臺南市公(私)立七股區樹林國民小學 109 學年度第一學期一年級健體領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班)

教材版本	翰林版	實施年級 (班級/組別)	一年級	教學節數	每週（3）節，本學期共（57）節
課程目標	1.引導學生觀察自己的成長現象，並透過遊戲化的教學活動，培養其照顧自己身體的責任感。 2.鼓勵學生持續實踐健康的行為習慣，並讓其透過觀察與演練，學習各種不同的清潔步驟。 3.藉由學生攝取食物的經驗，讓其了解食物對生理和心理的影響，並鼓勵學生養成良好的飲食習慣，讓自己更健康。 4.透過學生平日上學或放學回家的情境，探討周遭環境中的潛在危險，進一步思考因應解決的方法，提升學生危機應變的能力。 5.藉由觀察與討論，教導學生友愛同學，與同儕和睦相處的方法。 6.透過觀察與體驗活動，建立學生上體育課的正確行為，並引導學生實作暖身活動，知道運動前暖身的重要性。 7.透過觀察與體驗活動，引導學生正確使用校園遊樂設備，遵守使用規定。 8.透過身體造型遊戲，學會形狀、水平和支撐點的動作要素基本概念，並能應用在動作展演上。 9.指導學生體驗各種走路方法，並經由不同節奏的練習規畫，培養學生多走路的習慣。 10.透過一系列滾球練習與遊戲，發展學生協調性，培養基本運動能力與技巧。 11.藉由團體遊戲，培養學生群性並了解團隊合作重要性。				
總綱核心素養	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 B3 藝術涵養與美感素養 C2 人際關係與團隊合作				
融入之重大議題	【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。 生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。 【安全教育】 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E6 了解自己的身體。 安 E7 探究運動基本的保健。 安 E9 學習相互尊重的精神。				

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	領域核心素養	學習重點		表現任務（評量方式）	融入議題實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 8/31~9/5	第一冊第一單元:成長變變變 活動一：長大真好 【性侵害防治教育】	3	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。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。	Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	課堂問答 觀察評量	**【安全教育】** 安 E6 了解自己的身體。
第二週 9/6~9/12	第一冊第一單元:成長變變變 活動一:清潔衛生好習慣	3	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。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	課堂問答 觀察評量	**【生命教育】** 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
第三週 9/13~9/19	第一冊第一單元:成長變變變 活動一:清潔衛生好習慣	3	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	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	課堂問答 觀察評量	**【生命教育】** 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。

			運 動與保健的潛能。				
第四週 9/20~9/26	第一冊第二單元:營養的食物 活動一:食物調色盤	5	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。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。	課堂問答 觀察評量	**【生命教育】** 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
第五週 9/27~10/3	第一冊第二單元:營養的食物 活動二:飲食好習慣	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 認識健康的生活習慣。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	課堂問答 觀察評量	**【生命教育】** 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
第六週 10/4~10/10	第一冊第三單元:快樂上下學 活動一:安全紅綠燈 【性侵害防治教育】	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。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	課堂問答 觀察評量	**【安全教育】** 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。
第七週 10/11~10/17	第一冊第三單元:快樂上下學 活動二:我們是好同	3	健體-E-C2 具備同理他人感 受，在	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	課堂問答 觀察評量	**【生命教育】** 生 E7 發展設身處地、感同

	學 【性侵害防治教育】		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。	活規範。 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。			身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。
第八週 10/18~10/24	第一冊第四單元:愛上體育課 活動一:體育課好好玩	3	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。	1c-I-2 認識基本的運動常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。	實際演練 觀察評量	**【安全教育】** 安 E7 探究運動基本的保健。
第九週 10/25~10/31	第一冊第四單元:愛上體育課 活動二：暖身操	3	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，	1c-I-2 認識基本的運動常識。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	實際演練 觀察評量	**【安全教育】** 安 E7 探究運動基本的保健。

			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。				
第十週 11/1~11/7	第一冊第四單元:愛上體育課 活動三:安全遊樂園	3	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	1c-I-2 認識基本的運動常識。	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。	實際演練 觀察評量	**【安全教育】** 安 E3 知道常見事故傷害。

			的 問題。				
第十一週 11/8~11/14	第一冊第四單元:愛上體育課 活動三:安全遊樂園	3	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。	1c-I-2 認識基本的運動常識。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	實際演練 觀察評量	**【安全教育】** 安 E3 知道常見事故傷害。
第十二週 11/15~11/21	第一冊第五單元:我的身體真神奇 活動一:身體造型遊戲	3	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	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 表現基本動作與模仿的能力。	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	實際演練 觀察評量	**【安全教育】** 安 E6 了解自己的身體。

			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。				
第十三週 11/22~11/28	第一冊第五單元:我的身體真神奇 活動二:墊上模仿秀	3	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。	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。	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。
第十四週 11/29~12/5	第一冊第五單元:我的身體真神奇 活動三:唱跳樂趣多	3	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	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識。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。

			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。	3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。			
第十五週 12/6~12/12	第一冊第五單元:我的身體真神奇 活動四：動物拳	3	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	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。	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	實際演練 觀察評量	**【安全教育】** 安 E6 了解自己的身體。

			運動與健康的 問題。				
第十六週 12/13~12/19	第一冊第六單元:走走跑跑 活動一:跟著節奏走	3	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。	1c-I-2 認識基本的運動常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	實際演練 觀察評量	**【安全教育】** 安 E7 探究運動基本的保健。
第十七週 12/20~12/26	第一冊第六單元:走走跑跑 活動二：奔跑吧	3	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。	1c-I-2 認識基本的運動常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	實際演練 觀察評量	**【安全教育】** 安 E7 探究運動基本的保健。
第十八週 12/27~1/2	第一冊第七單元:大球小球真好玩 活動一：滾球高手	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。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力	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。	實際演練 觀察評量	**【安全教育】** 安 E9 學習相互尊重的精神。

第十九週 1/3~1/9	第一冊第七單元:大球小球真好玩 活動一：滾球高手	3	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。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力	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。	實際演練 觀察評量	**【安全教育】** 安 E9 學習相互尊重的精神。
第二十週 1/10~1/16	第一冊第七單元:大球小球真好玩 活動一：滾球高手	3	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。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力	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。	實際演練 觀察評量	**【安全教育】** 安 E9 學習相互尊重的精神。
第二十一週 1/17~1/20	第一冊第七單元:大球小球真好玩 活動二：傳球遊戲	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。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易 拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。	實際演練 觀察評量	**【安全教育】** 安 E9 學習相互尊重的精神。

◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

臺南市公(私)立七股區樹林國民小學109學年度第二學期一年級健體領域學習課程(調整)計畫(□普通班/□特教班)

教材版本	翰林版	實施年級 (班級/組別)	一年級	教學節數	每週（3）節，本學期共（52）節
課程目標	1.教師藉由單元插圖故事，引導兒童思考問題，提高學習動機。 2.藉著感受情緒與表達情緒，讓兒童逐步認識並接納自己的情緒，學習克制衝動及合宜表達情緒的方法。 3.讓兒童分辨舒服與不舒服的身體碰觸，讓兒童能認識自己的身體隱私部位及身體自主權，建立「做自己身體的主人」的觀念，進而培養保護自己和處理危機的能力。 4.透過對學校活動或家務工作的檢視，讓兒童了解善盡責任參與活動，根據興趣和能力來分配工作才是合理的。兩性在生活上應該互相包容尊重、和諧共處。 5.發表生病時的感受和處理方法，透過角色扮演活動讓兒童了解如何和醫師、護士或藥師等健康照護者配合，幫助自己早日恢復健康。 6.引導兒童認識藥袋說明並遵照使用方法按時用藥，培養正確用藥的觀念。 7.引導兒童認識疾病的傳染途徑和預防方法，了解「預防重於治療」的道理，知道增強抵抗力可以促進健康、預防疾病，進而落實良好的生活習慣，讓自己更健康。 8.透過分享與探究活動，引導兒童知道運動的益處，進而願意增加運動機會。 9.透過觀察與體驗活動，引導兒童認識校園的運動資源，並遵守使用規定。 10.引導兒童實作伸展運動，知道運動前、後伸展的重要性。 11.經由武術模仿遊戲，讓兒童學會武術拳與掌的基本動作，並能和他人合作，共同進行創作動作遊戲。 12.透過各式童玩體驗與遊戲，提升兒童的體能與協調性，並讓其從中領略傳統的美好與珍貴。 13.讓兒童了解跳躍的基本動作技巧，並能運用正確的技巧做出單、雙腳跳聯合性動作。 14.透過分享與探究活動，引導兒童知道運動的益處，進而願意增加運動機會。 15.透過觀察與體驗活動，引導兒童認識校園的運動資源，並遵守使用規定。 16.藉由氣球多樣的擊球遊戲，降低運動學習門檻，引發兒童學習興趣。 17.透過大、小球的拋球體驗與練習，學習基本運動要領，並在遊戲或比賽中增進運動技能。 18.藉由各種不同的用手拍球練習和遊戲，增進兒童用手控球的靈活度與協調性。 19.教師藉由播放水域活動相關相片或影片，引導學生發表自我經驗，提高其學習興趣。 20.透過討論方式，教師教導兒童挑選游泳裝備的方法。 21.藉由經驗分享，教師幫助兒童了解游泳時的安全規範。				
總綱核心素養	A1 身心素質與自我精進 A2 系統思考與解決問題 B3 藝術涵養與美感素養 C1 道德實踐與公民意識 C2 人際關係與團隊合作 C3 多元文化與國際理解				

融入之重大議題	【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 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。 人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。 【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E7 探究運動基本的保健。 安 E8 了解校園安全的意義。 【家庭教育】 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。 家 E12 規劃個人與家庭的生活作息。 【多元文化教育】 多 E1 了解自己的文化特質。 多 E2 建立自己的文化認同與意識。

課程架構脈絡

教學期程	單元與活動名稱	節數	領域核心素養	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 2/17~2/20	單元一、心情追追追 活動一、情緒調色盤 【性侵害防治教育】	2	健體-E-A2 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	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	自評 操作 問答 觀察	**【家庭教育】** 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。

			特質，發展運 動與保健的潛能。				
第二週 2/21~2/27	單元一、心情追追追 活動一、情緒調色盤	3	健體-E-A2 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。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	自評 操作 問答 觀察	**【家庭教育】** 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。
第三週 2/28~3/6	單元一、心情追追追 活動二、情緒處理機 【性侵害防治教育】	2	健體-E-A2 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。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	自評 操作 問答 觀察	**【家庭教育】** 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。
第四週 3/7~3/13	單元一、心情追追追 活動二、情緒處理機	3	健體-E-A2 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。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	問答 演練	**【人權教育】** 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。
第五週	單元二、男女齊步走 活動一、做身體的主	3	健體-E-A2 具備良好身	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助	發表 問答	**【性別平等教育】**

3/14~3/20	人 【性侵害防治教育】		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。	3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	方法。	觀察 實作	性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 **【人權教育】** 人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。
第六週 3/21~3/27	單元二、男女齊步走 活動二、超級比一比	3	健體-E-A2 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。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Db-I-1 日常生活中的性別角色。	發表 問答	**【性別平等教育】** 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。
第七週 3/28~4/3	單元三、疾病小百科 活動一、生病了怎麼辦	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。	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	問答 發表 演練	**【家庭教育】** 家 E12 規劃個人與家庭的生活作息。
第八週 4/4~4/10	單元三、疾病小百科 活動二、用藥停看聽	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	1a-I-1 認識基本的健康常識。 3a-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	問答 發表 演練	**【家庭教育】** 家 E12 規劃個人與家庭的生活作息。

			認識 個人特質，發展運 動與保健的潛能。				
第九週 4/11~4/17	單元三、疾病小百科 活動三、疾病知多少	3	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。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2b-I-1 接受健康的生活規範。	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	問答 演練 自評	**【家庭教育】** 家E12 規劃個人與家庭的生活作息。
第十週 4/18~4/24	單元四、跳一跳、動一動 活動一、伸展一下、 活動二、長大真好	3	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。	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。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4d-I-1 願意從事規律的身體活動。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	問答 實作 觀察	**【安全教育】** 安E7 探究運動基本的保健。
第十一週 4/25~5/1	單元四、跳一跳、動一動 活動三、我愛唱跳	3	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。	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。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	問答 實作	**【安全教育】** 安 E7 探究運動基本的保健。

第十二週 5/2~5/8	單元五、高手來過招 活動一、功夫小子	3	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。	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。	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	實作 觀察	**【安全教育】** 安 E7 探究運動基本的保健。
第十三週 5/9~5/15	單元五、高手來過招 活動二、童玩世界	3	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	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3c-I-1 表現基本動作與模仿能力。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	實作 觀察	**【多元文化教育】** 多 E1 了解自己的文化特質。 多E2 建立自己的文化認同與意識。
第十四週 5/16~5/22	單元六、我愛運動 活動一、常運動好處多、活動二、運動場地大探索	3	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	1c-I-2 認識基本的運動常識。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	問答 實作	**【安全教育】** 安 E7 探究運動基本的保健。 安E8 了解校園安全的意義。

			體驗與實踐，處理日常生活 中運動與健康的 問題。				
第十五週 5/23~5/29	單元六、高手來過招 活動三、動出好體力	3	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。	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識。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	問答 實作	**【安全教育】** 安 E7 探究運動基本的保健。
第十六週 5/30~6/5	單元六、我愛運動 活動四、滾出活力	3	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。	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。	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	問答 實作 觀察	**【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。
第十七週 6/6~6/12	單元六、我愛運動 活動五、有趣的平衡遊戲	3	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。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	問答 實作	**【安全教育】** 安 E7 探究運動基本的保健。

第十八週 6/13~6/19	單元七、球類運動樂趣多 活動一、飛向天空、活動二、百發百中	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。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Ha-I-1 網/牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	問答 實作	**【安全教育】** 安 E7 探究運動基本的保健。
第十九週 6/20~6/26	單元七、球類運動樂趣多 活動三、拍球樂無窮、活動四、踢踢樂	3	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。	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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。 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、力量及準確性控制動作。	實作 觀察	**【安全教育】** 安 E7 探究運動基本的保健。
第二十週 6/27~6/30	單元八、玩水樂無窮 活動一、水上遊樂園、活動二、水中安全	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。	1c-I-2 認識基本的運動常識。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。	Gb-I-1 游泳池安全與衛生常識。 Gb-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻律呼吸與藉物漂浮。	發表 問答	**【安全教育】** 安 E2 了解危機與安全。

◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。