

貳、各年級各領域課程計畫(部定課程)

嘉義縣義竹鄉南興國民小學

113 學年度第一學期一年級普通班健康與體育領域課程計畫(表 10-1)

設計者：張敏娟

第一學期

教材版本		南一版第一冊		教學節數		每週(3)節，本學期共(66)節				
課程目標		<ol style="list-style-type: none"> 1. 能於生活中，嘗試自我覺察並修正個人上下學與遊戲的不當行為，練習各項安全行為。 2. 養成遵守上下學與遊戲注意事項的好習慣。 3. 能知道上廁所的注意事項，並能正確使用廁所。 4. 發覺健康的生活態度與行為，並願意養成個人健康習慣。 5. 可以從觀察他人動作與表情猜測對方的情緒狀態，並察覺同一件事，每個人的感受可能不同。 6. 從自己能完成來得到自我悅納感，知道自己做得到，也能自己做。 7. 能認識食物對身體健康的重要性，並覺察珍惜食物的重要性。 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。 9. 能知道健康檢查複檢(再檢查)怎麼做，知道學校健康中心的設備、器材與使用方法，以及學校護理師及醫師到校服務的工作內容，並能體會護理師、醫師的辛苦付出，知道感恩與感謝。 10. 在學校發生事情能主動尋求協助，學習解決問題的能力。 11. 能在運動過程中，表現認真參與活動的積極態度，並避免運動傷害。 12. 能注意同學的動作，學習、了解如何完成指示動作，並能與同學培養默契通力合作，完成動作。 13. 在遊戲中表達出對肢體各部位的認識及完整概念，並能靈活操作身體表現動作。 14. 能盡力的完成教材動作，並能做出教材闖關活動的動作技巧。 <p style="text-align: center;">能認識自己身體活動能力，並選擇適合自己的運動。</p>								
教學進度 週次	單元名稱	節數	學習領域 核心素養	學習重點		學習目標	教學重點(學習引導內容及實施方式)	評量方式	議題融入	跨領域統整 規劃 (無則免)
				學習 表現	學習 內容					
第一週	壹、快樂上學去	1	健體-E-A2 具備探索	1a-I-1 認識基	Ba-I-1 遊戲場所與上	1.於走路上學情境中，	※透過課本不同的上學方式情境，能學習交通安全知識，自我覺察日常生活中的安全與危險行為，並養成遵守交通規則的習慣，進	觀察評量 口頭評量 行為檢核	◎安全教育 安 E2 了解	

	一. 新生進行曲		<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>本的健康常識。</p> <p>2b-I-1 接受健康的生</p> <p>活規範。</p> <p>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p>	<p>下學情境的安全須知。</p>	<p>了解交通安全的重要性，並且認識穿越馬路的安全常識。</p> <p>2. 能體會走路安全的重要性，並願意遵守過馬路的注意事項。</p> <p>3. 於生活中，嘗試自我覺察並修正個人不當的交通行為。</p>	而未來嘗試自己上學。	態度評量	<p>危機與安全。</p> <p>安 E8 了解校園安全的意義。</p> <p>安E10 關注校園安全的事件。</p>	
第一週	<p>貳、運動樂趣多</p> <p>六. 小小探險家</p>	2	<p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能</p>	<p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>2c-I-1</p>	<p>Ba-I-1 遊戲場所與下學情境的安全須</p>	<p>1. 能利用學校運動空間，從事身體活動，增進健康。</p> <p>2. 認識校園</p>	<p>1. 指導學童認識校園內各項遊戲器材與場地的名稱，及正確的使用方法。</p> <p>2. 培養學童樂於參與團體活動，並遵守遊戲規則的態度。</p> <p>3. 利用校園的遊戲設施，從事各項身體活動。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>◎人權教育</p> <p>人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規</p>	

			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-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。	表現尊重的團體互動行為。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	知。 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	遊戲設施的名稱。 3. 分辨學校空間、設備的安全性。 4. 能遵守遊戲規則，並與同學互助合作。 5. 能討論並正確的使用學校空間及設備，達到安全和快樂的目的。	4. 使用遊戲設施時，能分辨遊戲行為的安全性。 5. 學會保護自己和他人的安全。		則。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
第二週	壹、快樂上學去 一. 新生進行曲	1	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	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	1. 於走路上學情境中，了解交通安全的重要性，並且認識穿越馬路的安全常識。 2. 能體會走路安全的重要	※透過課本不同的上學方式情境，能學習交通安全知識，自我覺察日常生活中的安全與危險行為，並養成遵守交通規則的習慣，進而未來嘗試自己上學。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎安全教育 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。	

			<p>活中運動與健康的問題。</p> <p>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。</p>	<p>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p>		<p>要性，並願意遵守過馬路的注意事項。</p> <p>3. 於生活中，嘗試自我覺察並修正個人不當的交通行為。</p>			
第二週	<p>貳、運動樂趣多</p> <p>六.小小探險家</p>	2	<p>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。</p> <p>健體-E-C1 具備生活</p>	<p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動</p>	<p>Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> <p>Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。</p>	<p>1. 能利用學校運動空間，從事身體活動，增進健康。</p> <p>2. 認識校園遊戲設施的名稱。</p> <p>3. 分辨學校空間、設備的安全性。</p> <p>4. 能遵守遊戲規則，並與同學互助</p>	<p>1. 指導學童認識校園內各項遊戲器材與場地的名稱，及正確的使用方法。</p> <p>2. 培養學童樂於參與團體活動，並遵守遊戲規則的態度。</p> <p>3. 利用校園的遊戲設施，從事各項身體活動。</p> <p>4. 使用遊戲設施時，能分辨遊戲行為的安全性。</p> <p>5. 學會保護自己和他人的安全。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>◎人權教育</p> <p>人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。</p> <p>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>

			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。	行為。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。		合作。 5. 能討論並正確的使用學校空間及設備，達到安全和快樂的目的。			
第三週	壹、快樂上學去 一. 新生進行曲	1	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-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	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4a-I-2 養成健康的生活習	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	1. 於上學情境中，了解注意交通安全是健康生活的一環，並認識交通安全常識。 2. 於生活中，嘗試自我覺察並修正個人不當的交通行為。 3. 養成遵守乘車注意事項的好習慣。	※透過課本不同的上學方式情境，能學習交通安全知識，自我覺察日常生活中的安全與危險行為，並養成遵守交通規則的習慣，進而未來嘗試自己上學。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎安全教育 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。

			並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	慣。					
第三週	貳、運動樂趣多 六.小小探險家	2	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-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。	2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	1. 能分辨學校空間、設備的安全性。 2. 能討論並正確的使用學校空間及設備，達到安全和快樂的目的。 3. 能遵守遊戲規則，並與同學互助合作。 4. 能正確操作各項遊戲設施。	1. 利用校園的遊戲設施，從事各項身體活動。 2. 使用遊戲設施時，能分辨遊戲行為的安全性。 3. 學會保護自己和他人的安全。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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。

第四週	壹、快樂上學去 一. 新生進行曲	1	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-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。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	1. 列舉校園內適合遊戲的地方，並認識安全遊戲常識。 2. 能體會遊戲安全的重要性，且願意遵守注意事項。 3. 在校園中，嘗試運用做決定的技巧選擇適合遊戲的地方。 4. 於生活中，嘗試自我察覺並修正個人的不當遊戲行為。	※透過課本校園遊戲情境，學童能以做決定的技巧選擇適合遊戲的地方，亦透過自我察覺並修正個人的不當遊戲行為，並且養成遵守遊戲安全的好習慣。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎安全教育 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。	
第四週	貳、運動樂趣多 六. 小小探險家	2	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活	2c-I-1 表現尊重的團體互動	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	1. 能遵守遊戲規則，並與同學互助合作。	1. 利用校園的攀爬設施，從事各項身體活動。 2. 使用遊戲器材時，能分辨遊戲行為的安全性。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎人權教育 人 E3 了解每個人需求的不同，並	

			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-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。	行為。 3c-I-2 表現安 全的身 體活動 行為。		2. 能正確的 操作各項遊 戲設施。 3. 學會保護自己和他人的安全。		討論與遵守 團體的規 則。 人 E8 了解 兒童對遊戲 權利的需 求。	
第五週	壹、快樂上 學去 一. 新生進 行曲	1	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	1a-I-1 認識基 本的健 康常 識。 2b-I-1 接受健 康的生	Ba-I-1 遊戲場 所與上 下學情 境的安全 須知。	1. 於放學情 境中，了解 注意交通安 全是健康生 活的一環， 並且認識放 學的安全常 識。	※透過課本學校放學時的情境，學童以討論 與問答方式澄清概念後，能舉例說明應注意 的事項，並養成好行為。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎安全教育 安 E2 了解 危機與安 全。 安 E8 了解 校園安全的 意義。 安 E10 關注 校園安全的

			<p>實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>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。</p>	<p>活規範。</p> <p>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>		<p>2. 能體會交通安全的重要性，並且願意遵守注意事項。</p> <p>3. 於生活中，嘗試自我覺察並修正個人不當的行為。</p> <p>4. 養成遵守交通注意事項的好習慣。</p>			事件。	
第五週	<p>貳、運動樂趣多</p> <p>七. 來玩呼拉圈</p>	2	<p>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</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>2d-I-1 專注觀</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p>	<p>1. 能利用呼拉圈做各種身體的伸展活動，並能簡單運用身體操作呼拉圈。</p> <p>2. 能表現認真參與活動的積極態度。</p> <p>3. 能與同學</p>	<p>※用呼拉圈做身體的伸展活動，學會推呼拉圈。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>◎性別平等教育</p> <p>性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。</p> <p>◎人權教育</p> <p>人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的</p>	

			<p>潛能。</p> <p>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。</p>	<p>賞他人的動作表現。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>		<p>培養默契合作完成動作。</p> <p>4. 維護自己與尊重他人的身體自主權。</p>			<p>權利。</p> <p>◎生涯規劃教育</p> <p>涯E7 培養良好的人際互動能力。</p>	
第六週	<p>壹、快樂上學去</p> <p>二. 健康小達人</p>	1	<p>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。</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p>	<p>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p>	<p>1. 能知道身體部位名稱。</p> <p>2. 能知道保持身體乾淨的重要性。</p>	<p>※能認識身體部位的名稱，並能好好愛護它們。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>◎品德教育</p> <p>品E1 良好生活習慣與德行。</p>	
第六週	<p>貳、運動樂趣多</p> <p>七. 來玩呼拉圈</p>	2	<p>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</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb-I-2 班級體育活動。</p>	<p>1. 能完成搖動呼拉圈的動作。</p> <p>2. 能在運動過程中，避免運動傷害。</p>	<p>※用呼拉圈做身體的伸展活動，學會推呼拉圈。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>◎性別平等教育</p> <p>性E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。</p>	

			全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 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。	活動。		3. 平時能利用呼拉圈做運動。 4. 能利用呼拉圈選擇適合自己的身體活動。			◎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。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。	
第七週	壹、快樂上學去 二. 健康小達人	1	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。	1a-I-2 認識健康的生 活習 慣。 3a-I-2 能於引 導下， 於生活 中操作 簡易的 健康技 能。	Da-I-1 日常生 活中的 基本衛 生習 慣。 Da-I-2 身體的 部位與 衛生保 健的重 要性。	1. 能知道保持身體乾淨的重要性。 2. 能知道正確洗手的方法和步驟。 3. 能依照正確的步驟和方法清潔雙手。	1. 能知道平時要常洗手，保持雙手乾淨的重要性。 2. 能知道正確洗手的方法和步驟。 3. 能依照正確的步驟和方法清潔雙手。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。	
第七週	貳、運動樂	2	健體-E-A1	1c-I-1	Cb-I-2	1. 能運用身	※使用呼拉圈與同學一起合作完成任務。	觀察評量	◎性別平等	

	趣多 七.來玩呼拉圈		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-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。	認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	班級體育活動。	體做出指定動作。 2.能表現認真參與活動的積極態度。 3.能與同學培養默契合作完成動作。 4.能注意同學的動作，學習、了解如何完成指示動作。		口頭評量 行為檢核 態度評量	教育性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 ◎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。 ◎生涯規劃 教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。	
第八週	壹、快樂上學去 二.健康小達人	1	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，	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習	1.能知道正確洗臉的方法。 2.能知道正確洗澡的方	1.藉由洗臉認識臉部各部位的名稱。 2.學習洗頭的步驟和動作。 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。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。	

			並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	1a-I-2 認識健康的生 活習 慣。 4a-I-2 養成健康的生 活習 慣。	慣。 Da-I-2 身體的部 位與衛 生保健 的重要 性。	法。 3. 能培養良 好的衛生 習慣。			
第八週	貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈	2	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-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、	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。	1. 能運用身體做出指定動作。 2. 能表現認真參與活動的積極態度。 3. 能注意同學的動作，了解如何完成指示動作。 4. 能與同學培養默契合作完成動作。 5. 能利用呼拉圈完成各	1. 使用呼拉圈與同學一起合作完成任務。 2. 利用呼拉圈完成各項指示動作。 3. 認真觀察並公正評判同學的動作。 4. 遵守遊戲規則，並和同學合作完成遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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。 ◎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。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。

			公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	與模仿能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。		項指示動作。 6. 能認真觀察並公正評判同學的動作。 7. 能遵守遊戲規則，並和同學合作完成遊戲。			
第九週	壹、快樂上學去 二. 健康小達人	1	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。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生 活習慣。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。	1. 能認識正確上廁所的方法。 2. 能了解並做到上廁所的禮儀。 3. 能認識正確上廁所的方法。 4. 能了解並做到上廁所的禮儀。 5. 能培養良好的衛生習慣。	※建立正確使用廁所及保護自己和尊重他人身體的行為。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎品德教育 品E1 良好生活習慣與德行。

				4a-I-2 養成健康的生活習慣。						
第九週	貳、運動樂趣多 八.快樂動起來	2	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-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	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	1. 在遊戲中表達出對肢體各部位的認識，並能靈活操作身體表現動作。 2. 能主動參與各種身體活動。 3. 能專注欣賞他人優良動作表現。	1. 能聽指令操作自己肢體的動作。 2. 能隨著音樂做出快樂的動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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。 ◎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 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。	

			境中培養運動與健康有關的美感體驗。 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。						
第十週	壹、快樂上學去 三.我長大了	1	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。	3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Fa-I-1 認識與喜歡自己的方法。	※從自己能完成來得到自我悅納感，知道自己做得到，也能自己做。	※讓學童藉由自己學習完成許多事，培養成就感並喜歡自己。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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。 ◎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。	
第十週	貳、運動樂趣多 八.快樂動起來	2	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-B3 具備運動與健康有關的感知	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	1. 做出簡單的動作與同學打招呼。 2. 能在運動過程中，避免運動傷害。 3. 與同學培養默契，完成動作。 4. 維護自己與尊重他人的身體的主權。 5. 能表現認真參與活動的積極態度。	※運用身體各部位與同學的碰觸打招呼，讓學童了解自己身體部位，並樂於與人互動，促進身心健康。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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。 ◎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 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	

			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-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。						◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 【性侵害犯罪防治課程】
第十一週	壹、快樂上學去 三.我長大了 期中評量	1	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。	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	※能和同儕一起玩一起學習，喜歡共好的感受。	※讓學童學習如何交朋友，並由共同的嗜好找到學習的好伙伴。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 實作評量	◎性別平等教育 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。

			爭，並與 團隊成員 合作，促 進身心健 康。						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。
第十一週	貳、運動樂 趣多 八.快樂動 起來 期中評量	2	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	1c-I-1 認識身 體活動 的基本 動作。 2c-I-2 表現認 真參與 的學習 態度。 2d-I-1	Bc-I-1 各項暖 身伸展 動作。 Ib-I-1 唱、跳 與模仿 性律動 遊戲。	1.能自己 做出課本 圖示的動 作。 2.能與同 學一起合 作發揮創 意，運用 身體表演 造型動作。 3.能說出 最喜歡同 學表演的 造型動	1.藉由活 動的設 計，運用 先前學過 的動作， 表演各種 不同的造 型。 2.利用表 演的遊 戲，增進 學童之間 的互動。 3.訓練學 童反應能 力，增強 體適能心 肺能力的 刺激。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 實作評量	◎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。 ◎人權教 育 人 E5 欣 賞、包容 個別差 異並尊重 自

		<p>與保健的潛能。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p>	<p>作。</p> <p>4. 能與同學一起合作，運用身體表演動作。</p>		<p>己與他人的權利。</p> <p>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p> <p>◎生涯規劃教育</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>
--	--	--	---	--	--	---

第十二週	壹、快樂上學去 三.我長大了	1	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。	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	※觀察事件與他人動作及表情猜測對方的情緒狀態。	※知道遇到不同的事情會產生各種情緒，並能分辨別人的心情。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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。 ◎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。	
第十二週	貳、運動樂趣多 八.快樂動起來	2	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生	1c-I-1 認識身體活動的基本	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	1. 在遊戲中表現出對肢體各部位完整概念。	1. 能聽指令操作自己肢體的動作。 2. 利用〈身體歌〉這首歌，進一步認識身體各部位。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 性 E4 認識身體界線與	

		<p>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。</p> <p>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。</p> <p>健體-E-C2 具備同理他人感受，在體</p>	<p>動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p>	<p>2. 能主動參與各種身體活動。</p> <p>3. 能專注欣賞他人優良動作表現。</p>		<p>尊重他人的身體自主權。</p> <p>◎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。</p> <p>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p> <p>◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 【性侵害犯罪防治課程】</p>	
--	--	--	--	---	--	---	--

			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。						
第十三週	壹、快樂上學去 三.我長大了	1	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。	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能。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	1. 能用言語或表情表達自己的感受讓其他人知道。 2. 在表達感受後，也能做些什麼來緩和感受或改善狀況。	※能用言語或表情表達自己的感受，並能選擇喜歡做的事來轉換心情。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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。 ◎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

									已閱讀的文本。	
第十三週	貳、運動樂趣多 八.快樂動起來	2	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-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	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	1. 在活動中表現出對肢體部位的認識，並能完成閃躲動作。 2. 遵守規則並表現出積極參與的態度。 3. 能專注欣賞他人身體動作表現。 4. 能靈活運用肢體，表現出閃躲及移動身體的動作。	※透過遊戲，能訓練學童肢體反應靈活並能做出協調的動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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。 ◎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 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。	

			<p>康有關的美感體驗。</p> <p>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。</p>						
第十四週	<p>壹、快樂上學去</p> <p>四.活力加油站</p>	1	<p>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。</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>2b-I-2 願意養成個人健康習慣。</p>	<p>Ea-I-2 基本的飲食習慣。</p>	<p>1. 能連結生活經驗，發覺早餐的重要性。</p> <p>2. 願意養成吃早餐的習慣。</p>	<p>※藉由圖中人物吃不吃早餐的結果，說明早餐的重要性。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p>◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。</p>

第十四週	貳、運動樂趣多 九.快樂走跑跳	2	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-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。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	1. 認識操場、跑道與使用規則。 2. 遵守操場跑道使用規則，並和他人共同使用操場跑步。 3. 了解暖身運動的重要性。 4. 能跟隨教師的示範，做出各項暖身伸展動作。 5. 能做出直線走、快跑、S形繞物走、側併走、側併跑、繞物跑的動作。 6. 能做出及變換走、跑動作。	1. 認識操場、跑道與使用規則。 2. 遵守操場跑道使用規則，並和他人共同使用操場跑步。 3. 了解暖身運動的重要性。 4. 能跟隨教師的示範，做出各項暖身伸展動作。 5. 能做出直線走、快跑、S形繞物走、側併走、側併跑、繞物跑的動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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。	
第十五週	壹、快樂上學去 四.活力加油站	1	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促	1a-I-1 認識基本的健康常識	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。	1. 能說出常見的早餐種類。 2. 能接納並	※能說出今天自己的早餐吃了哪些食物，分量是否剛好。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。	

			進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	識。 1a-I-2 認識健康的生 活習 慣。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。		嘗試不同的 早餐。 3.能覺察珍 惜食物的重要 性。 4.能設計一份自己可以吃得完的早餐。			
第十五週	貳、運動樂趣多 九.快樂走跑跳	2	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-C2 具備同理他人感受，在體育活動和	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	1.模仿做出各種型態走、跑的動作。 2.做出各種型態走、跑的動作。 3.專注欣賞他人動作表現。	1.能和同學一起完成「走、跑」的遊戲。 2.能在遊戲中模仿或創意各項「走、跑」的動作。 3.能專注欣賞他人的動作表現。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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。

			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。						
第十六週	壹、快樂上學去 四.活力加油站	1	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。	4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	※能認識選擇健康食物的原則。	1. 選擇食物的原則應以健康、自然為主。 2. 能認識食物對身體健康的重要性。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。
第十六週	貳、運動樂趣多 九.快樂走跑跳	2	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	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	1. 做出原地跳與連續前進跳的動作。 2. 遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。 3. 能利用下課時間練習走、跑、跳運動或遊戲。	1. 能做出原地跳與連續前進跳的動作。 2. 能在猜拳遊戲中表現跳躍變換動作。 3. 能遵守遊戲規則並和他人一同合作遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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。

			<p>潛能。</p> <p>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。</p>						<p>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>	
第十七週	<p>壹、快樂上學去</p> <p>四. 活力加油站</p>	1	<p>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。</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>2b-I-2 願意養成個人健康習慣。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>	<p>Ea-I-2 基本的飲食習慣。</p>	<p>1. 能認識少糖、不油炸的食物種類。</p> <p>2. 能做到良好的用餐行為。</p>	<p>1. 選擇食物的原則應以健康、自然為主。</p> <p>2. 能認識食物對身體健康的重要性。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>◎品德教育</p> <p>品 E1 良好生活習慣與德行。</p>	
第十七週	<p>貳、運動樂趣多</p> <p>九. 快樂走</p>	2	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動</p>	<p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲</p>	<p>1. 在遊戲中做出變換走、跑、跳的</p>	<p>1. 能在遊戲中變換走、跑、跳的動作。</p> <p>2. 能遵守遊戲規則並和他人一同合作遊戲。</p> <p>3. 能為自己表現評分。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>◎人權教育</p> <p>人 E3 了解每個人需求</p>	

	跑跳		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-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。	的基本 動作。 3d-I-1 應用基 本動作 常識， 處理練 習或遊 戲問題。	遊戲。 動作。 2. 遵守遊戲 規則，並和 他人一同合 作遊戲。 3. 能在行進 中選擇或轉 換走、跑、 跳運動。			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。	
第十八週	壹、快樂上 學去 五. 校園生 活健康多	1	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	1b-I-1 舉例說 明健康 生活情 境中適 用的健 康技能	Ca-I-1 生活中 與健康 相關的 環境。 1. 在學校發 生事情能主 動尋求協 助。 2. 學習解決 問題的能 力。	※能知道在學校若身體不舒服或受傷時要告 訴老師，並到健康中心尋求協助。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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	

			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。	和生活技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。					涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。 ◎閱讀素養教育 閱 E11 能在一般生活情境中，懂得運用文本習得的知識解決問題。 ◎戶外教育 戶 E3 善用教室外，戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。	
第十八週	貳、運動樂趣多 十.和球做朋友	2	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	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1d-I-1 描述動作技能基本常	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	1. 知道教材示範繞球的動作。 2. 能盡力完成教材動作。 3. 能觀察他人活動的表現。	1. 能努力學習並完成操作小球和大球進行活動。 2. 能利用身體不同部位進行繞球活動。 3. 配合音樂、口令完成夾球動作。 4. 能和其他人合作，利用身體不同部位順利夾住球進行活動。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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。 ◎安全教育 安 E7 探究	

			<p>人特質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>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。</p>	<p>識。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	<p>4. 能利用課餘時間，從事玩球運動。</p> <p>5. 能知道並做出教材示範夾球的動作。</p> <p>6. 能和同學互相合作完成活動。</p>			<p>運動基本的保健。</p> <p>◎生涯規劃教育</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>	
第十九週	<p>壹、快樂上學去</p> <p>五. 校園生活健康多</p>	1	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常</p>	<p>Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。</p>	<p>1. 知道健康中心的設備及器材的使用方法。</p>	<p>※藉由參訪認識健康中心能提供的服務及器材的功能。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>◎家庭教育</p> <p>家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區</p>

			<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>識。</p> <p>1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。</p> <p>4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。</p>	<p>2. 能適時、適切使用健康中心的設備或器材，以維護健康。</p>			<p>資源。</p> <p>◎生涯規劃教育</p> <p>涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。</p> <p>◎閱讀素養教育</p> <p>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。</p> <p>◎戶外教育</p> <p>戶 E3 善用教室外，戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。</p>	
<p>第十九週</p>	<p>貳、運動樂趣多</p> <p>十. 和球做朋友</p>	2	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>1d-I-1</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p>	<p>1. 能知道並做出教材示範夾球跳的動作。</p> <p>2. 能盡力完成教材動</p>	<p>1. 能平穩的做出夾球原地跳、夾球左右跳、夾球往前跳。</p> <p>2. 能和其他人合作完成夾球接力活動。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>◎品德教育</p> <p>品 E1 良好生活習慣與德行。</p> <p>品 E3 溝通合作與和諧</p>

			<p>進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>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。</p>	<p>描述動作技能基本常識。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>		<p>作。</p> <p>3.能和同學互相合作完成活動。</p> <p>4.能觀察他人活動的表現。</p>			<p>人際關係。</p> <p>◎安全教育 安 E7 探究運動基本的保健。</p> <p>◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>	
第二十週	壹、快樂上	1	健體-E-A1	1a-I-1 認識基	Ca-I-1 生活中	1.能知道學	1.學校健康中心不但協助維護全校師生的健	觀察評量 口頭評量	◎家庭教育	

	<p>學去 五.校園生活健康多 期末評量</p>		<p>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。</p>	<p>本的健 康常 識。</p>	<p>與健康 相關的 環境。</p>	<p>校護理師及 醫師到校服 務的工作內 容。 2.能禮貌對 待醫護人 員，並事實 表達謝意。</p>	<p>康，還提供許多健康服務和管理，具有多樣 功能。 2.透過討論與分析，學童能充分了解健康中 心的功能，知道健康中心是全校師生的健康 守護神。 3.能體會護理師的辛苦，進而表達感謝。</p>	<p>行為檢核 態度評量</p>	<p>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。 ◎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 戶 E3 善用 教室外，戶 外及校外教 學，認識生 活環境（自 然或人為）。</p>	
<p>第二十週</p>	<p>貳、運動樂 趣多 十.和球做</p>	<p>2</p>	<p>健體-E-A1 具備良好 身體活動</p>	<p>1c-I-1 認識身 體活動</p>	<p>Bc-I-1 各項暖 身伸展</p>	<p>1.能知道並 做到教材示 範滾接球的</p>	<p>1.配合音樂、口令順暢的完成動作。 2.能和其他人互相合作完成滾球動作。 3.能和同學合作滾中目標物。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 實作評量</p>	<p>◎品德教育 品 E1 良好 生活習慣與</p>	

朋友 期末評量			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。	的基本動作。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	動作。 Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	動作。 2. 能盡力完成教材動作。 3. 能和同學互相合作完成活動。 4. 能觀察他人活動的表現。 5. 能利用課餘時間，從事玩球運動。			德行。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎安全教育 安 E7 探究運動基本的保健。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。	
第二十一週	壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多	1	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣	4a-I-1 能於引導下，使用適切的健	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	1. 能知道健康檢查複檢（再檢查）怎麼做。 2. 能於日常生活中，做	1. 學校健康中心只是做初步的檢驗，不是檢查結果，也不具正確的效力。 2. 健康檢查後，收到複檢通知時應告知家長，再依項目到醫院或診所複檢。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎家庭教育 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。	

			<p>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。</p> <p>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。</p>	<p>康資訊、產品與服務。</p> <p>4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。</p>		<p>到守護身體健康的行為。</p>		<p>◎生涯規劃教育</p> <p>涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。</p> <p>◎閱讀素養教育</p> <p>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。</p> <p>◎戶外教育</p> <p>戶 E3 善用教室外，戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。</p>	
第二十一週	<p>貳、運動樂趣多</p> <p>十.和球做朋友</p>	2	<p>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</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2d-I-1 專注觀</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Hc-I-1 標的性球類運動相關</p>	<p>1. 能了解教材的活動關卡動作。</p> <p>2. 能觀察他人活動的表現。</p> <p>3. 能做出教</p>	<p>※能發揮專注力，體驗不同球類滾丟的感覺，跟著關卡進行不同活動。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>◎品德教育</p> <p>品 E1 良好生活習慣與德行。</p> <p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>

			全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 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。	賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	材闖關活動的動作技巧。 4. 能在玩球的過程中，認識自己身體活動能力，並選擇自己適合的運動。			◎安全教育 安 E7 探究運動基本的保健。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
第二十二週	壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多	1	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	4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	1. 能知道健康檢查複檢（再檢查）怎麼做。 2. 能於日常生活中，做到守護身體健康的行為。	1. 學校健康中心只是做初步的檢驗，不是檢查結果，也不具正確的效力。 2. 健康檢查後，收到複檢通知時應告知家長，再依項目到醫院或診所複檢。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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

			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。	4b-I-1 發表個 人對促 進健康 的立 場。					做決定的能 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 戶 E3 善用 教室外，戶 外及校外教 學，認識生 活環境（自 然或人 為）。	
第二十二週	貳、運動樂 趣多 十.和球做 朋友	2	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	1c-I-1 認識身 體活動 的基本 動作。 2d-I-1 專注觀 賞他人 的動作 表現。 3c-I-1	Bc-I-1 各項暖 身伸展 動作。 Hc-I-1 標的性 球類運 動相關 的簡易 拋、 擲、滾 之手眼 動作協 調、力	1. 能了解教 材的活動關 卡動作。 2. 能觀察他 人活動的表 現。 3. 能做出教 材闖關活動 的動作技 巧。 4. 能在玩球	※能發揮專注力，體驗不同球類滾丟的感 覺，跟著關卡進行不同活動。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎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。 ◎安全教育 安 E7 探究 運動基本的 保健。	

			與保健的 潛能。 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。	表現基 本動作 與模仿 的能 力。 3c-I-2 表現安 全的身 體活動 行為。 4c-I-2 選擇適 合個人的身體 活動。	量及準 確性控 球動 作。	的過程中， 認識自己身 體活動能 力，並選擇 自己適合的 運動。			◎生涯規劃 教育 涯 E7 培養 良好的人際 互動能力。	
--	--	--	--	---	------------------------	---	--	--	--	--

註 1：請於表頭列出第一、二學期，屬於一、二、三、四、五或六年級(113 學年度已全數適用新課綱)，以及所屬學習領域（語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、健康與體育）。

註 2：議題融入部份，請填入法定議題及課綱議題。

註 3：「學習目標」應結合「學習表現」（動詞）與「學習內容」（名詞），整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

註 4：「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號。

註 5：議題融入應同時列出實質內涵，而非只有代號或議題名稱(請參考教育部議題融入說明手冊)。例如：性別平等教育 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。

註 6：法律規定教育議題如於領域課程融入，其實質內涵之填寫請參考以下文件

1. 環境教育：請參考環境教育議題實質內涵
2. 性別平等教育：請參考性別平等教育實質內涵
3. 性侵害犯罪防治課程：請參考性別平等教育實質內涵-E5
4. 家庭教育課程：請參考家庭教育實質內涵
5. 家庭暴力防治課程：請填寫「融入家庭暴力防治」即可