本的決策與批判技		對生活的不便。	2. 學習悲傷情緒		
進健康的行動。			能。		4. 能提倡促進身心	的調適技巧。		
2c-III-2 表現同理心、正 向溝通的園隊精神。	第 10 週		4a-III-3 主動地表現促		健康及生命價值的			
京、體育 八. 腱上乾 坤  1a-III-2 描述生活行為 對個人與群體健康的影響。  (本) 在			進健康的行動。		方法。			
東 11 週       3d-III-2 演練比賽中的			2c-III-2 表現同理心、正	Hb-III-1 陣地攻守性球	1. 能透過觀摩他人	1. 能正確做出指	觀察評量	
第11週       造、健康 金、健康 三. 勇閣飲食島       1a-III-2 描述生活行為 對個人與群體健康的影 響。 2a-III-1 關注健康議題 受到個人、家庭、學校與 社區等因素的交互作用之 影響。       Ea-III-2 兒童及青少年 飲食問題與健康影響。       1.能理解生活習慣 之選擇與青少年飲 食不均的態樣相關 性 2.能察知青少年飲 食不均的態樣對健 康的影響。       1.能理解飲食習 慣與健康之間的 食不均的態樣相關 性 2.認識不良的飲 食習慣造成的疾 養不均的態樣對健 病樣態。       口頭評量 行為檢核 態度評量			向溝通的團隊精神。	類運動基本動作及基礎	或自己察覺,學習	定的足球傳球及	口頭評量	
#		貳、體育	3d-III-2 演練比賽中的	戰術。	到正確傳球及射門	射門動作要領。	行為檢核	
第11週		八. 腿上乾	進攻和防守策略。		動作。	2. 能認真參與比	態度評量	
第11週     1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。     Ea-III-2 兒童及青少年飲食問題與健康影響。     1.能理解生活習慣之選擇與青少年飲食不均的態樣相關性。     1.能理解飲食習之選擇與青少年飲食不均的態樣相關性。     1.能理解飲食習之選擇與青少年飲食不均的態樣相關性。     1.能理解飲食習之選擇與青少年飲食不均的態樣相關性。     2.認識不良的飲意度評量       ※度到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。     2.能察知青少年飲食習慣造成的疾食不均的態樣對健康的影響。     食習慣造成的疾病樣態。     態度評量		坤			2. 能認真、積極參	賽活動。		
第11週					與活動,並與同學			
對個人與群體健康的影響。 立。建康 三. 勇闖飲食島  對個人與群體健康的影響。  之選擇與青少年飲慣與健康之間的 相關性。					討論戰術。			
第 11 週       壹、健康 三. 勇闖飲食島       2a-III-1 關注健康議題 受到個人、家庭、學校與 社區等因素的交互作用之影響。       性       2. 認識不良的飲食習慣造成的疾食習慣造成的疾病樣態。         11 週       養子均的態樣對健康議題 食不均的態樣對健康的影響。       食不均的態樣對健康所樣態。			1a-III-2 描述生活行為	Ea-III-2 兒童及青少年	1. 能理解生活習慣	1. 能理解飲食習	觀察評量	【多元文化教育】
第11週       壹、健康 三. 勇闖飲食島       2a-III-1 關注健康議題 受到個人、家庭、學校與 社區等因素的交互作用之影響。       性       2. 認識不良的飲食習慣造成的疾食不均的態樣對健康的影響。			對個人與群體健康的影	飲食問題與健康影響。	之選擇與青少年飲	慣與健康之間的	口頭評量	多 E6 了解各文化間的多樣性
第11週       三. 勇闖飲食島       2a-III-1 關注健康議題 受到個人、家庭、學校與 社區等因素的交互作用之 影響。       性 2. 認識不良的飲食習慣造成的疾食習慣造成的疾病樣態。		± /+ =	響。		食不均的態樣相關	相關性。	行為檢核	與差異性。
食島 受到個人、家庭、學校與	第 11 週	三. 勇闖飲	2a-III-1 關注健康議題		性	2. 認識不良的飲	態度評量	
社區等因素的交互作用之 影響。 康的影響。			受到個人、家庭、學校與		2. 能察知青少年飲	食習慣造成的疾		
			社區等因素的交互作用之		食不均的態樣對健	病樣態。		
2a-III-2 覺知健康問題			影響。		康的影響。			
			2a-III-2 覺知健康問題					

		所造成的威脅感與嚴重					
		性。					
		3d-III-3 透過體驗或實	Ab-III-1 身體組成與體			觀察評量	
		踐,解決練習或比賽的問	適能之基本概念。	反思自己不足的技	門的動作應用在	口頭評量	
		題。	Cb-III-1 運動安全教育	能並討論出解決方	比賽中。	行為檢核	
		4d-III-1 養成規律運動	運動精神與運動營養知	案。		態度評量	
		習慣,維持動態生活。	識。	2. 能規畫一個週期			
			Hb-III-1 陣地攻守性球	的運動方案並積極			
			類運動基本動作及基礎	落實。			
	h)		戰術。	3. 世界盃球員、介			
	貳、體育 八. 腿上乾			紹球員身體組成			
	坤			(Power · speed ·			
	<b>ΣΨ</b>			肌耐力)。			
				4. 透過比賽,演練			
				進攻防守策略。			
				5. 能在比賽中表現			
				穩定身體控制與協			
				調力。			
				6. 能在比賽中表現			
				合作與團隊精神。			
		la-III-2 描述生活行為	Ea-III-2 兒童及青少年	◆能理解生活習慣	1. 能理解飲食習	觀察評量	【多元文化教育】
		對個人與群體健康的影	飲食問題與健康影響。	之選擇與青少年飲	慣與健康之間的	口頭評量	多 E6 了解各文化間的多樣性
		響。		食不均的態樣相關	相關性。	行為檢核	與差異性。
第 12 週	壹、健康	2a-III-1 關注健康議題		性。	2. 認識不良的飲	態度評量	
	三. 勇闖飲	受到個人、家庭、學校與			食習慣造成的疾		
	食島	社區等因素的交互作用之			病樣態。		
		影響。			774 146 165		
		2a-III-2 覺知健康問題					
		4a 111 4 見和健康问題					

	所造成的威脅感與嚴重					
	性。					
	1c-III-1 了解運動技能	Cb-III-2 區域性運動賽	1. 能依個人能力,	1. 認識 3 對 3 籃	觀察評量	
	要素和基本運動規範。	會與現代奧林匹克運動	了解並積極正確做		口頭評量	
	ld-III-1 了解運動技能	<b>會</b> 。	出不同的運球方	現況及規則。	行為檢核	
	的要素和要領。	Hb-III-1 陣地攻守性球		2. 透過影片觀察	態度評量	
	2c-III-2 表現同理心、正	類運動基本動作及基礎	2. 能知道3對3籃	或教師示範,學		
貳、體育	向溝通的團隊精神。	<b>戰術</b> 。	球賽起源與發展現	童依個人能力學		
九. 勇闖籃	2c-III-3 表現積極參		況,並對規則有基	習不同的運球方		
球殿堂	與、接受挑戰的學習態度。		本的認識。	式。		
	3c-III-2 在身體活動中		3. 能依個人能力了	3. 操作行進間運		
	表現各項運動技能,發展		解並積極正確做出	球搭配不同的運		
	個人運動潛能。		不同的運球方式。	球方式變換方		
	3d-III-2 演練比賽中的			向。		
	進攻和防守策略。			4. 運球在比賽情		
				境中的運用。		
	la-III-l 認識生理、心理	Ea-III-1 個人的營養與	1. 能理解兒童期需	1. 能理解不同年	觀察評量	【多元文化教育】
	與社會各層面健康的概	熱量之需求。	要的營養與熱量。	龄、工作的群體	口頭評量	多 E6 了解各文化間的多樣性
	念。	Ea-III-3 每日飲食指南	2. 能理解六大類食	的熱量需求也不	行為檢核	與差異性。
	1b-III-2 認識健康技能	與多元飲食文化。	物的代換分量。	同。	態度評量	
	和生活技能的基本步驟。		3. 能自我反省並修	2. 能依照步驟找		
□ <b>壹、健康</b> 第13週 三. 勇闖飲	3a-III-1 流暢地操作基		正飲食習慣,持續	出自己的熱量需		
一. 为同队	礎健康技能。		促進健康。	求,認識各營養		
	4a-III-2 自我反省與修			素的熱量多寡。		
	正促進健康的行動。			3. 能理解六大類		
				食物的代換分		
				量,依照自己的		
				熱量需求攝取足		

					夠的營養和熱		
					里。		
		1d-III-2 比較自己或他	Hb-III-1 陣地攻守性球	1. 能知道並做出正	1. 認識傳球在籃	觀察評量	
		人運動技能的正確性。	類運動基本動作及基礎	確的傳球及行進運	球比賽中的重要	口頭評量	
		3d-III-1 應用學習策	戰術。	球動作。	性。	行為檢核	
		略,提高運動技能學習效		2. 能正向的與隊友	2. 小組合作傳球	態度評量	
		能。		討論,發展傳球比	及討論策略。		
		4c-III-1 選擇及應用與		賽中的進攻和防守	3. 知道並做出正		
	+ n.+	運動相關的科技、資訊、		策略,並運用在比	確的投籃動作及		
	貳、體育 九.勇闖籃	媒體、產品與服務。		賽中。	發力投籃。		
	球殿堂			3. 能使用 3C 用	4. 知道並做出運		
	<b>小</b> 成王			品,透過網路比較	球上籃動作。		
				自己投籃與上籃動	5. 能透過比賽增		
				作的正確性。	強學童運球上籃		
				4. 能在投籃大賽,	的動作及動機。		
				透過小組合作與分	6. 取消得分點,		
				配,提高運動技能	讓學童進行正式		
				學習效能。	的3對3比賽。		
		2a-III-1 關注健康議題	Ea-III-3 每日飲食指南	1. 能主動了解多元	1. 能認識多元飲	觀察評量	【多元文化教育】
		受到個人、家庭、學校與	與多元飲食文化。	飲食文化的由來與	食文化。	口頭評量	多 E6 了解各文化間的多樣性
		社區等因素的交互作用之		特色。	2. 能理解飲食習	行為檢核	與差異性。
	t /h rt	影響。		2. 能知道選擇正確	慣與個人、家	態度評量	
第 14 週	壹、健康 三. 勇闖飲	3b-III-3 能於引導下,表		飲食的方法,有助	庭、社會、社區		
	一. 分圖以	現基本的決策與批判技		於發育和成長。	交互影響。		
	N M	能。		3. 能表現對多元飲	3. 能運用「每日		
		4b-III-1 公開表達個人		食的尊重與接納。	飲食指南」的概		
		對促進健康的觀點與立			念選擇多元飲食		
		場。			文化。		

		1d-III-2 比較自己或他	Hb-III-1 陣地攻守性球	1. 能使用 3C 用	1. 知道並做出正	觀察評量	
		人運動技能的正確性。	類運動基本動作及基礎	品,透過網路比較		口頭評量	
		3d-III-1 應用學習策	戦術。	自己投籃與上籃動	發力投籃。	行為檢核	
		略,提高運動技能學習效		作的正確性。	2. 知道並做出運	態度評量	
		能。		2. 能在投籃大賽,	球上籃動作。	.032 12	
		3d-III-2 演練比賽中的		透過小組合作與分	3. 能透過比賽增		
	貳、體育	進攻和防守策略。		配,提高運動技能	強學童運球上籃		
	九. 勇闖籃	3d-III-3 透過體驗或實		學習效能。	的動作及動機。		
	球殿堂	踐,解決練習或比賽的問		3. 能在 3 對 3 比	4. 取消得分點,		
		題。		賽中,演練討論的	讓學童進行正式		
		4c-III-1 選擇及應用與		進攻及防守策略。	的3對3比賽。		
		運動相關的科技、資訊、		4. 透過循環比賽,	5. 透過擔任不同		
		媒體、產品與服務。		找出比賽策略的問	角色的參與,了		
				題並解決。	解3對3籃球賽。		
		2a-III-1 關注健康議題	Ea-III-3 每日飲食指南	1. 能表現對多元飲	1. 能認識多元飲	觀察評量	【多元文化教育】
		受到個人、家庭、學校與	與多元飲食文化。	食文化的尊重與接	食文化。	口頭評量	多 E6 了解各文化間的多樣性
		社區等因素的交互作用之		納。	2. 能理解飲食習	行為檢核	與差異性。
		影響。		2. 能運用營養知識	慣與個人、家	態度評量	
		3b-III-3 能於引導下,表		對多元飲食文化進	庭、社會、社區		
	土 /井市	現基本的決策與批判技		行分析和批判,並	交互影響。		
第 15 週	壹、健康 三. 勇闖飲	能。		做出調整飲食均衡	3. 能運用「每日		
	全島	4b-III-1 公開表達個人		的決策。	飲食指南」的概		
	N 74	對促進健康的觀點與立		3. 能檢視自己飲食	念選擇多元飲食		
		場。		習慣的成因,反思	文化。		
				後改進。			
				4. 能在多元飲食文			
				化中兼顧均衡飲			
				食。			

	1	1					
		1d-III-1 了解運動技能	Cb-III-3 各項運動裝	1. 能認識訓練平衡	1. 認識平衡木的	觀察評量	
		的要素和要領。	備、設施、場域。	的設施、場域。	設施、規格及正	口頭評量	
		2c-III-3 表現積極參	Ia-III-1 滾翻、支撐、	2. 能做出教師指導	式平衡木比賽的	行為檢核	
		與、接受挑戰的學習態度。	跳躍、旋轉與騰躍動作。	的靜態平衡動作,	場地器材。	態度評量	
		3c-III-1 表現穩定的身		運用肢體展現,從	2. 能做出教師給		
		體控制和協調能力。		中觀察、欣賞、分	予靜態平衡動		
		3d-III-3 透過體驗或實		亨。	作,運用肢體的		
	貳、體育	踐,解決練習或比賽的問		3. 能嘗試練習不同	展現,從中觀		
	十. 平衡木	題。		方法,讓個人或與	察、欣賞、分享。		
	上的不倒翁	4d-III-1 養成規律運動		同伴運用身體做出	3. 能嘗試自己或		
		習慣,維持動態生活。		動態平衡。	與同伴練習,在		
				4. 能從練習當中意	行進平衡木時,		
				識到身體在空間中	運用身體部位做		
				的變化。	出動態平衡。		
				5. 學童有能力解決	4. 能從練習中覺		
				練習時所面臨的問	知身體在不同高		
				題。	度空間的變化。		
		la-III-l 認識生理、心理	Db-III-3 性騷擾與性侵	1. 能認識性剝削、	1. 能認識性剝	觀察評量	【性別平等教育】
		與社會各層面健康的概	害的自我防護。	性騷擾的定義。	削、性騷擾的定	口頭評量	性 E4 認識身體界限與尊重
		念。		2. 能覺察個資外洩	義與常見手法。	行為檢核	他人的身體自主權。
		3a-III-2 能於不同的生		的嚴重性。	2. 能學會因應性	態度評量	性 E5 認識性騷擾、性侵害、
	壹、健康	活情境中,主動表現基礎		3. 能分辨性剝削及	剝削、性騷擾的		性霸凌的概念及其求助管道。
第 16 週	四.守護青	健康技能。		性騷擾的樣態。	方法,了解每個		【人權教育】
	春	4b-III-1 公開表達個人			人都擁有身體自		人 E1 認識人權是與生俱有
		對促進健康的觀點與立			主權。		的、普遍的、不容剝奪的。
		場。					【品德教育】
							品 E2 自尊尊人與自愛愛人
							品 E6 同理分享。

							【生命教育】
							生 El 探討生活議題,培養思
							考的適當情意與態度。
							生 E2 理解人的身體與心理
							面向。
		1d-III-1 了解運動技能	Ia-III-1 滾翻、支撐、	1. 能嘗試練習不同	1. 能嘗試自己或	觀察評量	
		的要素和要領。	跳躍、旋轉與騰躍動作。	方法,讓個人或與	與同伴練習,在	口頭評量	
		2c-III-3 表現積極參		同伴運用身體做出	行進平衡木時,	行為檢核	
		與、接受挑戰的學習態度。		動態平衡。	運用身體部位做	態度評量	
		2d-III-1 分享運動欣賞		2. 能從練習當中意	出動態平衡。		
		與創作的美感體驗。		識到身體在空間中	2. 能從練習中覺		
		3c-III-1 表現穩定的身		的變化。	知身體在不同高		
		體控制和協調能力。		3. 學童有能力解決	度空間的變化。		
		3d-III-3 透過體驗或實		練習時所面臨的問	3. 能與同伴合作		
	<b>計、</b>	踐,解決練習或比賽的問		題。	做出高低不同水		
	貳、體育 十.平衡木	題。		4. 能完成教師給予	平的平衡動作。		
	上的不倒翁	4d-III-1 養成規律運動		在平衡木上的任務	4. 能在行進間接		
		習慣,維持動態生活。		動態平衡。	住球並維持動態		
				5. 能表現出勇於挑	平衡。		
				戰、積極投入的態	5. 能在平衡木上		
				度。	做出旋轉的技		
				6. 能展現肢體動作	能。		
				的穩定度、控制協	6. 可以展現穩定		
				調能力。	的身體控制協調		
				7. 學童有能力解決	能力。		
				練習時所面臨的問	7. 能懂得欣賞別		
				題。	人成功的經驗。		
第17週	壹、健康	la-III-l 認識生理、心理	Db-III-3 性騷擾與性侵	1. 能認識性侵害的	1. 能認識性剝	觀察評量	【性別平等教育】

参。	四. 守護青	與社會各層面健康的概	害的自我防護。	定義。	削、性騷擾的定	口頭評量	性 E4 認識身體界限與尊重
3a-III-2 能於不同的生   性 経 極的速思。   3. 能等會阻應性   態度評量   態度評量   性 E5 認識性解梗、性侵害、性病液的概念及異求助管達。   技術液的概念及異求助管達。   人都被有身體自   人都有身體自   人相 教育   人目 認識人權是與生俱有   人類			古的日秋/// <b>夜</b> *				
活情境中・主動表現基礎   住職技能・	1						
提、性侵害及性制 为法、了解每個 人都擁有身體自 人態 認識人權是與生俱有 的、每遍的、不容制奪的。 【品徵數官】 人 图 認識人權是與生俱有 的、每遍的、不容制奪的。 【品徵數官】 是 图 專導人與自愛愛人品 医 图 自尊人與自愛愛人品 医 图 自尊人與自愛愛人品 医 网络罗里 人名 医 图 阿里罗里 人名 医 图 理解人的身體與心理 面向。 【 是 理解人的身體與心理 面向。 【 是 理解人的身體與心理 面向。 】 " 我,接受抵毁的学智荡度。 是 2d-111-1 分享運動政策 與別作的美感轉驗 3c-111-1 表現穩定的身體 數、積極投入的態 與別作的美感轉驗 3c-111-3 表現動作創能力。 是 2.能表現出預於推 數、積極投入的態 度。 到 3.能展現設體動作。 是 2.能在行饱渴装 態度評量 数 1. 能源的能力。						忍及可里	
4h-III-1 公開表達個人 對促造健康的觀點與立 場。  2c-III-3 表現積極參與表達對身體自主權的概念。 6. 能表達對身體自主權的重視。  2c-III-3 表現積極參與表達對身體自主權的重視。  2c-III-1 表現積極參與表達對身體自主權的重視。  2c-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身體控制的調能力。 4. 年期本上的任務數 積極與人的態度。 2. 能表現出身於絕 2. 能表現出身於絕 2. 能在平衡本上的不倒額 数 (在球型維持動態 平衡。 3. 能在平衡本上的不例。 3. 能是現故實驗於到作。 4. 學童有能力解決 4. 可以展現穩定的 類應力。 4. 學童有能力解決 4. 可以展現穩定 的、普遍的、不容剥奪的。 4. 學查有能力解決 5. 能在平衡本上的不例。 4. 學查有能力解決 4. 可以展現穩定 的、普遍的、不容剥奪的。 4. 可以展現穩定 4. 可以是可能 4. 可以是可能 4. 可以是可能 4. 可能 4. 可以是可能 4. 可以是可能 4. 可能 4. 可能 4. 可能 4. 可以是可能 4. 可能 4. 可能 4. 可以是可能 4. 可能 4.							
對促進健康的觀點與立 場。							
場。  - 「現在 「							
技能。					主權。		
5.能認識身體自主權的概念。 6.能表達對身體自主權的重視。  2c-111-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-111-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-111-1 表現穩定的身質的作用。 在平衡木上的任務與創作的美感體驗。 3c-111-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 1.能完成教師給予與創作的美感體驗。 3c-111-3 表現動作創作和 表現穩定的身質的 表面, 在平衡木上的任務 數態平衡。 2.能在行進問接 應度評量 在球並維持動態 實施 在球並維持動態 實施 在球並維持動態 實施 4.可以展現穩定 的身體控制的協 3.能在平衡木上的技術 4.可以展現穩定 的身體控制協調 4.可以展現穩定 4.可以展現電度 4.可以展現 4.可以展現電度 4.可以展現電度 4.可以展現電度 4.可以展現 4.可以展現電度 4.可以展現電度 4.可以展現電度 4.可以展現電度 4.可以展現 4.可以用用 4.		場。					
權的概念。 6. 能表達對身體自 主權的概念。 6. 能表達對身體自 主權的重視。  2c-III-3 表現積極參 與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-1 分享運動欣賞 與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身 類、體育 中. 平衡本 上的不倒翁 和展演的能力。 3d-III-3 表現動作創作 和展演的能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐,解於練習或比賽的問題。 4d-III-3 宣導身體活動  權的概念。 6. 能表達對身體自 主權的重視。 1. 能與同伴合作 做出高低不同水 如中海動作。 2. 能表現出勇於挑 2. 能在行進間接 態度評量  在 平衡本 3 能展現肢體動作 3. 能在甲衡本上 的穩定度、控制協 做出旋轉的技 能。 如此旋轉的技 能。 4. 學童有能力解決 4. 可以展現穩定 的身體控制協調 能力。 4. 學童有能力解決 4. 可以展現穩定 的身體控制協調 能力。 6. 能表達對身體自 主權的重視。  基							品 E2 自尊尊人與自愛愛人
Concent of the content of the c				5. 能認識身體自主			品 E6 同理分享。
主權的重視。				權的概念。			【生命教育】
2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身質性的人類的關係。 1. 能完成教師給予在平衡木上的任務數態平衡。 2d-III-1 表現穩定的身質性的人類的關係。 3c-III-1 表現穩定的身質性對和協調能力。 4c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐,解決練習或比賽的問題。 4d-III-3 宣導身體活動        1. 能完成教師給予在平衡木上的任務的數態平衡。如為此一個有效的。 2. 能表現出身於挑發度,不過去,就看在學術本上的人類。 4. 學童有能力解決的一個,就可以表現穩定的人類。 4. 學童有能力解決於如此表現所可能的問題。 4. 學童有能力解決於教育所可能的問題。 4. 學童有能力解決於教育所可能的問題。 4. 學童有能力解決於教育所可能的問題。 4. 學童有能力解決於教育所可能的問題。 4. 學童有能力解決於教育所可能的問題。 4. 可以展現穩定的身體控制協調度。 4. 可以表現穩定的身體控制協調度。 4. 可以表現穩定的身體控制。 4. 可以表現穩定的身體控制協調度。 4. 可以表現穩定的身體控制協調度。 4. 可以表現穩定的身體控制協調度。 4. 可以表現穩定的表現實施可能性的可能性的可能性的可能性的可能性的可能性的可能性的可能性的可能性的可能性的				6. 能表達對身體自			生 El 探討生活議題,培養思
Ta-III-1 液翻、支撑、   Ta-III-1 液翻、支撑、   Ta-III-1 液翻、支撑、   Dispersion				主權的重視。			考的適當情意與態度。
2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身 貳、體育十.平衡本上的不倒翁  3c-III-3 表現動作創作 和展演的能力。 3d-III-3 透過體驗或實							生 E2 理解人的身體與心理
與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-1 分享運動欣賞 與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身 貳、體育 十. 平衡本 上的不倒銷  2d-III-3 表現動作創作 和展演的能力。 3d-III-3 透過體驗或實 踐,解決練習或比賽的問題。 4d-III-3 宣導身體活動  3							面向。
2d-III-1 分享運動欣賞 與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身 貳、體育 十.平衡本 上的不倒銷 和展演的能力。 3d-III-3 透過體驗或實 踐,解決練習或比賽的問題。 4d-III-3 宣導身體活動		2c-III-3 表現積極參	Ia-III-1 滾翻、支撐、	1. 能完成教師給予	1. 能與同伴合作	觀察評量	
奥創作的美感體驗。       2.能表現出勇於挑       2.能在行進間接       態度評量         貳、體育 十.平衡木 上的不倒翁       體控制和協調能力。       度。       平衡。         3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。       3.能展現肢體動作的機能動作的機能定度、控制協能力。       3.能在平衡木上的不衡的提供的技能的技能的。         3d-III-3 透過體驗或實證。       4.學童有能力解決性的規定的身體控制協調能力。       4.可以展現穩定的力能的可能的可能的可能的可能的可能的可能的可能的可能的可能的可能的可能的可能的可能		與、接受挑戰的學習態度。	跳躍、旋轉與騰躍動作。	在平衡木上的任務	做出高低不同水	口頭評量	
3c-III-1 表現穩定的身		2d-III-1 分享運動欣賞		動態平衡。	平的平衡動作。	行為檢核	
貳、體育 十.平衡木 上的不倒翁       體控制和協調能力。 3c-III-3 表現動作創作 和展演的能力。 3d-III-3 透過體驗或實 踐,解決練習或比賽的問題。 4d-III-3 宣導身體活動       3.能展現肢體動作 的穩定度、控制協 調能力。 4.學童有能力解決 線習時所面臨的問題 練習時所面臨的問題 能力。       4.可以展現穩定 的身體控制協調 能力。		與創作的美感體驗。		2. 能表現出勇於挑	2. 能在行進間接	態度評量	
十. 平衡木 上的不倒翁       3c-III-3 表現動作創作 和展演的能力。 3d-III-3 透過體驗或實 踐,解決練習或比賽的問 題。 4d-III-3 宣導身體活動       3. 能展現肢體動作 的穩定度、控制協 調能力。 4. 學童有能力解決 練習時所面臨的問 的身體控制協調 能力。		3c-III-1 表現穩定的身		戰、積極投入的態	住球並維持動態		
上的不倒翁       和展演的能力。       3d-III-3 透過體驗或實       做出旋轉的技         践,解決練習或比賽的問題。       4d-III-3 宣導身體活動       4.學童有能力解決 的身體控制協調 的身體控制協調 能力。	貳、體育	體控制和協調能力。		度。	平衡。		
3d-III-3 透過體驗或實       調能力。       能。         踐,解決練習或比賽的問題。       4.學童有能力解決       4.可以展現穩定         練習時所面臨的問題。       的身體控制協調         4d-III-3 宣導身體活動       題。       能力。	十. 平衡木	3c-III-3 表現動作創作		3. 能展現肢體動作	3. 能在平衡木上		
踐,解決練習或比賽的問題。       4.學童有能力解決 線習時所面臨的問 的身體控制協調 能力。         超。       4d-III-3 宣導身體活動	上的不倒翁	和展演的能力。		的穩定度、控制協	做出旋轉的技		
題。       練習時所面臨的問       的身體控制協調         4d-III-3 宣導身體活動       題。       能力。		3d-III-3 透過體驗或實		調能力。	能。		
4d-III-3 宣導身體活動 題。 能力。		踐,解決練習或比賽的問		4. 學童有能力解決	4. 可以展現穩定		
		題。		練習時所面臨的問	的身體控制協調		
促進身心健康的效益。 5.能在比賽中表現 5.能懂得欣賞別		4d-III-3 宣導身體活動		題。	能力。		
		促進身心健康的效益。		5. 能在比賽中表現	5. 能懂得欣賞別		

			,				
				出運動家精神,並	人成功的經驗。		
				遵守比賽規範。	6. 能在比賽中表		
				6. 競賽中能展現穩	現出運動家精		
				定的平衡動作及協	神,並遵守比賽		
				調能力。	規範。		
				7. 在練習的過程	7. 競賽中能展現		
				中,能解決在平衡	穩定的平衡動作		
				木上所遇到的動作	及協調能力。		
				挑戰。	8. 在練習的過程		
				8. 能給予伙伴鼓勵	中,能解決在平		
				與陪伴。	衡木上所遇到的		
					動作挑戰。		
					9. 能給予伙伴鼓		
					勵與陪伴。		
		1a-III-2 描述生活行為	Db-III-5 友誼關係的維	1. 能認識維繫友誼	1. 能正確運用社	觀察評量	【性別平等教育】
		對個人與群體健康的影	繫與情感的合宜表達方	與合宜表達情感的	群媒體、學習維	口頭評量	性 E4 認識身體界限與尊重
		響。	式。	正確方式。	繫友誼關係以及	行為檢核	他人的身體自主權。
		2a-III-2 覺知健康問題		2. 能學習預防及因	表達情感的合宜	態度評量	性 E5 認識性騷擾、性侵害、
		所造成的威脅感與嚴重		應網路霸凌的方	方式。		性霸凌的概念及其求助管道。
	土 /井市	性。		法。	2. 能學習預防及		【人權教育】
第 18 週	壹、健康 四.守護青	3a-III-2 能於不同的生			因應網路霸凌的		人 El 認識人權是與生俱有
	春	活情境中,主動表現基礎			方法。		的、普遍的、不容剝奪的。
		健康技能。					【品德教育】
		4b-III-1 公開表達個人					品 E2 自尊尊人與自愛愛人
		對促進健康的觀點與立					品 E6 同理分享。
		場。					【生命教育】
							生 El 探討生活議題,培養思
							考的適當情意與態度。

							生 E2 理解人的身體與心理
							面向。
		1c-III-1 了解運動技能	Cb-III-2 區域性運動賽	1. 認識法式滾球的	1. 認識法式滾球	觀察評量	
		要素和基本運動規範。	會與現代奧林匹克運動	由來與賽事。	賽事由來、精神	口頭評量	
		2c-III-2 表現同理心、正	會。	2. 學習法式滾球運	與規範。	行為檢核	
		向溝通的團隊精神。	Cb-III-3 各項運動裝	動的精神與規範。	2. 認識滾球的場	態度評量	
		3c-III-1 表現穩定的身	備、設施、場域。	3. 認識法式滾球的	地,並透過滾球		
	寸 融 女	體控制和協調能力。	Hc-III-1 標的性球類運	場地。	遊戲,學習滾球		
	貳、體育 十一. 好球	3d-III-3 透過體驗或實	動基本動作及基礎戰術。	4. 透過遊戲體驗,	動作、身體控制		
	強強滾	踐,解決練習或比賽的問		解決練習與比賽的	與協調能力,在		
	131 131 PPC	題。		問題。	遊戲中解決問		
				5. 能表現出穩定的	題,展現合作與		
				身體控制與協調能	團隊精神。		
				カ。			
				6. 能在遊戲中表現			
				合作與團隊精神。			
		1a-III-2 描述生活行為	Db-III-4 愛滋病傳染途	1. 能認識愛滋病及	◆能認識愛滋病	觀察評量	【性別平等教育】
		對個人與群體健康的影	徑與愛滋關懷。	其傳染途徑。	的傳染途徑及對	口頭評量	性 E4 認識身體界限與尊重
		響。		2. 能覺察愛滋病對	健康所带來的威	行為檢核	他人的身體自主權。
		2a-III-2 覺知健康問題		身體健康的威脅及	脅性,並學習如	態度評量	性 E5 認識性騷擾、性侵害、
	<b>壹、健康</b>	所造成的威脅感與嚴重		嚴重性。	何預防愛滋病。		性霸凌的概念及其求助管道。
第 19 週	四.守護青	性。		3. 能認識愛滋病的			【人權教育】
	春	4b-III-3 公開提倡促進		症狀及預防愛滋病			人 E1 認識人權是與生俱有
		健康的信念或行為。		的方法。			的、普遍的、不容剝奪的。
							【品德教育】
							品 E2 自尊尊人與自愛愛人
							品 E6 同理分享。
							【生命教育】

							生 El 探討生活議題,培養思
							考的適當情意與態度。
							生 E2 理解人的身體與心理
							面向。
		1d-III-1 了解運動技能	Cb-III-3 各項運動裝	1.透過遊戲體驗,	1. 認識滾球的場	觀察評量	
		的要素和要領。	備、設施、場域。	解決練習與比賽的	地,並透過滾球	口頭評量	
		1d-III-3 了解比賽的進	Hc-III-1 標的性球類運	問題。	遊戲,學習滾球	行為檢核	
		攻和防守策略。	動基本動作及基礎戰術。	2. 能表現出穩定的	動作、身體控制	態度評量	
		2c-III-2 表現同理心、正		身體控制與協調能	與協調能力,在		
		向溝通的團隊精神。		カ。	遊戲中解決問		
		3c-III-1 表現穩定的身		3. 能在遊戲中表現	題,展現合作與		
	貳、體育	體控制和協調能力。		合作與團隊精神。	團隊精神。		
	十一. 好球	3d-III-3 透過體驗或實		4. 了解法式滾球進	2. 從滾球比賽中		
	強強滾	踐,解決練習或比賽的問		攻、防守的比賽規	了解球員的任		
		題。		則。	務、比賽的進攻		
				5. 學習法式滾球的	防守規則,體認		
				運動技能,表現穩	到團隊合作的重		
				定的身體控制與協	要性,在賽事中		
				調能力。	能共同思考並解		
				6. 在賽事中體驗、	決問題。		
				思考並解決問題。			
		1a-III-2 描述生活行為	Db-III-4 愛滋病傳染途	1. 能展現對愛滋病	◆能同理愛滋病	觀察評量	【性別平等教育】
		對個人與群體健康的影	徑與愛滋關懷。	患者的同理及關	患的處境,學會	口頭評量	性 E4 認識身體界限與尊重
第 20 週	壹、健康	響。		懷。	尊重與關懷。	行為檢核	他人的身體自主權。
<b>第 20 週</b>	四.守護青	2a-III-2 覺知健康問題		2. 能自我檢核網路		態度評量	性 E5 認識性騷擾、性侵害、
	春	所造成的威脅感與嚴重		使用習慣。			性霸凌的概念及其求助管道。
		性。		3. 能分辨性騷擾的			【人權教育】
		4b-III-3 公開提倡促進		樣態。			人 El 認識人權是與生俱有

	健康的信念或行為。		4. 能認識愛滋病及			的、普遍的、不容剝奪的。
			其傳染途徑。			【品德教育】
						品 E2 自尊尊人與自愛愛人
						品 E6 同理分享。
						【生命教育】
						生 El 探討生活議題,培養思
						考的適當情意與態度。
						生 E2 理解人的身體與心理
						面向。
	1d-III-1 了解運動技能	Cb-III-3 各項運動裝	1. 了解法式滾球進	1. 從滾球比賽中	觀察評量	
	的要素和要領。	備、設施、場域。	攻、防守的比賽規	了解球員的任	口頭評量	
	1d-III-3 了解比賽的進	Hc-III-1 標的性球類運	則。	務、比賽的進攻	行為檢核	
	攻和防守策略。	動基本動作及基礎戰術。	2. 學習法式滾球的	防守規則,體認	態度評量	
	2c-III-2 表現同理心、正		運動技能,表現穩	到團隊合作的重		
	向溝通的團隊精神。		定的身體控制與協	要性,在賽事中		
	3c-III-1 表現穩定的身		調能力。	能共同思考並解		
	體控制和協調能力。		3. 在賽事中體驗、	決問題。		
貳、體育	3d-III-2 演練比賽中的		思考並解決問題。	2. 能透過比賽,		
十一. 好球	進攻和防守策略。		4. 透過比賽,演練	演練進攻、防守		
強強滾	4d-III-3 宣導身體活動		進攻、防守策略。	的策略。		
	促進身心健康的效益。		5. 能在比賽中表現	3. 能宣傳法式滾		
			穩定身體控制與協	球運動。		
			調力。			
			6. 能在比賽中表現			
			合作與團隊精神。			
			7. 向家人宣導法式			
			滾球運動,共同參			
			與體驗促進健康。			

						, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
	健體	1d-III-1 了解運動技能	Cb-III-3 各項運動裝	1. 了解法式滾球進	1. 從滾球比賽中	觀察評量
	-E-A1 健	的要素和要領。	備、設施、場域。	攻、防守的比賽規	了解球員的任	口頭評量
	體-E-C2	1d-III-3 了解比賽的進	Hc-III-1 標的性球類運	則。	務、比賽的進攻	行為檢核
	健體	攻和防守策略。	動基本動作及基礎戰術。	2. 學習法式滾球的	防守規則,體認	態度評量
	-E-C3	2c-III-2 表現同理心、正		運動技能,表現穩	到團隊合作的重	
		向溝通的團隊精神。		定的身體控制與協	要性,在賽事中	
		3c-III-1 表現穩定的身		調能力。	能共同思考並解	
		體控制和協調能力。		3. 在賽事中體驗、	決問題。	
貳、體育		3d-III-2 演練比賽中的		思考並解決問題。	2. 能透過比賽,	
十一. 好球		進攻和防守策略。		4. 透過比賽,演練	演練進攻、防守	
強強滾		4d-III-3 宣導身體活動		進攻、防守策略。	的策略。	
		促進身心健康的效益。		5. 能在比賽中表現	3. 能宣傳法式滾	
				穩定身體控制與協	球運動。	
				調力。		
				6. 能在比賽中表現		
				合作與團隊精神。		
				7. 向家人宣導法式		
				滾球運動,共同參		
				與體驗促進健康。		

# 彰化縣二水鄉復興國民小學 114 學年度第 二 學期 六 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)	六	教學節數	每週(3)節,本學期共( 54 )節					
	1. 從生理、心理、家庭、社會等面向認識自我概念。 2. 能自我覺察並省思自己的弱點,嘗試以正面態度接納限制,進行補償轉移達到自我悅納。 3. 能覺察媒體隱含的菸酒訊息及影響。									
	4. 能了解成癮性物質的特性、危害、引發的多重問題及治療方式。 5. 能認識臺灣常見的傳染病「水痘、病毒性肝炎、結核病、新冠併發重症(COVID-19)」及其感染症狀、傳染途徑、治療方法及預防方式。 6. 能在生活中實踐健康照護並增進自我健康管理。 7. 能學習轉換畢業分離焦慮的壓力管理技巧。									
課程目標	8. 能表達促進友誼及自我認同的觀點。 9. 學習與欣賞舞蹈創作的美感,發現身體活動、發展與書法文化素養的連結性。 10. 能欣賞扯鈴比賽中的優美動作外,並效仿其動作與隊形。 11. 能在排球比賽與隊友討論攻擊與防守策略且在戰術板上畫出,並透過返回比賽驗證。									
	12. 能透過觀摩他人或自己察覺學習到正確的擊球、正手、反手及發球動作。 13. 能認識不同的角力運動招式及動作要領。 14. 能表現良好的拋球、擲球、滾球及木球的擊球動作。 15. 能進行水球基礎動作:水中傳接球、水中運球、水中射門。									
領域核心素養	健體-E-A2 具備探索身 健體-E-B1 具備運用體	體活動與健康生活	活問題的思考能力, 符號知能,能以同理	並透過體驗與實踐,處3	人特質,發展運動與保健的潛能。 理日常生活中運動與健康的問題。 、保健與人際溝通上。 、報導有關體育與健康內容的意義與影響。					

健體-E-]	33 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-(	2 具備同理他人感受	,在體育活動和健康生活中樂	<b>类於與人互動、公平競爭</b>	, 並與團隊成員合作,	促進身心健康。

## 【生涯規劃教育】

涯 E4 認識自己的特質與興趣。

涯 E5 探索自己的價值觀。

涯 E6 覺察個人的優勢能力。

涯 E7 培養良好的人際互動能力。

# 融入之重大議題

## 【人權教育】

人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。

人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗,並知道如何尋求救助的管道。

## 【品德教育】

品 El 良好生活習慣與德行。

## 課程架構

机馏水点	教學單元/	學習	重點	键 羽 口 1番	组现工和由於	<b>拉目十上</b>	可以详版的总手则
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	評量方式	融入議題內容重點
		la-III-1 認識生	Fa-III-1 自我悅	1. 從生理、心理、家庭、	1. 能從生理、心理、家	觀察評量	【生涯規劃教育】
		理、心理與社會各層	納與潛能探索的方	社會等面向認識自我概	庭、社會等面向形成自我	口頭評量	涯 E4 認識自己的特質與
	壹、健康	面健康的概念。	法。	念。	概念。	行為檢核	興趣。
	一. 天生我才必有用	2b-III-3 擁有執行		2. 能覺察自我概念是正	2. 能欣賞自己優點和接	態度評量	涯 E5 探索自己的價值
		健康生活行動的信		向或負向,具備正向的	納自己的不完美,進行心		觀。
第1週		心與效能感。		自我效能感。	理調適,達到自我悅納。		涯 E6 覺察個人的優勢能
							カ。
		1c-III-3 了解身體	Ib-III-1 模仿性	1. 學習與欣賞舞蹈創作	※學習與欣賞舞蹈創作	觀察評量	
	貳、體育	活動對身體發展的	與主題式創作舞。	的美感,發現身體活	的美感。	口頭評量	
	五.身體書	關係。		動、發展與書法文化素		行為檢核	
	法家	2d-III-1 分享運動		養的連結性。		態度評量	
		欣賞與創作的美感		2. 分組嘗試練習用身體			

		體驗。		各部位書寫各種書法字			
		AD TAX		體,認識身體活動對身			
				體發展的關係。			
			Fa-III-1 自我悅	1. 能理解自我悅納的定	1. 能了解自我悅納的定	觀察評量	【生涯規劃教育】
		大部份的自我調適	納與潛能探索的方	義。	義及自我悅納的程度會	口頭評量	涯E4 認識自己的特質與
	壹、健康	技能。	法。	2. 能自我覺察並省思自	影響心理健康。	行為檢核	興趣。
		4a-III-2 自我反省	14	己的弱點,嘗試以正面	2. 能調適自己、接納自己	17   M	浜 E5 探索自己的價值
	一. 天生我					忍及可里	
	才必有用	與修正促進健康的		態度接納限制,進行補	的限制,進行補償轉移,		觀。
		行動。		<b>償轉移達到自我悅納。</b>	達到自我悅納。		涯 E6 覺察個人的優勢能
				3. 能按照步驟練習自我			力。
				調適達到自我悅納。			
第2週		2c-III-2 表現同理	Ib-III-1 模仿性	1. 各組能發想隊形、	※分組練習,參與溝通,	觀察評量	
<b>東</b> ∠ 迥		心、正向溝通的團隊	與主題式創作舞。	「字」說自話、摩斯密	共同構畫表演成果。	口頭評量	
		精神。		碼挑戰、合作無間的設		行為檢核	
	貳、體育 五.身體書 法家	2c-III-3 表現積極		計,啟動各組創作表		態度評量	
		參與、接受挑戰的學		演,並在討論與參與練			
		習態度。		習中,表現積極參與與			
		2d-III-3 分析並解		正向溝通的合作精神。			
		釋多元性身體活動		2. 分組練習後,學童能			
		的特色。		說明與解釋小組的身體			
		3c-III-3 表現動作		活動特色與書法展現。			
		創作與展演的能力。					
		la-III-1 認識生	Fa-III-1 自我悅	1. 能理解自我悅納的定	1. 能了解自我悅納的定	觀察評量	【生涯規劃教育】
		理、心理與社會各層	納與潛能探索的方	義。	義及自我悅納的程度會	口頭評量	涯 E4 認識自己的特質與
	壹、健康	面健康的概念。	法。	2. 能自我覺察並省思自	影響心理健康。	   行為檢核	興趣。
第3週	一. 天生我才必有用	3a-III-1 流暢地操		己的弱點,嘗試以正面	2. 能調適自己、接納自己	態度評量	涯 E5 探索自己的價值
	24 2- 14 114	作基礎健康技能。		態度接納限制,進行補	的限制,進行補償轉移,		觀。
		3b-III-1 獨立演練		償轉移達到自我悅納。	達到自我悅納。		涯E6 覺察個人的優勢能

	大部份的自我調適		3. 能按照步驟練習自我	3. 能理解「潛能」的定		力。
	技能。		調適達到自我悅納。	義,探索自我特質並提升		
	3b-III-3 能於引導		4. 能理解潛能的定義。	自我悅納程度。		
	下,表現基本的決策		   5. 能藉由「特質」、「興	4. 能從特質、潛能進行職		
	與批判技能。		   趣」、「職業」進行潛能	業探索,認識符合自己特		
	4a-III-2 自我反省		   探索。	質的職業。		
	與修正促進健康的		6. 能認識自己擅長的能			
	行動。		力與不擅長的能力,進			
	4b-III-1 公開表達		而評估適合的職業。			
	個人對促進健康的					
	觀點與立場。					
	2c-III-2 表現同理	Ib-III-1 模仿性	1. 各組能發想隊形、	1. 分組練習,參與溝通,	觀察評量	
	心、正向溝通的團隊	與主題式創作舞。	「字」說自話、摩斯密	共同構畫表演成果。	口頭評量	
	精神。	Ic-III-1 民俗運	碼挑戰、合作無間的設	2. 各組進行表演與彼此	行為檢核	
	2c-III-3 表現積極	動組合動作與遊	計,啟動各組創作表	回饋,並記錄表演中的各	態度評量	
	參與、接受挑戰的學	戲。	演,並在討論與參與練	種觀察,並讚美最欣賞的		
	習態度。		習中,表現積極參與與	身體書法家。		
	2d-III-1 分享運動		正向溝通的合作精神。	3. 藉由扯鈴由來的故		
貳、體育 五.身體書	欣賞與創作的美感		2. 分組練習後,學童能	事,讓學童循序漸進的學		
法家	體驗。		說明與解釋小組的身體	習更多扯鈴招式。		
六. 鈴上雲 雪	2d-III-3 分析並解		活動特色與書法展現。			
A	釋多元性身體活動		3. 能從展演歷程中,分			
	的特色。		享舞蹈欣賞與創作的美			
	3c-III-3 表現動作		<b>感體驗</b> 。			
	創作與展演的能力。		4. 能與小組成員完成展			
	4d-III-3 宣導身體		演,表現小組的創作成			
	活動促進身心健康		果。			
	的效益。		5. 欣賞者能回饋並以多			

			I	I	I	I	Ţ
		ld-III-1 了解運動		元視角評析各組表演的			
		技能的要素和要領。		身體活動特色。			
		1d-III-2 比較自己		6. 利用身體書法家活			
		或他人運動技能的		動,與家人互動並宣導			
		正確性。		身體活動促進身心健康			
				的效益。			
				7. 能了解扯鈴的歷史由			
				來。			
				8. 能說出並做出正確的			
				扯鈴動作及名稱。			
		la-III-l 認識生	Fa-III-1 自我悅	1. 能藉由「特質」、「興	1. 能理解「潛能」的定	觀察評量	【生涯規劃教育】
		理、心理與社會各層	納與潛能探索的方	趣」、「職業」進行潛能	義,探索自我特質並提升	口頭評量	涯E4 認識自己的特質與
		面健康的概念。	法。	探索。	自我悅納程度。	行為檢核	興趣。
		3a-III-1 流暢地操		2. 能將「興趣」納入選	2. 能從特質、潛能進行職	態度評量	涯 E5 探索自己的價值
		作基礎健康技能。		擇「職業」的考量,並	業探索,認識符合自己特		觀。
		3b-III-3 能於引導		嘗試規劃未來職業藍	質的職業。		涯 E6 覺察個人的優勢能
	壹、健康	下,表現基本的決策		圖。			力。
	一. 天生我 才必有用	與批判技能。		3. 能了解從事合適工作			
第4週		4b-III-1 公開表達		對於提升自我悅納的重			
		個人對促進健康的		要性。			
		觀點與立場。		4. 能正確回答職業探索			
				和潛能的問題。			
				5. 能省思並回答關於自			
				我悅納的問題。			
		1d-III-1 了解運動	Ic-III-1 民俗運	1. 能做出指定的扯鈴動	※藉由循序漸進的方式	觀察評量	
	貳、體育 士 & L 雷	技能的要素和要領。	動組合動作與遊	作。	學習扯鈴招式。	口頭評量	
	六. 鈴上雲 霄	ld-III-2 比較自己	戲。	2. 能了解扯鈴的招式動		行為檢核	
		或他人運動技能的		作,並分析與他人的差		態度評量	

		正確性。		異。			
		2d-III-1 分享運動					
		欣賞與創作的美感					
		體驗。					
		3c-III-1 表現穩定					
		的身體控制和協調					
		能力。					
		1a-III-3 理解促進	Bb-III-3 媒體訊	1. 能覺察媒體隱含的菸	※能覺察媒體隱含的菸	觀察評量	【人權教育】
		健康生活的方法、資	息對青少年吸菸、	酒訊息及影響。	酒訊息及影響,並進行媒	口頭評量	人 E7 認識生活中不公
		源與規範。	。   喝酒行為的影響。	2. 能進行媒體識讀及判	體識讀及判斷。	行為檢核	平、不合理、違反規則和
		1b-III-4 了解健康	2 (2) 11 WA 11 WA 1	斷。	<b>州立 50人 1</b>	態度評量	健康受到傷害等經驗,並
		自主管理的原則與				心及叮至	知道如何尋求救助的管
	壹、健康 二.解瘾密	方法。					道。
	碼	3b-III-3 能於引導					4
		下,表現基本的決策					
		與批判技能。					
		4a-III-3 主動地表					
第5週		現促進健康的行動。					
おり辺		1d-III-2 比較自己	Ic-III-1 民俗運	1. 能做出指定的扯鈴動	1. 藉由循序漸進的方式	觀察評量	
		或他人運動技能的	動組合動作與遊	作。	學習扯鈴招式。	口頭評量	
		正確性。	戲。	2. 能了解扯鈴的招式動	2. 能和同學認真討論,創	一頭   重	
		2d-III-1 分享運動	Ic-III-2 民俗運	作,並分析與他人的差	造出表演節目。	17 A 做 18 图	
	貳、體育	欣賞與創作的美感	動簡易性表演。	異。	3. 將精釆片段與同學分	念及町里	
	六. 鈴上雲	體驗。	<b>到间勿注</b> 农决	3. 欣賞扯鈴比賽中的優	享。		
	霄	B		美動作。	<b>+</b> ·		
		的身體控制和協調		4. 能效仿扯鈴比賽中的			
		的 另 腹 控 刷 和 励 副 一 能 力 。		優美動作與隊形。			
		ルガ。   4c-III-1 選擇及應		5. 能利用基本扯鈴動作			
		40-111-1 选择及應		」.			

		用與運動相關的科		編排一場表演。			
		技、資訊、媒體、產		10m 40F - 70 4C7X			
		· 八 · 頁 · · · · · · · · · · · · · · · ·					
		四共版務。   4d-III-1 養成規律					
		運動習慣,維持動態					
		生活。					
		4d-III-2 執行運動					
		計畫,解決運動參與					
		的阻礙。					
		la-III-3 理解促進	Bb-III-3 媒體訊	1. 能了解電子煙對身體	1. 能覺察媒體隱含的菸	觀察評量	【人權教育】
		健康生活的方法、資	息對青少年吸菸、	的影響。	酒訊息及影響,並進行媒	口頭評量	人 E7 認識生活中不公
		源與規範。	喝酒行為的影響。	2. 能進行媒體識讀及判	體識讀及判斷。	行為檢核	平、不合理、違反規則和
		1b-III-4 了解健康		斷。	2. 能了解菸酒媒體廣告	態度評量	健康受到傷害等經驗,並
		自主管理的原則與		3. 能具備破除健康迷思	的規定。		知道如何尋求救助的管
	壹、健康	方法。		的技能。			道。
	二.解瘾密	3b-III-3 能於引導		4. 能覺察媒體隱含的菸			【生命教育】
		下,表現基本的決策		酒訊息及影響			生 El 探討生活議題,培
		與批判技能。		5. 能了解菸酒媒體廣告			養思考的適當情意與態
第6週		4a-III-3 主動地表		的規定。			<mark>度。</mark>
		現促進健康的行動。		6. 能為維護健康採取相			生 E2 理解人的身體與
				對應的行動。			心理面向。
		1d-III-2 比較自己	Cb-III-2 區域性	1. 能對室內夏季奧運會	1. 認識夏季奧運會排球	觀察評量	
		或他人運動技能的	運動賽會與現代奧	排球賽賽事有基本的認	賽制。	口頭評量	
	貳、體育	正確性。	林匹克運動會。	識。	2. 複習禮尚網來二對二	行為檢核	
	則、題月 七.排球高	2c-III-3 表現積極	Ha-III-1 網/ 牆	2. 能積極正確做出低手	比賽。	態度評量	
	手	<b>参與、接受挑戰的學</b>	性球類運動基本動	與低手發球動作,並透	3. 了解排球高手傳球的		
		習態度。	作及基礎戰術。	過競爭和學習策略,改	正確動作。		
		3c-III-2 在身體活		善個人技能表現。			
	1	1	l .	l .	]	l .	

<u> </u>		T	T	Γ	Γ	T	
		動中表現各項運動		3. 能透過小組比賽並討			
		技能,發展個人運動		論,演練排球比賽中的			
		潛能。		進攻和防守策略。			
		3d-III-2 演練比賽		4. 能利用同儕觀察意見			
		中的進攻和防守策		修正自己的高手傳接球			
		略。		動作。			
		2a-III-1 關注健康	Bb-III-2 成癮性	1. 能覺察接觸成癮性物	1. 能認識成癮性物質的	觀察評量	【人權教育】
		議題受到個人、家	物質的特性及其危	質的因素以及帶來的嚴	特性、危害及潛伏的環境	口頭評量	人 E7 認識生活中不公
	壹、健康 二. 解癮密 碼	庭、學校與社區等因	害。	重性。	及因子。	行為檢核	平、不合理、違反規則和
		素的交互作用之影	Bb-III-4 拒絕成	2. 能了解成癮性物質的	2. 能覺察成癮性物質引	態度評量	健康受到傷害等經驗,並
		響。	瘾物質的健康行動	特性、危害及引發的多	發的多重問題。		知道如何尋求救助的管
		2a-III-2 覺知健康	策略。	重問題。			道。
		問題所造成的威脅					
		感與嚴重性。					
		3b-III-2 獨立演練					
		大部分的人際溝通					
第7週		互動技能。					
		4b-III-3 公開提倡					
		促進健康的信念或					
		行為。					
		1c-III-1 了解運動	Ha-III-1 網/ 牆	1. 能與同學討論如何改	※了解排球位置與輪轉	觀察評量	
		技能要素和基本運	性球類運動基本動	善比賽高手傳接球的技	方式。	口頭評量	
		動規範。	作及基礎戰術。	巧,接納他人不同想		行為檢核	
	貳、體育	2c-III-2 表現同理		法,並正向溝通有效策		態度評量	
	七. 排球高手	心、正向溝通的團隊		略,解決比賽的問題。			
		精神。		2. 能判斷來球時應該做			
		3d-III-2 演練比賽		高手或低手動作。			
		中的進攻和防守策		3. 能知道並做出輪轉方			

		略。		向及位置。			
		2a-III-1 關注健康	Bb-III-2 成癮性	1. 能了解成癮性物質的	※能學會拒絕成癮性物	觀察評量	【人權教育】
		議題受到個人、家	物質的特性及其危	治療方式。	質的技能,並在生活中展	口頭評量	人 E7 認識生活中不公
		庭、學校與社區等因	害。	2. 能覺察面對成癮性物	現具體行動。	行為檢核	平、不合理、違反規則和
		素的交互作用之影	Bb-III-4 拒絕成	質時,自我省思的歷程。		態度評量	健康受到傷害等經驗,並
		響。	<b>瘾物質的健康行動</b>	3. 能對成癮行為提出具			知道如何尋求救助的管
		2a-III-2 覺知健康	策略。	體改善建議。			道。
	壹、健康	問題所造成的威脅		4. 能演練拒絕成癮性物			
	二.解瘾密碼	感與嚴重性。		質的健康行動策略,展			
	·	3b-III-2 獨立演練		現拒絕成癮性物質的決			
		大部分的人際溝通		心及技能。			
		互動技能。					
# 0 m		4b-III-3 公開提倡					
第8週		促進健康的信念或					
		行為。					
		1d-III-1 了解運動	Ha-III-1 網/ 牆	1. 能在排球比賽與隊友	1. 了解排球位置與輪轉	觀察評量	
		技能的要素和要領。	性球類運動基本動	討論攻擊與防守策略,	方式。	口頭評量	
		2d-III-2 分辨運動	作及基礎戰術。	並在戰術板上畫出,透	2. 正確做出指定的正手	行為檢核	
		賽事中選手和觀眾		過返回比賽驗證。	擊球、發球動作要領。	態度評量	
	貳、體育 七.排球高	的角色和责任。		2. 能判斷位置並做出高	3. 認真參與活動。		
	手	3c-III-1 表現穩定		手傳接球動作。			
	八. 泉球精靈	的身體控制和協調		3. 能知道正式比賽,球			
	<u> </u>	能力。		場上各角色所擔任的工			
		3d-III-3 透過體驗		作。			
		或實踐,解決練習或		4. 能使用數位手持裝置			
		比賽的問題。		拍攝比賽影片供討論參			

<u> </u>				Ι	I		<u> </u>
		4c-III-1 選擇及應		考。			
		用與運動相關的科		5. 能了解如何利用桌球			
		技、資訊、媒體、產		拍做出正手擊球、發球。			
		品與服務。		6. 能運用桌球拍做出指			
				定動作。			
		2a-III-1 關注健康	Bb-III-2 成癮性	1. 能了解拒癮行動受到	※能學會拒絕成癮性物	觀察評量	【人權教育】
		議題受到個人、家	物質的特性及其危	個人、家庭、學校與社	質的技能,並在生活中展	口頭評量	人 E7 認識生活中不公
		庭、學校與社區等因	害。	區等因素的交互作用之	現具體行動。	行為檢核	平、不合理、違反規則和
		素的交互作用之影	Bb-III-4 拒絕成	影響。		態度評量	健康受到傷害等經驗,並
		響。	<b>瘾物質的健康行動</b>	2. 能公開提倡拒癮的信			知道如何尋求救助的管
		2a-III-2 覺知健康	策略。	念或行為。			道。
	壹、健康 二.解癮密 碼	問題所造成的威脅		3. 能覺察媒體隱含的菸			
		感與嚴重性。		酒訊息及影響			
		3b-III-2 獨立演練		4. 能對成癮行為提出具			
		大部分的人際溝通		體改善建議。			
ht- 0		互動技能。		5. 能公開提倡拒纏的信			
第9週		4b-III-3 公開提倡		念或行為。			
		促進健康的信念或					
		行為。					
		1d-III-1 了解運動	Ha-III-1 網/ 牆	1. 能了解如何利用桌球	1. 認真參與活動。	觀察評量	
		技能的要素和要領。	性球類運動基本動	拍做出正手擊球、發球。	2. 正確做出指定的正、反	口頭評量	
		1d-III-2 比較自己	作及基礎戰術。	2. 能運用桌球拍做出指	手擊球及發球動作要領。	行為檢核	
	貳、體育	或他人運動技能的		定動作。	3. 透過討論策略積極參	態度評量	
	八. 桌球精	正確性。		3. 能透過觀摩他人或自	與活動。		
	靈	3c-III-1 表現穩定		己察覺學習到正確的擊			
		的身體控制和協調		球、正手、反手擊球及			
		能力。		發球動作。			
		3c-III-2 在身體活		4. 能認真並積極參與活			

		動中表現各項運動		動並與同學討論戰術。			
		勤 · 农奶谷鸡运勤 · 技能,發展個人運動		<b></b> 到			
		报此,發於個八達動 潛能。					
		TER					
		策略,提高運動技能					
		學習效能。		_			
		1a-III-2 描述生活	Fb-III-2 臺灣地	1.能了解「病原體」透	※藉由新聞媒體的報導	觀察評量	【品徳教育】
		行為對個人與群體	區常見傳染病預防	過不同的「傳染途徑」	情境,了解「病原體」能	口頭評量	品EI 良好生活習慣與德
	壹、健康	健康的影響。	與自我照顧方法。	傳播給「容易被感染的	透過不同的「傳染途徑」	行為檢核	行。
	三.健康新	1b-III-4 了解健康	Fb-III-3 預防性	人」,就可能會導致傳染	傳播給「容易被感染的	態度評量	
	攻略	自主管理的原則與	健康自我照護的意	病盛行。	人」,導致傳染病盛行。		
		方法。	義與重要性。	2. 能認識傳染病的常見			
				病原體。			
		1d-III-2 比較自己	Bc-III-2 運動與	1. 能利用比賽結果反思	1. 將正、反手擊球及發球	觀察評量	
		或他人運動技能的	疾病保健、終身運	自己不足的技能,並討	動作應用在比賽中。	口頭評量	
		正確性。	動相關知識。	論出解決方案。	2. 了解終身運動的重要	行為檢核	
第 10 週		3c-III-2 在身體活	Ha-III-1 網/ 牆	2. 能規畫一個週期的運	性,並從中找到自己的終	態度評量	
		動中表現各項運動	性球類運動基本動	動方案並積極落實。	身運動。		
		技能,發展個人運動	作及基礎戰術。	3. 能了解終身運動的重			
	貳、體育	潛能。		要性。			
	<ul><li>1 N. 1 III III III III III III III III III</li></ul>	3d-III-1 應用學習		4. 能利用反覆練習正、			
	靈	策略,提高運動技能		反手擊球,並精進自己			
		學習效能。		的技能。			
		3d-III-3 透過體驗					
		或實踐,解決練習或					
		比賽的問題。					
		4d-III-1 養成規律					
		運動習慣,維持動態					

		生活。					
		1a-III-2 描述生活	Fb-III-2 臺灣地	1. 能認識傳染病的傳染	※藉由新聞媒體的報導	觀察評量	【品德教育】
		行為對個人與群體	區常見傳染病預防	途徑及容易被感染的	情境,了解「病原體」能	口頭評量	品EI 良好生活習慣與德
	壹、健康	健康的影響。	與自我照顧方法。	人。	透過不同的「傳染途徑」	行為檢核	行。
	三.健康新攻略	1b-III-4 了解健康	Fb-III-3 預防性	2. 能了解對應傳染病傳	傳播給「容易被感染的	態度評量	
		自主管理的原則與	健康自我照護的意	播因素的預防方法。	人」,導致傳染病盛行。		
		方法。	義與重要性。				
		3d-III-3 透過體驗	Bc-III-2 運動與	1. 能利用比賽結果反思	1. 了解終身運動的重要	觀察評量	
		或實踐,解決練習或	疾病保健、終身運	自己不足的技能,並討	性,並從中找到自己的終	口頭評量	
第 11 週		比賽的問題。	動相關知識。	論出解決方案。	身運動。	行為檢核	
		4d-III-1 養成規律	Ha-III-1 網/ 牆	2. 能規畫一個週期的運	2. 認識角力運動的場地	態度評量	
	貳、體育 八. 桌球精 霊 九. 角力主	運動習慣,維持動態	性球類運動基本動	動方案並積極落實。	規格及選手身上裝備。		
		生活。	作及基礎戰術。	3. 能認識角力運動、設	3. 認識角力運動的起源		
		1c-III-1 了解運動	Cb-III-3 各項運	施及場域。	歷史。		
	角我來當	技能要素和基本運	動裝備、設施、場				
		動規範。	域。				
		1c-III-2 應用身體					
		活動的防護知識,維					
		護運動安全。					
		1b-III-4 了解健康	Fb-III-2 臺灣地	1. 能認識臺灣常見的傳	※認識臺灣常見的傳染	觀察評量	【品德教育】
		自主管理的原則與	區常見傳染病預防	染病「水痘」及其感染	病:水痘、病毒性肝炎、	口頭評量	品EI 良好生活習慣與德
<b>5</b> 10 m	壹、健康	方法。	與自我照顧方法。	症狀、傳染途徑、治療	結核病、新冠併發重症	行為檢核	行。
第 12 週	三. 健康新	2a-III-2 覺知健康	Fb-III-3 預防性	方法及預防方式。	(COVID-19) 等,並了解	態度評量	
	攻略	問題所造成的威脅	健康自我照護的意	2. 能了解傳染病對自身	傳染病的感染症狀、傳染		
		感與嚴重性。	義與重要性。	健康及生活環境的影	途徑、治療方法和預防措		
				響。	施。		

3. 依恋娥老野常見的传								
其感染症狀、傳染症狀、傳染症 授、治療方法及預防方式。  Id-III-1 了解運動 技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極 參與、接受植戰的學 智態度。 3c-III-2 在身體活動中未現名用運動 技能、發展個人運動 技能、發展相人運動 技能、發展相人運動 技能、發展相人運動 技能、發展相人運動 技能、發展相人運動 技能、發展相人運動 技能、發展相人運動 人物作政策 3d-III-3 透過體驗 或實暖,解決練習或 5.能在練習時表現出身 共概、 4. 化完成自由式角力基本 動作的練習。 4. 化原放自由式角力基本 動作的練習。 4. 化原放自由式角力基本 動作的練習。 4. 化原放自由式角力基本 動作的練習。 5. 矿石酸的问题。 4. 化原放自由式角力基本 数件放射 数据、 数据设入的总度。 5. 能在練習時表現出身於 挑跋、 独林投入的总度。 6. 僅得效 實別人成功的 經驗 作技能的純熟度。 7. 等童能解決練習時所 面脑的问题。 4. 化原放的地热度。 6. 僅得效 實別人成功的 經驗 常性能的纯熟度。 7. 等童能解決練習時所 面脑的問題。 1. 能認識臺灣常見的傳								
1d-III-1 了解運動   2c-III-3 表現積極   全動作與應用。   2.能認識不同的角力運   式、自由式及分類角力三 口頭評量   式、自由式及分類角力三 口頭評量   (方為故族   2c-III-3 表現積極   全與表受挑戰的學 胃態度。   3。2·III-2 在身體活   動中表現各項運動   人能完成自由式角力基   人能是自由式角力基   人能是自由式角力基   人能是自由式角力基   人能是自由式角力基   人能是自由式角力基本   人能是自由式角力基本   人能是自由式角力基本   人能是自由式角力基本   人能是自由式角力基本   人能是自由式角力基本   人能是自由式角力基本   人能是自由式角力基本   人能是自由式角力基本   人能可以是用力基本   人能是自由式角力基本   人能是自由式的可基本   人能是自由式的可基本   人能是自由式的可基本   人能是自由式的可基本   人能是自由式的可是。   人能是自由式的可能的问题。   人能是能是有一个人就能是是一个人就能是是一个人就能是一个人就能是一个人就能是一个人就能是一个人就能是一个人就能是一个人就能是一个人就能是一个人就能是一个人就能是一个人就能是一个人就能是一个人就能是一个人就能是一个人的,就是一个人就能是一个人的,就是一个人的,就是一个人的,就是一个人的,就是一个人的,就是一个人的,就是一个人的,就是一个人的,就是一个人的,就是一个人的,就是一个人的,就是一个人的,就是一个人的,就是这种人的,就是是一个人的,就是是一个人的,就是是一个人的,就是是一个人的,就是这些一个人的,就是这是一个人的,就是这些一个人的,就是这些一个人的,就是这些一个人的,就是这些一个人的,就是这些一个人的,就是这些一个人的,就是这些一个人的,就是这些一个人的,就是这些一个人的,我们就是一个人们就是一个人的,我们就是一个人们就是一个人的,我们就是一个人的,我们就是一个人们就是一个人的,我们就是一个人们就是一个人们就是一个人们就是一个人们,我们就是一个人们就是一个人们就是一个人们就是一个人们就是一个人们就是一个人们就是一个人们就是一个人们就是一个人们,我们就是一个人们就是一个人们就是一个人们,我们就是一个人们就是一个人们,我们就是一个人们,我们就是一个人们,我们就是一个人们就是一个人们,我们就是一个人们,我们们就是一个人们,我们们就是一个人们,我们们就是一个人们,我们们就是一个人们,我们们就是一个人们是一个人们,我们们就是一个人们,我们们就是一个人们,我们们是一个人们,我们们是一个人们,我们就是一个人们,我们们是一个人们,我们们就是一个人们,我们们们是一个人们的,是一个人们们,我们们是					染病「病毒性肝炎」及			
1d-111-1 了解運動   2d-111-2 枝擊組   1.能認識不同的角力運   1.認識角力運動羅馬   式、自由式及沙雅角力三 口頭評量   行為檢核   多與人提施的要素和要領。					其感染症狀、傳染途			
Id-III-I 了解運動   技能的要素和要領。   2c-III-3 表現積極   多數作與應用。   2.能從體驗、練習當中   2.能從體驗、練習當中   2.能從體驗、練習當中   2.能從體驗、練習當中   2.進過影片實新,了解不   5. 應度評量   5. 為檢核   5. 與重能解決練習時所   5. 可以展現內基本動作的練習。   4. 能完成自由式角力基本   5. 可以展現內基本動作的練習。   4. 能完成自由式角力基本   5. 可以展現內基本動作的練習。   4. 能完成自由式角力基本   5. 可以展現內基本動作的練習。   5. 能在練習時表現出勇於   4. 在練習時表現出勇於   4. 在練習時表現出勇於   4. 在練習時表現出勇於   4. 能完成自由式角力基本   5. 可以展現內基本動作技能的熱熱度。   6. 學會能展現角力基本   6. 僅得欣賞別人成功的   6. 學會能展現角力基本   6. 僅得欣賞別人成功的   6. 學會能解決練習時所   6. 產營 於能動熱度。   6. 僅得欣賞別人成功的   6. 產營 於能的熱熱度。   6. 僅等於的問題。   6. 僅得欣賞別人成功的   6. 產稅 所說的問題。   6. 僅得欣賞別人成功的   6. 產稅 所說,所能所發重症   6. 僅得於實所   5. 市以 病:水痘、病毒性肝炎、方法。   5. 自主管理的原则與 自主管理的原则與 医常见傳染病預防   6. 整定股、傳染整化,治 病:水痘、病毒性肝炎、方法。   5. 自主管理的原则與 医常见傳染病附的   5. 市以 療法 所能所發重症   6. 僅得於 方法 所能所發重症   6. 僅與上 形態 所能所發重症   6. 僅與上 形態 所能所發重症   6. 僅與上 形態 所能所發重症   6. 僅與上 1. 能認識臺灣常見的傳   6. 應於計畫 所能所發重症   6. 僅與上 1. 能認識臺灣常見的傳   6. 應於計畫 所能所發重症   6. 僅與於 方法 所能所發重症   6. 便與性 方法   6. 更能					徑、治療方法及預防方			
发化的要素和要領。 2c-III-3 表現積極 參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動人類的學學,與於與關係的學學,不可以與自力基本的作的報理。  1 能,發展個人運動者能,對於,對於與關係的學學,不可以與國力基本的作的數學,就能,對於與關係。  2 是一個人工學的問題。  1 能,對於與國人運動人類的問題。  1 能,對於與國人運動人類的問題。  1 能,對於與國人運動人類的問題。  1 能,對於與國人運動人類的問題。  1 能,對於與國人運動人類的問題。  1 能,對於與國人運動,解決練習或此所,所以,對於與國人,與國際,與政策可以,對於與國人,以對於與國人,對於對於國人,對於對於國人,對於對於對於對於對於對於對於對於對於對於對於對於對於對於對於對於對於對於對於					式。			
2. 生物 3. 生物 3. 生物 3. 生物 3. 生物 4. 生物			1d-III-1 了解運動	Bd-III-2 技擊組	1. 能認識不同的角力運	1. 認識角力運動羅馬	觀察評量	
参與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動 技能,發展個人運動 技能,發展個人運動 技能,發展個人運動 技能,發展個人運動 大能,發展個人運動 大能, 發展人人的態度。 5. 與在練習時表現出勇 大於,我在練習時表現出勇 大於,我在練習時人的態度。 6. 懂得欣賞別人成功的 經驗。 6. 學童能展現角力基本 動作技能的純熟度。 6. 懂得欣賞別人成功的 經驗。 7. 學童能解決練習時所 面臨的問題。 6. 學童能解決練習時所 面临的問題。 1. 能認識臺灣常見的傳染 病:水痘、病毒性肝炎、身自我照顧方法。 身自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 以應了解傳染病對自身 懷染病的或染症狀、傳染 透便、治療方法和預防措 德度評量 健康自我照護的意 我與重要性。 健康及生活環境的影 途径、治療方法和預防措			技能的要素和要領。	合動作與應用。	動招式。	式、自由式及沙灘角力三	口頭評量	
電影度。			2c-III-3 表現積極		2. 能從體驗、練習當中	種不同形式規則、型態。	行為檢核	
3c-III-2 在身體活動中表現各項運動   3.學童能解決練習時所   3.完成自由式角力基本動作的練習。   4.在練習時表現出勇於   4.在練習時表現出勇   5.可以展現角力基本動作技能的純熟度。   6.學童能展現角力基本動作技能的純熟度。   7.學童能解決練習時所   6.學童能展現角力基本動作技能的純熟度。   7.學童能解決練習時所   6.學童能展現角力基本動作技能的純熟度。   7.學童能解決練習時所   6.麼得欣賞別人成功的   6.學童能展現角力基本動作技能的純熟度。   7.學童能解決練習時所   6.麼得於實別人成功的   6.學章能展現角力基本動作技能的純熟度。   7.學童能解決練習時所   6.麼得來以對於   6.麼得來以對於   6.麼得來以對於   6.歷報於   6.歷述於   6.歷述			參與、接受挑戰的學		意識到運動技能的要	2. 透過影片賞析,了解不	態度評量	
新中表現各項運動			習態度。		素。	同角力運動型態的賽事。		
京、體育 九角力主 角我來當 著能。 3d-III-3 透過體驗 或實踐,解決練習或 比賽的問題。 第13週 童、健康 三 健康新 文略 第13週 童、健康 三 健康新 內方法。 2a-III-2 覺知健康 問題所造成的威脅 或與嚴重性。 技能,發展個人運動 各人能完成自由式角力基 本動作核能的純熟度。 5. 能在練習時表現出勇於 作技能的純熟度。 6. 懂得欣賞別人成功的 經驗。 類性就的純熟度。 7. 學童能解決練習時所 面臨的問題。 區常見傳染病預防 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與所法。 經驗 與所法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與所法。 與所法。 與所法。 與所法。 與自我照顧方法。 與自我照顧方法。 與所法。 與所法。 與所法。 與所法。 與所法。 與所法。 與所法。 與所			3c-III-2 在身體活		3. 學童能解決練習時所	3. 完成自由式角力基本		
元. 角力主 角我來當 3d-III-3 透過體驗 或實踐,解決練習或 比賽的問題。  1b-III-4 了解健康 自主管理的原則與 方法。 2a-III-2 覺知健康 攻略 第13週 童、健康 三. 健康新 攻略 第13週 童、健康 三. 健康新 攻略 第13週 童、健康 三. 健康新 攻略 1b-III-2 覺知健康 自主管理的原則與 方法。 2a-III-2 覺知健康 房上III-3 預防性 問題所性 成的意的問題。  1c常見傳染病預防 寒病「結核病」及其感 染症狀、傳染途徑、治 夢方法及預防方式。 以內理解療法 等方法及預防方式。 以內理解療法 等方法及預防方式。 以內理解療法 等方法及預防方式。 以內理解療法 等方法及預防方式。 以內理解療法 等方法及預防方式。 以內理解傳染病對自身 健康自我照護的意 或與嚴重性。 養力法。 以內理解傳染病對自身 健康自我照護的意 或與重要性。 其中 致的 使康自我照護的意 或與壓重性。 其中 致的 使康自我照護的意 或與重要性。 其中 致的 使康自我照護的意 或與重要性。 其中 致的 使康自我照護的意 使康全者服護的意 使康全者服護的意 使康全者服護的意 使康全者服護的意 使康全者服護的意 使康全者服護的意 使康全者服護的意 使康全者我服護的意 使康全者不可能的問題。 其中 致而 其一。 其中 致而 致而 致而 是所			動中表現各項運動		面臨的問題。	動作的練習。		
#能。 3d-III-3 透過體驗 或實踐,解決練習或 比賽的問題。		, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	技能,發展個人運動		4. 能完成自由式角力基	4. 在練習時表現出勇於		
3d-III-3 透過體驗 或質踐,解決練習或 比賽的問題。			潛能。		本動作練習。	挑戰、積極投入的態度。		
度。		,,,,,	3d-III-3 透過體驗		5. 能在練習時表現出勇	5. 可以展現角力基本動		
第13週  1b-III-4 了解健康			或實踐,解決練習或		於挑戰、積極投入的態	作技能的純熟度。		
動作技能的純熟度。 7. 學童能解決練習時所 面臨的問題。  1b-III-4 了解健康 自主管理的原則與			比賽的問題。		度。	6. 懂得欣賞別人成功的		
第13週       a       1b-III-4 了解健康 自主管理的原則與 自主管理的原則與 方法。 <ul> <li>2a-III-2 覺知健康 問題所造成的威脅 感與嚴重性。</li> <li>(c) (COVID-19) 等,並了解 傳染病的感染症狀、傳染 途徑、治療方法和預防措 愈經、治療方法和預防措 。</li></ul>					6. 學童能展現角力基本	經驗。		
面臨的問題。					動作技能的純熟度。			
第13週					7. 學童能解決練習時所			
第13週					面臨的問題。			
第13週       壹、健康			1b-III-4 了解健康	Fb-III-2 臺灣地	1. 能認識臺灣常見的傳	※認識臺灣常見的傳染	觀察評量	【品德教育】
第13週 壹、健康 三. 健康新 三. 健康新 攻略			自主管理的原則與	區常見傳染病預防	染病「結核病」及其感	病:水痘、病毒性肝炎、	口頭評量	品EI 良好生活習慣與德
三. 健康新 文略	第 13 週	<b>吉、伊</b> 唐	方法。	與自我照顧方法。	染症狀、傳染途徑、治	結核病、新冠併發重症	行為檢核	行。
問題所造成的風質 健康自我照護的意 2.能了解傳采病對自身 傳采病的感染症狀、傳采 感與嚴重性。			2a-III-2 覺知健康	Fb-III-3 預防性	療方法及預防方式。	(COVID-19) 等,並了解	態度評量	
		攻略	問題所造成的威脅	健康自我照護的意	2. 能了解傳染病對自身	傳染病的感染症狀、傳染		
響。			感與嚴重性。	義與重要性。	健康及生活環境的影	途徑、治療方法和預防措		
					響。	施。		

				3. 能認識臺灣常見的傳			
				染病「新冠併發重症			
				(COVID-19)」及其感染			
				症狀、傳染途徑、治療			
				方法及預防方式。			
		1d-III-1 了解運動	Bd-III-2 技擊組	1. 能完成自由式角力基	1. 完成自由式角力基本	觀察評量	
		技能的要素和要領。	合動作與應用。	本動作的練習。	動作的練習。	口頭評量	
		2c-III-1 表現基本		2. 能在練習時表現出勇	2. 在練習時表現出勇於	行為檢核	
		運動精神和道德規		於挑戰、積極投入的態	挑戰、積極投入的態度。	態度評量	
		範。		度。	3. 可以展現角力基本動		
		2c-III-3 表現積極		3. 學童能展現角力基本	作技能的純熟度。		
		參與、接受挑戰的學		動作技能的純熟度。	4. 懂得欣賞別人成功的		
		習態度。		4. 學童能解決練習時所	經驗。		
	貳、體育	3c-III-2 在身體活		面臨的問題。	5. 認識角力甜心陳玟		
	九. 角力主 角我來當	動中表現各項運動		5. 能從優秀運動員的故	陵:勇敢做自己。		
		技能,發展個人運動		事中學習到運動家精	6. 讓更多人知道角力運		
		潛能。		神。	動。		
		3d-III-3 透過體驗		6. 透過國際賽影片賞析	7. 只要努力實踐沒有不		
		或實踐,解決練習或		了解選手的責任及觀眾	可能的夢想。		
		比賽的問題。		的角色。	8. 如何成為臺灣史上第 1		
		4c-III-3 擬定簡易		7. 能與家人一同關心角	位站上奥運舞臺的女子		
		的體適能與運動計		力運動延伸的協調技能	角力選手。		
		畫。		將帶來健康效益。			
		1b-III-4 了解健康	Fb-III-3 預防性	1. 能了解實行預防性健	※能了解「預防性健康自	觀察評量	【品德教育】
た 1.4 vm	壹、健康	自主管理的原則與	健康自我照護的意	康自我照護的原則及好	我照護」對生活的重要	口頭評量	品EI 良好生活習慣與德
第 14 週	三. 健康新	方法。	義與重要性。	處。	性。	行為檢核	行。
	攻略	3a-III-2 能於不同		2. 能養成良好生活習		態度評量	
		的生活情境中,主動		惯,預防不同疾病。			

i I		T	Ī	I			
		表現基礎健康技能。		3. 能在生活中實踐健康			
		4a-III-3 主動地表		照護並增進自我健康管			
		現促進健康的行動。		理。			
				4. 能了解傳染病對自身			
				健康及生活環境的影			
				響。			
		1d-III-1 了解運動	Hc-III-1 標的性	1. 能了解拋球、擲球及	1. 了解拋球、擲球及滾球	觀察評量	
		技能的要素和要領。	球類運動基本動作	滾球的使用時機,並在	的使用時機及穩定性。	口頭評量	
		2c-III-2 表現同理	及基礎戰術。	比賽中表現出良好的動	2. 表現良好的拋球、擲球	行為檢核	
		心、正向溝通的團隊		作技巧。	及滾球動作。	態度評量	
		精神。		2. 能與同學溝通討論擬	3. 選擇適合的擲準方		
		2c-III-3 表現積極		定比賽策略,並加以實	式,達成目標。		
		參與、接受挑戰的學		踐解決比賽遇到的問	4. 藉由活力存摺擬定策		
	貳、體育	習態度。		題。	略並驗證成效。		
	十. 百發百	3c-III-1 表現穩定					
	中	的身體控制和協調					
		能力。					
		3d-III-2 演練比賽					
		中的進攻和防守策					
		略。					
		3d-III-3 透過體驗					
		或實踐,解決練習或					
		比賽的問題。					
		la-III-2 描述生活	Db-III-5 友誼關	1. 能了解人際關係及畢	1. 能理解維繫友誼關係	觀察評量	【人權教育】
bb 1 =	壹、健康	行為對個人與群體	係的維繫與情感的	業焦慮帶來的影響。	的合宜表達方式。	口頭評量	人 E5 欣賞、包容個別差
第 15 週	四. 迎向未	健康的影響。	合宜表達方式。	2. 能察覺消極解決方式	2. 能運用人際互動技巧	行為檢核	異並尊重自己與他人的
	來	2b-III-1 認同健康		所引發的障礙及問題。	並具備維繫友誼的信心。	態度評量	權利。
		的生活規範、態度與		3. 能針對生活困擾進行			【生涯規劃教育】

	價值觀。		正確批判及決定。			涯 E7 培養良好的人際互
	2b-III-3 擁有執行		4. 能察覺消極解決方式			動能力。
	健康生活行動的信		所引發的問題。			
	心與效能感。		5. 能具備因應人際互動			
	3b-III-2 獨立演練		及畢業焦慮的正確判			
	大部分的人際溝通		斷。			
	互動技能。					
	3b-III-3 能於引導					
	下,表現基本的決策					
	與批判的技能。					
	3b-III-4 能於不同					
	的生活情境中,運用					
	生活技能。					
	1c-III-1 了解運動	Hc-III-1 標的性	1. 能了解穩定性對於標	1. 提高滾球的穩定性。	觀察評量	
	技能要素和基本運	球類運動基本動作	的性球類運動的重要	2. 藉由溝通、討論擬定進	口頭評量	
	動規範。	及基礎戰術。	性。	攻和防守策略,並在比賽	行為檢核	
	1d-III-3 了解比賽		2. 能藉由溝通、討論擬	中實踐及修正。	態度評量	
	的進攻和防守策略。		定比賽策略並在比賽中	3. 了解木球的比賽方式。		
	2c-III-2 表現同理		實踐及修正。	4. 表現良好的木球擊球		
貳、體育	心、正向溝通的團隊		3. 能了解木球的揮桿及	動作。		
十. 百發百	精神。		比賽方式。	5. 解決在各項木球活動		
中	3d-III-2 演練比賽		4. 能解決在木球活動中	中遇到的問題。		
	中的進攻和防守策		遇到的問題。	6. 簡單記錄比賽重點並		
	略。		5. 能表現良好的木球擊	調整動作或策略。		
	3d-III-3 透過體驗		球動作。			
	或實踐,解決練習或		6. 能檢視自己揮桿動作			
	比賽的問題。		的技能表現。			
	4c-III-2 比較與檢		7. 能了解終身運動的意			

		視個人的體適能與		義及選擇終身運動的原			
		運動技能表現。		則。			
		la-III-2 描述生活	Db-III-5 友誼關	1. 能具備改善人際關係	1. 能理解維繫友誼關係	觀察評量	【人權教育】
		行為對個人與群體	係的維繫與情感的	及健康行動的信心。	的合宜表達方式。	口頭評量	人 E5 欣賞、包容個別差
		健康的影響。	合宜表達方式。	2. 能因應生活情境運用	2. 能運用人際互動技巧	行為檢核	異並尊重自己與他人的
		2b-III-1 認同健康		人際溝通技巧。	並具備維繫友誼的信心。	態度評量	權利。
		的生活規範、態度與		3. 能運用改善人際關係			【生涯規劃教育】
		價值觀。		及轉換畢業焦慮的生活			涯 E7 培養良好的人際互
		2b-III-3 擁有執行		技能。			動能力。
		健康生活行動的信		4. 能公開表達有效解決			
	壹、健康	心與效能感。		人際互動及生活困擾的			
	四. 迎向未 來	3b-III-2 獨立演練		做法。			
	,	大部分的人際溝通					
# 10 m		互動技能。					
第 16 週		3b-III-3 能於引導					
		下,表現基本的決策					
		與批判的技能。					
		3b-III-4 能於不同					
		的生活情境中,運用					
		生活技能。					
		1c-III-1 了解運動	Hc-III-1 標的性	1. 能了解木球的揮桿及	1. 了解木球的比賽方式。	觀察評量	
		技能要素和基本運	球類運動基本動作	比賽方式。	2. 表現良好的木球擊球	口頭評量	
	貳、體育 十.百發百	動規範。	及基礎戰術。	2. 能解決在木球活動中	動作。	行為檢核	
	中	2c-III-2 表現同理	Gb-III-2 手腳聯	遇到的問題。	3. 解決在各項木球活動	態度評量	
	十一. 水中 樂逍遙	心、正向溝通的團隊	合動作、藉物游泳	3. 能表現良好的木球擊	中遇到的問題。		
	小心地	精神。	前進、游泳前進15	球動作。	4. 簡單記錄比賽重點並		
		3d-III-3 透過體驗	公尺(需換氣三次	4. 能檢視自己揮桿動作	調整動作或策略。		

上帝的問題。 4c-111-2 比較與檢 規則人動體通路與 經動技能表現。 1d-111-1 了解運動 技能的要素和要領。 2c-111-3 表現精極 參與 接尾與對手換氣、水中轉頭 換氣、岸邊划手換氣、水中轉頭 換氣、岸邊划手換氣、水中轉頭 換氣、岸邊划手換氣、水中轉頭 換氣、岸邊划手換氣、水中轉頭 換氣、岸邊划手換氣、水中行邊划手換氣。 3c-111-1 表現鏡定 的會體控制和協調 能力。 3c-111-2 在身體活動中表現各項運動 技能、每晨個人運動 潛能。 4c-111-3 報度創售的體調施與運動技能、每晨個人運動 污傷。 4c-111-3 被定關時 的體調施與運動技能、每人開生期的實施與實施的 實際。 4c-111-3 被定關的 情的常學與情感的 會產之方式。 2. 能圖應生活情境運用 無具個維緊友強的信心。 楊度評量 「為機模 別等等」 (人區 ) 成業 學生 (人權教育) 「政神營 (人區 ) 成業 學生 (人區 ) 成業 學生 (人權教育) 「政神營 (人區 ) 成業 學生 (人權教育) 「政神營 (人區 ) 成業 學生 (人區 ) 成業 學生 (人區 ) 成業 學生 (人權教育) 「政神營 (人區 ) 成業 學生 (人權教育) 「政神營 (人區 ) 成業 學生 (人權教育) 「人權教育」 (人區 ) 成業 學生 (人權教育) (人區 ) 成業 學生 (人權教育) (人權教育) (人區 ) 成業 學生 (人權教育) (人權教育			Debug And Likes to		11 11 15 ± -11	F 69 A 16 F FF 1 - 100 F 4		<u> </u>
在C-III-2 比較與檢 稅個人的鑑適能與 運動技能表現。 Id-III-I T解運動 技能的要素和要領。 2C-(III-3 表現積極 參與、接受推戰的等 智態度。 3C-III-1 表現穩定 份身體控制和協調 能力。 3C-III-2 在身體活動中表現各項運動 技能,發展個人運動 發能。 4C-III-3 凝定指易 的鑑過能與運動技 能的運動計畫。  Ia-III-2 描述生活 行為對個人與群體 健康的影響。 2b-III-1 認同健康 物生系規範。 2b-III-1 認同健康 价性生活規範、應度與 價值觀。 2b-III-3 被有執行			或實踐,解決練習或	以上)與簡易性游	的技能表現。	5. 學會換氣節奏:韻律呼		
現個人的體功能與 選動技能表現。				泳比賽。		·		
通-III-1 7解運動 技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極			4c-III-2 比較與檢		義及選擇終身運動的原	岸邊划手換氣、水中行進		
Id-III-1 了解運動 技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極 參與、接受挑戰的學 智態度。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動 技能,發展個人運動 潛能。 4c-III-3 擬定簡易 的機應無理動技 能的運動計畫。   Ia-III-2 描述生活 行為對個人與群體 健康的影響。   2b-III-1 認同健康 的生活規範、態度與 價值觀。   2b-III-3 擁有執行			視個人的體適能與		則。	划手換氣。		
接能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極 參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定 的身體控制和協調能力。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能,發展個人運動潛能。 4c-III-3 報定簡易的體體能與運動技能的運動計畫。  Ia-III-2 描述生活 行為對個人與對應 健康的影響。 2b-III-1 認同健康 的生活規範、態度與價值觀。 2b-III-3 擁有執行			運動技能表現。		6. 能完成活力存摺。			
2c-III-3 表現積極			ld-III-1 了解運動		7. 能學會換氣節奏:韻			
			技能的要素和要領。		律呼吸複習、水中轉頭			
			2c-III-3 表現積極		換氣、岸邊划手換氣、			
3c-III-1 表現穩定 的身體控制和協調能力。   3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能,發展個人運動搭號。   4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。   1. 能認同維繫友誼及面   1. 能理解維繫友誼關係   觀察評量   (人權教育)   (人在教育)   (人在教育)   (人權教育)   (人在教育)   (人格教育)   (人格			參與、接受挑戰的學		水中行進划手換氣。			
的身體控制和協調 能力。 3c-III-2 在身體活 動中表現各項運動 技能,發展個人運動 潛能。 4c-III-3 擬定簡易 的體適能與運動技 能的運動計畫。  1a-III-2 描述生活 行為對個人與群體 健康的影響。 2b-III-1 認同健康 的生活規範、態度與 價值觀。 2b-III-3 擁有執行			習態度。					
能力。     3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能,發展個人運動潛能。     4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。     1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。     2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。     2b-III-3 擁有執行			3c-III-1 表現穩定					
3c-111-2 在身體活動中表現各項運動技能,發展個人運動潛能。			的身體控制和協調					
動中表現各項運動 技能,發展個人運動 潛能。			能力。					
技能,發展個人運動   搭能。			3c-III-2 在身體活					
			動中表現各項運動					
第17週       查、健康 的生活規範、態度與 價值觀。       2b-III-3 擬定簡易 的體適能與運動技能的運動計畫。       1.能認同維繫友誼及面 (株 )			技能,發展個人運動					
的體適能與運動技能的運動計畫。			潛能。					
<ul> <li>第17週</li></ul>			4c-III-3 擬定簡易					
第17週       1a-III-2 描述生活 行為對個人與群體 健康的影響。       Db-III-5 友誼關 係的維繫與情感的 合宜表達方式。       1.能認同維繫友誼及面 對畢業分離的正確態 度。       1.能理解維繫友誼關係 的合宜表達方式。       口頭評量 口頭評量 2.能運用人際互動技巧 が生活規範、態度與 價值觀。       人 E5 欣賞、包容個別差 異並尊重自己與他人的 權利。         第17週       2b-III-1 認同健康 的生活規範、態度與 價值觀。 2b-III-3 擁有執行       人際溝通技巧。       並具備維繫友誼的信心。 並具備維繫友誼的信心。 が具備維繫友誼的信心。 が具備維繫友誼的信心。 が具備推制。 工程理規劃教育】 正程7 培養良好的人際互動能力。			的體適能與運動技					
第 17 週			能的運動計畫。					
第17週       健康的影響。 2b-III-1 認同健康 的生活規範、態度與 價值觀。 2b-III-3 擁有執行       合宜表達方式。 2 能因應生活情境運用 人際溝通技巧。       2.能運用人際互動技巧 並具備維繫友誼的信心。 が具備維繫友誼的信心。 が具備維繫友誼的信心。 2.能運用人際互動技巧 が具備維繫友誼的信心。 2.能運用人際互動技巧 が具備維繫友誼的信心。 が具備維繫友誼的信心。 が具備維繫友誼的信心。 が具備維繫友誼的信心。 が具備維繫友誼的信心。 を表表 が具備維繫友誼的信心。 を表表 が具備維繫友誼的信心。 が具備維繫友誼的信心。 を表表 が具備維制。 工生涯規劃教育 動能力。			1a-III-2 描述生活	Db-III-5 友誼關	1. 能認同維繫友誼及面	1. 能理解維繫友誼關係	觀察評量	【人權教育】
第 17 週			行為對個人與群體	係的維繫與情感的	對畢業分離的正確態	的合宜表達方式。	口頭評量	人 E5 欣賞、包容個別差
四. 迎向未來       的生活規範、態度與價值觀。       人際溝通技巧。       【生涯規劃教育】         2b-III-3 擁有執行       動能力。			健康的影響。	合宜表達方式。	度。	2. 能運用人際互動技巧	行為檢核	異並尊重自己與他人的
中央       的生活規範、態度與價值觀。       人際溝通技巧。       工E7 培養良好的人際互動能力。	第 17 週		2b-III-1 認同健康		2. 能因應生活情境運用	並具備維繫友誼的信心。	態度評量	權利。
價值觀。     涯 E7 培養良好的人際互       2b-III-3 擁有執行     動能力。			的生活規範、態度與		人際溝通技巧。			【生涯規劃教育】
		•	價值觀。					涯 E7 培養良好的人際互
14 本 1 マンチルル			2b-III-3 擁有執行					動能力。
			健康生活行動的信					

30-111-2 補立液線	<u> </u>					T	<u> </u>	
大部分的人際清通 互動技能。 30-111-3 能於引導 下,表現基本的決策 與批判的技能。 30-111-1 解遊動 技能的要素和要領。 1d-111-1 了解遊動 技能的要素和要領。 2c-111-3 表現接極 今動作、鞋詢游泳 育地、游泳新達15 多段、接受無致的勢 习態度。 3c-111-1 表現稳定 的身體控制活調			心與效能感。					
五動技能。  30-111-3 能於引導   下,表現基本的決策 類批判的技能。  30-111-4 能於不同 的生活情境中、運用 生活技能。			3b-III-2 獨立演練					
3b-111-3 能於引導   下表現基本的決策 與批判的技能。   3b-111-4 能於不同   的生活情境中、運用   生活技能。   1d-111-1 了解運動   技能的要素和要领。   2c-111-3 表現積極   參與、接受挑戰的學   公尺 (高接氣三文 以上) 與陽易性濟   作。   《教授定運動計畫   持 模型 對於   大學會持淨板打水划手   模裁。   《《公子》   《《公》   《《《》   《《》   《《》   《《》   《《》   《《》   《《》   《《》   《《》   《《》   《《》   《《》   《《》   《》   《《》   《》   《《》   《《》   《》   《》   《《》   《》			大部分的人際溝通					
下,表现基本的决策 與批判的技能。 3b-111-4 能於不同 的生活情境中,逻用 生活技能。  1d-111-1 了解運動 技能的要素和要領。 2c-111-3 表現積極 參與 接受挑戰的學 質態度。 3c-111-1 表現穩定 影力。 3c-111-1 表現穩定 新生产。 如此)與 資務分性游 能力。 3c-111-1 表現穩定 新中表現各項運動 技能,發展個人運動 大能,可以 自由、工作  「人權教育」 人ど  「人權教育」 人工  「人權教育」  「人權教育」 人工  「人權教育」 人工  「人權教育」  「人權教育」  「人權教育」  「人權教育」  「人權教育」  「人權教育」  「人權教育」  「人權教育」  「人權教育」  「人工  「人權教育」  「人工  「人工  「人工  「人工  「人工  「人工  「人工  「人			互動技能。					
與批判的技能。       3b-111-4 能於不同的生活情境中,運用生活技能。       1.能學會水中轉頭換氣       1.學會換氣節奏:關律學數學數學數學數學數學數學數學數學數學數學數學數學數學數學數學數學數學數學數			3b-III-3 能於引導					
3b-III-4 能於不同的生活情境中,運用生活技能。  Id-III-1 了解運動技能的要素和要领。 2c-III-3 表現積極 李與、接受挑戰的學習態度。			下,表現基本的決策					
的生活情境中,運用 生活技能。  1d-III-I 丁解運動 技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極 參與、接受挑戰的學 習態度。 3c-III-1 表現穩定 於比賽。  1.能學會水中轉頭模類 分動作、籍物游冰 前進、游泳前進15 多與、接受挑戰的學 習態度。 3c-III-1 表現穩定 於比賽。  4.能擬定運動計畫,持 續增強游泳技能。 5.能透過游泳接力賽, 表現個人運動技能。 5.能透過游泳接力賽, 表現個人運動技能。 4.擬定運動計畫,持續增 強游泳技能。 5. 透過游泳接力賽,表現 個人運動技能。 4. 擬定運動計畫,持續增 強勝冰技能。 5. 透過游泳接力賽,表現 個人運動技能。 5. 透過游泳接力賽,表現 個人運動技能。 6. 透過游泳接力賽,表現 個人運動技能。 7. 通過解泳療力賽,表現 個人運動技能。 8. 學會持浮板打水划手 表現個人運動計畫,持續增 強勝泳技能。 6. 透過游泳接力賽,表現 個人運動技能。 7. 通過解泳接力賽,表現 個人運動技能。 8. 學會持於不動計畫,持續增 強勝冰技能。 8. 是個人運動技能。 8. 是個人運動技能。 8. 是個人運動技能。 9. 是個人運動技能。 9. 是個人運動技能。 1. 能響用改善人際關係 行動的自覺利益與 反與情緒、壓力的 及轉換畢業焦慮的生活 製作與一個人運動技能。 1. 能響學專業焦慮的影 製解評量 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」 「工程教育」			與批判的技能。					
基活技能。       Id-III-1 了解運動 技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極 參與、接受挑戰的學 習態度。 3c-III-1 表現穩定 的身體控制和協調 能力 - 水中 樂道選       1. 能學會水中轉頭接氣 1. 學會接氣節奏:韻律呼 觀察評量 沒 對			3b-III-4 能於不同					
Ta-III-1 了解運動   技能的要素和要領。   Ca-III-2 手腳聯   大能的要素和要領。   Ca-III-3 表現積極   合動作、藉物游泳   Ca-III-3 表現積極   合動作、藉物游泳   子換氣。   字變別手換氣、行進間划   行為檢核   作。   多與、接受挑戰的學   公尺(需換氣三女   以上)與簡易性游   作。   次比賽。   人。   公尺(需換氣三女   以上)與簡易性游   (作。   水比賽。   人。   公子(需換氣三女   以上)與簡易性游   (作。   水比賽。   人。   公子(需換氣三女   以上)與簡易性游   (作。   水比賽。   人。   公子(自身潜动,其   人。   公子(自身潜动,其   人。   人。   人。   人。   人。   人。   人。   人			的生活情境中,運用					
技能的要素和要領。			生活技能。					
第18 週       查、健康       2c-III-3 表現積極       前進、游泳前進15       手換氣。       岸邊到手換氣、行進問划       行為檢核         參與、接受挑戰的學習態度。       以上)與簡易性游 作。       2. 學會持浮板打水划手 換氣。       2. 學會持浮板打水划手 換氣。         3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力學, 能力。       5. 能透過游泳技允等, 表現個人運動対象。       4. 擬定運動計畫,持續增 強將冰技能。         3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能。       表現個人運動技能。       5. 透過游泳技允。         5 透過游泳接力賽, 表現個人運動技能。       6. 透過游泳接力賽,表現個人運動技能。         6 公司 III-3 擬定簡易的體證能與運動技能的運動計畫。       6. 企品 III-3 擬定簡易的體證能與運動技能的運動計畫。       6. 企品 III-4 正向態 度與情緒、壓力的 及轉換畢業焦慮的生活學層面。       1. 能率用改善人際關係 學屬面。       1. 能率是畢業焦慮的影響層面。       [人權教育]			1d-III-1 了解運動	Gb-III-2 手腳聯	1. 能學會水中轉頭換氣	1. 學會換氣節奏: 韻律呼	觀察評量	
第18週       查、健康 中工。如白素。       2a-III-3 體察健康 所的)自覺利益與       Fa-III-4 正向態 度與情緒、壓力的       1.能運用改善人際關係 及轉換畢業焦慮的生活       1.能察覺畢業焦慮的影 報層而。       1.能察覺畢業焦慮的影 報層而。       1.能察覺畢業焦慮的影 報曆而。       1.化數學理 養養       1.化數學理 養養       1.化數子量 養養       1.化數子量 數學不可 數學不可 如,如子量 1.化數子量 數學不可 如,如子量 1.化數子量 數學不可 如,如子量 1.化數子量 數學不可 如,如子量 1.化數子量 數學不可 如,如子量 1.化數子量 數學不可 如,如子量 1.化數子量 數學不可 如,如子量 1.化數子量 數學不可 如,如子量 1.化數子量 數學不可 如,如子量 1.化數子量 數學不可 如,如子量 1.化數子 數學不可 可 如,如子量 1.化數子量 數學不可 可 如,如子 1.化數子 數學不可 如,如子 1.2、於數子 數學不可 可 可 如,如子 1.2、於數子 數學不可 可 可 如,如子 1.2、於數子 數學不可 可 如,如子 1.2、於數子 數學不可 可 如,如子 1.2 於數子 數學不可 可 如,如子 1.2 於數子 數學不可 可 如,如子 1.2 於數子 數 如 如 如 如 如 如 如 如 如			技能的要素和要領。	合動作、藉物游泳	2. 能學會持浮板打水划	吸複習、水中轉頭換氣、	口頭評量	
智態度。   以上)與簡易性游   作。   4.能擬定運動計畫,持   換   換   換   換   換   換   換   換   換			2c-III-3 表現積極	前進、游泳前進15	手換氣。	岸邊划手換氣、行進間划	行為檢核	
京、體育十一,水中樂遊遙       3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。       4.能擬定運動計畫,持續增強所決技能。       3.學會捷泳聯合動作。         第18週       3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能的運動計畫。       表現個人運動技能。       4.擬定運動計畫,持續增強所決技能。         3c-III-3 擬定簡易的體過能與運動技能的運動計畫。       4.能運用改善人際關係即立, 近向未來的自覺利益與方面,       1.能運用改善人際關係及轉換畢業焦慮的生活。       1.能運用改善人際關係及轉換畢業焦慮的影響層面。       1.能察覺畢業焦慮的影響層面。       人 医 於賞、包容個別差			參與、接受挑戰的學	公尺(需換氣三次	3. 能學會捷泳聯合動	手換氣。	態度評量	
前、體育十一.水中樂遊遙 的身體控制和協調能力。 3.學會捷泳聯合動作。 4.擬定運動計畫,持續增強游泳技能。 5.能透過游泳接力賽,表現個人運動技能。 5.透過游泳接力賽,表現個人運動技能。 4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。  童、健康四点途向未來, 行動的自覺利益與度情緒、壓力的 及轉換畢業焦慮的生活 響層面。  3.學會捷泳聯合動作。 4.擬定運動計畫,持續增強游泳技能。 5.透過游泳接力賽,表現個人運動技能。  1.能運用改善人際關係 1.能察覺畢業焦慮的影 觀察評量 【人權教育】 人 E5 欣賞、包容個別差			習態度。	以上)與簡易性游	作。	2. 學會持浮板打水划手		
<ul> <li>第 18 週</li> <li>第 2a-III-3 體察健康 在の自己的主義。 年 2a-III-3 體察健康 在 2 2a-III-3 體察健康 在 2 2a-III-4 正向態 度與情緒、壓力的         及轉換畢業焦慮的生活</li> <li>第 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 3 2 3 2 3 3 3 3</li></ul>			3c-III-1 表現穩定	泳比賽。	4. 能擬定運動計畫,持	換氣。		
十一. 水中 樂逍遙       能力。 3c-III-2 在身體活 動中表現各項運動 技能,發展個人運動 技能,發展個人運動技 的體適能與運動技 能的運動計畫。       長現個人運動技能。       4. 擬定運動計畫,持續增 強游泳技能。       5. 透過游泳接力賽,表現 個人運動技能。         第18週       全、健康 即. 迎向未 由       2a-III-3 體察健康 行動的自覺利益與       Fa-III-4 正向態 度與情緒、壓力的       1. 能運用改善人際關係 及轉換畢業焦慮的生活       1. 能藥覺畢業焦慮的影 響層面。       觀察評量 與原計量       【人權教育】 人匠5 欣賞、包容個別差		<b></b>	的身體控制和協調		續增強游泳技能。	3. 學會捷泳聯合動作。		
第18週		十一. 水中	能力。		5. 能透過游泳接力賽,	4. 擬定運動計畫,持續增		
接能,發展個人運動 潛能。 4c-III-3 擬定簡易 的體適能與運動技 能的運動計畫。  2a-III-3 體察健康 子動的自覺利益與  (B人運動技能。  (B人運動技能。 (B)		樂逍遙	3c-III-2 在身體活		表現個人運動技能。	強游泳技能。		
第能。       4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。       1.能運用改善人際關係 四.迎向未來中心。       1.能薬覺畢業焦慮的影響層面。       觀察評量 「人權教育」」         第18週四、迎向未來中心。       行動的自覺利益與 度與情緒、壓力的 皮轉換畢業焦慮的生活 響層面。       又轉換畢業焦慮的生活 響層面。       1.能変別要素焦慮的影響層面。       口頭評量 人 医5 欣賞、包容個別差			動中表現各項運動			5. 透過游泳接力賽,表現		
第18週       4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。       1.能運用改善人際關係如.迎向未來的自覺利益與存棄情緒、壓力的內毒與情緒、壓力的內毒與情緒、壓力的內毒與情緒、壓力的內毒與情緒、壓力的內毒與情緒、壓力的內毒與有效。       1.能運用改善人際關係和一個學科工作。       1.能運用改善人際關係和一個學科工作。       1.能藥覺畢業焦慮的影響層面。       1. 能藥營工作       1. 化工作			技能,發展個人運動			個人運動技能。		
的體適能與運動技 能的運動計畫。			潛能。					
能的運動計畫。			4c-III-3 擬定簡易					
第 18 週     2a-III-3 體察健康     Fa-III-4 正向態     1.能運用改善人際關係     1.能薬覺畢業焦慮的影     觀察評量       第 18 週     C     C     C     C     2a-III-3 體察健康     E			的體適能與運動技					
電、健康 第18週 四.迎向未 行動的自覺利益與 度與情緒、壓力的 及轉換畢業焦慮的生活 響層面。 口頭評量 人 E5 欣賞、包容個別差			能的運動計畫。					
第18週 四.迎向未 行動的自覺利益與 度與情緒、壓力的 及轉換畢業焦慮的生活 響層面。 口頭評量 人 E5 欣賞、包容個別差		<b>喜、健康</b>	2a-III-3 體察健康	Fa-III-4 正向態	1. 能運用改善人際關係	1. 能察覺畢業焦慮的影	觀察評量	【人權教育】
來   障礙。   管理技巧。   技能。   2. 能具備轉換焦慮的積   行為檢核   異並尊重自己與他人的	第 18 週	四.迎向未	行動的自覺利益與	度與情緒、壓力的	及轉換畢業焦慮的生活	響層面。	口頭評量	人 E5 欣賞、包容個別差
		來	障礙。	管理技巧。	技能。	2. 能具備轉換焦慮的積	行為檢核	異並尊重自己與他人的

	4b-III-1 公開表達		2. 能察覺分離焦慮的影	極調適做法。	態度評量	權利。
	個人對促進健康的		響及轉換情緒的重要	_		【生涯規劃教育】
	觀點與立場。		性。			涯 E7 培養良好的人際互
			3. 能學習轉換畢業分離			<b>動能力。</b>
			   焦慮的壓力管理技巧。			
			4. 能公開表達對未來的			
			信心及健康行動。			
			5. 能公開表達有效解決			
			人際互動及生活困擾的			
			做法。			
			6. 能表達促進友誼及自			
			我認同的觀點。			
	2c-III-2 表現同理	Cc-III-1 水域休	1. 能認識水球運動的歷	1. 了解水球運動的歷	觀察評量	
	心、正向溝通的團隊	閒運動進階技能。	史、玩法及比賽規則。	史、玩法及比賽規則。	口頭評量	
	精神。		2. 能進行水球基礎動	2. 進行水球基礎動作:水	行為檢核	
	3d-III-2 演練比賽		作:水中傳接球、水中	中傳接球、水中運球、水	態度評量	
	中的進攻和防守策		運球、水中射門。	中射門。		
	略。		3. 能進行水球比賽,並	3. 進行水球比賽,並相互		
貳、體育			相互討論戰術,相互鼓	討論戰術,相互鼓勵、安		
十一. 水中 樂逍遙			勵、安慰與提醒。	慰與提醒。		
			4. 能透過影片欣賞,了	4. 透過影片欣賞,了解水		
			解水球比賽。	球比賽。		
			5. 能在課餘時間持續練			
			習游泳。			
			6. 能運用資訊科技, 欣			
			賞學習水球比賽。			

- 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。