彰化縣立媽厝國民小學 114 學年度第一學期一年級健體領域-健體課程計畫(部定課程)

5、各年級領域學習課程計畫

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

教材版本	南一	版	實施年級 (班級/組別)	一年級	教學節數	每週(3)節,本學期共(60)節		
	2. 着 3. 崩 4. 弱	表成遵守 定知道_ 於覺健愿	(班級/組別) 話中,嘗試自我覺察並修正個人 守上下學與遊戲注意事項的好習 上廁所的注意事項,並能正確健 妻的生活態度與行為,並願意着 現察他人動作與表情猜測對方的	間。 注用廁所。 於成個人健康習慣。				
課程目標	7. 前 8. 前 9. 前	7. 能認識食物對身體健康的重要性,並覺察珍惜食物的重要性。 8. 能覺察良好的飲食習慣和衛生行為,可以讓身體更健康,並能養成良好的飲食習慣和衛生行為,以維護健康。						
	,完成動作。							

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劃及實作能力,並以創新思考方式,因應日常生活情境。 領域核心 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。 素養 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-A3具備擬定基本的運動與保健計劃及實作能力,並以創新思考方式,因應日常生活情境。 領域核心 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。	
領域核心 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。	
素養 健體-E-B3具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養,促進多元感官的發展在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。	
健體-E-C1具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力,理解並遵守相關的道德規範,培養公民意識,關懷社會。	
健體-E-C2具備同理他人感受,在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭,並與團隊成員合作,促進身心健康。	
健體-E-C3 具備理解與關心本土與國際體育與健康議題的素養,並認識與包容文化的多元性。	
【人權教育】	
人 E3 了解每個人需求的不同,並討論與遵守團體的規則。	
人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。	
人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
【戶外教育】	
户 E1 善用教室外,戶外及校外教學,認識生活環境(自然或人為)。	
【安全教育】	
安 E10 關注校園安全的事件。	
安 E2 了解危機與安全。	
融入之重 安 E7 探究運動基本的保健。	
大議題 安 E8 了解校園安全的意義。	
【性別平等教育】	
性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。	
性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。	
性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。	
【品德教育】	
品 E1 良好生活習慣與德行。	
品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
【家庭教育】	
家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。	

【生涯規劃教育】

涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。

涯 E7 培養良好的人際互動能力。

【閱讀素養教育】

閱 E11 能在一般生活情境中,懂得運用文本習得的知識解決問題。

閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。

閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。

閱 E8 低、中年級以紙本閱讀為主。

				課程架構			
教學進度	教學單元/	學習		學習目標	學習活動內容	評量方式	融入議題
	主題名稱	學習表現	學習內容				內容重點
	壹、快樂上	1a-I-1 認識基本的健康	Ba-I-1 遊戲場所與上下	1. 於走路上學情境	※透過課本不同	觀察評量	【安全教育】
	學去	常識。	學情境的安全須知。	中,了解交通安全	的上學方式情	口頭評量	安 E2 了解危機與安全。
	一. 新生進	2b-I-1 接受健康的生活		的重要性,並且認	境,能學習交通	行為檢核	安 E8 了解校園安全的意義。
	行曲	規範。		識穿越馬路的安全	安全知識,自我	態度評量	安 E10 關注校園安全的事件。
		3b-I-3 能於生活中嘗試		常識。	覺察日常生活中		
		運用生活技能。		2. 能體會走路安全	的安全與危險行		
				的重要性,並願意	為,並養成遵守		
				遵守過馬路的注意	交通規則的習		
第1週				事項。	慣,進而未來嘗		
				3. 於生活中,嘗試	試自己上學。		
				自我覺察並修正個			
				人不當的交通行			
				為。			
	貳、運動樂	1c-I-2 認識基本的運動	Ba-I-1 遊戲場所與上下	1. 能利用學校運動	1. 指導學童認識	觀察評量	【人權教育】
	趣多	常識。	學情境的安全須知。	空間,從事身體活	校園內各項遊戲	口頭評量	人 E3 了解每個人需求的不
	六. 小小探	2c-I-1 表現尊重的團體	Cb-I-3 學校運動活動空	動,增進健康。	器材與場地的名	行為檢核	同,並討論與遵守團體的規
	險家	互動行為。	間與場域。	2. 認識校園遊戲設	稱,及正確的使	態度評量	則。

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

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

					3. 學會保護自己		
					和他人的安全。		
	壹、快樂上	 1a-I-1 認識基本的健康	Ba-I-1 遊戲場所與上下	1. 於放學情境中,	※透過課本學校	觀察評量	【安全教育】
	學去	常識。	學情境的安全須知。	了解注意交通安全	放學時的情境,學	口頭評量	安 E2 了解危機與安全。
	一.新生進	10 cm	7 1/3 1/3 1/3 1/3 1/3 1/3 1/3 1/3 1/3 1/3	是健康生活的一	童以討論與問答	行為檢核	安 E8 了解校園安全的意義。
	行曲	規範。		環,並且認識放學	方式澄清概念後,	態度評量	安 E10 關注校園安全的事件。
	11 🖽	沈 ^戦		的安全常識。	· 能舉例說明應注	忍及可里	文 EIU 躺在仪图文主的事件。
		運用生活技能。		2. 能體會交通安全			
		4a-I-2 養成健康的生活		的重要性,並且願	好行為。		
		習慣。		意遵守注意事項。			
				3. 於生活中,嘗試			
				自我覺察並修正個			
				人不當的行為。			
				4. 養成遵守交通注			
第4週				意事項的好習慣。			
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能利用呼拉圈做	※用呼拉圈做身	觀察評量	【性別平等教育】
	趣多	基本動作。	作。	各種身體的伸展活	體的伸展活動,學	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他
	七. 來玩呼	2c-I-2 表現認真參與的	Cb-I-2 班級體育活動。	動,並能簡單運用	會推呼拉圈。	行為檢核	人的身體自主權。
	拉圈	學習態度。		身體操作呼拉圈。		態度評量	【人權教育】
		2d-I-1 專注觀賞他人的		2. 能表現認真參與			人 E5 欣賞、包容個別差異並
		動作表現。		活動的積極態度。			尊重自己與他人的權利。
		3d-I-1 應用基本動作常		3. 能與同學培養默			【生涯規劃教育】
		識,處理練習或遊戲問		契合作完成動作。			涯 E7 培養良好的人際互動能
		題。		4. 維護自己與尊重			カ。
				他人的身體自主			【生命教育】
				權。			生 E2 理解人的身體與心理面
							向。
第 5 週	壹、快樂上	1a-I-1 認識基本的健康	Da-I-1 日常生活中的基	1. 能知道身體部位	※能認識身體部	觀察評量	【品徳教育】

	學去	常識。	本衛生習慣。	名稱。	位的名稱,並能好	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德行。
	二.健康小			2. 能知道保持身體	好愛護它們。	行為檢核	
	達人			乾淨的重要性。		態度評量	
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能完成搖動呼拉	※用呼拉圈做身	觀察評量	【性別平等教育】
	趣多	基本動作。	作。	圈的動作。	體的伸展活動,學	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他
	七. 來玩呼	4c-I-2 選擇適合個人的	Cb-I-2 班級體育活動。	2. 能在運動過程	會推呼拉圈。	行為檢核	人的身體自主權。
	拉圈	身體活動。		中,避免運動傷		態度評量	【人權教育】
				害。			人 E5 欣賞、包容個別差異並
				3. 平時能利用呼拉			尊重自己與他人的權利。
				圈做運動。			【生涯規劃教育】
				4. 能利用呼拉圈選			涯 E7 培養良好的人際互動能
				擇適合自己的身體			カ。
				活動。			
	壹、快樂上	1a-I-2 認識健康的生活	Da-I-1 日常生活中的基	1. 能知道保持身體	1. 能知道平時要	觀察評量	【品德教育】
	學去	習慣。	本衛生習慣。	乾淨的重要性。	常洗手,保持雙	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德行。
	二.健康小	3a-I-2 能於引導下,於	Da-I-2 身體的部位與衛	2. 能知道正確洗手	手乾淨的重要	行為檢核	
	達人	生活中操作簡易的健康	生保健的重要性。	的方法。	性。	態度評量	
		技能。		3. 能培養良好的衛	2. 能知道正確洗		
				生習慣。	手的方法和步		
					驟。		
第6週					3. 能依照正確的		
					步驟和方法清潔		
					雙手。		
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Cb-I-2 班級體育活動。	1. 能運用身體做出	※使用呼拉圈與	觀察評量	【性別平等教育】
	趣多	基本動作。		指定動作。	同學一起合作完	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他
	七. 來玩呼	2c-I-2 表現認真參與的		2. 能表現認真參與	成任務。	行為檢核	人的身體自主權。
	拉圈	學習態度。		活動的積極態度。		態度評量	【人權教育】
		2d-I-1 專注觀賞他人的		3. 能與同學培養默			人 E5 欣賞、包容個別差異並

		動作表現。		契合作完成動作。			尊重自己與他人的權利。
		3d-I-1 應用基本動作常		4. 能注意同學的動			【生涯規劃教育】
		識,處理練習或遊戲問		作,學習、了解如何			涯 E7 培養良好的人際互動能
		題。		完成指示動作。			カ。
	壹、快樂上	1a-I-1 認識基本的健康	Da-I-1 日常生活中的基	1. 能知道正確洗臉	1. 藉由洗臉認識	觀察評量	【品德教育】
	學去	常識。	本衛生習慣。	的方法。	臉部各部位的名	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德行。
	二.健康小	1a-I-2 認識健康的生活	Da-I-2 身體的部位與衛	2. 能知道正確洗澡	稱。	行為檢核	
	達人	習慣。	生保健的重要性。	的方法。	2. 學習洗頭的步	態度評量	
		4a-I-2 養成健康的生活		3. 能培養良好的衛	驟和動作。		
		習慣。		生習慣。	3. 經過一天的活		
					動,要身體洗乾		
					淨,換上乾淨的衣		
					物,藉由洗澡認識		
					身體各部分的名		
					稱。		
第7週	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能運用身體做出	1. 使用呼拉圈與	觀察評量	【性別平等教育】
	趣多	基本動作。	作。	指定動作。	同學一起合作完	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他
	七. 來玩呼	2c-I-2 表現認真參與的	Cb-I-2 班級體育活動。	2. 能表現認真參與	成任務。	行為檢核	人的身體自主權。
	拉圈	學習態度。		活動的積極態度。	2. 利用呼拉圈完	態度評量	【人權教育】
		2d-I-1 專注觀賞他人的		3. 能注意同學的動	成各項指示動		人 E5 欣賞、包容個別差異並
		動作表現。		作,了解如何完成	作。		尊重自己與他人的權利。
		3c-I-1 表現基本動作與		指示動作。	3. 認真觀察並公		【生涯規劃教育】
		模仿能力。		4. 能與同學培養默	正評判同學的動		涯 E7 培養良好的人際互動能
		3d-I-1 應用基本動作常		契合作完成動作。	作。		カ。
		識,處理練習或遊戲問		5. 能利用呼拉圈完	4. 遵守遊戲規則,		
		題。		成各項指示動作。	並和同學合作完		
				6. 能認真觀察並公	成遊戲。		
				正評判同學的動			

					T	I.	i e e e e e e e e e e e e e e e e e e e
				作。			
				7. 能遵守遊戲規			
				則,並和同學合作			
				完成遊戲。			
	壹、快樂上	1a-I-1 認識基本的健康	Da-I-1 日常生活中的基	1. 能認識正確上廁	※建立正確使用	觀察評量	【品德教育】
	學去	常識。	本衛生習慣。	所的方法。	廁所及保護自己	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德行。
	二. 健康小	1a-I-2 認識健康的生活	Da-I-2 身體的部位與衛	2. 能了解並做到上	和尊重他人身體	行為檢核	
	達人	習慣。	生保健的重要性。	廁所的禮儀。	的行為。	態度評量	
		3a-I-2 能於引導下,於	Db-I-1 日常生活中的性	3. 能認識正確上廁			
		生活中操作簡易的健康	別角色。	所的方法。			
		技能。		4. 能了解並做到上			
		4a-I-2 養成健康的生活		廁所的禮儀。			
		習慣。		5. 能培養良好的衛			
				生習慣。			
第8週	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 在遊戲中表達出	1. 能聽指令操作	觀察評量	【性別平等教育】
	趣多	基本動作。	作。	對肢體各部位的認	自己肢體的動	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他
	八. 快樂動	2c-I-2 表現認真參與的	Ib-I-1 唱、跳與模仿性	識,並能靈活操作	作。	行為檢核	人的身體自主權。
	起來	學習態度。	律動遊戲。	身體表現動作。	2. 能隨著音樂做	態度評量	【人權教育】
		2d-I-1 專注觀賞他人的		2. 能主動參與各種	出快樂的動作。		人 E5 欣賞、包容個別差異並
		動作表現。		身體活動。			尊重自己與他人的權利。
				3. 能專注欣賞他人			人 E8 了解兒童對遊戲權利的
				優良動作表現。			需求。
							【生涯規劃教育】
							涯 E7 培養良好的人際互動能
							カ。
	壹、快樂上	3b-I-3 能於生活中嘗試	Fa-I-1 認識與喜歡自己	※從自己能完成來	※讓學童藉由自	觀察評量	【性別平等教育】
第 9 週	學去	運用生活技能。	的方法。	得到自我悅納感,	己學習完成許多	口頭評量	性 E10 辨識性別刻板的情感表
	三. 我長大			知道自己做得到,	事,培養成就感並	行為檢核	達與人際互動。

	了			也能自己做。	喜歡自己。	態度評量	性 E11 培養性別間合宜表達情
							感的能力。
							【閱讀素養教育】
							閱 E8 低、中年級以紙本閱讀
							為主。
							閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。
							閱 E14 喜歡與他人討論、分享
							自己閱讀的文本。
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 做出簡單的動作	※運用身體各部	觀察評量	【性別平等教育】
	趣多	基本動作。	作。	與同學打招呼。	位與同學的碰觸	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他
	八. 快樂動	2c-I-2 表現認真參與的		2. 能在運動過程	打招呼,讓學童了	行為檢核	人的身體自主權。
	起來	學習態度。		中,避免運動傷	解自己身體部位,	態度評量	【人權教育】
				害。	並樂於與人互動,		人 E5 欣賞、包容個別差異並
				3. 與同學培養默	促進身心健康。		尊重自己與他人的權利。
				契,完成動作。			人 E8 了解兒童對遊戲權利的
				4. 維護自己與尊重			需求。
				他人的身體的主			【生涯規劃教育】
				權。			涯 E7 培養良好的人際互動能
				5. 能表現認真參與			カ。
				活動的積極態度。			
	壹、快樂上	3b-I-2 能於引導下,表	Fa-I-2 與家人及朋友和	※能和同儕一起玩	※讓學童學習如	觀察評量	【性別平等教育】
	學去	現簡易的人際溝通互動	諧相處的方式。	一起學習,喜歡共	何交朋友,並由共	口頭評量	性 E10 辨識性別刻板的情感表
	三. 我長大	技能。		好的感受。	同的嗜好找到學	行為檢核	達與人際互動。
第 10 週	了				習的好伙伴。	態度評量	性 E11 培養性別間合宜表達情
 							感的能力。
							【閱讀素養教育】
							閱 E8 低、中年級以紙本閱讀
							為主。

							閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。
							閱 E14 喜歡與他人討論、分享
							自己閱讀的文本。
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能自己做出課本	1. 藉由活動的設	觀察評量	【性別平等教育】
	趣多	基本動作。	作。	圖示的動作。	計,運用先前學	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他
	八. 快樂動	2c-I-2 表現認真參與的	Ib-I-1 唱、跳與模仿性	2. 能與同學一起合	過的動作,表演	行為檢核	人的身體自主權。
	起來	學習態度。	律動遊戲。	作發揮創意,運用	各種不同的造	態度評量	【人權教育】
		2d-I-1 專注觀賞他人的		身體表演造型動	型。		人 E5 欣賞、包容個別差異並
		動作表現。		作。	2. 利用表演的遊		尊重自己與他人的權利。
		3c-I-1 表現基本動作與		3. 能說出最喜歡同	戲,增進學童之		人 E8 了解兒童對遊戲權利的
		模仿的能力。		學表演的造型動	間的互動。		需求。
				作。	3. 訓練學童反應		【生涯規劃教育】
				4. 能與同學一起合	能力,增強體適能		涯 E7 培養良好的人際互動能
				作,運用身體表演	心肺能力的刺激。		カ。
				動作。			
	壹、快樂上	3b-I-2 能於引導下,表	Fa-I-3 情緒體驗與分辨	※觀察事件與他人	※知道遇到不同	觀察評量	【性別平等教育】
	學去	現簡易的人際溝通互動	的方法。	動作及表情猜測對	的事情會產生各	口頭評量	性 E10 辨識性別刻板的情感表
	三. 我長大	技能。		方的情緒狀態。	種情緒,並能分辨	行為檢核	達與人際互動。
	了				別人的心情。	態度評量	性 E11 培養性別間合宜表達情
							感的能力。
							【閱讀素養教育】
第 11 週							閱 E8 低、中年級以紙本閱讀
							為主。
							閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。
							閱 E14 喜歡與他人討論、分享
							自己閱讀的文本。
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Ib-I-1 唱、跳與模仿性	1. 在遊戲中表現出	1. 能聽指令操作	觀察評量	【性別平等教育】
	趣多	基本動作。	律動遊戲。	對肢體各部位完整	自己肢體的動	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他

	八. 快樂動	2c-I-2 表現認真參與的		概念。	作。	行為檢核	人的身體自主權。
	起來	學習態度。		2. 能主動參與各種	2. 利用〈身體歌〉	態度評量	【人權教育】
		2d-I-1 專注觀賞他人的		身體活動。	這首歌,進一步認		人 E5 欣賞、包容個別差異並
		動作表現。		3. 能專注欣賞他人	識身體各部位。		尊重自己與他人的權利。
				優良動作表現。			人 E8 了解兒童對遊戲權利的
							需求。
							【生涯規劃教育】
							涯 E7 培養良好的人際互動能
							力。
	壹、快樂上	3b-I-1 能於引導下,表 Fa	a-I-3 情緒體驗與分辨	1. 能用言語或表情	※能用言語或表	觀察評量	【性別平等教育】
	學去	現簡易的自我調適技 的	方法。	表達自己的感受讓	情表達自己的感	口頭評量	性 E10 辨識性別刻板的情感表
	三. 我長大	能。		其他人知道。	受,並能選擇喜歡	行為檢核	達與人際互動。
	了	3b-I-2 能於引導下,表		2. 在表達感受後,	做的事來轉換心	態度評量	性 E11 培養性別間合宜表達情
		現簡易的人際溝通互動		也能做些什麼來緩	情。		感的能力。
		技能。		和感受或改善狀			【閱讀素養教育】
				況。			閱 E8 低、中年級以紙本閱讀
							為主。
							閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。
第 12 週							閱 E14 喜歡與他人討論、分享
							自己閱讀的文本。
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的 Ib	o-I-1 唱、跳與模仿性	1. 在活動中表現出	※透過遊戲,能訓	觀察評量	【性別平等教育】
	趣多	基本動作。	生動遊戲。	對肢體部位的認	練學童肢體反應	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重他
	八. 快樂動	2c-I-2 表現認真參與的		識,並能完成閃躲	靈活並能做出協	行為檢核	人的身體自主權。
	起來	學習態度。		動作。	調的動作。	態度評量	【人權教育】
		2d-I-1 專注觀賞他人的		2. 遵守規則並表現			人 E5 欣賞、包容個別差異並
		動作表現。		出積極參與的態			尊重自己與他人的權利。
		3d-I-1 應用基本動作常		度。			人 E8 了解兒童對遊戲權利的
		識,處理練習或遊戲問		3. 能專注欣賞他人			需求。

		題。		身體動作表現。			【生涯規劃教育】
				4. 能靈活運用肢			涯 E7 培養良好的人際互動能
				體,表現出閃躲及			力。
				移動身體的動作。			
	壹、快樂上	1a-I-1 認識基本的健康	Ea-I-2 基本的飲食習	1. 能連結生活經	※藉由圖中人物	觀察評量	【品德教育】
	學去	常識。	慣。	驗,發覺早餐的重	吃不吃早餐的結	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德行。
	四.活力加	2a-I-1 發覺影響健康的		要性。	果,說明早餐的重	行為檢核	
	油站	生活態度與行為。		2. 願意養成吃早餐	要性。	態度評量	
		2b-I-2 願意養成個人健		的習慣。			
		康習慣。					
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 認識操場、跑道	1. 認識操場、跑	觀察評量	【人權教育】
	趣多	基本動作。	作。	與使用規則。	道與使用規則。	口頭評量	人 E3 了解每個人需求的不
	九. 快樂走	1c-I-2 認識基本的運動	Cb-I-1 運動安全常識、	2. 遵守操場跑道使	2. 遵守操場跑道	行為檢核	同,並討論與遵守團體的規
W 10	跑跳	常識。	運動對身體健康的益	用規則,並和他人	使用規則,並和	態度評量	則。
第 13 週		3d-I-1 應用基本動作常	處。	一同跑步。	他人共同使用操		人 E5 欣賞、包容個別差異並
		識,處理練習或遊戲問	Ga-I-1 走、跑、跳與投	3. 了解暖身運動的	場跑步。		尊重自己與他人的權利。
		題。	擲遊戲。	重要性。	3. 了解暖身運動		人 E8 了解兒童對遊戲權利的需
		4d-I-2 利用學校或社區		4. 認識並做出各項	的重要性。		求。
		資源從事身體活動。		暖身伸展動作。	4. 能跟隨教師的		
				5. 認識走、跑動	示範,做出各項		
				作。	暖身伸展動作。		
				6. 能做出及變換	5. 能做出直線走、		
				走、跑動作。	快跑、S形繞物走、		
					側併走、側併跑、		
					繞物跑的動作。		
焙 14、四	壹、快樂上	1a-I-1 認識基本的健康	Ea-I-1 生活中常見的食	1. 能說出常見的早	※能說出今天自	觀察評量	【品德教育】
第 14 週	學去	常識。	物與珍惜食物。	餐種類。	己的早餐吃了哪	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德行。
	四.活力加	1a-I-2 認識健康的生活		2. 能接納並嘗試不	些食物,分量是否	行為檢核	

	油站	習慣。		同的早餐。	剛好。	態度評量	
		3b-I-3 能於生活中嘗試		3. 能覺察珍惜食物			
		運用生活技能。		的重要性。			
				4. 能設計一份自己			
				可以吃得完的早			
				餐。			
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Ga-I-1 走、跑、跳與投	1. 模仿做出各種型	1. 能和同學一起	觀察評量	【人權教育】
	趣多	基本動作。	擲遊戲。	態走、跑的動作。	完成「走、跑」	口頭評量	人 E3 了解每個人需求的不
	九. 快樂走	2d-I-1 專注觀賞他人的		2. 做出各種型態	的遊戲。	行為檢核	同,並討論與遵守團體的規
	跑跳	動作表現。		走、跑的動作。	2. 能在遊戲中模	態度評量	則。
		3c-I-1 表現基本動作與		3. 專注欣賞他人動	仿或創意各項		人 E5 欣賞、包容個別差異並
		模仿的能力。		作表現。	「走、跑」的動		尊重自己與他人的權利。
					作。		人 E8 了解兒童對遊戲權利的需
					3. 能專注欣賞他		求。
					人的動作表現。		
	壹、快樂上	4b-I-1 發表個人對促進	Ea-I-2 基本的飲食習	※能認識選擇健康	1. 選擇食物的原	觀察評量	【品德教育】
	學去	健康的立場。	慣。	食物的原則。	則應以健康、自	口頭評量	品 El 良好生活習慣與德行。
	四.活力加				然為主。	行為檢核	
	油站				2. 能認識食物對	態度評量	
					身體健康的重要		
#k 15 vm					性。		
第 15 週	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Ga-I-1 走、跑、跳與投	1. 做出原地跳與連	1. 能做出原地跳	觀察評量	【人權教育】
	趣多	基本動作。	擲遊戲。	續前進跳的動作。	與連續前進跳的	口頭評量	人 E3 了解每個人需求的不
	九. 快樂走	3d-I-1 應用基本動作常		2. 遵守遊戲規則,	動作。	行為檢核	同,並討論與遵守團體的規
	跑跳	識,處理練習或遊戲問		並和他人一同合作	2. 能在猜拳遊戲	態度評量	則。
		題。		遊戲。	中表現跳躍變換		人 E5 欣賞、包容個別差異並
				3. 能利用下課時間	動作。		尊重自己與他人的權利。
				練習走、跑、跳運動	3. 能遵守遊戲規		人 E8 了解兒童對遊戲權利的需

				或遊戲。	則並和他人一同		求。
					合作遊戲。		
	壹、快樂上	1a-I-1 認識基本的健康	Ea-I-2 基本的飲食習	1. 能認識少糖、不	1. 選擇食物的原	觀察評量	【品德教育】
	學去	常識。	慣。	油炸的食物種類。	則應以健康、自	口頭評量	品 El 良好生活習慣與德行。
	四.活力加	2b-I-2 願意養成個人健		2. 能做到良好的用	然為主。	行為檢核	
	油站	康習慣。		餐行為。	2. 能認識食物對	態度評量	
		4a-I-2 養成健康的生活			身體健康的重要		
		習慣。			性。		
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Ga-I-1 走、跑、跳與投	1. 在遊戲中做出變	1. 能在遊戲中變	觀察評量	【人權教育】
第 16 週	趣多	基本動作。	擲遊戲。	換走、跑、跳的動	換走、跑、跳的	口頭評量	人 E3 了解每個人需求的不
	九. 快樂走	3d-I-1 應用基本動作常		作。	動作。	行為檢核	同,並討論與遵守團體的規
	跑跳	識,處理練習或遊戲問		2. 遵守遊戲規則,	2. 能遵守遊戲規	態度評量	則。
		題。		並和他人一同合作	則並和他人一同		人 E5 欣賞、包容個別差異並
				遊戲。	合作遊戲。		尊重自己與他人的權利。
				3. 能在行進中選擇	3. 能為自己表現		人 E8 了解兒童對遊戲權利的需
				或轉換走、跑、跳運	評分。		求。
				動。			
	壹、快樂上	1b-I-1 舉例說明健康生	Ca-I-1 生活中與健康相	1. 在學校發生事情	※能知道在學校	觀察評量	【家庭教育】
	學去	活情境中適用的健康技	關的環境。	能主動尋求協助。	若身體不舒服或	口頭評量	家 E13 熟悉與家庭生活相關的
	五. 校園生	能和生活技能。		2. 學習解決問題的	受傷時要告訴老	行為檢核	社區資源。
	活健康多	3b-I-3 能於生活中嘗試		能力。	師,並到健康中心	態度評量	【生涯規劃教育】
		運用生活技能。			尋求協助。		涯 E12 學習解決問題與做決定
第 17 週							的能力。
							【閱讀素養教育】
							閱 E11 能在一般生活情境中,
							懂得運用文本習得的知識解決
							問題。
							【戶外教育】

							户 El 善用教室外,户外及校
							外教學,認識生活環境(自然
							或人為)。
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 知道教材示範繞	1. 能努力學習並	觀察評量	【品德教育】
	趣多	基本動作。	作。	球的動作。	完成操作小球和	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德行。
	十.和球做	1d-I-1 描述動作技能基		2. 能盡力完成教材	大球進行活動。	行為檢核	品 E3 溝通合作與和諧人際關
	朋友	本常識。		動作。	2. 能利用身體不	態度評量	係。
		2d-I-1 專注觀賞他人的		3. 能觀察他人活動	同部位進行繞球		【安全教育】
		動作表現。		的表現。	活動。		安 E7 探究運動基本的保健。
		3c-I-1 表現基本動作與		4. 能利用課餘時	3. 配合音樂、口		【生涯規劃教育】
		模仿的能力。		間,從事玩球運	令完成夾球動		涯 E7 培養良好的人際互動能
		3c-I-2 表現安全的身體		動。	作。		力。
		活動行為。		5. 能知道並做出教	4. 能和他人合作,		
		3d-I-1 應用基本動作常		材示範夾球的動	利用身體不同部		
		識,處理練習或遊戲問		作。	位順利夾住球進		
		題。		6. 能和同學互相合	行活動。		
				作完成活動。			
	壹、快樂上	1a-I-1 認識基本的健康	Ca-I-1 生活中與健康相	1. 知道健康中心的	※藉由參訪認識	觀察評量	【家庭教育】
	學去	常識。	關的環境。	設備及器材的使用	健康中心能提供	口頭評量	家 E13 熟悉與家庭生活相關的
	五. 校園生	1b-I-1 舉例說明健康生		方法。	的服務及器材的	行為檢核	社區資源。
	活健康多	活情境中適用的健康技		2. 能適時、適切使	功能。	態度評量	【生涯規劃教育】
		能和生活技能。		用健康中心的設備			涯 E12 學習解決問題與做決定
第 18 週		4a-I-1 能於引導下,使		或器材,以維護健			的能力。
		用適切的健康資訊、產		康。			【閱讀素養教育】
		品與服務。					閱 E11 能在一般生活情境中,
							懂得運用文本習得的知識解決
							問題。
							【戶外教育】

							戶 E1 善用教室外,戶外及校
							外教學,認識生活環境(自然
							或人為)。
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能知道並做出教	1. 能平穩的做出	觀察評量	【品德教育】
	趣多	基本動作。	作。	材示範夾球跳的動	夾球原地跳、夾	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德行。
	十.和球做	1d-I-1 描述動作技能基		作。	球左右跳、夾球	行為檢核	品 E3 溝通合作與和諧人際關
	朋友	本常識。		2. 能盡力完成教材	往前跳。	態度評量	係。
		2d-I-1 專注觀賞他人的		動作。	2. 能和他人合作		【安全教育】
		動作表現。		3. 能和同學互相合	完成夾球接力活		安 E7 探究運動基本的保健。
		3c-I-1 表現基本動作與		作完成活動。	動。		【生涯規劃教育】
		模仿的能力。		4. 能觀察他人活動			涯 E7 培養良好的人際互動能
		3c-I-2 表現安全的身體		的表現。			カ。
		活動行為。					
		3d-I-1 應用基本動作常					
		識,處理練習或遊戲問					
		題。					
	壹、快樂上	1a-I-1 認識基本的健康	Ca-I-1 生活中與健康相	1. 能知道學校護理	1. 學校健康中心	觀察評量	【家庭教育】
	學去	常識。	關的環境。	師及醫師到校服務	不但協助維護全	口頭評量	家 E13 熟悉與家庭生活相關的
	五. 校園生			的工作內容。	校師生的健康,	行為檢核	社區資源。
	活健康多			2. 能禮貌對待醫護	還提供許多健康	態度評量	【生涯規劃教育】
				人員,並事實表達	服務和管理,具		涯 E12 學習解決問題與做決定
第 19 週				謝意。	有多樣功能。		的能力。
					2. 透過討論與分		【閱讀素養教育】
					析,學童能充分		閱 E11 能在一般生活情境中,
					了解健康中心的		懂得運用文本習得的知識解決
					功能,知道健康		問題。
					中心是全校師生		【戶外教育】
					的健康守護神。		戶 E1 善用教室外,戶外及校

					3. 能體會護理師		外教學,認識生活環境(自然
					的辛苦,進而表達		或人為)。
					感謝。		
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能知道並做到教	1. 配合音樂、口	觀察評量	【品德教育】
	趣多	基本動作。	作。	材示範滾接球的動	令順暢的完成動	口頭評量	品 El 良好生活習慣與德行。
	十.和球做	1d-I-1 描述動作技能基	Hc-I-1 標的性球類運動	作。	作。	行為檢核	品 E3 溝通合作與和諧人際關
	朋友	本常識。	相關的簡易拋、擲、滾	2. 能盡力完成教材	2. 能和他人互相	態度評量	係。
		2d-I-1 專注觀賞他人的	之手眼動作協調、力量	動作。	合作完成滾球動		【安全教育】
		動作表現。	及準確性控球動作。	3. 能和同學互相合	作。		安 E7 探究運動基本的保健。
		3c-I-1 表現基本動作與		作完成活動。	3. 能和同學合作		【生涯規劃教育】
		模仿的能力。		4. 能觀察他人活動	滾中目標物。		涯 E7 培養良好的人際互動能
		3c-I-2 表現安全的身體		的表現。			カ。
		活動行為。		5. 能利用課餘時			
				間,從事玩球運動。			
	壹、快樂上	4a-I-1 能於引導下,使	Ca-I-1 生活中與健康相	1. 能知道健康檢查	1. 學校健康中心	觀察評量	【家庭教育】
	學去	用適切的健康資訊、產	關的環境。	複檢(再檢查)怎	只是做初步的檢	口頭評量	家 E13 熟悉與家庭生活相關的
	五. 校園生	品與服務。		麼做。	驗,不是檢查結	行為檢核	社區資源。
	活健康多	4b-I-1 發表個人對促進		2. 能於日常生活	果,也不具正確	態度評量	【生涯規劃教育】
		健康的立場。		中,做到守護身體	的效力。		涯 E12 學習解決問題與做決定
				健康的行為。	2. 健康檢查後,收		的能力。
第 20 週					到複檢通知時應		【閱讀素養教育】
					告知家長,再依項		閱 E11 能在一般生活情境中,
					目到醫院或診所		懂得運用文本習得的知識解決
					複檢。		問題。
							【戶外教育】
							戶 E1 善用教室外,戶外及校
							外教學,認識生活環境(自然
							或人為)。

-						
	貳、運動樂	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能了解教材的活	※能發揮專注力,	觀察評量
	趣多	基本動作。	作。	動關卡動作。	體驗不同球類滾	口頭評量
	十.和球做	2d-I-1 專注觀賞他人的	Hc-I-1 標的性球類運動	2. 能觀察他人活動	丢的感覺,跟著關	行為檢核
	朋友	動作表現。	相關的簡易拋、擲、滾	的表現。	卡進行不同活動。	態度評量
		3c-I-1 表現基本動作與	之手眼動作協調、力量	3. 能做出教材闖關		
		模仿的能力。	及準確性控球動作。	活動的動作技巧。		
		3c-I-2 表現安全的身體		4. 能在玩球的過程		
		活動行為。		中,認識自己身體		
		4c-I-2 選擇適合個人的		活動能力,並選擇		
		身體活動。		自己適合的運動。		

彰化縣立媽厝國民小學 114 學年度第二學期一年級健體領域-健體課程計畫(部定課程)

5、各年級領域學習課程計畫

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

教材版本	南一版	實施年級 (班級/組別)	一年級	教學節數	每週(3)節,本學期共(60)節
課程目標	2. 3. 4. 6. 6. 6. 6. 6. 6. 8. 能 能 能 能 能 能 能 能 能 能 能 能 能 能 能 能 能 能	(班級/組別) 大類食物及其功能。 便數人互動能。 察他人互動的狀況作任生 等他人一起完真。 等他人一起完真。 時,中不在是, 實際性人人。 時,不是 實際, 一年。 時, 一年。 時, 一年。 時, 一年。 時, 一時, 一時, 一時, 一時, 一時, 一時, 一時, 一時, 一時,	中得到成就感。 重要性與保健的 事及人情況時,是在大學人人。 主人,是一個人人。 在生人, 在一個人人。 在一個人人 在一個人人 在一個人 在一個人 在一個人 在一個人 在一個人 在一	式。 要性,感受不當的處理 保護的方法。	

	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	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。
素養	健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養,促進多元感官的發展,在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。
	健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力,理解並遵守相關的道德規範,培養公民意識,關懷社會。
	健體-E-C2 具備同理他人感受,在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭,並與團隊成員合作,促進身心健康。
	健體-E-C3 具備理解與關心本土與國際體育與健康議題的素養,並認識與包容文化的多元性。
	【人權教育】
	人 E3 了解每個人需求的不同,並討論與遵守團體的規則。
	人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
	人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。
	【戶外教育】
	户 E3 善用五官的感知,培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。
	【安全教育】
	安 E3 知道常見事故傷害。
	安 E7 探究運動基本的保健。
融入之重	安 E11 了解急救的重要性。
大議題	安 E12 操作簡單的急救項目。
	【法治教育】
	法 E8 認識兒少保護。
	【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。
	【環境教育】
	環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為,減少資源的消耗。
	【性別平等教育】

性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。

性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。

【生命教育】

生 E2 理解人的身體與心理面向。

課程架構

	<u> </u>									
教學進度	教學單元/ 主題名稱	學習表現	重點 學習內容	學習目標	學習活動內容	評量方式	融入議題內容重點			
	土超石柵	字首衣巩	字首内谷				14.42. 王 1111			
	壹、守護	1a-I-1 認識基本	Ea-I-1 生活中常	※能認識六大類食物及其	※引導學童認識平日所食	觀察評量	【環境教育】			
	健康有一	的健康常識。	見的食物與珍惜	功能。	用的六大類食物,並了解	口頭評量	環 E17 養成日常生活節約			
	套		食物。		六大類食物的功能。	行為檢核	用水、用電、物質的行			
	一. 飲食面					態度評量	為,減少資源的消耗。			
	面觀						【品德教育】			
							品 E1 良好生活習慣與德			
							行。			
	貳、運動	1c-I-1 認識身體	Ce-I-1其他休閒	1. 能說出各種童玩的起	1. 能說出各種童玩的起源	觀察評量	【人權教育】			
	歡暢樂趣	活動的基本動	運動入門遊戲。	源。	及玩法。	口頭評量	人 E3 了解每個人需求的不			
第1週	多	作。	Ic-I-1民俗運動	2. 能了解各種童玩的玩法	2. 學童能透過討論了解更	行為檢核	同,並討論與遵守團體的			
	六. 童玩真	2c-I-2 表現認真	基本動作與遊	及簡易的動作要領。	多的童玩。	態度評量	規則。			
	有趣	參與的學習態	戲。	3. 能選擇適合自己的童玩	3. 能說出沙包童玩的由		人 E8 了解兒童對遊戲權利			
		度。		遊戲。	來。		的需求。			
		3d-I-1 應用基本		4. 能了解沙包的玩法及簡						
		動作常識,處理		易的動作要領。						
		練習或遊戲問								
		題。								
		4c-I-1 認識與身								
		體活動相關資								
		源。								

	壹、守護	1a-I-1 認識基本	Ea-I-1 生活中常	※能認識六大類食物及其	※引導學童認識平日所食	觀察評量	【環境教育】
	健康有一	的健康常識。	見的食物與珍惜	功能。	用的六大類食物,並了解	口頭評量	環 E17 養成日常生活節約
	套		食物。		六大類食物的功能。	行為檢核	用水、用電、物質的行
	一. 飲食面					態度評量	為,減少資源的消耗。
	面觀						【品德教育】
							品 El 良好生活習慣與德
							<mark>行</mark> 。
	貳、運動	1c-I-1 認識身體	Ce-I-1其他休閒	1. 能了解沙包的玩法及簡	1. 能說出拋接沙包、拋撿	觀察評量	【人權教育】
	歡暢樂趣	活動的基本動	運動入門遊戲。	易的動作要領。	沙包及沙包投擲的動作要	口頭評量	人 E3 了解每個人需求的不
第2週	多	作。	Ic-I-1民俗運動	2. 能做出抛接及投擲沙包	領。	行為檢核	同,並討論與遵守團體的
界 2 週	六. 童玩真	2c-I-2 表現認真	基本動作與遊	的動作。	2. 藉由沙包的動作學習,	態度評量	規則。
	有趣	參與的學習態	戲。	3. 能利用休閒時間,在學	訓練學童手眼協調能		人 E8 了解兒童對遊戲權利
		度。		校或家裡和他人進行童玩	カ。		的需求。
		3d-I-1 應用基本		遊戲。	3. 能說出風車接力的玩法		
		動作常識,處理		4. 能製作風車並了解風車	及注意事項。		
		練習或遊戲問		的玩法。	4. 能在遊戲中與同學快樂		
		題。			互動、認真學習。		
		4c-I-1 認識與身					
		體活動相關資					
		源。					
	壹、守護	1a-I-1 認識基	Ea-I-1 生活中	1. 能認識六大類食物及其	1. 引導學童認識平日所食	觀察評量	【環境教育】
	健康有一	本的健康常識。	常見的食物與珍	功能。	用的六大類食物,並了解	口頭評量	環 E17 養成日常生活節約
	套	3b-I-1 能於引	惜食物。	2. 能依照六大類食物的標	六大類食物的功能。	行為檢核	用水、用電、物質的行
第3週	一. 飲食面	導下,表現簡易		準將食物分類。	2. 指導學童正確的將食物	態度評量	為,減少資源的消耗。
	面觀	的自我調適技		3. 能記錄食用的食物,並	分成六大類。		【品德教育】
		能。		完成分類。	3. 引導學童願意調整自己		品 EI 良好生活習慣與德
		4a-I-2 養成健康		4. 能養成均衡攝取六大類	的飲食內容,每		行。
		的生活習慣。		食物的習慣。	一類食物都攝取。		

	T.	1	T			,
			5. 了解食物得來不易,並	4. 討論食物的來源,進而		
			養成不浪費的習慣。	理解食物取得不易,是許		
			6. 認識並做到珍惜食物的	多人辛苦工作而來。		
			好行為。	5. 說出並做到珍惜食物的		
			7. 能養成珍惜食物的好習	好行為。		
			慣。	6. 養成珍惜食物的好習		
				慣。		
貳、運動	1c-I-1 認識身體	Ce-I-1其他休閒	1. 能了解沙包的玩法及簡	1. 能說出拋接沙包、拋撿	觀察評量	【人權教育】
歡暢樂趣	活動的基本動	運動入門遊戲。	易的動作要領。	沙包及沙包投擲的動作要	口頭評量	人 E3 了解每個人需求的不
多	作。	 Ic-I-1民俗運動	2. 能做出抛接及投擲沙包	領。	行為檢核	同,並討論與遵守團體的
六. 童玩真	2c-I-2 表現認真	基本動作與遊	的動作。	2. 藉由沙包的動作學習,	態度評量	規則。
有趣	參與的學習態	戲。	3. 能利用休閒時間,在學	訓練學童手眼協調能力。		人 E8 了解兒童對遊戲權和
	度。		校或家裡和他人進行童玩	3. 能說出風車接力的玩法		的需求。
	3d-I-1 應用基本		遊戲。	及注意事項。		
	動作常識,處理		4. 能製作風車並了解風車	4. 能藉由風車接力,增進		
	練習或遊戲問		的玩法。	學童體適能。		
	題。		5. 能認真參與各項風車遊	5. 能說出紙飛機的玩法及		
	4c-I-1 認識與身		戲活動。	注意事項。		
	體活動相關資		6. 能體驗團隊合作的樂	6. 能在遊戲中與同學快樂		
	源。		趣,遵守遊戲規則。	互動、認真學習。		
	4d-I-1 願意從事		7. 能製作紙飛機,並了解	7. 能在學校利用課間進行		
	規律身體活動。		紙飛機的玩法。	遊戲活動。		
			8. 能在遊戲中與同學快樂			
			互動、認真學習。			
			9. 能利用休閒時間,在學校			
			或家裡和他人進行童玩遊			
			戲。			

	壹、守護	1a-I-1 認識基	Ea-I-1 生活中	1. 能認識排便對健康的影	1. 指導學童了解食物消化	觀察評量	【環境教育】
	健康有一	本的健康常識。	常見的食物與珍	響。	的過程。	口頭評量	環 E17 養成日常生活節約
	套	1a-I-2 認識健康	 惜食物。	2. 能養成良好生活習慣,	2. 引導學童在日常生活中	行為檢核	用水、用電、物質的行
	一. 飲食面	的生活習慣。	 Ea-I-2 基本的飲	幫助排便順暢。	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	態度評量	為,減少資源的消耗。
	面觀	2b-I-2 願意養成	食習慣。	3. 透過活動知道自己理解	便。		【品德教育】
		個人健康習慣。		或不理解的部分能針對不			品 E1 良好生活習慣與德
		4a-I-2 養成健康		理解處提問或和同學想辦			行。
		的生活習慣。		法解决。			
	貳、運動	1c-I-1 認識身體	Ga-I-1走、跑、	1. 能做出簡單急停動作。	1. 能做出聽到聲音停止	觀察評量	【人權教育】
第 4 週	歡暢樂趣	活動的基本動	跳與投擲遊戲。	2. 能明白快速反應在生活	時,即停止身體活動的反	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	3	作。	Ib-I-1唱、跳與	中的運用。	應動作。	行為檢核	的需求。
	七. 反應高	1c-I-2 認識基本	模仿性律動遊	3. 能創造動作讓同組的學	2. 能創造動作讓同組的學	態度評量	
	手	的運動常識。	戲。	童模仿。	童模仿。		
		3c-I-1 表現基本		4. 能模仿同學創造出來的	3. 能快速模仿同學創造出		
		動作與模仿的能		動作。	來的動作。		
		力。			4. 教師要指導學童先從大		
					肢體動作開始,再慢慢模		
					仿細微的動作。		
					5. 能明白快速反應在生活		
					中的運用。		
	壹、守護	3b-I-1 能於引導	Fa-I-2 與家人及	※可以從觀察他人互動的	1. 從觀察人際間微妙的肢	觀察評量	【性別平等教育】
	健康有一	下,表現簡易的	朋友和諧相處的	狀況猜測對方的人際互動,	體動作與表情出發,引導	口頭評量	性 E11 培養性別間合宜表
	套	自我調適技能。	方式。	並能說出和好朋友一起分	學童分辨好朋友間愉悅的	行為檢核	達情感的能力。
第5週	二. 歡喜做			享的感覺和喜好。	情緒。	態度評量	
	朋友				2. 藉由一起學習、一起		
					玩,找到共同興趣的好朋		
					友。		
					3. 畫出全班朋友網絡,發		

					覺這種全班一起的感受,		
					藉此說出要一起玩、一起		
					學習的願景。		
	貳、運動	1c-I-1 認識身體	Ab-I-1體適能遊	1. 能在遊戲中做出迅速起	1. 能做出不同姿勢的起立	觀察評量	【人權教育】
	歡暢樂趣	活動的基本動	戲。	立及快跑動作。	動作。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	多	作。	Ga-I-1走、跑、	2. 能依指令迅速做出移動、	2. 藉由不同起立姿勢,讓	行為檢核	的需求。
	七. 反應高	1c-I-2 認識基本	跳與投擲遊戲。	蹲下、跳躍的動作。	學童體會反應的快慢差	態度評量	
	手	的運動常識。			異。		
		4d-I-1 願意從事			3. 能做出不同姿勢的起立		
		規律身體活動。			動作後,再加速快跑。		
					4. 能單獨做出急停、轉向、		
					蹲下、跳躍的動作。		
	壹、守護	3b-I-2 能於引導	Fa-I-2 與家人及	1. 願意嘗試與不熟悉的人	1. 引導學童寫下全班名	觀察評量	【性別平等教育】
	健康有一	下,表現簡易的	朋友和諧相處的	互動。	字,仔細思考自己較少互	口頭評量	性 E11 培養性別間合宜表
	套	人際溝通互動技	方式。	2. 能在互動中留意社交的	動的名單,嘗試與不熟悉	行為檢核	達情感的能力。
	二. 歡喜做	能。		重要禮節。	的同學互動,跨出社交舒	態度評量	
	朋友				適圈。		
					2. 提醒學童注意社交禮		
					節。		
第6週	貳、運動	1c-I-1 認識身體	Ab-I-1體適能遊	1. 能依指令迅速做出折返	1. 能連續做出轉換急停、	觀察評量	【人權教育】
	歡暢樂趣	活動的基本動	戲。	動作。	蹲下、起立、跳躍、轉向	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	多	作。	Ga-I-1走、跑、	2. 能迅速做出起立與快跑	及折返的動作。	行為檢核	的需求。
	七. 反應高	1c-I-2 認識基本	跳與投擲遊戲。	動作。	2. 能依指令迅速做出移	態度評量	
	手	的運動常識。		3. 能迅速做出移動、急停	動、急停及轉向折返的動		
		4d-I-1 願意從事		及轉向折返動作。	作。		
		規律身體活動。		4. 能在遊戲過程中,做出	3. 能在遊戲中做出判斷與		
				判斷與改變遊戲策略。	選擇。		
				5. 能遵守遊戲規則,並和他	4. 能遵守遊戲規定,並和		

				人一同合作遊戲。	他人一同合作遊戲。		
	壹、守護 健康有一 套 二. 歡喜做 朋友	3b-I-1 能於引導 下,表現簡易的 自我調適技能。 3b-I-2 能於引導 下,表現簡易的 人際溝通互動技	Fa-I-2 與家人及 朋友和諧相處的 方式。	※練習在生氣的狀況,依據 引導能表達自己的感受,並 想辦法解決問題。	※能夠明確的表達自己的 感受讓對方知道,對彼此 的關係是很重要的,因此 從練習完整的說出感受開 始,並能理解做錯事後, 有勇氣的道歉對彼此關係		【性別平等教育】 性 E11 培養性別間合宜表 達情感的能力。
	貳、運動	能。 1c-I-1 認識身體	Ia-I-1滾翻、支	1. 能利用肢體支撑身體,	是非常有幫助的。	觀察評量	
	歡暢樂趣	活動的基本動	撑、平衡、懸垂	表現簡單的平衡動作。	支撐身體,達成身體平	口頭評量	
第7週	多	作。	遊戲。	2. 能專注觀賞他人的動作	衡。	行為檢核	
	八. 我有好	2c-I-2 表現認真		表現,且樂於參與並完成	2. 透過練習,能與同學協	態度評量	
	身手	參與的學習態		連續動作。	力合作,完成各種平衡動		
		度。		3. 能靈活的表現出簡單的	作。		
		2d-I-1 專注觀賞		全身性身體活動,完成肌	3. 能依指令完成肢體動		
		他人的動作表		力訓練。	作。		
		現。		4. 能在遊戲活動中,表現出	4. 利用身體的控制能力,		
		3d-I-1 應用基本		對肢體的控制能力。	進行平衡與肌力訓練。		
		動作常識,處理					
		練習或遊戲問					
		題。					
	壹、守護	3b-I-2 能於引導	Fa-I-2 與家人及	1. 能分工合作,一起完成	※不是由教師或班長分配	觀察評量	【性別平等教育】
	健康有一	下,表現簡易的	朋友和諧相處的	一件任務,從中得到成就	工作,而是彼此就自己學	口頭評量	性 E11 培養性別間合宜表
第8週	套	人際溝通互動技	方式。	感。	會的打掃技能或想挑戰的	行為檢核	達情感的能力。
), o . o	二. 歡喜做	能。		2. 能根據自己的能力完成	工作分工,在合作時也能	態度評量	
	朋友	3b-I-3 能於生活		工作並充分練習。	互相協助,需要協助時能		
		中嘗試運用生活		3. 能了解分工合作的重要	勇敢提出來,一起完成打		

		技能。		性。	掃工作。		
				4. 能演練不同情境中分工			
				合作的行為。			
-	貳、運動	1c-I-1 認識身體	Ia-I-1滾翻、支	1. 能利用肢體學習金雞蛋	1. 能依指令完成肢體動	觀察評量	
	歡暢樂趣	活動的基本動	撐、平衡、懸垂	及不倒翁的動作。	作。	口頭評量	
	多	作。	遊戲。	2. 培養觀察及動作模仿的	2. 利用身體的控制能力,	行為檢核	
	八. 我有好	2c-I-2 表現認真		能力並能專注觀賞他人的	進行平衡與肌力訓練。	態度評量	
	身手	參與的學習態		動作表現。	3. 能藉由遊戲,帶領學童		
		度。		3. 利用活動訓練肢體的開	依動物的特性,模仿各種		
		2d-I-1 專注觀賞		展,並快樂參與遊戲及運	動物行走的動作。		
		他人的動作表		動。			
		現。		4. 能利用肢體學習動物行			
		3c-I-1 表現基本		走的動作。			
		動作與模仿的能		5. 培養觀察及動作模仿的			
		カ。		能力,並能專注觀賞他人			
		3d-I-1 應用基本		的動作表現。			
		動作常識,處理		6. 利用活動訓練肢體的伸			
		練習或遊戲問		展,並快樂參與遊戲及運			
		題。		動。			
		4d-I-1 願意從事					
		規律身體活動。					
	壹、守護	1a-I-1 認識基本	Da-I-2 身體的部	※能知道眼睛在生活中的	※透過故事與體驗活動,	觀察評量	【生命教育】
	健康有一	的健康常識。	位與衛生保健的	重要性。	了解眼睛在生活中的重要	口頭評量	生 E2 理解人的身體與心理
第9週	套		重要性。		性。	行為檢核	面向。
おり 週	三. 帶著眼					態度評量	【戶外教育】
	耳鼻去旅						户 E3 善用五官的感知,培
	行						養眼、耳、鼻、舌、觸覺
							及心靈對環境感受的能

	貳 歡 多 八 身動 趣 好	Ic-I-1 活作。 2c-I-2 參度 2d-I-1 的 表習	Ia-I-1滾翻、支 撐、平衡、懸垂 遊戲。	1. 能利用肢體學習動物行 走的動作。 2. 培養觀察及動作模仿的 能力,並能專注觀賞他人 的動作表現。 3. 利用活動訓練肢體的伸 展,並快樂參與遊戲及運 動。	1. 能藉由遊戲,帶領學童 依動物行性,模仿各種 動物行走的動作。 2. 透過競走遊戲,能與同 學協力合作,完成動作達 到目標。	觀察評量量有過數學	力。 【安全教育】 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E11 了解急救的重要 性。 安 E12 操作簡單的急救項 目。
	\$ 144 H	題。	D. I O 台 B 1 2 2 2	W/ALA Y na nt L I Y L I	少子识儿古心雕取以名	物动工日	
	壹、守護 健康有一	1a-I-1 認識基本 的健康常識。	Da-I-2 身體的部 位與衛生保健的	※能知道眼睛在生活中的 重要性。	※透過故事與體驗活動, 了解眼睛在生活中的重要	觀察評量 口頭評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理
第 10 週	套	A tractistic the and	重要性。		性。	行為檢核	面向。
	三. 帶著眼					態度評量	【戶外教育】
	耳鼻去旅						户 E3 善用五官的感知,培

	行						養眼、耳、鼻、舌、觸覺
							及心靈對環境感受的能
							力。
							【安全教育】
							安 🖸 知道常見事故傷害。
							安 E11 了解急救的重要
							性。
							安 E12 操作簡單的急救項
							目。
	貳、運動	1c-I-1 認識身體	Ab-I-1體適能遊	1. 能在移動時進行跳躍動	1. 能完成單、雙腳混合組	觀察評量	【人權教育】
	歡暢樂趣	活動的基本動	戲。	作。	合跳和連續跳。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	多	作。	Ga-I-1走、跑、	2. 能在移動過程中做出	2. 能和同學快樂的完成遊	行為檢核	的需求。
	九. 跳躍大	1c-I-2 認識基本	跳與投擲遊戲。	單、雙腳跳混合式的連續	戲,並遵守遊戲規則。	態度評量	
	進擊	的運動常識。		跳躍動作。	3. 了解跳躍是快樂時的表		
		2c-I-2 表現認真		3. 和同學配合做出跳、碰動	現動作。		
		參與的學習態		作。	4. 和同學配合做出跳、碰		
		度。			的動作。		
		3d-I-1 應用基本					
		動作常識,處理					
		練習或遊戲問					
		題。					
	壹、守護	1b-I-1 舉例說明	Ba-I-2 眼耳鼻傷	1. 能知道眼睛的保健方	1. 學習如何愛護眼睛,並	觀察評量	【生命教育】
	健康有一	健康生活情境中	害事件急救處理	式。	透過活動紀錄,了解自己	口頭評量	生 E2 理解人的身體與心理
第 11 週	套	適用的健康技能	方法。	2. 能透過活動紀錄,了解	做到了哪些愛眼行動。	行為檢核	面向。
)\r 11 ~\frac{1}{2}	三. 带著眼	和生活技能。	Da-I-2 身體的部	自己做到了哪些爱眼行	2. 藉由課本情境中學童眼	態度評量	【戶外教育】
	耳鼻去旅	2a-I-2 感受健康	位與衛生保健的	動。	睛受傷時的處理方法,討		户 E3 善用五官的感知,培
	行	問題對自己造成	重要性。	3. 能於日常生活中舉例眼	論眼睛傷害的正確緊急處		養眼、耳、鼻、舌、觸覺
		的威脅性。		睛受傷時適	理順序,絕不可輕忽小症		及心靈對環境感受的能

		3a-I-2 能於引導		用的處理技巧。	狀。		カ。
		下,於生活中操		4. 能了解正確處理眼睛受			【安全教育】
		作簡易的健康技		傷的重要性,感受不當的			安E3知道常見事故傷害。
		能。		處理方式對健康所造成的			安 E11 了解急救的重要
		4a-I-2 養成健康		威脅。			性。
		的生活習慣。		5. 能於師長引導下,於生活			安 E12 操作簡單的急救項
				中操作眼睛傷害事件急救			目。
				的健康技能。			
	貳、運動	1c-I-1 認識身體	Ab-I-1體適能遊	1. 和同學配合做出波浪跳	1. 和同學配合做出波浪跳	觀察評量	【人權教育】
	歡暢樂趣	活動的基本動	戲。	躍動作。	的動作。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	多	作。	Ga-I-1走、跑、	2. 能說出各種動物跳躍的	2. 能在遊戲中展現各種	行為檢核	的需求。
	九. 跳躍大	1c-I-2 認識基本	跳與投擲遊戲。	特色。	「跳」的動作。	態度評量	
	進擊	的運動常識。					
		2c-I-2 表現認真					
		參與的學習態					
		度。					
		3c-I-1 表現基本					
		動作與模仿的能					
		力。					
	壹、守護	1b-I-1 舉例說明	Ba-I-2 眼耳鼻傷	1. 能知道耳朵在生活中的	1. 引導學童知道愛護耳朵	觀察評量	【生命教育】
	健康有一	健康生活情境中	害事件急救處理	重要性與保健方式。	的方法及保健方法,並積	口頭評量	生 E2 理解人的身體與心理
	套	適用的健康技能	方法。	2. 能於日常生活中舉例說	極實踐。	行為檢核	面向。
第 12 週	三. 带著眼	和生活技能。	Da-I-2 身體的部	明,耳朵內有異物時適用	2. 藉由課本情境了解可能	態度評量	【戶外教育】
9 14 週	耳鼻去旅	2a-I-2 感受健康	位與衛生保健的	的處理技巧。	有異物會進入耳朵,討論		户 E3 善用五官的感知,培
	行	問題對自己造成	重要性。	3. 能了解正確處理耳朵內	不適當的做法可能造成的		養眼、耳、鼻、舌、觸覺
		的威脅性。		有異物的重要性,感受不	傷害,必要時要請大人協		及心靈對環境感受的能
		3a-I-2 能於引導		當的處理方式對健康所造	助處理取出。		力。
		下,於生活中操		成的威脅。			【安全教育】

		作簡易的健康技		4. 能在師長引導下,於生活			安E3知道常見事故傷害。
		能。		中操作排除耳朵進水的健			安 E11 了解急救的重要
		4a-I-2 養成健康		康技能。			性。
		的生活習慣。					安 E12 操作簡單的急救項
							目。
	貳、運動	1c-I-1 認識身體	Ab-I-1體適能遊	1. 能創造模仿各種動物跳	1. 能在遊戲中創造不同	觀察評量	【人權教育】
	歡暢樂趣	活動的基本動	戲。	躍的動作。	「跳」的動作。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	多	作。	Ga-I-1走、跑、	2. 能以跳躍動作完成猜拳	2 能以跳躍動作進行猜拳	行為檢核	的需求。
	九. 跳躍大	2c-I-2 表現認真	跳與投擲遊戲。	遊戲。	遊戲。	態度評量	
	進擊	參與的學習態		3. 遵守遊戲規則,並和他人			
		度。		一同合作遊戲。			
		3c-I-1 表現基本					
		動作與模仿的能					
		カ。					
		3d-I-1 應用基本					
		動作常識,處理					
		練習或遊戲問					
		題。					
	壹、守護	1b-I-1 舉例說明	Ba-I-2 眼耳鼻傷	1. 能知道鼻子在生活中的	1. 引導學童能認識愛護鼻	觀察評量	【生命教育】
	健康有一	健康生活情境中	害事件急救處理	重要性與保健方式。	子的方法並積極實踐,當	口頭評量	生 E2 理解人的身體與心理
	套	適用的健康技能	方法。	2. 能於日常生活中舉例流	身體的好主人。	行為檢核	面向。
	三. 帶著眼	和生活技能。	Da-I-2 身體的部	鼻血時適用的處理技巧。	2. 了解並感受到不當處理	態度評量	【戶外教育】
第 13 週	耳鼻去旅	2a-I-2 感受健康	位與衛生保健的	3. 能了解正確處理流鼻血	流鼻血的方式對健康所造		戶E3善用五官的感知,培
	行	問題對自己造成	重要性。	的重要性,感受不當的處	成的威脅,能正確演練流		養眼、耳、鼻、舌、觸覺
		的威脅性。		理方式對健康所造成的威	鼻血的處理方法。		及心靈對環境感受的能
		3a-I-2 能於引		脅。			カ。
		導下,於生活中		4. 能於師長引導下,於生			【安全教育】
		操作簡易的健康		活中操作止住鼻血的健康			安E3知道常見事故傷害。

		技能。		技能。			安 Ell 了解急救的重要
		4a-I-2 養成健康		5. 能知道眼、耳、鼻的重			性。
		的生活習慣。		要性及保健方式。			安 E12 操作簡單的急救項
				6. 能確實愛護眼耳鼻,進而			目。
				養成良好生活習慣。			
	貳、運動	1c-I-1 認識身體	Ga-I-1走、跑、	1. 能以跳躍動作完成猜拳	1. 能結合音樂音符、五線	觀察評量	【人權教育】
	歡暢樂趣	活動的基本動	跳與投擲遊戲。	遊戲。	譜概念做出跳躍動作。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	多	作。		2. 遵守遊戲規則,並和他	2. 能運用數學加減法運算	行為檢核	的需求。
	九. 跳躍大	2c-I-2 表現認真		人一同合作遊戲。	做出跳躍動作。	態度評量	
	進擊	參與的學習態		3. 能結合音樂音符、五線	3. 能和同學快樂的完成遊		
		度。		譜概念做出跳躍動作。	戲,並遵守遊戲規則。		
		3c-I-1 表現基本		4. 能結合數學加減法運算,			
		動作與模仿的能		做出跳躍動作。			
		カ。					
	壹、守護	2a-I-2 感受健康	Db-I-2 身體隱私	1. 能以自己和對方都能接	※能透過遊戲活動與課堂	觀察評量	【性別平等教育】
	健康有一	問題對自己造成	與身體界線及其	受的方式打招呼。	討論,知道自己能接受和	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重
	套	的威脅性。	危害求助方法。	2. 能知道自己能接受和不	不能接受的身體碰觸。	行為檢核	他人的身體自主權。
	四. 自我保			能接受的身體碰觸部位。		態度評量	【人權教育】
	護小勇士						人 E10 認識隱私權與日常
							生活的關係。
第 14 週							【法治教育】
							法 E8 認識兒少保護。
	貳、運動	1c-I-2 認識基本	Ha-I-1網/牆性	1. 能知道手部向上拍氣球	1. 能知道並運用不同手部	觀察評量	【人權教育】
	歡暢樂趣	的運動常識。	球類運動相關的	前進的相關動作。	部位進行向上拍氣球動	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	多	1d-I-1 描述動作	簡易拋、接、	2. 能運用不同手部部位進	作。	行為檢核	的需求。
	十. 手腳並	技能基本常識。	控、擊、持拍及	行向上拍氣球動作。	2. 能在設定時間內連續將	態度評量	【品德教育】
	用	2c-I-1 表現尊重	拍、擲、傳、滾	3. 能在一定時間內連續將	氣球拍起,越多越好。		品 E2 自尊尊人與自愛愛
		的團體互動行	之手眼動作協	氣球拍起,越多越好。	3. 能表現出拍氣球接力相		人。

		為。	調、力量及準確	4. 能發揮創意,創造不同	關動作。		品 E3 溝通合作與和諧人際
		2c-I-2 表現認真	性控球動作。	動作並實踐。	4. 能表現出和他人互相合		關係。
		參與的學習態		5. 能知道拍氣球接力相關	作完成拍氣球接力。		【安全教育】
		度。		動作。			安 E7 探究運動基本的保
		2d-I-1 專注觀賞		6. 能知道如何和他人合作			健。
		他人的動作表		完成拍氣球接力。			
		現。					
		3d-I-1 應用基本					
		動作常識,處理					
		練習或遊戲問					
		題。					
		4d-I-1 願意從事					
		規律身體活動。					
	壹、守護	2a-I-2 感受健康	Db-I-2 身體隱私	1. 能知道身體隱私處的部	※透過課本人形圖身體隱	觀察評量	【性別平等教育】
	健康有一	問題對自己造成	與身體界線及其	位,而且不能讓別人碰	私處部位的塗色方式,師	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重
	套	的威脅性。	危害求助方法。	觸。	生討論隱私處是身體不能	行為檢核	他人的身體自主權。
	四. 自我保			2. 能清楚描述身體碰觸帶	讓別人碰觸的部位,進而	態度評量	【人權教育】
	護小勇士			給自己的感受。	學習保護方法和遭受侵犯		人 E10 認識隱私權與日常
				3. 能知道遭受侵犯時,保護	時的求助方法。		生活的關係。
第 15 週				自己的方法。			【法治教育】
为 13 週							法 E8 認識兒少保護。
	貳、運動	1d-I-1 描述動作	Ha-I-1網/牆性	1. 能知道拍氣球接力相關	1. 能發揮創意,創造不同	觀察評量	【人權教育】
	歡暢樂趣	技能基本常識。	球類運動相關的	動作。	動作並實踐。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	多	2c-I-1 表現尊重	簡易拋、接、	2. 能知道如何和他人合作	2. 能表現出拍氣球接力相	行為檢核	的需求。
	十. 手腳並	的團體互動行	控、擊、持拍及	完成拍氣球接力。	關動作。	態度評量	【品德教育】
	用	為。	拍、擲、傳、滾	3. 能知道擊球過網的活動	3. 能實地完成擊球過網的		品 E2 自尊尊人與自愛愛
		2c-I-2 表現認真	之手眼動作協	規則並遵守。	相關動作。		人。
		參與的學習態	調、力量及準確	4. 能知道並完成擊球過網	4. 能實地和他人互相合		品 E3 溝通合作與和諧人際

		度。	性控球動作。	的相關動作。	作,進行擊球過網。		關係。
		2d-I-1 專注觀賞		5. 能知道如何和他人合作			【安全教育】
		他人的動作表		進行擊球過網。			安 E7 探究運動基本的保
		現。					健。
		3d-I-1 應用基本					
		動作常識,處理					
		練習或遊戲問					
		題。					
		4d-I-1 願意從事					
		規律身體活動。					
	壹、守護	1b-I-1 舉例說明	Db-I-2 身體隱私	1. 能知道遭遇緊急情況	1. 透過情境討論,知道危	觀察評量	【性別平等教育】
	健康有一	健康生活情境中	與身體界線及其	時,如何自我保護並尋求	险可能發生的地點,並知	口頭評量	性 E4 認識身體界線與尊重
	套	適用的健康技能	危害求助方法。	協助。	道遇到危險時該如何因	行為檢核	他人的身體自主權。
	四. 自我保	和生活技能。		2. 能演練遭遇緊急情況時	應。	態度評量	【人權教育】
	護小勇士	3b-I-3 能於生活		尋求協助的方法。	2. 透過情境討論及演練,		人 E10 認識隱私權與日常
		中嘗試運用生活		3. 能分辨具威脅性的行為,	學習自我保護的方式。		生活的關係。
		技能。		並說出遭遇緊急情況時自			【法治教育】
				我保護的方法。			法 E8 認識兒少保護。
第 16 週	貳、運動	1d-I-1 描述動作	Ha-I-1網/牆性	1. 能知道擊球過網的活動	1. 能表現出和他人互相合	觀察評量	【人權教育】
# 10 W	歡暢樂趣	技能基本常識。	球類運動相關的	規則並遵守。	作完成拍氣球接力。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	多	2c-I-1 表現尊重	簡易拋、接、	2. 能知道並完成擊球過網	2. 能實地和他人互相合	行為檢核	的需求。
	十. 手腳並	的團體互動行	控、擊、持拍及	的相關動作。	作,進行擊球過網。	態度評量	【品德教育】
	用	為。	拍、擲、傳、滾	3. 能知道如何和他人合作	3. 能利用腳的不同部位,		品 E2 自尊尊人與自愛愛
		2c-I-2 表現認真	之手眼動作協	進行擊球過網。	將氣球往上踢起。		人。
		參與的學習態	調、力量及準確	4. 能知道並完成相關的踢	4. 能順暢的踢擊氣球完成		品 E3 溝通合作與和諧人際
		度。	性控球動作。	氣球動作。	闖關。		關係。
		2d-I-1 專注觀賞	Hb-I-1陣地攻守	5. 能於活動中展現踢氣球			【安全教育】
		他人的動作表	球類運動相關的	的技能。			安 E7 探究運動基本的保

		現。	簡易拍、拋、				健。
		3d-I-1 應用基本	接、擲、傳、滾				
		動作常識,處理	及踢、控、停之				
		練習或遊戲問	手眼、手腳動作				
		題。	協調、力量及準				
		4d-I-1 願意從事	確性控球動作。				
		規律身體活動。					
	壹、守護	1a-I-1 認識基本	Fb-I-1 個人對健	1. 能知道在學校身體不舒	1. 強化學童的健康常識,	觀察評量	【品德教育】
	健康有一	的健康常識。	康的自我覺察與	服時,會到健康中心請求	知道身體不舒服時,應該	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德
	套		行為表現。	協助、回家要告知家人。	告訴教師(在學校)、家	行為檢核	行。
	五. 抗病小		Fb-I-2兒童常見	2. 知道身體不舒服時的適	人(在家),請他們協助	態度評量	
	高手		疾病的預防與照	切處理方式。	處理問題。		
			顧方法。	3. 感染傳染病時,能做到保	2. 強化學童的健康常識,		
				護人我的行為。	知道身體不舒服時,適切		
					的處理方式,並建立儘快		
					就醫的醫療觀念。		
第 17 週					3. 知道自己感染傳染性疾		
 					病時,應該馬上請假在家		
					休養,以免病毒擴散,傳		
					染給他人。		
	貳、運動	1d-I-1 描述動作	Hb-I-1陣地攻守	1. 能於活動中展現踢氣球	1. 能順暢的踢中擺動中不	觀察評量	【人權教育】
	歡暢樂趣	技能基本常識。	球類運動相關的	的技能。	同種類的球。	口頭評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利
	多	2c-I-1 表現尊重	簡易拍、拋、	2. 能知道並完成跑跑踢踢	2. 能發想創意或表達有關	行為檢核	的需求。
	十. 手腳並	的團體互動行	接、擲、傳、滾	的相關動作。	球的遊戲設計。	態度評量	【品德教育】
	用	為。	及踢、控、停之	3. 能利用不同腳的部位完	3. 能藉由練習,增強踢球		品 E2 自尊尊人與自愛愛
		2c-I-2 表現認真	手眼、手腳動作	成踢擊動作。	的感覺。		人。
		參與的學習態	協調、力量及準	4. 能穩定踢中擺動中不同			品 E3 溝通合作與和諧人際
		度。	確性控球動作。	種類的球。			關係。

		2d-I-1 專注觀賞					【安全教育】
		他人的動作表					安 E7 探究運動基本的保
		現。					健。
		3d-I-1 應用基本					
		動作常識,處理					
		練習或遊戲問					
		題。					
		4d-I-1 願意從事					
		規律身體活動。					
	壹、守護	1a-I-1 認識基本	Fb-I-1 個人對健	1. 能認識感染腸病毒期間	※藉由圖片說明身體出現	觀察評量	【品德教育】
	健康有一	的健康常識。	康的自我覺察與	的症狀。	的一些異相(口破、出疹、	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德
	套	2b-I-1 接受健康	行為表現。	2. 能遵守腸病毒糾察守	水疱、嗜睡等),讓學童更	行為檢核	行。
	五. 抗病小	的生活規範。		則。	容易了解感染腸病毒的症	態度評量	
	高手	2b-I-2 願意養成		3. 能在日常生活中,自我要	狀。		
		個人健康習慣。		求做到糾察守則的規範行			
				為。			
	貳、運動	1c-I-2 認識基本	Ce-I-1 其他休閒	1. 能了解跳繩運動的好處	1. 指導學童學會正確的暖	觀察評量	【人權教育】
第 18 週	歡暢樂趣	的運動常識。	運動入門遊戲。	及安全原則。	身運動,並確實做到。	口頭評量	人 E3 了解每個人需求的不
	多	2d-I-2 接受並體	Ic-I-1 民俗運動	2. 能做出跳繩伸展操的動	2. 透過跳繩活動促進健康	行為檢核	同,並討論與遵守團體的
	十一. 大家	驗多元性身體活	基本動作與遊	作。	體適能。	態度評量	規則。
	來跳繩	動。	戲。	3. 能在跳繩遊戲中體驗快	3. 指導學童正確的做出暖		人 E8 了解兒童對遊戲權利
		3c-I-1 表現基本		樂互動,並認真學習。	身運動及甩繩動作。		的需求。
		動作與模仿的能		4. 能利用課間及假日進行			
		力。		跳繩活動。			
		4c-I-2 選擇適合					
		個人的身體活					
		動。					

		1					
	壹、守護	1a-I-2 認識健康	Fb-I-2兒童常見	1. 能了解生病期間的在家	※從日常生活保健觀念著	觀察評量	【品德教育】
	健康有一	的生活習慣。	疾病的預防與照	照護要點。	手,向學童說明感染腸病	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德
	套	3a-I-2 能於引導	顧方法。	2. 能知道感染腸病毒期間	毒的居家照護要點,讓學	行為檢核	行。
	五. 抗病小	下,於生活中操		適合進食的食物。	童學習正確的照護方法,	態度評量	
	高手	作簡易的健康技			日後,在自己或家人感染		
		能。			腸病毒時,能表現出促進		
					健康的行為。		
	貳、運動	1c-I-2 認識基本	Ab-I-1 體適能遊	1. 能了解並說出跳繩一跳	※透過跳繩活動促進健康	觀察評量	【人權教育】
第 19 週	歡暢樂趣	的運動常識。	戲。	一迴旋的動作要領。	體適能。	口頭評量	人 E3 了解每個人需求的不
	3	2d-I-2 接受並體	Ce-I-1 其他休閒	2. 能在跳繩遊戲中體驗快		行為檢核	同,並討論與遵守團體的
	十一. 大家	驗多元性身體活	運動入門遊戲。	樂互動,並認真學習。		態度評量	規則。
	來跳繩	動。	Ic-I-1 民俗運動	3. 能做出跳繩一跳一迴旋			人 E8 了解兒童對遊戲權利
		3c-I-1 表現基本	基本動作與遊	的基本動作技巧。			的需求。
		動作與模仿的能	戲。	4. 能利用課間進行跳繩活			
		カ。		動,進而養成規律運動的習			
		4c-I-2 選擇適合		慣。			
		個人的身體活					
		動。					
	壹、守護	1a-I-1 認識基本	Fb-I-2兒童常見	1. 知道預防生病的好行	※以日常生活發生的事件	觀察評量	【品德教育】
	健康有一	的健康常識。	疾病的預防與照	為。	(三位學童生病的經驗)	口頭評量	品 E1 良好生活習慣與德
	套	2b-I-2 願意養成	顧方法。	2. 實踐日常生活中預防生	為例,向學童說明預防生	行為檢核	行。
	五. 抗病小	個人健康習慣。		病的好行為。	病的好行為,讓學童在學	態度評量	
第 20 週	高手	3a-I-2 能於引導			習健康知識的當下,也能		
		下,於生活中操			將所學落實在生活中,進		
		作簡易的健康技			而表現出促進健康的行		
		能。			為。		
	貳、運動	2d-I-2 接受並體	Ab-I-1 體適能遊	1. 能在跳繩遊戲中體驗快	1. 學會正確的暖身運動及	觀察評量	【人權教育】
	歡暢樂趣	驗多元性身體活	戲。	樂互動並認真學習。	跳繩動作。	口頭評量	人 E3 了解每個人需求的不

多	動。	Ic-I-1 民俗運動	2. 能利用課間進行跳繩活	2. 藉由簡易的遊戲來提升	行為檢核	同,並討論與遵守團體的
十一. 大家	3c-I-1 表現基本	基本動作與遊	動,進而養成規律運動的習	跳繩節奏感的能力。	態度評量	規則。
來跳繩	動作與模仿的能	戲。	慣。			人 E8 了解兒童對遊戲權利
	カ。					的需求。
	4c-I-2 選擇適合					
	個人的身體活					
	動。					

備註:

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