

教材版本	翰林版	實施年級 (班級/組別)	二年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(63)節		
課程目標	能知道運動環境安全的重要性且學會正確的運動動作，培養正確的運動習慣。瞭解身體界線，拒絕不安全的身體接觸。						
該學習階段 領域核心素養	<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-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>						
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		
第一週 8/30~8/31	單元一、吃出健康和活力 活動一、健康飲食	3	1. 能養成良好的飲食習慣。 2. 認識六大類食物的類別。 3. 認識每天吃六大類食物的重要性。 4. 願意養成均衡攝取各類食物的習慣。 5. 願意做到珍惜食物、不浪費。	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。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。	操作 問答 發表 自評 觀察	<b>【能源教育】</b> 能E8 於家庭、校園生活實踐節能減碳的行動。
第二週 9/1~9/7	單元一、吃出健康和活力 活動一、健康飲食	3	1. 感受攝取過多油炸食物及含糖飲料對身體健康的威脅。 2. 養成少油、少糖，多吃營養食物的習慣。 3. 感受不良飲食習慣對健康的影響。 4. 思考自己的飲食問題與改善方法。	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。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。	操作 問答 發表 自評 觀察	<b>【能源教育】</b> 能E8 於家庭、校園生活實踐節能減碳的行動。
第三週 9/8~9/14	單元一、吃出健康和活力 活動二、飲食追追追	3	1. 感受不良飲食習慣對健康的影響。 2. 思考自己的飲食問題與改善方法。	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 4a-I-2 養成健	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	發表 問答 自評	<b>【家庭教育】</b> 家E9 參與家庭消費行動，澄清金錢與物

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

第四週 9/15~9/21	單元一、吃出健康和活力 活動三、飲食安全小秘訣	3	1. 認識選擇新鮮、安全食物的方法。 2. 學習運用感官分辨食物的安全性。 3. 認識選擇新鮮、安全食物的方法。 4. 學習運用感官分辨食物的安全性。	康的生活習慣。 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。	Eb-I-1 健康安全消費的原則。	發表 實作 自我檢核	品的價值。 【家庭教育】 家E9 參與家庭消費行動，澄清金錢與物品的價值。
第五週 9/22~9/28	單元二、我真的很不錯 活動一、我喜歡自己	3	1. 描述並接受自己的外形。 2. 認識自己的特質。 3. 表現喜歡自己、悅納自己的行為。	3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。	Fa-I-1 認識與喜歡自己的方法。	發表 自評	【生涯規劃教育】 涯E1 了解個人的自我概念。 涯E4 認識自己的特質與興趣。
第六週 9/29~10/5	單元二、我真的很不錯 活動二、我是感官的好主人	3	1. 認識眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴等感官的功能和重要性。 2. 舉例說明生活中愛護眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴的方法。 3. 嘗試練習眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴傷害事件的急救技能。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	問答 發表 觀察 實作	【安全教育】 安E12 操作簡單的急救項目。
第七週 10/6~10/12	單元二、我真的很不錯 活動三、感官救護站	3	嘗試練習眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴傷害事件的急救技能。	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。	Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。	觀察 實作	【安全教育】 安E12 操作簡單的急救項目。
第八週 10/13~10/19	單元三、拒絕菸酒 活動一、喝酒壞處多	3	1. 認識飲酒的危害。 2. 知道酒後不應駕車。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Ba-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。	發表 觀察	【家庭教育】 家E12 規劃個人與家庭的生活作息。
第九週	單元三、拒絕菸酒	3	1. 認識吸菸對身體健康	1a-I-1 認識基	Bb-I-2 吸菸與	問答	【家庭教育】

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

10/20~10/26	活動二、遠離菸害		<p>的危害。</p> <p>2. 發表個人對拒絕二手菸的看法。</p> <p>3. 嘗試運用拒絕的技能，拒絕吸入二手菸。</p>	<p>本的健康常識。</p> <p>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p> <p>4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。</p>	<p>飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。</p>		<p>家 E12 規劃個人與家庭的生活作息。</p>
第十週 10/27~11/2	<p>單元四、運動新視野</p> <p>活動一、與繩同遊 活動二、伸展繩</p>	3	<p>1. 認識操控繩子的基本方法。</p> <p>2. 表現操控繩子的基本動作與模仿能力。</p> <p>3. 分組合作創作繩子的造型遊戲。</p> <p>4. 認識利用繩子進行伸展動作的方法。</p> <p>5. 表現利用繩子進行的伸展動作。</p> <p>6. 願意和家人一起利用繩子進行伸展動作。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</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>	<p>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p> <p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p>	問答 實作	<p><b>【安全教育】</b></p> <p>安E2 了解危機與安全。</p>
第十一週 11/3~11/9	<p>單元四、運動新視野</p> <p>活動三、繩奇活力</p>	3	<p>1. 認識可以利用繩子進行的移動性動作。</p> <p>2. 表現以繩子為目標物進行移動性動作的技能。</p> <p>3. 進行分站活動，學習分站活動的參與方法。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</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>Ab-I-1 體適能遊戲。</p>	問答 實作	<p><b>【品德教育】</b></p> <p>品E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>
第十二週 11/10~11/16	<p>單元五、運動有妙招</p> <p>活動一、學校運動資源、活動二、穿鞋學問大</p>	3	<p>1. 認識與調查學校的運動場地。</p> <p>2. 調查與演練學校運動器材的借用方式。</p> <p>3. 認識學校的運動社團。</p> <p>4. 討論與實踐利用學校運動資源活動身體的方法。</p> <p>5. 認識穿運動鞋的正確</p>	<p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>4c-I-1 認識與身體活動相關資源。</p> <p>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行</p>	<p>Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。</p> <p>Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。</p> <p>Eb-I-1 健康安全消費的原則。</p>	問答 實作 調查 自評	<p><b>【戶外教育】</b></p> <p>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）。</p>

			<p>習慣。</p> <p>6. 評估自己的穿鞋方式是否正確。</p> <p>7. 認識選購運動鞋的消費概念。</p> <p>8. 演練正確選購運動鞋的方法。</p>	為。			
第十三週 11/17~11/23	單元六、身體動起來 活動一、同心協力、活動二、搖滾樂	3	<p>1. 認識身體支撐動作的要領。</p> <p>2. 表現各種穩定的支撐動作。</p> <p>3. 在展現技能時，能表現尊重與合作的互動行為。</p> <p>4. 認識縮體滾翻的動作要領。</p> <p>5. 能描述縮體滾翻的動作要領。</p> <p>6. 表現不同形式的縮體滾翻。</p> <p>7. 能認真參與各種縮體滾翻動作的學習活動。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</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>	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	問答 實作 觀察	<b>【品德教育】</b> 品E3 溝通合作與和諧人際關係。
第十四週 11/24~11/30	單元六、身體動起來 活動三、我是小拳王	3	<p>1. 學會拳擊有氧拳的基本動作。</p> <p>2. 能与他人合作，共同進行模仿遊戲。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-1 表現認真參與的學習態度。</p> <p>4d-I-1 願意從事規律身體活動。</p>	Bd-I-2 技擊模仿遊戲。	實作 觀察	<b>【安全教育】</b> 安E7 探究運動基本的健保。
第十五週	單元六、身體動起來	3	1. 能利用呼拉圈進行各	1c-I-2 認識基	Ce-I-1 其他休	實作	<b>【安全教育】</b>

12/1~12/7	活動四、圓的世界		種身體造型。 2.能利用呼拉圈進行各項身體活動。 3.能利用課餘時間練習呼拉圈。	本的運動常識。 2d-I-1 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	閒運動入門遊戲。	觀察	安E7 探究運動基本的保健。
第十六週 12/8~12/14	單元七、我是快樂運動員 活動一、樂跑人生、活動二、我是神射手	3	1.能以正確的跑步動作進行跑步遊戲。 2.能與同學合作，完成田徑跑步遊戲任務。 3標槍的動作。 4.認真參與團隊遊戲活動，並發揮「勝不驕、敗不餒」的運動家精神。	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。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	實作 觀察	【品德教育】 品E3 溝通合作與和諧人際關係。
第十七週 12/15~12/21	單元七、我是快樂運動員 活動三、水中尋寶	3	1.練習扶壁及徒手水中移動以及體驗水中跑步。 2.練習水中閉氣。 3.進行潛水及水中尋寶遊戲。	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。	Ga-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻律呼吸與藉物漂浮。	實作 問答	【海洋教育】 海E1 喜歡親水活動，重視水域安全。
第十八週 12/22~12/28	單元七、我是快樂運動員 活動四、相約戲水去	3	1.學習腿部抽筋的處理步驟。 2.能了解水中活動前後正確的眼睛衛生保健方法。	2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Gb-I-1 游泳池安全與衛生常識。	問答 實作	【安全教育】 安E1 了解安全教育。
第十九週 12/29~1/4	單元八、球兒真好玩 活動一、桌球初體驗、活動二、擲球樂趣多	3	1.體驗桌球特性，培養球感。 2.學會桌球拍擊動作，並進行遊戲。 3.學會隔網拋準之要領與技巧。	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。	Ha-I-1 網／牆性球類運動相關的簡拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之	實作 問答	【法治教育】 法E4 參與規則的制定並遵守之。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

			4.能思考遊戲公平性問題，並提出看法。	3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	手眼動作協調、力量及準確性控球動作。		
第二十週 1/5~1/11	單元八、球兒真好玩 活動三、滾地躲避球	3	1.進行反應及閃躲遊戲。 2.練習滾地躲避球的閃躲遊戲。 3.進行團體滾地躲避球遊戲。	1c-I-2 認識基本的運動常識。 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。	Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡拍、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。	實作 觀察	【安全教育】 安E9 學習相互尊重的精神。
第二十一週 1/12~1/18	單元八、球兒真好玩 活動四、控球精靈、活動五、跑壘遊戲	3	1.單、雙手拋球及接球動作練習。 2.進行團體拋準遊戲。 3.移動拍球動作練習。 4.進行團體移動拍球遊戲。	1c-I-2 認識基本的運動常識。 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。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡拍、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。	實作 問答	【品德教育】 品E3 溝通合作與和諧人際關係。
第二十二週 1/19~1/20	休業式	0					

□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。

□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。

□「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。



臺南市公(私)立關廟區五甲國民小學 113 學年度第 二 學期 二 年級 健體 領域學習課程計畫(■普通班/□特教班)

教材版本	翰林版	實施年級 (班級/組別)	二年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(60)節		
課程目標	能知道運動環境安全的重要性且學會正確的運動動作，培養正確的運動習慣。能認識自己的身體各部位，且選擇健康的食物。						
該學習階段 領域核心素養	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-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-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							
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		
第一週 2/5~2/8	單元一、健康習慣真重要 活動一、潔牙行動家	3	1. 認識口腔保健的方法。 2. 練習正確的刷牙技能。 3. 養成良好的口腔衛生習慣。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 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。	問答 發表 實作 自評	<b>【家庭教育】</b> 家 E12 規劃個人與家庭的生活作息。
第二週 2/9~2/15	單元一、健康習慣真重要 活動一、潔牙行動家	3	1. 認識口腔保健的方法。 2. 練習正確的刷牙技能。 3. 養成良好的口腔衛生習慣。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 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。	問答 發表 實作 自評	<b>【家庭教育】</b> 家 E12 規劃個人與家庭的生活作息。
第三週 2/16~2/22	單元一、健康習慣真重要 活動二、每天不忘的好習慣	3	1. 知道養成健康習慣的好處。 2. 檢視並維持健康的生活習慣。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	發表 自評	<b>【家庭教育】</b> 家 E12 規劃個人與家庭的生活作息。
第四週 2/23~3/1	單元一、健康習慣真重要 活動二、每天不忘的好習慣	3	檢視並維持健康的生活習慣。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	實作	<b>【品德教育】</b> 品 E1 良好生活習慣與德行。
第五週 3/2~3/8	單元二、讓家人更親近 活動一、我愛家人，家人	3	1. 能表達對家人的關愛。	3b-I-2 能於引導下，表現簡易	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相	觀察 問答	<b>【家庭教育】</b> 家 E7 表達對



C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

	愛我		2. 表現與家人溝通互動技能，與家人和諧相處。	的人際溝通互動技能。	處的方式。		家庭成員的關心與情感。
第六週 3/9~3/15	單元二、讓家人更親近 活動二、家庭休閒樂趣多	3	1. 認識家庭休閒活動的項目及好處。 2. 認識戶外旅遊的行前準備工作。 3. 樂於參與家庭休閒活動。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	問答	【家庭教育】 家E7 表達對家庭成員的關心與情感。
第七週 3/16~3/22	單元二、讓家人更親近 活動二、家庭休閒樂趣多	3	1. 能表達對家人的關愛。 2. 樂於參與家庭休閒活動。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	觀察 分享	【家庭教育】 家E7 表達對家庭成員的關心與情感。
第八週 3/23~3/29	單元三、健康舒適的社區 活動一、阿德的新社區	3	1. 認識社區的特色和資源。 2. 了解社區環境衛生與健康的關係。 3. 關心社區環境衛生。	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。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	發表 自評	【家庭教育】 家E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。
第九週 3/30~4/5	單元三、健康舒適的社區 活動一、阿德的新社區	3	1. 了解社區環境衛生與健康的關係。 2. 關心社區環境衛生。 3. 認識登革熱的傳染途徑與預防方法。 4. 認識社區的特色和資源。	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。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	問答 自評	【家庭教育】 家E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。
第十週 4/6~4/12	單元三、健康舒適的社區 活動二、維護社區環境	3	1. 了解社區環境衛生與健康的關係。 2. 認識登革熱的傳染途徑與預防方法。 3. 願意維護社區環境的整潔。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	實踐	【家庭教育】 家E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。
第十一週 4/13~4/19	單元四、運動新體驗 活動一、動靜平衡有一套、活動二、跳箱遊戲	3	1. 認識在平衡木行進的方法。 2. 能描述在平衡上保持動態平衡的要領。 3. 表現平衡木上行進、轉身的動作能力。 4. 認識在跳箱上進行支	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	1a-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	問答 實作	【安全教育】 安E2 了解危機與安全。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

			撐、跨越動作的要領。 5. 表現認真參與跳箱活動的學習態度。 6. 表現在跳箱上支撐、跨越的動作能力。	真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。			
第十二週 4/20~4/26	全中運體育週	0					
第十三週 4/27~5/3	單元四、運動新體驗 活動三、體操挑戰活動	3	1. 認識分站體能活動的動作方法。 2. 正確表現分站體能活動的動作能力。 3. 進行分站活動時能表現遵守規則和尊重他人的行為。 4. 能利用學校或社區運動資源進行身體活動。	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。 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。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	問答 實作 觀察 自評	<b>【安全教育】</b> 安E6 了解自己的身體。 <b>【法治教育】</b> 法E4 參與規則的制定並遵守之。
第十四週 5/4~5/10	單元五、運動 GO! GO! 活動一、運動安全三部曲、活動二、小小運動家	3	1. 認識運動前、中、後相關的基本運動安全常識。 2. 評估不當的運動行為可能產生的危險。 3. 演練遇到運動傷害的解決方法。 4. 認識班級體育活動的相關運動常識。 5. 認識班級體育活動的相關用語以及可利用的資源。 6. 願意認真參與班級性體育活動的相關計畫。	1c-I-2 認識基本的運動常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 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。 Cb-I-2 班級體育活動。	問答 實作 自評	<b>【安全教育】</b> 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。
第十五週 5/11~5/17	單元五、運動 GO! GO! 活動三、跳出活力	3	1. 學會個人跳繩基本技巧。	1c-I-1 認識身體活動的基本動	Ic-I-1 民俗運動基本動作與	實作 觀察	<b>【品德教育】</b> 品E3 溝通合

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

			2. 體驗團體跳繩的樂趣。	作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	遊戲。		作與和諧人際關係。
第十六週 5/18~5/24	單元六、我喜歡玩球 活動一、有趣的拋球遊戲	3	1. 能熟練拋接動作。 2. 能思考並運用比賽策略。 3. 能與同學合作進行比賽。	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。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	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。	實作 觀察	【品德教育】 品E3 溝通合作與和諧人際關係。
第十七週 5/25~5/31	單元六、我喜歡玩球 活動二、推推樂	3	1. 能控制力道和方向，以正確的動作擊球。 2. 在遊戲或比賽中保持運動精神。	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。	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。	實作 觀察	【品德教育】 品E3 溝通合作與和諧人際關係。
第十八週 6/1~6/7	單元六、我喜歡玩球 活動三、我是踢球高手	3	1. 能學會原地足內側及足背踢球動作技能。 2. 能學會足內側控球動作。 3. 能與同學合作進行足球團體遊戲。	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。 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。	實作 問答	【品德教育】 品E3 溝通合作與和諧人際關係。
第十九週	單元六、我喜歡玩球	3	1. 能學會以足底推球及	1c-I-1 認識身	Hb-I-1 陣地攻	實作	【品德教育】

6/8~6/14	活動四、運球前進		<p>足背運球前進。</p> <p>2. 能利用運球動作技能進行團體遊戲。</p>	<p>體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	<p>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>	觀察	<p>品E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>
第二十週 6/15~6/21	<p>單元七、運動萬花筒</p> <p>活動一、休閒 FUN 輕鬆、活動二、武林高手、活動三、蜘蛛人考驗</p>	3	<p>1. 認識戶外、室內的休閒運動知識。</p> <p>2. 認識可以進行休閒運動的相關資源。</p> <p>3. 能依據日常生活選擇適當的休閒運動。</p> <p>4. 學會有氧運動基本動作。</p> <p>5. 觀察他人動作、配合節奏，合作表演。</p> <p>6. 認識攀岩活動的基本常識。</p> <p>7. 能利用四肢進行各項身體活動。</p> <p>8. 在身體活動的遊戲中，表現合作的精神。</p>	<p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>4c-I-1 認識與身體活動相關資源。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>Bd-I-2 技擊模仿遊戲。</p> <p>Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。</p>	問答 實作 自評	<p><b>【生涯規劃教育】</b></p> <p>涯E4 認識自己的特質與興趣。</p>
第二十一週 6/22~6/28	<p>單元八、玩水樂翻天</p> <p>活動一、水域活動快樂多、活動二、泳池衛生維護、活動三、水中韻律呼吸</p>	3	<p>1. 了解各種不同水域休閒運動項目。</p> <p>2. 體驗穿著救生衣浮在水面的感覺。</p> <p>3. 能了解游泳前、游泳時以及游泳後的衛生維護事項。</p> <p>4. 學習水中韻律呼吸的方法。</p> <p>5. 能和同學合作進行韻律呼吸團體遊戲。</p> <p>6. 能學習在水中漂浮的</p>	<p>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</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。Gb-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻律呼吸與藉物漂浮。</p>	問答 觀察 自評	<p><b>【安全教育】</b></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)

			方法。 7. 能在水中漂浮前進。 8. 利用漂浮技能參與各種水中遊戲。 9. 學會借物漂浮的水中自救能力。				
第二十二週 6/29~6/30	休業式	0					

- 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。
- 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。
- 「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。