

教材版本	南一版	實施年級 (班級/組別)	二	教學節數	每週(3)節，本學期共(63)節
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能分辨紅綠燈食物的差異。</li> <li>2. 能知道正確刷牙的方法和步驟，培養良好的衛生習慣。</li> <li>3. 能正確挑選適合自己的牙刷。</li> <li>4. 能知道與家人和諧相處的方法。</li> <li>5. 能覺察自己的情緒，利用說出事件與感受調適自己的心情。</li> <li>6. 知道不同顏色的空品旗代表不同程度的空氣汙染。</li> <li>7. 知道空氣品質不好時，進行體育活動該注意的安全事項有哪些。</li> <li>8. 能了解藥袋上的標示，如：服藥的時間、用法與用量。</li> <li>9. 能發覺錯誤的處理剩餘藥物會汙染環境與危害身體健康。</li> <li>10. 能隨機應變表現出不同的肢體動作。</li> <li>11. 能做出單腳跳、雙腳跳及跨跳等跳躍動作。</li> <li>12. 完成各種在平衡木上的平衡動作。</li> <li>13. 能做出各項趣味競賽的基本動作。</li> <li>14. 可以順暢做到活動中相關球類技巧的動作。</li> <li>15. 能從武術及技擊遊戲中快樂學習，並對武術產生學習興趣。</li> </ol>				
該學習階段 領域核心素養	<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>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-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方師，因應日常生活情境。</p> <p>健體-E-B1 具備應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。</p> <p>健體-E-B3 具備運動與健康有關的創作和欣賞的基本素養，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-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>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，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p> <p>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。</p>				
課程架構脈絡					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

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 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
一	壹、健康有一套 一. 健康做得到	1	1. 能了解身體檢查通知單的內容、意義與差異性。 2. 能閱讀生活習慣紀錄表，發現造成體重過重的原因。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2a-I-2 感受健康問題對自己所造成的威脅性。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【生命教育】 生E2理解人的身體與心理面向。
	貳、運動樂趣多 六. 大家來唱跳	2	1. 能在遊戲中靈活操作身體，做出各種肢體動作技能。 2. 能專注觀賞他人的動作表現。 3. 認真參與，並與他人合作完成遊戲活動。	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。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
二	壹、健康有一套 一. 健康做得到	1	1. 能閱讀生活習慣紀錄表，發現造成體重過重的原因。 2. 能分辨紅綠燈食物的差異。 3. 能於日常生活中選擇攝取綠燈食物。 4. 能連結課本及生活經驗，說出過重的可能原因。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2a-I-2 感受健康問題對自己所造成的威脅性。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【生命教育】 生E2理解人的身體與心理面向。
	貳、運動樂趣多 六. 大家來唱跳	2	1. 能隨著音樂，完成舞蹈基本動作。 2. 熟練〈猜拳〉的跳法，並正確的配合音樂跳。	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。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

				2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。			
三 	壹、健康有一套 一. 健康做得到	1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能知道體重過重在飲食上的調整方法。</li> <li>2. 能明白養成良好的飲食與生活習慣能促進身體健康。</li> <li>3. 能記錄自己的飲食與生活習慣。</li> <li>4. 能覺察自己的飲食與生活習慣不適宜處，並提出改善的方法。</li> </ol>	<p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p> <p>3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。</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>	Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Fb-I-1 個人對健康的覺察與行為表現。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【生命教育】 生E2理解人的身體與心理面向。
	貳、運動樂趣多 六. 大家來唱跳	2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 想像並模仿自然界中的自然現象。</li> <li>2. 隨著音樂完成舞蹈基本的動作。</li> <li>3. 專注觀賞他人的動作表現。</li> <li>4. 表現出在不同情境下躲雨的動作。</li> <li>5. 認真參與，並與他人合作完成任務。</li> <li>6. 選擇適合自己的身體活動。</li> <li>7. 認真參與，並與他人合作完成創作任務。</li> </ol>	<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>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
四	壹、健康有一套 二. 愛護牙齒有一套	1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能知道蛀牙的形成原因。</li> <li>2. 能知道蛀牙的處理辦法。</li> <li>3. 能知道愛護牙齒的方法，避免造成蛀牙。</li> </ol>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p>	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da-I-2 身體的部	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【生命教育】 生E2理解人的身體與心理面向。

					位與衛生保健的重要性。		
	貳、運動樂趣多 七、跑跳遊戲	2	1. 認識並遵守遊戲規則。 2. 專注觀察他人動作表現。 3. 能在「紅綠燈遊戲」中，表現出適合自己的追逐跑方式。 4. 能完成折返、曲線跑的動作。	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。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
五	壹、健康有一套 二、愛護牙齒有一套	1	1. 能知道牙齒分為乳齒和恆齒。 2. 能知道乳齒和恆齒分別有其重要性。 3. 能知道牙齒的功能及名稱。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。	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。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【生命教育】 生E2理解人的身體與心理面向。
	貳、運動樂趣多 七、跑跳遊戲	2	1. 能完成折返、曲線跑的動作。 2. 明白能將折返、曲線跑的動作運用在追逐跑遊戲上。 3. 能選擇安全的遊戲場地。 4. 認識並做出單腳跳、雙腳跳及跨跳等跳躍動作。 5. 能完成跳、跨的組合動作。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
六	壹、健康有一套 二、愛護牙齒有一套	1	1. 能判斷更換牙刷的時機。 2. 能正確挑選適合自己的牙刷。 3. 能透過自我檢視，正確存放與更換牙刷。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。	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。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【生命教育】 生E2理解人的身體與心理面向。

				4a-I-2 養成健康的生活習慣。			
	貳、運動樂趣多 七、跑跳遊戲	2	1. 能完成跳、跨的組合動作。 2. 體會助跑可增加跳躍能力。 3. 能在移動過程中做出方向的改變，以及單、雙腳跳的連續動作。 4. 能跟隨同學做出追逐跑、跳組合。	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。 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。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
七	壹、健康有一套 二、愛護牙齒有一套	1	1. 能知道正確刷牙是預防蛀牙最有效的方法。 2. 能知道正確刷牙的方法和步驟，培養良好的衛生習慣。 3. 能記錄一周的刷牙情形，並做檢討與改進。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 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。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【生命教育】 生E2理解人的身體與心理面向。
	貳、運動樂趣多 七、跑跳遊戲、八、我們都是平衡高手	2	1. 能在移動過程中做出方向的改變，以及單、雙腳跳的連續動作。 2. 能跟隨同學做出追逐跑、跳組合。 3. 能認識校園需要平衡能力的遊戲設備。	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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【安全教育】 安E4探討日常生活應注意的安全。
八	壹、健康有一套 二、愛護牙齒有一套	1	1. 能知道愛護牙齒的方法。 2. 能知道牙科醫療院所提供	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	觀察評量 口頭評量	【生命教育】 生E2理解人的身體與

			<p>的口腔保健服務。</p> <p>3. 能養成保健牙齒的生活習慣。</p>	<p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。</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>慣。</p> <p>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p>	<p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>心理面向。</p>
	<p>貳、運動樂趣多</p> <p>八. 我們都是平衡高手</p>	2	<p>1. 能練習平衡動作。</p> <p>2. 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3. 表現認真參與的學習態度。</p> <p>4. 認識平衡木上的動作要領及安全注意事項。</p> <p>5. 學會上下平衡木。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</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>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	<p>Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。</p> <p>Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</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>【安全教育】</p> <p>安E4 探討日常生活應注意的安全。</p>
<p>九</p> <p>10/23</p> <p> </p> <p>10/29</p>	<p>壹、健康有一套</p> <p>三. 我愛家人</p>	1	<p>1. 與家人相處時，若出現不知道如何對應的情緒，能適當的自我調適。</p> <p>2. 能在課堂上分享自己的經驗，討論後嘗試在生活中應用生活技能。</p>	<p>3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。</p> <p>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p>	<p>Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。</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E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家E3 察覺家庭中不同角色，並反思個人在家庭中扮演的角色。</p>
	<p>貳、運動樂趣多</p> <p>八. 我們都是平衡高手</p>	2	<p>1. 認識平衡木上的動作要領及安全注意事項。</p>	<p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p>	<p>Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安E4 探討日常生活應</p>

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

			<p>2. 學會上下平衡木。</p> <p>3. 能學會與完成在平衡木上的動作和安全練習的方法。</p>	<p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p>	<p>戲。</p>	<p>行為檢核 態度評量</p>	<p>注意的安全。</p>
<p>十 10/30   11/5</p>	<p>壹、健康有一套 三. 我愛家人</p>	<p>1</p>	<p>1. 能覺察自己的情緒，利用說出事件與感受調適自我的心情。</p> <p>2. 與家人相處時，對於無法處理或做錯的狀況，能先調適心情，在引導下，表現簡易的人際溝通技能。</p> <p>3. 練習想法的三個步驟，先說出想法、反省想法、再決定怎麼做。</p>	<p>3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。</p> <p>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。</p>	<p>Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p>【性別平等教育】 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【家庭教育】 家 E3 察覺家庭中不同角色，並反思個人在家庭中扮演的角色。</p>
	<p>貳、運動樂趣多 八. 我們都是平衡高手</p>	<p>2</p>	<p>1. 能學會與完成在平衡木上的動作和安全練習的方法。</p> <p>2. 學會選擇適合自己的身體活動。</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>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p>【安全教育】 安 E4 探討日常生活應注意的安全。</p>
<p>十一 11/6   11/12</p>	<p>壹、健康有一套 三. 我愛家人</p>	<p>1</p>	<p>1. 運用後設認知的技巧，先預想可能的後果，再來選擇最佳的做法。</p>	<p>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。</p>	<p>Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核</p>	<p>【性別平等教育】 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p>

			2. 能練習平心靜氣說出自己的想法讓對方知道。	3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。		態度評量	【家庭教育】 家E3 察覺家庭中不同角色，並反思個人在家庭中扮演的角色。
	貳、運動樂趣多 九. 社區運動樂	2	1. 能利用學校或社區資源從事身體活動。 2. 能了解並應用各種趣味競賽的基本動作，從事身體活動。 3. 能運用基本的動作常識，處理練習或遊戲所產生的問題。	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。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【家庭教育】 家E12 規畫個人與家庭生活作息。 【品德教育】 品E3 溝通合作與和諧人際關係。
十二 11/13   11/19	壹、健康有一套 三. 我愛家人	1	1. 常把愛掛在口中、對家人的體貼等語言與非語言的方式，來表達對家人的關愛。 2. 能知道與家人和諧相處的方法。	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【家庭教育】 家E3 察覺家庭中不同角色，並反思個人在家庭中扮演的角色。
	貳、運動樂趣多 九. 社區運動樂	2	1. 能利用學校或社區資源從事身體活動。 2. 能認同團體規範，並表現尊重的團體互動行為。 3. 了解並應用各種趣味競賽的基本動作，從事身體活動。	2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 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。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【家庭教育】 家E12 規畫個人與家庭生活作息。 【品德教育】 品E3 溝通合作與和諧人際關係。
十三	壹、健康有一套	1	1. 知道空氣品質達紅色警示	1a-I-1 認識基本的健	Ca-I-1 生活中與	觀察評量	【環境教育】



C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

<p>11/20   11/26</p>	<p>四. 空氣汙染大作戰</p>		<p>的意思。 2. 知道空氣汙染對人和動物都有影響。 3. 知道紅色空品旗的作用。 4. 知道空氣汙染期間，外出要戴口罩。</p>	<p>康常識。</p>	<p>健康相關的環境。</p>	<p>口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p>環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。 <b>【安全教育】</b> 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E5 了解日常生活危害安全的事件。 <b>【防災教育】</b> 防 E1 災害的種類包含洪水、颱風、土石流、乾旱……。 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。</p>
	<p>貳、運動樂趣多 九. 社區運動樂</p>	<p>2</p>	<p>1. 能利用學校或社區資源從事身體活動。 2. 能清楚知道自己適合的運動。 3. 能與家人討論，選擇並規畫適合的身體活動，增進體適能。</p>	<p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>Ab-I-1 體適能遊戲。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p><b>【家庭教育】</b> 家 E12 規畫個人與家庭生活作息。 <b>【品德教育】</b> 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>
<p>十四 11/27  </p>	<p>壹、健康有一套 四. 空氣汙染大作戰</p>	<p>1</p>	<p>1. 知道紅色空品旗升起時，要應對的活動行為。</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p>	<p>Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。</p>	<p>觀察評量 口頭評量</p>	<p><b>【環境教育】</b> 環 E12 養成對災害的</p>

<p>12/3</p>			<p>2. 發覺空氣汙染時，在戶外活動對身體健康的影響。</p> <p>3. 知道室內、室外空氣汙染的程度並不同。</p> <p>4. 知道空氣品質不好時，進行體育活動該注意的事項有哪些。</p>	<p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。</p>		<p>行為檢核 態度評量</p>	<p>警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。</p> <p><b>【安全教育】</b> 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安E5 了解日常生活危害安全的事件。</p> <p><b>【防災教育】</b> 防E1 災害的種類包含洪水、颱風、土石流、乾旱……。 防E5 不同災害發生時的適當避難行為。</p>
	<p>貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多</p>	<p>2</p>	<p>1. 能知道並做到你傳我接活動的動作內容。</p> <p>2. 能願意並盡力做到和他人合作完成你傳我接的動作。</p> <p>3. 知道並做到配合拍球的節奏，穩定的拍球。</p> <p>4. 了解拍球說Hello活動的進行方式，並和同學合作努力完成。</p> <p>5. 會利用課餘時間練習以求進步。</p>	<p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>4d-I-1 願意從事規律身體活動。</p>	<p>Hb-I-1 陣地攻守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。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p><b>【品德教育】</b> 品E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>
<p>十五 12/4  </p>	<p>壹、健康有一套 四. 空氣汙染大作戰</p>	<p>1</p>	<p>1. 知道空氣汙染會讓身體出現各種不舒服的症狀。</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p>	<p>Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。</p>	<p>觀察評量 口頭評量</p>	<p><b>【環境教育】</b> 環E12 養成對災害的</p>

<p>12/10</p>			<p>2. 知道空氣汙染時期因應身體不舒服症狀的處理方式。</p>			<p>行為檢核 態度評量</p>	<p>警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。 【安全教育】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安E5 了解日常生活危害安全的事件。 【防災教育】 防E1 災害的種類包含洪水、颱風、土石流、乾旱……。 防E5 不同災害發生時的適當避難行為。</p>
	<p>貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多</p>	<p>2</p>	<p>1. 能知道並做到三種傳接球動作，並練習。 2. 能知道三種傳接球動作，球的行進路徑不同處。 3. 能和他人合作完三種傳接球動作。 4. 能知道並完成高球穿接的動作。 5. 和他人順暢的完成活動。</p>	<p>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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。</p>	<p>Hb-I-1 陣地攻守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。</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E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>
<p>十六 12/11   12/17</p>	<p>壹、健康有一套 四. 空氣汙染大作戰</p>	<p>1</p>	<p>1. 知道對抗空氣汙染的保健做法。 2. 面對不同空品旗，能做出適宜的保健行為。</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>	<p>Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p>【環境教育】 環E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，</p>

							並能避免災害的發生。 【安全教育】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安E5 了解日常生活危害安全的事件。 【防災教育】 防E1 災害的種類包含洪水、颱風、土石流、乾旱……。 防E5 不同災害發生時的適當避難行為。
	貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多	2	1. 能知道和做到彈接高手活動中相關的動作，並練習。 2. 能願意並盡力和他人相互合作，完成彈接高手活動中的動作。 3. 能做到透過課餘練習增加球感。	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，處理或練習遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Hb-I-1 陣地攻守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。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品E3 溝通合作與和諧人際關係。
十七 12/18   12/24	壹、健康有一套 五. 正確使用藥物	1	1. 能了解生病時要遵照醫囑服藥的重要性。 2. 能發覺生病時就醫是維護健康的正確態度與行為。 3. 能於大人引導下，做到正確的就醫行為。	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。	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【安全教育】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安E5 了解日常生活危害安全的事件。 安E14 知道通報緊急

							事件的方式。
	貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多	2	1. 能於活動中，知道並遵守攻占城堡的活動規則。 2. 能願意並盡力做到和他人合作，完成攻占城堡活動。 3. 能做到透過攻占城堡活動和他人一同討論學習，找出更佳得分方式並實踐。	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，處理或練習遊戲問題。	Hd-I-1 守備/跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品E3 溝通合作與和諧人際關係。
十八 12/25   12/31	壹、健康有一套 五. 正確使用藥物	1	※能在大人引導下，適切的請教藥師與認讀藥袋上的各項標示與說明。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【安全教育】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安E5 了解日常生活危害安全的事件。 安E14 知道通報緊急事件的方式。
	貳、運動樂趣多 十一. 功夫小子	2	1. 能做出正確的模仿動物動作及特徵。 2. 能做出正確的基本武術動作。 3. 能專注觀賞同學表演。 4. 能發揮創意做出動物拳。	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。	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	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。 【生涯規劃教育】 涯E7 培養良好的人際互動能力。
十九 1/1   1/7	壹、健康有一套 五. 正確使用藥物	1	1. 能了解藥袋上服藥的時間、用法與用量。 2. 能在大人引導下，於生活中正確服藥。 3. 能了解眼藥水和外用藥膏的使用時間、用法與用量。	3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【安全教育】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安E5 了解日常生活危害安全的事件。 安E14 知道通報緊急

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

			4. 能在大人引導下，於生活中正確使用眼藥水和外用藥膏。				事件的方式。
	貳、運動樂趣多 十一. 功夫小子	2	1. 能表現出正確的技擊動作。 2. 能運用基本動作，與同學完成遊戲。 3. 藉由遊戲的操作及反覆練習，增進體適能。	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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Bd-I-1 武術模仿遊戲。 Bd-I-2 技擊模仿遊戲。	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。 【生涯規劃教育】 涯E7 培養良好的人際互動能力。
二十 1/8   1/14	壹、健康有一套 五. 正確使用藥物	1	1. 能於大人引導下，正確的保存藥物。 2. 能發覺錯誤的處理廢棄藥物會污染環境與危害人類身體健康。 3. 能於大人引導下，正確的處理廢棄藥物。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【安全教育】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安E5 了解日常生活危害安全的事件。 安E14 知道通報緊急事件的方式。
	貳、運動樂趣多 十一. 功夫小子	2	1. 能運用武術及技擊動作，與同學完成比賽。 2. 藉由遊戲的操作及反覆練習，增進體適能。	3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Bd-I-2 技擊模仿遊戲。	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。 【生涯規劃教育】 涯E7 培養良好的人際互動能力。
二十一 1/15   1/20	休業式						

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

「表現任務-評量方式」請具體說明。

集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

臺南市立學甲區宅港國民小學 112 學年度第二學期 二 年級 健康與體育 領域學習課程(調整)計畫(☑普通班/☐特教班)

教材版本	南一版	實施年級 (班級/組別)	二	教學節數	每週(3)節，本學期共(60)節
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能了解不同人生階段成長情形，知道成長過程受到家人的照顧與陪伴，認識日常生活中的性別角色，知道自己想做的事不受性別限制；透過活動，觀察、描述記錄自己的成長情形。體會成長的喜悅，並能用健康的態度面對成長，從過程中認識自己未來的夢想，並為夢想努力，探索自己的興趣及對未來的期望，</li> <li>2. 能說出使用平衡木時要注意的事項、安全自行上下平衡木，完成平衡木的遊戲，學會與完成在平衡木上各種闖關動作，維護自己與尊重他人的身體自主權。</li> <li>3. 了解自己與他人的異同，並進一步深入了解自己、欣賞自己也欣賞同學。</li> <li>4. 了解接待客人、接受招待的注意事項，能運用方法招待好友、分辨出別人不接受的行為應如何改進；知道誠意讚美與讓朋友知道你對他的感受，是獲得友誼的好方法，進而能運用社交技巧，知道增進人際關係的方法。</li> <li>5. 能說出健走的動作要領、健走前要注意的事項，積極參與健走運動，規劃適合全家的健走路線，並養成運動的好習慣，並藉由運動的參與，培養與親友間的情誼。</li> <li>6. 知道並完成踢擊紙球的相關動作，能知道如何和他人一同合作踢擊，並發揮創意，創造不同踢擊動作。</li> <li>7. 能知道並完成對牆連續踢球相關動作，透過練習增加踢球球感，從中培養基本球感，闖關過程中盡力完成並從中學習球感，以完成過關英雄的相關動作；知道你來我往的活動規則、遵守你來我往的活動規則並和人一同進行活動。</li> <li>8. 能認識吸菸的危害與戒菸的好處，發覺家人吸菸的行為對個人與家庭的危害，並對親友適切表達戒菸的好處；認識二手菸和二手菸的定義與危害，進而感受到二手菸和二手菸對人體健康與生活品質的影響，覺察拒吸二手菸和二手菸的重要性，適切向親友表達拒絕二手菸和二手菸，且運用創作拒吸二手菸的標示，支持無菸環境。</li> <li>9. 能靈活操作身體，做出各種肢體動作，專注欣賞並學習他人動作表現。在活動中，能隨著音樂的節奏，完成唱跳學習活動。</li> <li>10. 能與同學合作完成動作和遊戲，從中培養默契，通力合作克服困難並完成動作，且能利用活動開展肢體，增進身體的協調性。</li> <li>11. 知道流感不等同於感冒，知道流感的傳染方式、流感快篩的目的與預防流感感染的方法，與學會呼吸道衛生與咳嗽禮節，知道流感感染期間在家照護的要點，養成良好個人衛生習慣。</li> <li>12. 能遵守遊戲規則，並和同學合作完成遊戲。</li> <li>13. 能盡力完成快跑活動，做出直線快跑動作、完成直線來回與左右方向變換的折返跑動作，且在遊戲中完成左右曲折及繞物快跑的動作，並體會跑步的樂趣。</li> <li>14. 知道如何分辨且能具體描述如何選擇新鮮食物的方法；知道如何挑選且能具體描述正確選購包裝食品與散裝食品的方法。</li> <li>15. 了解游泳池的硬體設備、安全設施、注意事項與衛生守則，並能遵守游泳池的規則；認識游泳前暖身運動的重要性與正確做出暖身操，學會在水中</li> </ol>				



C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

行走、水中閉氣、漂浮等游泳基礎技能。							
<p>該學習階段 領域核心素養</p> <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。 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。 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。 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。</p>							
課程架構脈絡							
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 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
一 2/12   2/18	壹、健康點點名 一. 歡樂成長派	1	1. 能了解不同人生階段成長情形。 2. 能觀察並描述自己的成長情形。 3. 能透過活動，記錄自己的成長情形。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	<b>【性別平等教育】</b> 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。  <b>【生涯規劃教育】</b> 涯E4 認識自己的特質與興趣。 涯E9 認識不同類型工作/教育環境。
	貳、運動好事多 六. 單槓遊戲真好玩	2	1. 能認識校園需要懸垂能力的遊戲設備。 2. 能運用遊戲設備來鍛鍊臂力。 3. 能練習手臂力量。	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。 1d-I-1 描述動作技能	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	<b>【安全教育】</b> 安E4 探討日常生活應該注意的安全。

			<p>4. 表現認真參與的學習態度。</p> <p>5. 專注觀賞他人的動作表現。</p>	<p>基本常識。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p>			
<p>二</p> <p>2/19</p> <p> </p> <p>2/25</p>	<p>壹、健康點點名</p> <p>一. 歡樂成長派</p>	1	<p>1. 能知道成長過程受到家人的照顧與陪伴。</p> <p>2. 能體會成長的喜悅，並能用健康的態度面對成長。</p> <p>3. 能觀察並描述自己的成長情形。</p> <p>4. 能探索自己的興趣及對未來的期望。</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>	Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。	<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。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯E4 認識自己的特質與興趣。</p> <p>涯E9 認識不同類型工作/教育環境。</p>
	<p>貳、運動好事多</p> <p>六. 單槓遊戲真好玩</p>	2	<p>1. 能學習握住單槓。</p> <p>2. 能學習使用單槓時要注意的事項。</p> <p>3. 在單槓上學習模仿動作。</p> <p>4. 能進行單槓遊戲動作。</p>	<p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p>	<p>Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。</p> <p>Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</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>【安全教育】</p> <p>安E4 探討日常生活應該注意的安全。</p>
<p>三</p> <p>2/26</p> <p> </p> <p>3/4</p>	<p>壹、健康點點名</p> <p>一. 歡樂成長派</p>	1	<p>1. 能認識日常生活中的性別角色。</p> <p>2. 能覺察職業的性別刻板印象。</p> <p>3. 能知道自己想做的事不受性別限制</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。</p>	<p>Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。</p> <p>Db-I-1 日常生活 中的性別角色。</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。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯E4 認識自己的特質</p>

							與興趣。 涯E9 認識不同類型工作/教育環境。
	貳、運動好事多 六. 單槓遊戲真好玩	2	1. 能學會在單槓上的動作。 2. 了解及運用雙手的力量選擇需要懸垂能力的運動項目。 3. 會表現認真學習的態度。 4. 會注意同學的表現。	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。	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【安全教育】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。
四 3/5   3/11	壹、健康點點名 一. 歡樂成長派	1	1. 能認識日常生活中的性別角色。 2. 能覺察職業的性別刻板印象。 3. 能知道自己想做的事不受性別限制。 4. 能認識自己未來的夢想，並為夢想努力。	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。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。 【生涯規劃教育】 涯E4 認識自己的特質與興趣。 涯E9 認識不同類型工作/教育環境。
	貳、運動好事多 七. 休閒運動快樂行	2	1. 認識戶外及其他各種休閒運動。 2. 樂於參與休閒運動。 3. 能找出社區內的運動場地。 4. 能選擇適合全家參與的休閒運動。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。 Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【家庭教育】 家E12 規畫個人與家庭的生活作息。 【安全教育】 安E7 探究運動基本的保健。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

				動。			
五 3/12   3/18	壹、健康點點名 二. 流感小尖兵	1	1. 知道如何表達身體不舒服的症狀。 2. 知道處理身體不適的正確方法。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	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E7 知行合一。
	貳、運動好事多 七. 休閒運動快樂行	2	1. 能快樂的接受並體驗健走運動。 2. 能學會正確的健走技巧。 3. 能快樂接受並體驗健走運動。 4. 能學會不同速度的健走技巧。	2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【家庭教育】 家E12 規畫個人與家庭的生活作息。 【安全教育】 安E7 探究運動基本的保健。
六 3/19   3/25	壹、健康點點名 二. 流感小尖兵	1	1. 知道流感的傳染方式。 2. 知道「生病不上課」的健康觀念。	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。 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。 Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	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E7 知行合一。
	貳、運動好事多 七. 休閒運動快樂行	2	1. 能學會不同節奏的健走。 2. 能學會不同方式的健走技巧。 3. 能規畫並繪製校園健走地圖。 4. 能積極參與健走運動。	3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【家庭教育】 家E12 規畫個人與家庭的生活作息。 【安全教育】 安E7 探究運動基本的保健。
七 3/26 	壹、健康點點名 二. 流感小尖兵	1	1. 探討避免感染流感、維護健康的行為。	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	觀察評量 口頭評量	【品德教育】 品E1 良好生活習慣與

4/1			<p>2. 知道預防流感的方法。</p> <p>3. 能在日常生活中展現呼吸道衛生與咳嗽禮節。</p> <p>4. 能養成良好個人衛生習慣。</p>	<p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>	<p>慣。</p> <p>Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。</p>	<p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>德行。</p> <p>品 E7 知行合一。</p>
	<p>貳、運動好事多</p> <p>八. 踢球樂</p>	2	<p>1. 能表現出教材中的足球熱身動作。</p> <p>2. 能於活動中展現出身體平衡。</p> <p>3. 能於活動中努力練習嘗試。</p> <p>4. 展現出努力體驗踢球活動。</p> <p>5. 可以和他人合作完成活動。</p>	<p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p>	<p>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。</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 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>
<p>八</p> <p>4/2</p> <p> </p> <p>4/8</p>	<p>壹、健康點點名</p> <p>二. 流感小尖兵</p>	1	<p>1. 知道流感感染期間在家照護的要點。</p> <p>2. 學會正確脫口罩和丟口罩的技巧。</p> <p>3. 能在生活中落實流感預防與照護的好行為。</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>2b-I-1 接受健康的生活規範。</p> <p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p> <p>4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。</p>	<p>Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。</p> <p>Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。</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 E7 知行合一。</p>
	<p>貳、運動好事多</p> <p>八. 踢球樂</p>	2	<p>1. 能知道運動前後要注意的相關安全事宜及準備。</p> <p>2. 能知道如何處理運動時發生的意外事故。</p> <p>3. 能做到用足背踢球。</p>	<p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p>	<p>Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。</p> <p>Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及</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 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>

					踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。		
九 4/9   4/15	壹、健康點點名 三. 我家拒菸酒	1	1. 能了解過量飲酒對個人、家庭與社會的危害。 2. 在日常生活中，不嘗試含酒精飲料。	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。	Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。 【品德教育】 品E2 自尊尊人與自愛愛人。
	貳、運動好事多 八. 踢球樂	2	1. 能做到用足內側踢球。 2. 可以和他人合作練習踢球。 3. 可以用腳底做出停球動作。	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。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	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。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品E3 溝通合作與和諧人際關係。
十 4/16   4/22	壹、健康點點名 三. 我家拒菸酒	1	1. 能發覺吸菸行為對健康所造成的影響。 2. 能於引導下，運用模擬情境角色扮演方式，向家人適切表達請勿吸菸的態度。	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。 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。 【品德教育】

							品E2自尊尊人與自愛愛人。
	貳、運動好事多 八. 踢球樂	2	1. 可以他人合作進行踢接球。 2. 可以於對牆踢接活動中展現出踢球停球的動作。 3. 能於足球遊戲中展現踢擊動作。 4. 能和他人合作進行活動。	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-1 願意從事規律身體活動。	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。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品E3 溝通合作與和諧人際關係。
十一 4/23   4/29	壹、健康點點名 三. 我家拒菸酒	1	※能於引導下，運用模擬情境角色扮演方式，練習拒絕二手菸的技巧。	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。 【品德教育】 品E2 自尊尊人與自愛愛人。
	貳、運動好事多 九. 我們都是好朋友	2	1. 能隨著音樂拍打節奏。 2. 能靈活操作身體，做出各種肢體動作。 3. 能隨著音樂節奏，完成唱跳學習活動。 4. 能靈活操作身體，做出各種身體動作。 5. 能專注觀摩與學習他人動作表現。	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。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	無

十二 4/30   5/6	壹、健康點點名 三. 我家拒菸酒	1	※能繪製禁菸標誌，發表個人拒絕二手菸的立場。	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。 【品德教育】 品E2 自尊尊人與自愛愛人。
	貳、運動好事多 九. 我們都是好朋友	2	1. 能隨著音樂節奏，完成唱跳學習活動。 2. 能靈活操作身體，做出各種身體動作。 3. 能專注觀摩與學習他人動作表現。 4. 能應用正確的動作與同學合作練習活動。 5. 能與同學培養默契，通力合作克服困難並完成動作。	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。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	無
十三 5/7   5/13	壹、健康點點名 四. 愉快的聚會	1	※覺察自己與他人的優點，並進一步深入了解自己、欣賞自己也欣賞同學。	3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
	貳、運動好事多 九. 我們都是好朋友	2	1. 能學會所教導的舞蹈動作。 2. 利用活動開展肢體，並增進身體的協調性。 3. 能專注欣賞並學習他人優良動作表現。	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	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	無



			<p>4. 能與同學培養默契，通力合作克服困難並完成動作。</p> <p>5. 能認真參與並與他人合作完成動作表現。</p> <p>6. 能了解自己並選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>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>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>			
十四 5/14   5/20	<p>壹、健康點點名</p> <p>四. 愉快的聚會</p>	1	<p>1. 能利用適當方法邀請同學。</p> <p>2. 能運用社交技巧，知道增進人際關係的方法。</p> <p>3. 能了解住家附近的特色。</p>	<p>3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。</p> <p>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。</p> <p>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p>	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	<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 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p>
	<p>貳、運動好事多</p> <p>十. 跑的遊戲</p>	2	<p>1. 能利用學校或社區資源進行戶外休閒運動。</p> <p>2. 能體會並分享追逐跑的樂趣。</p> <p>3. 能盡力完成快跑的活動。</p> <p>4. 能體驗並分享跑步時速度與迎風的感受。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。</p> <p>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	無
十五 5/21   5/27	<p>壹、健康點點名</p> <p>四. 愉快的聚會</p>	1	<p>※能了解接待客人的注意事項。</p>	<p>3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。</p> <p>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。</p> <p>3b-I-3 能於生活中嘗</p>	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	<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 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p>

				試運用生活技能。			
	貳、運動好事多 十. 跑的遊戲	2	1. 能做出直線快跑動作。 2. 能學習並表現出運動家精神。	2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	無
十六 5/28   6/3	壹、健康點點名 四. 愉快的聚會	1	1. 知道真心誠意的讚美，讓朋友知道你心裡對他的感受，是獲得友誼的好方法。 2. 能知道接受招待時的注意事項，並分辨出別人不接受的行為應如何改進。 3. 能辨別好主人及好客人的行為。 4. 能了解如何處理聚會中的突發狀況並實際演練。	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
	貳、運動好事多 十. 跑的遊戲	2	1. 能遵守比賽規則。 2. 能和同學合作完成比賽。 3. 能認識並表現運動家精神。 4. 能在曲線快跑中做出身體重心傾斜動作。 5. 能在繞物快跑中做出身體重心傾斜變換動作。	2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 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。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	無
十七 6/4   6/10	壹、健康點點名 五. 食品安全我最行	1	1. 能知道食品包裝完整的重要性。 2. 能知道不建議購買散裝食品的原因。 3. 能認識安全購買罐頭與玻	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。 3a-I-1 能於引導下，	Eb-I-1 健康安全消費的原則。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【家庭教育】 家E9 參與家庭消費行動，澄清金錢與物品的價值。

			<p>璃罐食品的原則。</p> <p>4. 能了解製造日期及保存期限的意涵</p>	<p>表現簡易的自我調適技能。</p>			
	<p>貳、運動好事多</p> <p>十. 跑的遊戲</p>	2	<p>1 體驗並說出不同跑壘路線的差異。</p> <p>2. 練習中找出適合自己的跑壘路線。</p> <p>3. 比賽中表現曲線繞彎跑壘技巧。</p> <p>4. 和同學快樂的完成比賽，並遵守比賽規則。</p> <p>5. 在比賽中表現運動家精神。</p>	<p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	<p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</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>	無
<p>十八</p> <p>6/11</p> <p> </p> <p>6/17</p>	<p>壹、健康點點名</p> <p>五. 食品安全我最行</p>	1	<p>1. 能認識安全購買鮮乳的原則。</p> <p>2. 能了解有效日期及認識標章的意涵。</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>3a-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。</p>	<p>Eb-I-1 健康安全消費的原則。</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E9 參與家庭消費行動，澄清金錢與物品的價值。</p>
	<p>貳、運動好事多</p> <p>十一. 浪花朵朵開</p>	2	<p>1. 認識水域休閒運動的種類。</p> <p>2. 選擇安全並合適的戶外休閒活動。</p> <p>3. 能知道從事游泳時需要的裝備。</p> <p>4. 認識游泳池安全設施和規則。</p> <p>5. 能了解進行游泳前暖身的重要性。</p>	<p>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c-I-1 認識與身體活動相關資源。</p>	<p>Cc-I-1 水域休閒運動入門遊戲。</p> <p>Gb-I-1 游泳池安全與衛生常識。</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>【海洋教育】</p> <p>海E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>安E7 探究運動基本的保健。</p>

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

十九 6/18   6/24	壹、健康點點名 五. 食品安全我最行	1	1. 能知道食品標示的重要性。 2. 能檢視包裝食品的標示和外觀。	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。 3a-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。	Eb-I-1 健康安全消費的原則。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【家庭教育】 家E9 參與家庭消費行動，澄清金錢與物品的價值。
	貳、運動好事多 十一. 浪花朵朵開	2	1. 認識各項水中活動的動作技能。 2. 做出水中行走的游泳技巧。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 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。	Gb-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻律呼吸與藉物漂浮。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【海洋教育】 海E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 【安全教育】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安E7 探究運動基本的保健。
二十 6/25   6/30	壹、健康點點名 五. 食品安全我最行	1	1. 能了解食品保存方式對健康的重要性。 2. 能認識不同的包裝食品的食用方式及注意事項。 3. 能實際做到安全選購食品的原則。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 4a-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Eb-I-1 健康安全消費的原則。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【家庭教育】 家E9 參與家庭消費行動，澄清金錢與物品的價值。
	貳、運動好事多 十一. 浪花朵朵開	2	1. 認識水中閉氣、韻律呼吸與藉物漂浮的動作技能。 2. 做出水中閉氣、韻律呼吸與藉物漂浮的動作技巧。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 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。	Gb-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻律呼吸與藉物漂浮。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【海洋教育】 海E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 【安全教育】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

								安 E7 探究運動基本的保健。
--	--	--	--	--	--	--	--	-----------------

教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

「表現任務-評量方式」請具體說明。

集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。