

教材版本	自編教材	實施年級 (班級/組別)	三、四、五年級 特教班/A組	教學節數	每週(3)節，本學期共(66)節		
課程目標	1. 建立兒童正確生活習慣的觀念，並奠定良好的生活習慣。 2. 發展運動概念與運動技能，提升體適能。 3. 培養增進人際關係與互動的能力。 4. 充實促進健康的知識、態度與技能。 5. 培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。 6. 養成規律運動與健康生活的習慣。 7. 培養健康與體育問題解決及規劃執行的能力。 8. 培養獨立生活的自我照護能力。 9. 培養良好人際關係與團隊合作精神。 10. 能培養手眼協調能力。						
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	動作協調訓練	21	1. 能運用遊戲設備來訓練動作協調。 2. 能練習老師示範的動作。 3. 表現認真參與的學習態度。 4. 專注觀賞他人的動作表現。	1c-I-1認識身體活動的基本動作。 2c-I-2提醒下表現認真參與的的學習態度。 1c-II-1認識身體活動的動作技能。 2c-II-2提醒下遵守上課規範和運動規則。 1c-III-1了解運動機能要素和基本運動規	Cb-I-2願意從事班級體育活動。 Cb-II-2參與學校運動賽會。 Cb-III-1遵守運動安全教育、表現運動精神。	實作評量 口語評量 觀察	【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。
第二週							
第三週							
第四週							
第五週							
第六週							
第七週							

				範。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。			
第八週	健康小達人 拍拍球	21	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。 3. 能培養良好的衛生習慣。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Db-I-1 認識並指認日常生活中的性別角色。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。	實作評量 口語評量 觀察	【安全教育】 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E5 了解日常生活危害安全的事件。
第九週							
第十週							
第十一週							
第十二週							
第十三週							
第十四週							
第十五週							
第十六週							
第十七週							
第十八週							
第十九週							
第二十週							
第二十一週							
第二十二週		24	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。	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。 2c-I-2 提醒下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。 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 願意從事班級體育活動。 Cb-I-3 學校運動活空間與場域。	實作評量 口語評量 觀察	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。

◎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。

教材版本	自編教材	實施年級 (班級/組別)	三、四、五年級 特教班/A組	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. 能明白各類食物皆要均衡攝取，並了解偏食與挑食對健康的影響。 2. 能分辨哪些是良好的飲食習慣。 3. 能說出六大類食物，並做分類。 4. 能養成飲食均衡及飲食多樣化，以促進身體健康。 5. 能體會良好的飲食習慣，才能用餐愉快。 6. 培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。 7. 養成規律運動與健康生活的習慣。 8. 培養健康與體育問題解決及規劃執行的能力。 9. 培養獨立生活的自我照護能力。 10. 培養良好人際關係與團隊合作精神。 11. 能培養手眼協調能力。 						
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-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。</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>						
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 第二週 第三週 第四週 第五週 第六週 第七週	飲食面面觀	21	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識六大類食物中的各類食物內容。 2. 了解均衡攝取各類食物的重要性。 3. 說出昨日所食用的食物，並完成分類。 4. 攝取六大類的食物，養成均衡飲食的習慣。 	1b-I-1 認識基本的健康常識。	Ea-I-1 認識生活中常見的 food 與珍惜食物。	實作評量 口語評量 觀察	<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>

第八週	手眼協調訓練	21	1. 能運用遊戲設備來訓練手眼協調。 2. 能練習老師示範的動作。 3. 表現認真參與的學習態度。 4. 專注觀賞他人的動作表現。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-1-2 認識基本的運動常識。 2c-I-2 提醒下表現認真參與的的學習態度。 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。	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Cb-I-2 願意從事班級體育活動。 Cb-I-3 學校運動活空間與場域。	實作評量 口語評量 觀察	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第九週							
第十週							
第十一週 第十二週 第十三週							
第十四週							
第十五週	球類真有趣	24	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. 能在玩球的過程中，認識自己身體活動能力，並選擇自己適合的運動。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-1-2 認識基本的運動常識。 2c-I-2 提醒下表現認真參與的的學習態度。 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。	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Cb-I-2 願意從事班級體育活動。 Cb-I-3 學校運動活空間與場域。	實作評量 口語評量 觀察	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。
第十六週							
第十七週							
第十八週							
第十九週							
第二十週							
第二十一週							
第二十二週							

◎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

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

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。