臺南市私立北區寶仁國民小學 111 學年度第一學期三年級 健康與體育(體育) 計畫(●普通班/□特教班)

	1 -70 - 51 - 1711	1	1 / \(\infty\) 1 / \(\infty\) = 1		(//X // /		11 120-7				
教材版本	翰林版教材加自編		年級 三年級	教學節數	每週(2	2)節,本學期共(	42) 節				
課程目標	健康教育:這學期要學會體育:學習跑步、體操和		·	體,學習如何發現戶	危險與守護自己。						
該學習階段 領域核心素養	健體-E-A2 具備探索身體 健體-E-C1 具備生活中有	豐活動與 「關運重	與健康生活問題的思考能 助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,培養公民意言	哉,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。 課程架構脈絡											
b/ 63 Hn 40	學習重點表現任務										
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵				
第一週8/28~9/3	壹、健康一把罩一. 我升上三年級了 貳、運動真快樂六. 快樂向前 衝	2	1.透過參與活動,認識並適應無不可以 應新環境。 2.表現出學習精神,利用果 間時運動時注意並展現相關 3.於健行為。 4.能於拋接用類的。 4.能於拋接現期的的。 5.能計劃, 6.能計劃, 6.能計劃, 6.能動, 6.能力, 6.能	技能概念。 $A2/A1$ $1d-\Pi-2$ 描述自己或他人動作技能的正確性。 $B1/A3/A2$ $2a-\Pi-2$ 注意健康問題嚴重性。 $A2/A3$ $2d-\Pi-1$ 描述數 身體活動的處別 $3a-\Pi-1$ 演練基本的健康技能。 $A2/A1$ $3c-\Pi-2$ 透過身體	Da-Ⅱ-2 身體各部位的功能與衛生保健的技能 Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲	實作評量 行為檢核	【豐子 在 在 安 安 胜				

21.21.7		,			I .		
			運動習慣。	與表現正確的身體			
				活動。			
				B3/A2			
				4a-Ⅱ-2 展現促進			
				健康的行為。A3/B3			
第二週		2	1. 透過活動,了解能力的提	1a-Ⅱ-1 認識身心	Cb-Ⅱ-3 奥林匹克	觀察評量	【體育】
9/4~9/10			升是成長的一部分。	健康基本概念與意	運動會的起源知識	實作評量	◎安全教育
			2. 能與教師、同學互動,積	義。A2/A1	與主要訴求	行為檢核	安 E4 探討日常
			極適應新環境與新生活。		Fa-Ⅱ-3 情緒的調	態度評量	生活應該注意的
	壹、健康一把罩一. 我升上三年		3. 透過參與活動,認識並適	2c-Ⅱ-1 遵守上課	適方法		安全。
	級了		應新環境。	規範和運動比賽規	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		安 E6 了解自己
	貳、運動真快樂六. 快樂向前			則。C2/C1	行進間投擲的遊戲		的身體。
	衝			3c-Ⅱ-2 透過身體			
				活動,探索運動潛能			
				與表現正確的身體			
				活動。			
				B3/A2			
第三週		2	1. 認識骨骼、軟骨、肌肉及	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fa-Ⅱ-3 情緒的調	觀察評量	【體育】
9/11~9/17			關節的組合,並了解其功能	受到個人、家庭、學	適方法	實作評量	◎安全教育
			及保健方法。	校等因素之影響。	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與	行為檢核	安 E4 探討日常
	土 油床 上里 小引!一左		2. 能了解骨骼、軟骨、肌肉	A3/A2	行進間投擲的遊戲	態度評量	生活應該注意的
	壹、健康一把罩一. 我升上三年		及關節的結合,讓身體能靈	3d-Ⅱ-2 運用遊戲			安全。
	級了		活活動。	的合作和競爭策			安 E6 了解自己
	貳、運動真快樂六. 快樂向前		3. 能運用骨骼、軟骨、肌肉	略。A3/C2			的身體。
	衝		及關節的結合,做出許多動	4d-Ⅱ-2 參與提高			
			作。	體適能與基本運動			
				能力的身體活動。			
				C1/A3			
	t .	1	i.	i.	I	l.	l.

	2	1. 認識骨骼、軟骨、肌肉及	1d-Ⅱ-1 認識動作	Fa-Ⅱ-2 家人、朋	觀察評量	【體育】
		關節的組合,並了解其功能	技能概念與動作練	友良好的溝通與相	實作評量	◎安全教育
		及保健方法。	習的策略。A2/A1	處技巧	行為檢核	安 E4 探討日常
		2. 能認識增進骨骼、軟骨、	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fa-Ⅱ-3 情緒的調	態度評量	生活應該注意的
康一把罩一. 我升上三年		肌肉及關節健康的方法。	受到個人、家庭、學	適方法		安全。
			校等因素之影響。	Ha-Ⅱ-1 網/牆性		安 E6 了解自己
運動真快樂六. 快樂向前			A3/A2	相關的拋接球、持		的身體。
			3b-Ⅱ-2 能於引導	拍控球、擊球及拍		
			下,表現基本的人際	擊球、傳 接球之時		
			溝通互動技能。	間、空間及人與		
			B1/C2	人、人與球關係攻		
				防概念		
	2	1. 透過參與活動,認識並適	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fa-Ⅱ-3 情緒的調	觀察評量	【體育】
		應新環 境。	受到個人、家庭、學	適方法	實作評量	◎安全教育
		2. 表現出學習精神,利用課	校等因素之影響。	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與	行為檢核	安 E4 探討日常
		間時間練習跑步以求進步。	A3/A2	行進間投擲的遊戲	態度評量	生活應該注意的
		3. 於運動時注意並展現相關	3d-Ⅱ-2 運用遊戲			安全。
		保健行為。	的合作和競爭策			安 E6 了解自己
康一把罩一. 我升上三年		4. 能於拋接活動中順利的和	略。A3/C2			的身體。
		他人合作展現拋接動作。	4d-Ⅱ-2 參與提高			
運動真快樂六. 快樂向前		5. 能表現出學習精神,並利	體適能與基本運動			
		用時間練習,改善動作以求	能力的身體活動。			
		進步。	C1/A3			
		6. 能主動參與傳接球與運球				
		的活動,增進身體基本運動				
		能力,養成運動習慣。				
		7. 能主動參與踢毽活動,增				
		進身體基本運動能力,培養				
	康一把罩一. 我升上三年 運動真快樂六. 快樂向前	運動真快樂六. 快樂向前  2  2	關節的組合,並了解其功能及保健方法。 2.能認識增進骨骼、軟骨、肌肉及關節健康的方法。 2.能認識增進骨骼、軟骨、肌肉及關節健康的方法。  2.能認識增進骨骼、軟骨、肌肉及關節健康的方法。  2.能熱環境。 2.表現出學習精神,利用課間時間練習跑步以求進步。 3.於運動時注意並展現相關保健行為。 4.能於拋接活動中順利的和他人合作展現拋接動作。 5.能表現出學習精神,並利用時間練習,改善動作以求進步。 6.能主動參與傳接球與運球的活動,增進身體基本運動能力,養成運動習慣。 7.能主動參與踢毽活動,增	關節的組合,並了解其功能 及保健方法。 2.能認識增進骨骼、軟骨、 別內及關節健康的方法。  運動真快樂六.快樂向前  2 1.透過參與活動,認識並適應為到人際。 應新環境。 2.表現出學習精神,利用課問時間練習跑步以求進步。 3.於運動時注意並展現相關保健行為。 4.能於拋接活動中順利的和他人企作展現拋接動作。 5.能表現出學習精神,並利用時間練習、改善動作以求進步。 6.能主動參與傳接球與運球的活動。在1/A3	展中把單一. 我升上三年  2	展一把單一. 我升上三年 関節的組合、進了解其功能 及保健方法。 2.能認識增進骨骼、軟骨、 2a-II-I 覺察健康 愛到個人、家庭、學校等因素之影響。 A3/A2 3b-II-2 能於引等 下,表現基本的人際 滿通互動技能。 B1/C2 bx, 與非關係攻 bx, 以與共國於 bx, 以及

			運動習慣。				
第六週		2	1. 能認識不同的情緒。	1d-Ⅱ-1 認識動作	Fa-Ⅱ-2 家人、朋	觀察評量	【體育】
10/2~10/8			2. 能在遊戲中藉由表情或動	技能概念與動作練	友良好的溝通與相	實作評量	◎安全教育
			作猜出正確的情緒。	習的策略。A2/A1	處技巧	行為檢核	安 E4 探討日常
			3. 能了解遇到不同的情境會	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fa-Ⅱ-3 情緒的調	態度評量	生活應該注意的
	壹、健康一把罩一. 我升上三年		有不同的情緒反應。	受到個人、家庭、學	適方法		安全。
	級了		4. 透過活動,了解能力的提	校等因素之影響。	Ha-Ⅱ-1 網/牆性		安 E6 了解自己
	貳、運動真快樂六. 快樂向前		升是成長的一部分。	A3/A2	相關的拋接球、持		的身體。
	衝		5. 能與教師、同學互動,積	3b-Ⅱ-2 能於引導	拍控球、擊球及拍		
			極適應新環境與新生活。	下,表現基本的人際	擊球、傳 接球之時		
				溝通互動技能。	間、空間及人與		
				B1/C2	人、人與球關係攻		
					防概念		
第七週 10/9~10/15		2	1. 與同學相處時,能分辨令	1a-Ⅱ-1 認識身心	Cb-Ⅱ-3 奥林匹克	觀察評量	【體育】
10/9~10/13			人感到愉快及不愉快的行	健康基本概念與意	運動會的起源知識	實作評量	◎品德教育
			為。	義。A2/A1	與主要訴求	行為檢核	品 E3 溝通合作
			2. 能在遊戲中藉由表情或動		Fa-Ⅱ-3 情緒的調	態度評量	與和諧人際關
	壹、健康一把罩一. 我升上三年		作猜出正確的情緒。	2c-Ⅱ-1 遵守上課	適方法		係。
	級了		3. 能了解遇到不同的情境會	規範和運動比賽規	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		
	貳、運動真快樂六. 快樂向前		有不同的情緒反應。	則。C2/C1	行進間投擲的遊戲		
	衝		4. 透過活動,了解能力的提	3c-Ⅱ-2 透過身體			
			升是成長的一部分。	活動,探索運動潛能			
			5. 能與教師、同學互動,積	與表現正確的身體			
			極適應新環境與新生活。	活動。			
				B3/A2			
第八週	壹、健康一把罩二. 我是 EQ 高	2	1. 能知道「我訊息」的使用	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fa-Ⅱ-3 情緒的調	觀察評量	【體育】
10/16~10/22	手		技巧。	受到個人、家庭、學	適方法	實作評量	◎品德教育

	貳、運動真快樂六. 快樂向前		2. 遇到令人不愉快的事情	校等因素之影響。	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與	行為檢核	品 E3 溝通合作
	衝		時,能平靜的與人溝通。	A3/A2	行進間投擲的遊戲	態度評量	與和諧人際關
			3. 能使用「我訊息」演練與	3d-Ⅱ-2 運用遊戲			係。
			他人溝通的方式。	的合作和競爭策			
			3. 能了解遇到不同的情境會	略。A3/C2			
			有不同的情緒反應。	4d-Ⅱ-2 參與提高			
			4. 透過活動,了解能力的提	體適能與基本運動			
			升是成長的一部分。	能力的身體活動。			
			5. 能與教師、同學互動,積	C1/A3			
			極適應新環境與新生活。				
第九週		2	1. 透過參與活動,認識並適	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fa-Ⅱ-3 情緒的調	觀察評量	【體育】
10/23~10/29			應新環 境。	受到個人、家庭、學	適方法	實作評量	◎品德教育
			2. 表現出學習精神,利用課	校等因素之影響。	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與	行為檢核	品 E3 溝通合作
			間時間練習跑步以求進步。	A3/A2	行進間投擲的遊戲	態度評量	與和諧人際關
			3. 於運動時注意並展現相關	3d-Ⅱ-2 運用遊戲			係。
			保健行為。	的合作和競爭策			
	志。伊庞·加罗一 化目 DO 古		4. 能於拋接活動中順利的和	略。A3/C2			
	壹、健康一把罩二. 我是 EQ 高手		他人合作展現拋接動作。	4d-Ⅱ-2 參與提高			
	·		5. 能表現出學習精神,並利	體適能與基本運動			
	貳、運動真快樂六. 快樂向前 衝		用時間練習,改善動作以求	能力的身體活動。			
	1里]		進步。	C1/A3			
			6. 能主動參與傳接球與運球				
			的活動,增進身體基本運動				
			能力,養成運動習慣。				
			7. 能主動參與踢毽活動,增				
			進身體基本運動能力,培養				
			運動習慣。				

第十週		2	1. 能知道調適情緒的方法。	la-Ⅱ-1 認識身心	Cb-Ⅱ-3 奥林匹克	觀察評量	【體育】
10/30~11/5			2. 了解每個人都可能有情緒	健康基本概念與意	運動會的起源知識	實作評量	◎品德教育
			的困擾,要適當抒發情緒。	義。A2/A1	與主要訴求	行為檢核	品 E3 溝通合作
			3. 當不好的情緒產生時,能		Fa-Ⅱ-3 情緒的調	態度評量	與和諧人際關
	壹、健康一把罩二. 我是 EQ 高		用適當的方法緩和心情。	2c-Ⅱ-1 遵守上課	適方法		係。
	手		4. 不小心傷害到別人時,能	規範和運動比賽規	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		
	貳、運動真快樂六. 快樂向前		道歉並遵守約定。	則。C2/C1	行進間投擲的遊戲		
	衝		5. 能在日常生活中用健康的	3c-Ⅱ-2 透過身體			
			態度尊重體諒別人。	活動,探索運動潛能			
				與表現正確的身體			
				活動。			
				B3/A2			
第十一週	壹、健康一把罩二. 我是 EQ 高	2	1. 能知道調適情緒的方法。	la-Ⅱ-1 認識身心	Cb-Ⅱ-3 奥林匹克	觀察評量	【體育】
11/6~11/12	手		2. 能在遊戲中藉由表情或動	健康基本概念與意	運動會的起源知識	實作評量	◎品德教育
	貳、運動真快樂六. 快樂向前		作猜出正確的情緒。	義。A2/A1	與主要訴求	行為檢核	品 E3 溝通合作
	衝		3. 能了解遇到不同的情境會		Fa-Ⅱ-3 情緒的調	態度評量	與和諧人際關
			有不同的情緒反應。	2c-Ⅱ-1 遵守上課	適方法		係。
			4. 透過活動,了解能力的提	規範和運動比賽規	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		
			升是成長的一部分。	則。C2/C1	行進間投擲的遊戲		
			5. 能與教師、同學互動,積	3c-Ⅱ-2 透過身體			
			極適應新環境與新生活。	活動,探索運動潛能			
				與表現正確的身體			
				活動。			
				B3/A2			
第十二週	壹、健康一把罩二. 我是 EQ 高	2	1. 透過參與活動,認識並適	la-Ⅱ-1 認識身心	Cb-Ⅱ-3 奥林匹克	觀察評量	【體育】
11/13~11/19	手		應新環 境。	健康基本概念與意	運動會的起源知識	實作評量	◎品德教育
	貳、運動真快樂六. 快樂向前		2. 表現出學習精神,利用課	義。A2/A1	與主要訴求	行為檢核	品 E3 溝通合作
	衝		間時間練習跑步以求進步。		Fa-Ⅱ-3 情緒的調	態度評量	與和諧人際關

	r -						
			3. 於運動時注意並展現相關	2c-Ⅱ-1 遵守上課	適方法		係。
			保健行為。	規範和運動比賽規	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		
			4. 能於拋接活動中順利的和	則。C2/C1	行進間投擲的遊戲		
			他人合作展現拋接動作。	3c-Ⅱ-2 透過身體			
			5. 能表現出學習精神,並利	活動,探索運動潛能			
			用時間練習,改善動作以求	與表現正確的身體			
			進步。	活動。			
			6. 能主動參與傳接球與運球	B3/A2			
			的活動,增進身體基本運動				
			能力,養成運動習慣。				
			7. 能主動參與踢毽活動,增				
			進身體基本運動能力,培養				
			運動習慣。				
第十三週		2	1. 透過參與活動,認識並適	1d-Ⅱ-1 認識動作	Fa-Ⅱ-2 家人、朋	觀察評量	【體育】
11/20~11/26			應新環 境。	技能概念與動作練	友良好的溝通與相	實作評量	◎安全教育
			2. 表現出學習精神,利用課	習的策略。A2/A1	處技巧	行為檢核	安 E4 探討日常
			間時間練習跑步以求進步。	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fa-Ⅱ-3 情緒的調	態度評量	生活應該注意的
			3. 於運動時注意並展現相關	受到個人、家庭、學	適方法		安全。
	壹、健康一把罩二. 我是 EQ 高		保健行為。	校等因素之影響。	Ha-Ⅱ-1 網/牆性		安 E6 了解自己
	宣、健康一把早一. 找走 EQ 向		4. 能於拋接活動中順利的和	A3/A2	相關的拋接球、持		的身體。
	」		他人合作展現拋接動作。	3b-Ⅱ-2 能於引導	拍控球、擊球及拍		
			5. 能表現出學習精神,並利	下,表現基本的人際	擊球、傳 接球之時		
	趣		用時間練習,改善動作以求	溝通互動技能。	間、空間及人與		
			進步。	B1/C2	人、人與球關係攻		
			6. 能主動參與傳接球與運球		防概念		
			的活動,增進身體基本運動				
			能力,養成運動習慣。				
			7. 能主動參與踢毽活動,增				

			進身體基本運動能力,培養				
			運動習慣。				
第十四週	壹、健康一把罩二. 我是 EQ 高	2	1. 透過參與活動,認識並適	1d-Ⅱ-1 認識動作	Fa-Ⅱ-2 家人、朋	觀察評量	【體育】
11/27~12/3	手		應新環 境。	技能概念與動作練	友良好的溝通與相	實作評量	◎安全教育
	貳、運動真快樂七. 拋接真有		2. 表現出學習精神,利用課	習的策略。A2/A1	處技巧	行為檢核	安 E4 探討日常
	趣		間時間練習跑步以求進步。	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fa-Ⅱ-3 情緒的調	態度評量	生活應該注意的
			3. 於運動時注意並展現相關	受到個人、家庭、學	適方法		安全。
			保健行為。	校等因素之影響。	Ha-Ⅱ-1 網/牆性		安 E6 了解自己
			4. 能於拋接活動中順利的和	A3/A2	相關的拋接球、持		的身體。
			他人合作展現拋接動作。	3b-Ⅱ-2 能於引導	拍控球、擊球及拍		
			5. 能表現出學習精神,並利	下,表現基本的人際	擊球、傳 接球之時		
			用時間練習,改善動作以求	溝通互動技能。	間、空間及人與		
			進步。	B1/C2	人、人與球關係攻		
			6. 能主動參與傳接球與運球		防概念		
			的活動,增進身體基本運動				
			能力,養成運動習慣。				
			7. 能主動參與踢毽活動,增				
			進身體基本運動能力,培養				
			運動習慣。				
第十五週 12/4~12/10	壹、健康一把罩二. 我是 EQ 高	2	1. 透過參與活動,認識並適	1d-Ⅱ-1 認識動作	Fa-Ⅱ-2 家人、朋	觀察評量	【體育】
12/4~12/10	手		應新環 境。	技能概念與動作練	友良好的溝通與相	實作評量	◎安全教育
	貳、運動真快樂七. 拋接真有		2. 表現出學習精神,利用課	習的策略。A2/A1	處技巧	行為檢核	安 E4 探討日常
	趣		間時間練習跑步以求進步。	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fa-Ⅱ-3 情緒的調	態度評量	生活應該注意的
			3. 於運動時注意並展現相關	受到個人、家庭、學	適方法		安全。
			保健行為。	校等因素之影響。	Ha-Ⅱ-1 網/牆性		安 E6 了解自己
			4. 能於拋接活動中順利的和	A3/A2	相關的拋接球、持		的身體。
			他人合作展現拋接動作。	3b-Ⅱ-2 能於引導	拍控球、擊球及拍		
			5. 能表現出學習精神,並利	下,表現基本的人際	擊球、傳 接球之時		

-						
		用時間練習,改善動作以求	溝通互動技能。	間、空間及人與		
		進步。	B1/C2	人、人與球關係攻		
		6. 能主動參與傳接球與運球	3c-Ⅱ-1 表現聯合	防概念		
		的活動,增進身體基本運動	性動作技能。A3/A2			
		能力,養成運動習慣。				
		7. 能主動參與踢毽活動,增				
		進身體基本運動能力,培養				
		運動習慣。				
第十六週	壹、健康一把罩二. 我是 EQ 高 2	1. 透過參與活動,認識並適	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fa-Ⅱ-2 家人、朋	觀察評量	【體育】
12/11~12/17	手	應新環 境。	受到個人、家庭、學	友良好的溝通與相	實作評量	◎安全教育
	貳、運動真快樂七. 抛接真有	2. 表現出學習精神,利用課	校等因素之影響。	處技巧	行為檢核	安 E4 探討日常
	趣	間時間練習跑步以求進步。	A3/A2	Fa-Ⅱ-3 情緒的調	態度評量	生活應該注意的
		3. 於運動時注意並展現相關	2c-Ⅱ-2 表現增進	適方法		安全。
		保健行為。	團隊合作、友善的互	Ha-Ⅱ-1 網/牆性		安 E6 了解自己
		4. 能於拋接活動中順利的和	動行為。B1/C2	相關的拋接球、持		的身體。
		他人合作展現拋接動作。	3c-Ⅱ-1 表現聯合	拍控球、擊球及拍		
		5. 能表現出學習精神,並利	性動作技能。A3/A2	擊球、傳 接球之時		
		用時間練習,改善動作以求	3d-Ⅱ-2 運用遊戲	間、空間及人與		
		進步。	的合作和競爭策	人、人與球關係攻		
		6. 能主動參與傳接球與運球	略。A3/C2	防概念		
		的活動,增進身體基本運動	4b-Ⅱ-1 清楚說明			
		能力,養成運動習慣。	個人對促進健康的			
		7. 能主動參與踢毽活動,增	立場。B1/A3			
		進身體基本運動能力,培養				
		運動習慣。				
第十七週	壹、健康一把罩三.健康保衛戰 2	1. 透過參與活動,認識並適	1b-Ⅱ-1 認識健康	Da-Ⅱ-1 良好衛生	觀察評量	【體育】
12/18~12/24	貳、運動真快樂八. 一起來玩	應新環 境。	技能和生活技能對	習慣的建立	實作評量	◎安全教育
	球	2. 表現出學習精神,利用課	健康維護的重要	Ha-Ⅱ-1 網/牆性	行為檢核	安 E4 探討日常

		間時間練習跑步以求進步。	性。A2/A1	相關的拋接球、持	態度評量	生活應該注意的
		3. 於運動時注意並展現相關	1d-Ⅱ-2 描述自己	拍控球、擊球及拍		安全。
		保健行為。	或他人動作技能的	擊球、傳 接球之時		安 E6 了解自己
		4. 能於拋接活動中順利的和	正確性。B1/A3/A2	間、空間及人與		的身體。
		他人合作展現拋接動作。	2a-Ⅱ-2 注意健康	人、人與球關係攻		
		5. 能表現出學習精神,並利	問題所帶來的威脅	防概念		
		用時間練習,改善動作以求	感與嚴重性。A2/A3			
		進步。	2b-Ⅱ-1 遵守健康			
		6. 能主動參與傳接球與運球	的生活規範。A2/C1			
		的活動,增進身體基本運動	2c-Ⅱ-2 表現增進			
		能力,養成運動習慣。	團隊合作、友善的互			
		7. 能主動參與踢毽活動,增	動行為。B1/C2			
		進身體基本運動能力,培養	4d-Ⅱ-2 參與提高			
		運動習慣。	體適能與基本運動			
			能力的身體活動。			
			C1/A3			
第十八週	壹、健康一把罩三. 健康保衛戰 2	1. 透過參與活動,認識並適	1b-Ⅱ-1 認識健康	Da-Ⅱ-1 良好衛生	觀察評量	【體育】
12/25~12/31	貳、運動真快樂八. 一起來玩	應新環 境。	技能和生活技能對	習慣的建立	實作評量	◎品德教育
	球	2. 表現出學習精神,利用課	健康維護的重要	Ha-Ⅱ-1 網/牆性	行為檢核	品 E3 溝通合作
		間時間練習跑步以求進步。	性。A2/A1	相關的拋接球、持	態度評量	與和諧人際關
		3. 於運動時注意並展現相關	1d-Ⅱ-2 描述自己	拍控球、擊球及拍		係。
		保健行為。	或他人動作技能的	擊球、傳 接球之時		
		4. 能於拋接活動中順利的和	正確性。B1/A3/A2	間、空間及人與		
		他人合作展現拋接動作。	2a-Ⅱ-2 注意健康	人、人與球關係攻		
		5. 能表現出學習精神,並利	問題所帶來的威脅	防概念		
		用時間練習,改善動作以求	感與嚴重性。A2/A3			
		進步。	2b-Ⅱ-1 遵守健康			
		6. 能主動參與傳接球與運球	的生活規範。A2/C1			

			的活動,增進身體基本運動	2c-Ⅱ-2 表現增進			
			能力,養成運動習慣。	團隊合作、友善的互			
			7. 能主動參與踢毽活動,增	動行為。B1/C2			
			進身體基本運動能力,培養	4d-Ⅱ-2 參與提高			
			運動習慣。	體適能與基本運動			
				能力的身體活動。			
				C1/A3			
第十九週	壹、健康一把罩三.健康保衛戰	2	1. 透過參與活動,認識並適	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fb-Ⅱ-2 常見傳染	觀察評量	【體育】
1/1~1/7	貳、運動真快樂八. 一起來玩		應新環 境。	受到個人、家庭、學	病預防原則與自我	實作評量	◎品德教育
	球		2. 表現出學習精神,利用課	校等因素之影響。	照護	行為檢核	品 E3 溝通合作
			間時間練習跑步以求進步。	A3/A2	Ha-Ⅱ-1 網/牆性	態度評量	與和諧人際關
			3. 於運動時注意並展現相關	2a-Ⅱ-2 注意健康	相關的拋接球、持		係。
			保健行為。	問題所帶來的威脅	拍控球、擊球及拍		
			4. 能於拋接活動中順利的和	感與嚴重性。A2/A3	擊球、傳 接球之時		
			他人合作展現拋接動作。	2c-Ⅱ-2 表現增進	間、空間及人與		
			5. 能表現出學習精神,並利	團隊合作、友善的互	人、人與球關係攻		
			用時間練習,改善動作以求	動行為。B1/C2	防概念		
			進步。	3d-Ⅱ-2 運用遊戲			
			6. 能主動參與傳接球與運球	的合作和競爭策			
			的活動,增進身體基本運動	略。A3/C2			
			能力,養成運動習慣。	4d-Ⅱ-2 參與提高			
			7. 能主動參與踢毽活動,增	體適能與基本運動			
			進身體基本運動能力,培養	能力的身體活動。			
			運動習慣。	C1/A3			
第二十週	壹、健康一把罩三.健康保衛戰	2	1. 透過參與活動,認識並適	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fb-Ⅱ-2 常見傳染	觀察評量	【體育】
1/8~1/14	貳、運動真快樂八. 一起來玩		應新環 境。	受到個人、家庭、學	病預防原則與自我	實作評量	◎品德教育
	球		2. 表現出學習精神,利用課	校等因素之影響。	照護	行為檢核	品 E3 溝通合作
			間時間練習跑步以求進步。	A3/A2	Ha-Ⅱ-1 網/牆性	態度評量	與和諧人際關
	•		*				

	3. 於運動時注意並展現相關	2a-Ⅱ-2 注意健康	相關的拋接球、持		係。
					177
	保健行為。	問題所帶來的威脅	拍控球、擊球及拍		
	4. 能於拋接活動中順利的和	感與嚴重性。A2/A3	擊球、傳 接球之時		
	他人合作展現拋接動作。	2c-Ⅱ-2 表現增進	間、空間及人與		
	5. 能表現出學習精神,並利	團隊合作、友善的互	人、人與球關係攻		
	用時間練習,改善動作以求	動行為。B1/C2	防概念		
	進步。	3d-Ⅱ-2 運用遊戲			
	6. 能主動參與傳接球與運球	的合作和競爭策			
	的活動,增進身體基本運動	略。A3/C2			
	能力,養成運動習慣。	4d-Ⅱ-2 參與提高			
	7. 能主動參與踢毽活動,增	體適能與基本運動			
	進身體基本運動能力,培養	能力的身體活動。			
	運動習慣。	C1/A3			
第二十一週 1/20 休業式	總複習	總複習	總複習	總複習	總複習
1/15~1/21 1/20 休業式					

- ◎教學期程以每週教學為原則,如行列太多或不足,請自行增刪。
- ◎「學習目標」應為結合「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。
- ◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位,清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。
- ◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字,非只有代號,「融入議題實質內涵」亦是。
- ◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施,如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

臺南市私立北區寶仁國民小學 111 學年度第二學期 三 年級 健康與體育(體育) 計畫( 普通班/□特教班)

教材版本	翰林版教材加自編		施年級 B/組別) 三年級	教學節數	每週 (	2)節,本學期共(4	10)節				
課程目標	7.介紹不同地區的早餐習慣,讓兒童了解,因為環境的不同,早餐內容也有差異。 8.介紹與演練各種平時較少接觸的活動項目,例如:瑜伽、呼拉圈、扯鈴等,讓兒童有機會體驗更多元的身體活動練習,激發身體活動的潛能。 9.透過瑜伽、平衡木和呼拉圈的活動,引導兒童發揮創意,自創各種比賽或呈現不同的展演內容,從中享受運動的樂趣。 10.透過趣味遊戲及基本的水中活動安全教育,培養兒童入水、水中移動、閉氣和漂浮的基本動作能力,以做為日後學習水中動作技能之基礎。										
	該學習階段 領域核心素養 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-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。 課程架構脈絡										
			WK1271		T. mi						
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習	重點	表現任務	融入議題				
12 7 7 7 1 -	1 2000 113	7, 20	1 H - M	學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵				
第一週		2	1. 透過參與活動,認識並適	1d-Ⅱ-1 認識動作	Ca-Ⅱ-1 健康社區	觀察評量	【體育】				
2/12~2/18			應新環 境。	技能概念與動作練	的意識、責任與維	實作評量	◎安全教育				
	壹. 運動樂無窮		2. 表現出學習精神,利用課	習的策略。A2/A1	護行動	行為檢核	安 E4 探討日常生				
	五. 建勒示無躬 十二、閃躲高手		間時間練習跑步以求進步。		Fb-Ⅱ-2 常見傳染	態度評量	活應該注意的安				
	1 — 1/2/4/100 1		3. 於運動時注意並展現相關	1d-Ⅱ-2 描述自己	病預防原則與自我		全。				
			保健行為。	或他人動作技能的	照護		安E6了解自己的				
			4. 能於拋接活動中順利的和	正確性。B1/A3/A2	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		身體。				

			他人合作展現拋接動作。		行進間投擲的遊戲		
			5. 能表現出學習精神,並利	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Ha-Ⅱ-1 網/牆性		
			用時間練習,改善動作以求	受到個人、家庭、學	相關的拋接球、持		
			進步。	校等因素之影響。	拍控球、擊球及拍		
			6. 能主動參與傳接球與運球	A3/A2	擊球、傳 接球之時		
			的活動,增進身體基本運動		間、空間及人與		
			能力,養成運動習慣。	2a-Ⅱ-2 注意健康	人、人與球關係攻		
			7. 能主動參與踢毽活動,增	問題所帶來的威脅	防概念		
			進身體基本運動能力,培養	感與嚴重性。A2/A3			
			運動習慣。				
				3c-Ⅱ-1 表現聯合			
				性動作技能。A3/A2			
				3d-Ⅱ-1 運用動作			
				技能的練習策略。			
				A2/A1			
第二週		2	1. 透過參與活動,認識並適	1d-Ⅱ-1 認識動作	Ca-Ⅱ-1 健康社區	觀察評量	【體育】
2/19~2/25			應新環 境。	技能概念與動作練	的意識、責任與維	實作評量	◎安全教育
			2. 表現出學習精神,利用課	習的策略。A2/A1	護行動	行為檢核	安 E4 探討日常生
			間時間練習跑步以求進步。		Fb-Ⅱ-2 常見傳染	態度評量	活應該注意的安
			3. 於運動時注意並展現相關	1d-Ⅱ-2 描述自己	病預防原則與自我		全。
	壹、運動樂無窮		保健行為。	或他人動作技能的	照護		安 E6 了解自己的
	十二、閃躲高手		4. 能於拋接活動中順利的和	正確性。B1/A3/A2	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		身體。
			他人合作展現拋接動作。		行進間投擲的遊戲		
			5. 能表現出學習精神,並利	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Ha-Ⅱ-1 網/牆性		
			用時間練習,改善動作以求	受到個人、家庭、學	相關的拋接球、持		
			進步。	校等因素之影響。	拍控球、擊球及拍		
			6. 能主動參與傳接球與運球	A3/A2	擊球、傳 接球之時		

							T
			的活動,增進身體基本運動		間、空間及人與		
			能力,養成運動習慣。	2a-Ⅱ-2 注意健康	人、人與球關係攻		
			7. 能主動參與踢毽活動,增	問題所帶來的威脅	防概念		
			進身體基本運動能力,培養	感與嚴重性。A2/A3			
			運動習慣。				
				3c-Ⅱ-1 表現聯合			
				性動作技能。A3/A2			
				3d-Ⅱ-1 運用動作			
				技能的練習策略。			
				A2/A1			
第三週		2	1. 透過參與活動,認識並適	1d-Ⅱ-1 認識動作	Ca-Ⅱ-1 健康社區	觀察評量	【體育】
2/26~3/4			應新環 境。	技能概念與動作練	的意識、責任與維	實作評量	◎安全教育
			2. 表現出學習精神,利用課	習的策略。A2/A1	護行動	7	安 E4 探討日常生
			間時間練習跑步以求進步。	H 44 M H H H H	Fb-Ⅱ-2 常見傳染	態度評量	活應該注意的安
			3. 於運動時注意並展現相關	   1d-Ⅱ-2 描述自己	病預防原則與自我	心人们主	全。
			保健行為。	或他人動作技能的	照護		安E6了解自己的
			4. 能於拋接活動中順利的和	正確性。B1/A3/A2	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		身體。
			他人合作展現拋接動作。	11 P   11   11   11   11   11   11   11	行進間投擲的遊戲		N ALL
	壹、運動樂無窮		5. 能表現出學習精神,並利	   2a-Ⅱ-1 覺察健康	Ha-Ⅱ-1 網/牆性		
	十二、閃躲高手		用時間練習,改善動作以求	受到個人、家庭、學	相關的拋接球、持		
			進步。	校等因素之影響。	拍控球、擊球及拍		
			6. 能主動參與傳接球與運球	A3/A2	擊球、傳 接球之時		
			的活動,增進身體基本運動	1107 112	間、空間及人與		
			能力,養成運動習慣。	   2a-Ⅱ-2 注意健康	人、人與球關係攻		
			7. 能主動參與踢毽活動,增		防概念		
			進身體基本運動能力,培養	感與嚴重性。A2/A3	15010		
			運動習慣。	WINAX E II MAI NO			
			~~ n n n				

				3c-Ⅱ-1 表現聯合			
				性動作技能。A3/A2			
				3d-Ⅱ-1 運用動作			
				技能的練習策略。			
				A2/A1			
第四週		2	1. 透過參與活動,認識並適	1d-Ⅱ-1 認識動作	Ca-Ⅱ-1 健康社區	觀察評量	【體育】
3/5~3/11			應新環 境。	技能概念與動作練	的意識、責任與維	實作評量	◎安全教育
			2. 表現出學習精神,利用課	習的策略。A2/A1	護行動	行為檢核	安 E4 探討日常生
			間時間練習跑步以求進步。		Fb-Ⅱ-2 常見傳染	態度評量	活應該注意的安
			3. 於運動時注意並展現相關	1d-Ⅱ-2 描述自己	病預防原則與自我		全。
			保健行為。	或他人動作技能的	照護		安 E6 了解自己的
			4. 能於拋接活動中順利的和	正確性。B1/A3/A2	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		身體。
			他人合作展現拋接動作。		行進間投擲的遊戲		
			5. 能表現出學習精神,並利	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Ha-Ⅱ-1 網/牆性		
			用時間練習,改善動作以求	受到個人、家庭、學	相關的拋接球、持		
	壹、運動樂無窮		進步。	校等因素之影響。	拍控球、擊球及拍		
	十二、閃躲高手		6. 能主動參與傳接球與運球	A3/A2	擊球、傳 接球之時		
			的活動,增進身體基本運動		間、空間及人與		
			能力,養成運動習慣。	2a-Ⅱ-2 注意健康	人、人與球關係攻		
			7. 能主動參與踢毽活動,增	問題所帶來的威脅	防概念		
			進身體基本運動能力,培養	感與嚴重性。A2/A3			
			運動習慣。				
				3c-Ⅱ-1 表現聯合			
				性動作技能。A3/A2			
				3d-Ⅱ-1 運用動作			
				技能的練習策略。			

				A2/A1			
第五週		2	1. 透過參與活動,認識並適	1d-Ⅱ-1 認識動作	Ca-Ⅱ-1 健康社區	觀察評量	【體育】
3/12~3/18			應新環 境。	技能概念與動作練	的意識、責任與維	實作評量	◎安全教育
			2. 表現出學習精神,利用課	習的策略。A2/A1	護行動	行為檢核	安E4探討日常生
			間時間練習跑步以求進步。		Fb-Ⅱ-2 常見傳染	態度評量	活應該注意的安
			3. 於運動時注意並展現相關	1d-Ⅱ-2 描述自己	病預防原則與自我		全。
			保健行為。	或他人動作技能的	照護		安E6 了解自己的
			4. 能於拋接活動中順利的和	正確性。B1/A3/A2	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		身體。
			他人合作展現拋接動作。		行進間投擲的遊戲		
			5. 能表現出學習精神,並利	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Ha-Ⅱ-1 網/牆性		
			用時間練習,改善動作以求	受到個人、家庭、學	相關的拋接球、持		
	壹、運動樂無窮		進步。	校等因素之影響。	拍控球、擊球及拍		
	宣、連勤栄無躬     十二、閃躲高手		6. 能主動參與傳接球與運球	A3/A2	擊球、傳 接球之時		
	丁一、闪烁向丁 		的活動,增進身體基本運動		間、空間及人與		
			能力,養成運動習慣。	2a-Ⅱ-2 注意健康	人、人與球關係攻		
			7. 能主動參與踢毽活動,增	問題所帶來的威脅	防概念		
			進身體基本運動能力,培養	感與嚴重性。A2/A3			
			運動習慣。				
				3c-Ⅱ-1 表現聯合			
				性動作技能。A3/A2			
				3d-Ⅱ-1 運用動作			
				技能的練習策略。			
				A2/A1			
第六週	士 (宏文) (4) 上 内	2	1. 透過參與活動,認識並適	1d-Ⅱ-1 認識動作	Ca-Ⅱ-1 健康社區	觀察評量	【體育】
3/19~3/25	壹、運動樂無窮		應新環 境。	技能概念與動作練	的意識、責任與維	實作評量	◎安全教育
	十二、閃躲高手		2. 表現出學習精神,利用課	習的策略。A2/A1	護行動	行為檢核	安 E4 探討日常生

			間時間練習跑步以求進步。		Fb-Ⅱ-2 常見傳染	態度評量	活應該注意的安
			3. 於運動時注意並展現相關	1d-Ⅱ-2 描述自己	病預防原則與自我		全。
			保健行為。	或他人動作技能的	照護		安 E6 了解自己的
			4. 能於拋接活動中順利的和	正確性。B1/A3/A2	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		身體。
			他人合作展現拋接動作。		行進間投擲的遊戲		
			5. 能表現出學習精神,並利	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Ha-Ⅱ-1 網/牆性		
			用時間練習,改善動作以求	受到個人、家庭、學	相關的拋接球、持		
			進步。	校等因素之影響。	拍控球、擊球及拍		
			6. 能主動參與傳接球與運球	A3/A2	擊球、傳 接球之時		
			的活動,增進身體基本運動		間、空間及人與		
			能力,養成運動習慣。	2a-Ⅱ-2 注意健康	人、人與球關係攻		
			7. 能主動參與踢毽活動,增	問題所帶來的威脅	防概念		
			進身體基本運動能力,培養	感與嚴重性。A2/A3			
			運動習慣。				
				3c-Ⅱ-1 表現聯合			
				性動作技能。A3/A2			
				3d-Ⅱ-1 運用動作			
				技能的練習策略。			
				A2/A1			
第七週		2	1. 透過參與活動,認識並適	1d-Ⅱ-1 認識動作	Ca-Ⅱ-1 健康社區	觀察評量	【體育】
3/26~4/1			應新環 境。	技能概念與動作練	的意識、責任與維	實作評量	◎安全教育
			2. 表現出學習精神,利用課	習的策略。A2/A1	護行動	行為檢核	安 E4 探討日常生
	壹、運動樂無窮		間時間練習跑步以求進步。		Fb-Ⅱ-2 常見傳染	態度評量	活應該注意的安
	十二、閃躲高手		3. 於運動時注意並展現相關	1d-Ⅱ-2 描述自己	病預防原則與自我		全。
			保健行為。	或他人動作技能的	照護		安 E6 了解自己的
			4. 能於拋接活動中順利的和	正確性。B1/A3/A2	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		身體。
			他人合作展現拋接動作。		行進間投擲的遊戲		

			5. 能表現出學習精神,並利	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Ha-Ⅱ-1 網/牆性		
			用時間練習,改善動作以求	受到個人、家庭、學	相關的拋接球、持		
			進步。	校等因素之影響。	拍控球、擊球及拍		
			6. 能主動參與傳接球與運球	A3/A2	擊球、傳 接球之時		
			的活動,增進身體基本運動		間、空間及人與		
			能力,養成運動習慣。	2a-Ⅱ-2 注意健康	人、人與球關係攻		
			7. 能主動參與踢毽活動,增	問題所帶來的威脅	防概念		
			進身體基本運動能力,培養	感與嚴重性。A2/A3			
			運動習慣。				
				3c-Ⅱ-1 表現聯合			
				性動作技能。A3/A2			
				3d-Ⅱ-1 運用動作			
				技能的練習策略。			
				A2/A1			
第八週		2	1. 透過參與活動,認識並適	1d-Ⅱ-1 認識動作	Ca-Ⅱ-1 健康社區	觀察評量	【體育】
4/2~4/8			應新環 境。	技能概念與動作練	的意識、責任與維	實作評量	◎安全教育
			2. 表現出學習精神,利用課	習的策略。A2/A1	護行動	行為檢核	安E4探討日常生
			間時間練習跑步以求進步。		Fb-Ⅱ-2 常見傳染	態度評量	活應該注意的安
			3. 於運動時注意並展現相關	1d-Ⅱ-2 描述自己	病預防原則與自我		全。
	壹、運動樂無窮		保健行為。	或他人動作技能的	照護		安E6 了解自己的
	宣、選動		4. 能於拋接活動中順利的和	正確性。B1/A3/A2	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		身體。
	7一、闪烁向于		他人合作展現拋接動作。		行進間投擲的遊戲		
			5. 能表現出學習精神,並利	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Ha-Ⅱ-1 網/牆性		
			用時間練習,改善動作以求	受到個人、家庭、學	相關的拋接球、持		
			進步。	校等因素之影響。	拍控球、擊球及拍		
			6. 能主動參與傳接球與運球	A3/A2	擊球、傳 接球之時		
			的活動,增進身體基本運動		間、空間及人與		

			能力,養成運動習慣。	2a-Ⅱ-2 注意健康	人、人與球關係攻		
			7. 能主動參與踢毽活動,增	問題所帶來的威脅	防概念		
			進身體基本運動能力,培養	感與嚴重性。A2/A3			
			運動習慣。				
				3c-Ⅱ-1 表現聯合			
				性動作技能。A3/A2			
				3d-Ⅱ-1 運用動作			
				技能的練習策略。			
				A2/A1			
第九週		2	1. 與同學相處時,能分辨令	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fb-Ⅱ-2 常見傳染	觀察評量	【體育】
4/9~4/15			人感到愉快及不愉快的行	受到個人、家庭、學	病預防原則與自我	實作評量	◎品德教育
			為。	校等因素之影響。	照護	行為檢核	品 E3 溝通合作與
			2. 能在遊戲中藉由表情或動	A3/A2	Ha-Ⅱ-1 網/牆性	態度評量	和諧人際關係。
			作猜出正確的情緒。	2a-Ⅱ-2 注意健康	相關的拋接球、持		
			3. 能了解遇到不同的情境會	問題所帶來的威脅	拍控球、擊球及拍		
			有不同的情緒反應。	感與嚴重性。A2/A3	擊球、傳 接球之時		
	貳、運動真快樂		4. 透過活動,了解能力的提	2c-Ⅱ-2 表現增進	間、空間及人與		
	八一起來玩球		升是成長的一部分。	團隊合作、友善的互	人、人與球關係攻		
			5. 能與教師、同學互動,積	動行為。B1/C2	防概念		
			極適應新環境與新生活。	3d-Ⅱ-2 運用遊戲			
			6. 能主動參與傳接球與運球	的合作和競爭策			
			的活動,增進身體基本運動	略。A3/C2			
			能力,養成運動習慣。	4d-Ⅱ-2 參與提高			
				體適能與基本運動			
				能力的身體活動。			
				C1/A3			

第十週		2	1. 與同學相處時,能分辨令	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fb-Ⅱ-2 常見傳染	觀察評量	【體育】
4/16~4/22			人感到愉快及不愉快的行	受到個人、家庭、學	<b>病預防原則與自我</b>	實作評量	◎品德教育
			為。	校等因素之影響。	照護	行為檢核	品E3溝通合作與
			2. 能在遊戲中藉由表情或動	A3/A2	Ha-Ⅱ-1 網/牆性	態度評量	和諧人際關係。
			作猜出正確的情緒。	2a-Ⅱ-2 注意健康	相關的拋接球、持		
			3. 能了解遇到不同的情境會	問題所帶來的威脅	拍控球、擊球及拍		
	貳、運動真快樂 3、一起來玩玩		有不同的情緒反應。	感與嚴重性。A2/A3	擊球、傳 接球之時		
			4. 透過活動,了解能力的提	2c-Ⅱ-2 表現增進	間、空間及人與		
			升是成長的一部分。	團隊合作、友善的互	人、人與球關係攻		
	八. 一起來玩球		5. 能與教師、同學互動,積	動行為。B1/C2	防概念		
			極適應新環境與新生活。	3d-Ⅱ-2 運用遊戲			
			6. 能主動參與傳接球與運球	的合作和競爭策			
			的活動,增進身體基本運動	略。A3/C2			
			能力,養成運動習慣。	4d-Ⅱ-2 參與提高			
				體適能與基本運動			
				能力的身體活動。			
				C1/A3			
第十一週		2	1. 與同學相處時,能分辨令	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fb-Ⅱ-2 常見傳染	觀察評量	【體育】
4/23~4/29			人感到愉快及不愉快的行	受到個人、家庭、學	病預防原則與自我	實作評量	◎品德教育
			為。	校等因素之影響。	照護	行為檢核	品E3溝通合作與
			2. 能在遊戲中藉由表情或動	A3/A2	Ha-Ⅱ-1 網/牆性	態度評量	和諧人際關係。
	<b>丰、浑私古山</b> 做		作猜出正確的情緒。	2a-Ⅱ-2 注意健康	相關的拋接球、持		
	貳、運動真快樂		3. 能了解遇到不同的情境會	問題所帶來的威脅	拍控球、擊球及拍		
	八. 一起來玩球		有不同的情緒反應。	感與嚴重性。A2/A3	擊球、傳 接球之時		
			4. 透過活動,了解能力的提	2c-Ⅱ-2 表現增進	間、空間及人與		
			升是成長的一部分。	團隊合作、友善的互	人、人與球關係攻		
			5. 能與教師、同學互動,積	動行為。B1/C2	防概念		
			極適應新環境與新生活。	3d-Ⅱ-2 運用遊戲			

			6. 能主動參與傳接球與運球	的合作和競爭策			
			的活動,增進身體基本運動	略。A3/C2			
			能力,養成運動習慣。	4d-Ⅱ-2 參與提高			
				體適能與基本運動			
				能力的身體活動。			
				C1/A3			
第十二週		2	1. 與同學相處時,能分辨令	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fb-Ⅱ-2 常見傳染	觀察評量	【體育】
4/30~5/6			人感到愉快及不愉快的行	受到個人、家庭、學	病預防原則與自我	實作評量	◎品德教育
			為。	校等因素之影響。	照護	行為檢核	品E3溝通合作與
			2. 能在遊戲中藉由表情或動	A3/A2	Ha-Ⅱ-1 網/牆性	態度評量	和諧人際關係。
			作猜出正確的情緒。	2a-Ⅱ-2 注意健康	相關的拋接球、持		
			3. 能了解遇到不同的情境會	問題所帶來的威脅	拍控球、擊球及拍		
			有不同的情緒反應。	感與嚴重性。A2/A3	擊球、傳 接球之時		
	貳、運動真快樂		4. 透過活動,了解能力的提	2c-Ⅱ-2 表現增進	間、空間及人與		
	八. 一起來玩球		升是成長的一部分。	團隊合作、友善的互	人、人與球關係攻		
	八. 发术机球		5. 能與教師、同學互動,積	動行為。B1/C2	防概念		
			極適應新環境與新生活。	3d-Ⅱ-2 運用遊戲			
			6. 能主動參與傳接球與運球	的合作和競爭策			
			的活動,增進身體基本運動	略。A3/C2			
			能力,養成運動習慣。	4d-Ⅱ-2 參與提高			
				體適能與基本運動			
				能力的身體活動。			
				C1/A3			
第十三週		2	1. 與同學相處時,能分辨令	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fb-Ⅱ-2 常見傳染	觀察評量	【體育】
5/7~5/13	<b>訂、運動</b> 直		人感到愉快及不愉快的行	受到個人、家庭、學	病預防原則與自我	實作評量	◎品德教育
	貳、運動真快樂 八. 一起來玩球		為。	校等因素之影響。	照護	行為檢核	品E3溝通合作與
	/ C.		2. 能在遊戲中藉由表情或動	A3/A2	Ha-Ⅱ-1 網/牆性	態度評量	和諧人際關係。
			作猜出正確的情緒。	2a-Ⅱ-2 注意健康	相關的拋接球、持		

-							
			3. 能了解遇到不同的情境會	問題所帶來的威脅	拍控球、擊球及拍		
			有不同的情緒反應。	感與嚴重性。A2/A3	擊球、傳 接球之時		
			4. 透過活動,了解能力的提	2c-Ⅱ-2 表現增進	間、空間及人與		
			升是成長的一部分。	團隊合作、友善的互	人、人與球關係攻		
			5. 能與教師、同學互動,積	動行為。B1/C2	防概念		
			極適應新環境與新生活。	3d-Ⅱ-2 運用遊戲			
			6. 能主動參與傳接球與運球	的合作和競爭策			
			的活動,增進身體基本運動	略。A3/C2			
			能力,養成運動習慣。	4d-Ⅱ-2 參與提高			
				體適能與基本運動			
				能力的身體活動。			
				C1/A3			
第十四週		2	1. 與同學相處時,能分辨令	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fb-Ⅱ-2 常見傳染	觀察評量	【體育】
5/14~5/20			人感到愉快及不愉快的行	受到個人、家庭、學	病預防原則與自我	實作評量	◎品德教育
			為。	校等因素之影響。	照護	行為檢核	品E3溝通合作與
			2. 能在遊戲中藉由表情或動	A3/A2	Ha-Ⅱ-1 網/牆性	態度評量	和諧人際關係。
			作猜出正確的情緒。	2a-Ⅱ-2 注意健康	相關的拋接球、持		
			3. 能了解遇到不同的情境會	問題所帶來的威脅	拍控球、擊球及拍		
			有不同的情緒反應。	感與嚴重性。A2/A3	擊球、傳 接球之時		
	貳、運動真快樂		4. 透過活動,了解能力的提	2c-Ⅱ-2 表現增進	間、空間及人與		
	八. 一起來玩球		升是成長的一部分。	團隊合作、友善的互	人、人與球關係攻		
			5. 能與教師、同學互動,積	動行為。B1/C2	防概念		
			極適應新環境與新生活。	3d-Ⅱ-2 運用遊戲			
			6. 能主動參與傳接球與運球	的合作和競爭策			
			的活動,增進身體基本運動	略。A3/C2			
			能力,養成運動習慣。	4d-Ⅱ-2 參與提高			
				體適能與基本運動			
				能力的身體活動。			

				C1/A3			
第十五週		2	1. 與同學相處時,能分辨令	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fb-Ⅱ-2 常見傳染	觀察評量	【體育】
5/21~5/27			人感到愉快及不愉快的行	受到個人、家庭、學	病預防原則與自我	實作評量	◎品德教育
			為。	校等因素之影響。	照護	行為檢核	品E3溝通合作與
			2. 能在遊戲中藉由表情或動	A3/A2	Ha-Ⅱ-1 網/牆性	態度評量	和諧人際關係。
			作猜出正確的情緒。	2a-Ⅱ-2 注意健康	相關的拋接球、持		
			3. 能了解遇到不同的情境會	問題所帶來的威脅	拍控球、擊球及拍		
			有不同的情緒反應。	感與嚴重性。A2/A3	擊球、傳 接球之時		
	貳、運動真快樂		4. 透過活動,了解能力的提	2c-Ⅱ-2 表現增進	間、空間及人與		
	八. 一起來玩球		升是成長的一部分。	團隊合作、友善的互	人、人與球關係攻		
	人,一是不知识		5. 能與教師、同學互動,積	動行為。B1/C2	防概念		
			極適應新環境與新生活。	3d-Ⅱ-2 運用遊戲			
			6. 能主動參與傳接球與運球	的合作和競爭策			
			的活動,增進身體基本運動	略。A3/C2			
			能力,養成運動習慣。	4d-Ⅱ-2 參與提高			
				體適能與基本運動			
				能力的身體活動。			
				C1/A3			
第十六週		2	1. 與同學相處時,能分辨令	2a-Ⅱ-1 覺察健康	Fb-Ⅱ-2 常見傳染	觀察評量	【體育】
5/28~6/3			人感到愉快及不愉快的行	受到個人、家庭、學	病預防原則與自我	實作評量	◎品德教育
			為。	校等因素之影響。	照護	行為檢核	品 E3 溝通合作與
	主、海動古仙鄉		2. 能在遊戲中藉由表情或動	A3/A2	Ha-Ⅱ-1 網/牆性	態度評量	和諧人際關係。
	貳、運動真快樂		作猜出正確的情緒。	2a-Ⅱ-2 注意健康	相關的拋接球、持		
	八. 一起來玩球		3. 能了解遇到不同的情境會	問題所帶來的威脅	拍控球、擊球及拍		
			有不同的情緒反應。	感與嚴重性。A2/A3	擊球、傳 接球之時		
			4. 透過活動,了解能力的提	2c-Ⅱ-2 表現增進	間、空間及人與		
			升是成長的一部分。	團隊合作、友善的互	人、人與球關係攻		

	,						
			5. 能與教師、同學互動,積	動行為。B1/C2	防概念		
			極適應新環境與新生活。	3d-Ⅱ-2 運用遊戲			
			6. 能主動參與傳接球與運球	的合作和競爭策			
			的活動,增進身體基本運動	略。A3/C2			
			能力,養成運動習慣。	4d-Ⅱ-2 參與提高			
				體適能與基本運動			
				能力的身體活動。			
				C1/A3			
第十七週		2	1. 與同學相處時,能分辨令	1a-Ⅱ-2 了解促進	Ca-Ⅱ-1 健康社區	觀察評量	【體育】
6/4~6/10			人感到愉快及不愉快的行	健康生活的方法。	的意識、責任與維	實作評量	◎安全教育
			為。	A2/A1	護行動	行為檢核	安E4探討日常生
			2. 能在遊戲中藉由表情或動		Cb-Ⅱ-1 安全規則	態度評量	活應該注意的安
			作猜出正確的情緒。	1d-Ⅱ-1 認識動作	的遵守、運動促進		全。
			3. 能了解遇到不同的情境會	技能概念與動作練	發展的相關知識		安 E6 了解自己的
			有不同的情緒反應。	習的策略。A2/A1	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		身體。
			4. 透過活動,了解能力的提		行進間投擲的遊戲		
			升是成長的一部分。	2c-Ⅱ-2 表現增進			
	運動樂無窮		5. 能與教師、同學互動,積	團隊合作、友善的互			
	十一、齊心協力		極適應新環境與新生活。	動行為。B1/C2			
			6. 能主動參與傳接球與運球				
			的活動,增進身體基本運動	3b-Ⅱ-3 運用基本			
			能力,養成運動習慣。	的生活技能,因應不			
				同的生活情境。			
				C3/A2			
				3d-Ⅱ-1 運用動作			
				技能的練習策略。			
				A2/A1			

				4c-Ⅱ-1 了解影響			
				運動參與的因素,選			
				擇提高體適能的運			
				動計畫與資源。			
				B2/A3			
第十八週		2	1. 與同學相處時,能分辨令	1a-Ⅱ-2 了解促進	Ca-Ⅱ-1 健康社區	觀察評量	【體育】
611~6/17			人感到愉快及不愉快的行	健康生活的方法。	的意識、責任與維	實作評量	◎安全教育
			為。	A2/A1	護行動	行為檢核	安E4探討日常生
			2. 能在遊戲中藉由表情或動		Cb-Ⅱ-1 安全規則	態度評量	活應該注意的安
			作猜出正確的情緒。	1d-Ⅱ-1 認識動作	的遵守、運動促進		全。
			3. 能了解遇到不同的情境會	技能概念與動作練	發展的相關知識		安E6 了解自己的
			有不同的情緒反應。	習的策略。A2/A1	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		身體。
			4. 透過活動,了解能力的提		行進間投擲的遊戲		
			升是成長的一部分。	2c-Ⅱ-2 表現增進			
			5. 能與教師、同學互動,積	團隊合作、友善的互			
	運動樂無窮		極適應新環境與新生活。	動行為。B1/C2			
	十一、齊心協力		6. 能主動參與傳接球與運球				
			的活動,增進身體基本運動	3b-Ⅱ-3 運用基本			
			能力,養成運動習慣。	的生活技能,因應不			
				同的生活情境。			
				C3/A2			
				3d-Ⅱ-1 運用動作			
				技能的練習策略。			
				A2/A1			
				4c-Ⅱ-1 了解影響			

,,,,, i		,					
				運動參與的因素,選			
				擇提高體適能的運			
				動計畫與資源。			
				B2/A3			
第十九週		2	1. 與同學相處時,能分辨令	1a-Ⅱ-2 了解促進	Ca-Ⅱ-1 健康社區	觀察評量	【體育】
6/18~6/24			人感到愉快及不愉快的行	健康生活的方法。	的意識、責任與維	實作評量	◎安全教育
			為。	A2/A1	護行動	行為檢核	安 E4 探討日常生
			2. 能在遊戲中藉由表情或動		Cb-Ⅱ-1 安全規則	態度評量	活應該注意的安
			作猜出正確的情緒。	1d-Ⅱ-1 認識動作	的遵守、運動促進		全。
			3. 能了解遇到不同的情境會	技能概念與動作練	發展的相關知識		安E6 了解自己的
			有不同的情緒反應。	習的策略。A2/A1	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		身體。
			4. 透過活動,了解能力的提		行進間投擲的遊戲		
			升是成長的一部分。	2c-Ⅱ-2 表現增進			
			5. 能與教師、同學互動,積	團隊合作、友善的互			
			極適應新環境與新生活。	動行為。B1/C2			
	運動樂無窮		6. 能主動參與傳接球與運球				
	十一、齊心協力		的活動,增進身體基本運動	3b-Ⅱ-3 運用基本			
			能力,養成運動習慣。	的生活技能,因應不			
				同的生活情境。			
				C3/A2			
				3d-Ⅱ-1 運用動作			
				技能的練習策略。			
				A2/A1			
				4c-Ⅱ-1 了解影響			
				運動參與的因素,選			
				擇提高體適能的運			

				1			-
				動計畫與資源。			
				B2/A3			
第二十週		2	1. 與同學相處時,能分辨令	1a-Ⅱ-2 了解促進	Ca-Ⅱ-1 健康社區	觀察評量	【體育】
6/25~7/1			人感到愉快及不愉快的行	健康生活的方法。	的意識、責任與維	實作評量	◎安全教育
			為。	A2/A1	護行動	行為檢核	安 E4 探討日常生
			2. 能在遊戲中藉由表情或動		Cb-Ⅱ-1 安全規則	態度評量	活應該注意的安
			作猜出正確的情緒。	1d-Ⅱ-1 認識動作	的遵守、運動促進		全。
			3. 能了解遇到不同的情境會	技能概念與動作練	發展的相關知識		安E6 了解自己的
			有不同的情緒反應。	習的策略。A2/A1	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與		身體。
			4. 透過活動,了解能力的提		行進間投擲的遊戲		
			升是成長的一部分。	2c-Ⅱ-2 表現增進			
			5. 能與教師、同學互動,積	團隊合作、友善的互			
			極適應新環境與新生活。	動行為。B1/C2			
			6. 能主動參與傳接球與運球				
	運動樂無窮		的活動,增進身體基本運動	3b-Ⅱ-3 運用基本			
	十一、齊心協力		能力,養成運動習慣。	的生活技能,因應不			
				同的生活情境。			
				C3/A2			
				3d-Ⅱ-1 運用動作			
				技能的練習策略。			
				A2/A1			
				4c-Ⅱ-1 了解影響			
				運動參與的因素,選			
				擇提高體適能的運			
				動計畫與資源。			
				B2/A3			

- ◎教學期程以每週教學為原則,如行列太多或不足,請自行增刪。
- ◎「學習目標」應為結合「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。
- ◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位,清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。
- ◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字,非只有代號,「融入議題實質內涵」亦是。
- ◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施,如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。