

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(59)節
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識身體檢查通知單及飲食紀錄表的內容與意義了解體重過重、過輕對健康的影響，發覺飲食與生活習慣對健康的重要性，並體會良好的飲食與生活習慣能促進身體健康。在引導下調整並養成良好的飲食與生活習慣，促進身體健康。 2. 認識牙齒的功能，知道牙齒分為乳齒和恆齒及牙齒其對生長發育的重要性，透過正確刷牙的方法與步驟，再經由牙醫師協助愛護牙齒的方法，養成保健牙齒的生活習慣。 3. 家人相處時，能覺察自己的情緒，如果出現不知道如何對應的情緒或做錯的狀況，能先調適心情，平心靜氣說出自己的想法、事件與感受，適當的自我調適心情。 4. 知道不同顏色的空品旗代表不同程度的空氣汙染，能配合空品旗選擇適合的活動方式，當面對不同空品旗時，能做出適宜的保健行為。 5. 發覺生病時就醫是維護健康的正確態度與行為，了解生病時要正確就醫，並能請教藥師與認讀藥袋，從中了解藥袋的標示，遵照醫囑服藥。 6. 發覺錯誤的存放藥物、處理剩餘藥物，除了汙染環境也會危害人類身體健康；能於引導下，正確的存放藥品與處理剩餘藥品。 7. 了解節奏，學習正確的動作，隨機表現出不同的肢體動作，並能利用不同的肢體動作表現出快樂的心情；透過簡單的動作伸展自己的身體，做出肢體伸展的動作，完成各種在平衡木上的平衡動作，並落實平時自我身體活動。 8. 認識並做出折返、曲線跑以及單腳跳、雙腳跳及跨跳等動作。在遊戲中表現出適合自己的追逐跑方式，並能選擇安全的學校或社區場地，從事追逐跑遊戲。 9. 能理解單元教材中球類的相關動作內容，透過課餘時間，持續練習教材中的動作，做到活動中相關球類技巧的動作，展現所學到的球類動作技能。 10. 說出武術模仿遊戲的基本動作，專注觀賞他人的動作表現，了解武術及技擊可強健體魄並防身，並做出正確的武術及技擊動作、遊戲。從武術及技擊遊戲中快樂學習，對武術產生學習興趣，並能運用基本動作，與同學完成遊戲。 				
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					

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	壹、健康有一套 一. 健康做得到	0	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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 能說出體檢通知單的內容、意義及差異性。 實作評量：學童發現身體檢查通知單內容的差異性。	
	貳、運動樂趣多 六. 大家來唱跳	0	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。	行為觀察： 1. 學童是否能靈活操作肢體並做出技能。 2. 學童能專注觀賞他人動作表現。 3. 學童能與他人合作完成活動。 口頭分享： 學童能說出同學表現之優、缺點。	
第二週	壹、健康有一套	1	1. 能閱讀生活習慣紀錄表，發	2a-I-1 發覺影響健康	Ea-I-2 基本的飲	學習態度： 上課時聽課專	

<p>9/1~9/7</p>	<p>一. 健康做得到</p>		<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>食習慣。 Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。</p>	<p>注度。 口頭分享： 1. 能說出造成體重過重或過的原因。 2. 能說出體重過輕及過重對健康的影響。 實作評量： 學童能讀懂飲食紀錄表。 分組討論及分享： 學童分組後，透過紀錄表發現樂樂過重及歡歡過輕的原因並分享。</p>	
	<p>貳、運動樂趣多 六. 大家來唱跳</p>	<p>2</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>行為觀察： 1. 學童是否能隨著音樂，完成舞蹈基本動作。 2. 學童能熟練〈猜拳〉的跳法，並正確的配合音樂跳舞。</p>	
<p>第三週 9/8~9/14</p>	<p>壹、健康有一套 一. 健康做得到</p>	<p>1</p>	<p>1. 能知道體重過重在飲食上的調整方法。 2. 能明白養成良好的飲食與生活習慣能促進身體健康。</p>	<p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 3b-I-1 能於引導下，</p>	<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</p>	<p>學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出重過</p>	

			<p>3. 能記錄自己的飲食與生活習慣。</p> <p>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。</p>	<p>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>	<p>表現。</p>	<p>重或過輕在飲食上的調整方法。</p> <p>2. 能說出良好的飲食與生活習慣能促進身體健康。</p> <p>實作評量： 1 學童能記錄自己的飲食與生活習慣。</p> <p>個人分享： 學童能覺察自己的飲食與生活習慣不適宜處，並提出改善的方法進行分享。</p>	
	<p>貳、運動樂趣多 六. 大家來唱跳</p>	<p>2</p>	<p>1. 想像並模仿自然界中的自然現象。</p> <p>2. 隨著音樂完成舞蹈基本的動作。</p> <p>3. 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>4. 表現出在不同情境下躲雨的動作。</p> <p>5. 認真參與，並與他人合作完成任務。</p> <p>6. 選擇適合自己的身體活動。</p> <p>7. 認真參與，並與他人合作完成創作任務。</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>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>行為觀察： 1. 學童能模仿自然界中的自然現象及表現在不同情境下躲雨動作。 2. 學童能專注觀賞他人動作表現。 3. 學童能認真參與他人合作完成任務。</p>	

						口頭分享： 學童能說出自己或同學表現之優、缺點。	
第四週 9/15~9/21	壹、健康有一套 二、愛護牙齒有一套	0	1. 能知道蛀牙的形成原因。 2. 能知道蛀牙的處理辦法。 3. 能知道愛護牙齒的方法，避免造成蛀牙。	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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出蛀牙的形成原因。 2. 能說出蛀牙的處理辦法。 分組討論及分享： 學童分組討論愛護牙齒，避免造成蛀牙的方法，與全班分享。	
	貳、運動樂趣多 七、跑跳遊戲	1	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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 學童能說出遊戲規則。 行為觀察： 1. 學童能遵守遊戲規則，並在遊戲中表現出	

						<p>適合自己的追逐跑方式。</p> <p>2. 學童能專注觀賞他人動作表現。</p> <p>3. 學童能與他人合作完成活動。</p> <p>4. 能完成折返、曲線跑的動作。</p>	
<p>第五週 9/22~9/28</p>	<p>壹、健康有一套 二、愛護牙齒有一套</p>	1	<p>1. 能知道牙齒分為乳齒和恆齒。</p> <p>2. 能知道乳齒和恆齒分別有其重要性。</p> <p>3. 能知道牙齒的功能及名稱。</p>	<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>	<p>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p>	<p>學習態度： 上課時聽課專注度。</p> <p>口頭分享： 1. 能說出牙齒分為乳齒和恆齒。</p> <p>2. 能說出乳齒和恆齒的重要性。</p> <p>實作評量： 學童進行牙齒的功能及名稱配對活動。</p>	
	<p>貳、運動樂趣多 七、跑跳遊戲</p>	2	<p>1. 能完成折返、曲線跑的動作。</p> <p>2. 明白能將折返、曲線跑的動作運用在追逐跑遊戲上。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活</p>	<p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>口頭分享： 學童能說出如何選擇安全的遊戲場地的條</p>	

			<p>3. 能選擇安全的遊戲場地。</p> <p>4. 認識並做出單腳跳、雙腳跳及跨跳等跳躍動作。</p> <p>5. 能完成跳、跨的組合動作。</p>	動。		<p>件。</p> <p>行為觀察:</p> <p>1. 學童能運用折返、曲線跑的動作，在追逐跑遊戲上。</p> <p>2. 學童能做出單腳跳、雙腳跳及跨跳等跳躍動作及跳、跨的組合動作。</p>	
<p>第六週 9/29~10/5</p>	<p>壹、健康有一套</p> <p>二. 愛護牙齒有一套</p>	1	<p>1. 能判斷更換牙刷的時機。</p> <p>2. 能正確挑選適合自己的牙刷。</p> <p>3. 能透過自我檢視，正確存放與更換牙刷。</p>	<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> <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>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p>	<p>學習態度:</p> <p>上課時聽課專注度。</p> <p>口頭分享:</p> <p>1. 能說出什麼時候需要更換牙刷。</p> <p>2. 能判斷自己的牙刷是否該更換了。</p> <p>3. 能挑選適合自己使用的牙刷。</p> <p>實作評量:</p> <p>學童寫及畫出適合自己使用專屬的牙刷。</p>	
	<p>貳、運動樂趣多</p> <p>七、跑跳遊戲</p>	2	<p>1. 能完成跳、跨的組合動作。</p> <p>2. 體會助跑可增加跳躍能力。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p>	<p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>行為觀察:</p> <p>1. 學童能完成</p>	

			<p>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。</p> <p>4. 能跟隨同學做出追逐跑、跳組合。</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>跳、跨的組合動作時，體會助跑可增加跳躍能力。</p> <p>2. 學童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。</p> <p>3. 學童能跟隨同學做出追逐跑、跳組合。</p>	
<p>第七週 10/6~10/12</p>	<p>壹、健康有一套 二、愛護牙齒有一套</p>	<p>1</p>	<p>1. 能知道正確刷牙是預防蛀牙最有效的方法。</p> <p>2. 能知道正確刷牙的方法和步驟，培養良好的衛生習慣。</p> <p>3. 能記錄一周的刷牙情形，並做檢討與改進。</p>	<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> <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>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p>	<p>學習態度： 上課時聽課專注度。</p> <p>口頭分享： 1. 能說出正確刷牙，是預防蛀牙最有效的方法。</p> <p>2. 能說出體重過輕及過重對健康的影響。</p> <p>實作評量： 1. 學童能自行操作正確刷牙的方法和步驟。</p> <p>2. 需記錄一周的刷牙情形，並做檢討與改進。</p>	

	<p>貳、運動樂趣多 七、跑跳遊戲、八.我們都是平衡高手</p>	2	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>行為觀察： 1. 學童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. 學童能跟隨同學做出追逐跑、跳組合。 口頭分享： 學童能說出校園需要平衡能力的遊戲設備。</p>	
<p>第八週 10/13~10/19</p>	<p>壹、健康有一套 二. 愛護牙齒有一套</p>	1	<p>1. 能知道愛護牙齒的方法。 2. 能知道牙科醫療院所提供的口腔保健服務。 3. 能養成保健牙齒的生活習慣。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出愛護牙齒的方法。 2. 能說出經由牙醫師協助愛護牙齒的方法。 實作評量： 每天正確刷牙保持保健牙齒的生活習慣。</p>	
	<p>貳、運動樂趣多 八.我們都是平衡高手</p>	2	<p>1. 能練習平衡動作。 2. 專注觀賞他人的動作表現。 3. 表現認真參與的學習態度。 4. 認識平衡木上的動作要領</p>	<p>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。</p>	<p>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</p>	<p>行為觀察： 1. 學童能認真練習平衡動作。 2. 學會上下平衡木。</p>	<p>【安全教育】 安E4探討日常生活應注意的安全。</p>

			及安全注意事項。 5. 學會上下平衡木。	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。 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。	戲。	口頭分享： 學童能說出平衡木上的動作要領及安全注意事項。	
第九週 10/20~10/26	壹、健康有一套 三. 我愛家人	1	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。 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。	3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 個人分享： 1. 能說出與家人相處時，若出現不知道如何對應的情緒，能適當的自我調適。 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。	
	貳、運動樂趣多 八. 我們都是平衡高手	2	1. 認識平衡木上的動作要領及安全注意事項。 2. 學會上下平衡木。 3. 能學會與完成在平衡木上的動作和安全練習的方法。	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	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	行為觀察： 1. 學會上下平衡木。 2. 學童能學會與完成在平衡木上的動作	

				與模仿的能力。		和安全練習的方法。 口頭分享： 認識平衡木上的動作要領及安全注意事項。	
第十週 10/27~11/2	壹、健康有一套 三. 我愛家人	1	<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>	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	<p>學習態度： 上課時聽課專注度。</p> <p>口頭分享： 1. 學童能覺察自己的情緒，並利用說出事件與感受調適自我的心情經過。</p> <p>實作評量： 1. 學童在與家人相處時，對於無法處理或做錯的狀況，能先調適心情，在引導下，練習表現簡易的人際溝通技能。</p> <p>2. 請學童分組練習想法的三個步驟(1)先說出想法(2)反省想法(3)再決定怎麼做。</p> <p>分組分享： 分享各組練習</p>	

						想法三步驟。	
	貳、運動樂趣多 八. 我們都是平衡高手	2	1. 能學會與完成在平衡木上的動作和安全練習的方法。 2. 學會選擇適合自己的身體活動。	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。 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。	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。	口頭分享： 學童能說出適合自己的身體活動方式。 行為觀察： 1. 學童能學會與完成在平衡木上的動作和安全練習的方法。 2. 學童能學會選擇適合自己的身體活動。	
第十一週 11/3~11/9	壹、健康有一套 三. 我愛家人	1	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。 2. 能練習平心靜氣說出自己的想法讓對方知道。	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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能分享事件預想可能的後果，並選擇最佳的做法。 實作評量： 依上述事件請學童練習平心靜氣說出自己的想法讓對方知道。	
	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	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3d-I-1 應用基本動作	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cd-I-1 戶外休閒	口頭分享： 學童能說出學校或社區資源	

			<p>賽的基本動作，從事身體活動。</p> <p>3. 能運用基本的動作常識，處理練習或遊戲所產生的問題。</p>	<p>常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>運動入門遊戲。</p>	<p>可從事身體活動。</p> <p>行為觀察：</p> <p>1. 學童能了解並應用各種趣味競賽的基本動作，從事身體活動。</p> <p>2. 學童能運用基本的動作常識，處理練習或遊戲所產生的問題。</p>	
<p>第十二週 11/10~11/16</p>	<p>壹、健康有一套 三. 我愛家人</p>	1	<p>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。</p> <p>2. 能知道與家人和諧相處的方法。</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>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>學習態度： 上課時聽課專注度。</p> <p>實作評量： 1. 練習面對家人時把愛說出口。</p> <p>分組討論： 討論如何透過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。</p>	
	<p>貳、運動樂趣多 九. 社區運動樂</p>	2	<p>1. 能利用學校或社區資源從事身體活動。</p> <p>2. 能認同團體規範，並表現尊</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</p>	<p>Ab-I-1 體適能遊戲。</p> <p>Cd-I-1 戶外休閒</p>	<p>口頭分享： 學童能說出學校或社區資源可從事身體活</p>	

			<p>重的團體互動行為。</p> <p>3. 了解並應用各種趣味競賽的基本動作，從事身體活動。</p>	<p>常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>運動入門遊戲。</p>	<p>動。</p> <p>行為觀察：</p> <p>1. 學童能利用學校或社區資源從事身體活動。</p> <p>2. 學童能認同團體規範，並表現尊重的團體互動行為。</p> <p>3. 學童能了解並應用各種趣味競賽的基本動作，從事身體活動。</p>	
<p>第十三週 11/17~11/23</p>	<p>壹、健康有一套</p> <p>四. 空氣汙染大作戰</p>	1	<p>1. 知道空氣品質達紅色警示的意思。</p> <p>2. 知道空氣汙染對人和動物都有影響。</p> <p>3. 知道紅色空品旗的作用。</p> <p>4. 知道空氣汙染期間，外出要戴口罩。</p>	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	<p>學習態度：</p> <p>上課時聽課專注度。</p> <p>口頭分享：</p> <p>1. 能說出空氣品質達紅色警示的意思。</p> <p>2. 能說空氣汙染對人和動物都有影響。</p> <p>3. 能說出紅色空品旗的作用及在空汙期間外出時要戴口罩。</p>	
	<p>貳、運動樂趣多</p>	2	1. 能利用學校或社區資源從	2c-I-1 表現尊重的團	Ab-I-1 體適能遊	口頭分享：	

	<p>九. 社區運動樂</p>		<p>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>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>戲。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。</p>	<p>學童能說出學校或社區資源可從事身體活動。 行為觀察： 1. 學童能利用學校或社區資源從事身體活動。 2. 學童能清楚知道自己適合的運動。 3. 學童能與家人討論，選擇並規畫適合的身體活動，增進體適能。</p>	
<p>第十四週 11/24~11/30</p>	<p>壹、健康有一套 四. 空氣污染大作戰</p>	<p>1</p>	<p>1. 知道紅色空品旗升起時，要應對的活動行為。 2. 發覺空氣污染時，在戶外活動對身體健康的影響。 3. 知道室內、室外空氣污染的程度並不同。 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>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。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。</p>	<p>Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。</p>	<p>學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 學童能說出發覺空氣污染時，在戶外活動對身體健康的影響。 2. 學童能說出室內、室外空氣污染的程度並不同。 3. 學童能說出空氣品質不好</p>	

						時，進行體育活動該注意的事項有哪些。 實作評量： 能做出紅色空品旗升起時，要應對的活動行為。	
	貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多	2	1. 能知道並做到你傳我接活動的動作內容。 2. 能願意並盡力做到和他人合作完成你傳我接的動作。 3. 知道並做到配合拍球的節奏，穩定的拍球。 4. 了解拍球說Hello活動的進行方式，並和同學合作努力完成。 5. 會利用課餘時間練習以求進步。	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。 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。	行為觀察： 1. 學童能做到你傳我接活動的動作內容。 2. 學童能配合拍球的節奏，穩定的拍球。 3. 學童能認真參與與他人合作完成你傳我接活動。	
第十五週 12/1~12/7	壹、健康有一套 四. 空氣污染大作戰	1	1. 知道空氣污染會讓身體出現各種不舒服的症狀。 2. 知道空氣污染時期因應身體不舒服症狀的處理方式。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出空氣污染會讓身體出現各種不舒服的症狀。 分組討論及分享： 各組討論空氣	

						汙染時期因應身體不舒服症狀的處理方式，並分享。	
	貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多	2	<ol style="list-style-type: none"> 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>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>3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。</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>觀察評量</p> <p>行為觀察：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學童能做到三種傳接球及完成高球穿接的動作。 2. 學童能與他人合作順暢完成三種傳接球動作活動及。 <p>口頭分享：</p> <p>學童能說出三種傳接球動作，球的行進路徑不同處。</p>	
第十六週 12/8~12/14	壹、健康有一套 四. 空氣汙染大作戰	1	<ol style="list-style-type: none"> 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>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	<p>學習態度：</p> <p>上課時聽課專注度。</p> <p>口頭分享：</p> <p>能說出對抗空氣汙染的保健做法。</p> <p>實作評量：</p> <p>面對不同空品旗，學童能做出適宜的保健行</p>	

						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。	行為觀察： 1. 學童做到彈接高手活動中相關的動作。 2. 學童能認真參與與他人合作完成彈接高手活動中的動作。	
第十七週 12/15~12/21	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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 學童能說出生病時要遵照醫囑服藥的重要性。 2. 學童能說出生病時就醫是維護健康的正確態度與行為。 行為觀察： 請各組表演在成人引導下，做到正確的就醫行為。	
	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	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與	Hd-I-1 守備/跑分性球類運動相關的簡易拋、接、	口頭分享： 學童能說出守攻占城堡的活	

			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。	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。	擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	動規則。 行為觀察： 1. 學童知道並遵守攻占城堡的活動規則。 2. 學童能與他人合作完成占城堡活活動期間，與同學討論學習，找出更佳得分方式並實踐。	
第十八週 12/22~12/28	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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 透過引導學童能適切的請教藥師與認讀藥袋上的各項標示與說明。	
	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。	行為觀察： 1. 學童能做出正確的模仿動物動作及特徵。 2. 學童能做出正確的基本武術動作。 3. 學童能專注觀賞他人動作	

						表現。 4. 學童能發揮 創意做出動物 拳。。	
第十九週 12/29~1/4	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。 4. 能在大人引導下，於生活中正確使用眼藥水和外用藥膏。	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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出藥袋上服藥的時間、用法與用量。 2. 能在大人引導下，於生活中正確服藥。。 實作評量： 學童能讀懂藥袋上服藥的時間、用法與用量並學會正確服藥。	
	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。	行為觀察： 1. 學童表現出正確的技擊動作。 2. 學童能運用基本動作與他人合作完成遊戲。	

第二十週 1/5~1/11	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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出正確的保存藥物的方式。 2. 能說出錯誤的處理廢棄藥物會污染環境與危害人類身體健康。 3. 學童能說出正確的處理廢棄藥物。 實作評量： 學童能正確的保存藥物及處理廢棄藥物。
	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。	行為觀察： 1. 學童能運用武術及技擊動作，與同學完成比賽。 2. 學童能藉由遊戲的操作及反覆練習，增進體適能。
第二十一週 1/12~1/18	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	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，	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享：

			<p>物會汙染環境與危害人類身體健康。</p> <p>3. 能於大人引導下，正確的處理廢棄藥物。</p>	<p>於生活中操作簡易的健康技能。</p>		<p>1. 能說出正確的保存藥物的方式。。</p> <p>2. 能說出錯誤的處理廢棄藥物會汙染環境與危害人類身體健康。</p> <p>3. 學童能說出正確的處理廢棄藥物。</p> <p>實作評量： 學童能正確的保存藥物及處理廢棄藥物。</p>	
	<p>貳、運動樂趣多</p> <p>十一. 功夫小子</p>	2	<p>1. 能運用武術及技擊動作，與同學完成比賽。</p> <p>2. 藉由遊戲的操作及反覆練習，增進體適能。</p>	<p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。</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。	<p>行為觀察：</p> <p>1. 學童能運用武術及技擊動作，與同學完成比賽。</p> <p>2. 學童能藉由遊戲的操作及反覆練習，增進體適能。</p>	
<p>第二十二週</p> <p>1/19~1/20</p>	<p>壹、健康有一套</p> <p>五. 正確使用藥物</p>	0	<p>1. 能於大人引導下，正確的保存藥物。</p> <p>2. 能發覺錯誤的處理廢棄藥物會汙染環境與危害人類身體健康。</p> <p>3. 能於大人引導下，正確的處</p>	<p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p>	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	<p>學習態度： 上課時聽課專注度。</p> <p>口頭分享：</p> <p>1. 能說出正確的保存藥物的方式。。</p> <p>2. 能說出錯誤</p>	

			理廢棄藥物。			的處理廢棄藥物會汙染環境與危害人類身體健康。 3. 學童能說出正確的處理廢棄藥物。 實作評量： 學童能正確的保存藥物及處理廢棄藥物。	
	貳、運動樂趣多 十一. 功夫小子	1	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。	行為觀察： 1. 學童能運用武術及技擊動作，與同學完成比賽。 2. 學童能藉由遊戲的操作及反覆練習，增進體適能。	

◎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。

臺南市公立善化區陽明國民小學 113 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(59)節
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解不同人生階段成長情形，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， 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。 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。 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。 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。 6. 知道並完成踢擊紙球的及對牆連續踢球相關動作，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。 7. 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。 8. 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。 9. 能遵守遊戲規則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。 10. 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。 11. 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。 12. 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。 13. 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，學會在水中行走、水中閉氣、漂浮等游泳基礎技能。 				
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，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</p>				

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。

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	壹、健康點點名 一. 歡樂成長派	0	<ol style="list-style-type: none"> 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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出不同人生階段成長情形。 2. 能描述自己的成長情形。 實作評量： 學童能透過(歡樂長長派)活動，記錄自己的成長情形。	
	貳、運動好事多 六. 單槓遊戲真好玩	1	<ol style="list-style-type: none"> 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。 4. 表現認真參與的學習態度。 5. 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-I-2 認識基本的運動常識。 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。	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。	口頭分享： 學童能說出校園需要懸垂能力的遊戲設備(如單槓、吊環)。 行為觀察： 1. 學童能認真參與運用遊戲	【安全教育】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。

						設備練習來鍛鍊臂力。 2. 學童能注觀賞他人的動作表現。	
第二週 2/9~2/15	壹、健康點點名 一. 歡樂成長派	1	1. 能知道成長過程受到家人的照顧與陪伴。 2. 能體會成長的喜悅，並能用健康的態度面對成長。 3. 能觀察並描述自己的成長情形。 4. 能探索自己的興趣及對未來的期望。	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。	Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出成長過程受到家人的照顧與陪伴經驗。 2. 能說出成長的喜悅。 3. 能描述自己的成長情形。 實作評量： 學童透過(我以後想當○○)活動，探索自己的興趣及對未來的期望。	
	貳、運動好事多 六. 單槓遊戲真好玩	2	1. 能學習握住單槓。 2. 能學習使用單槓時要注意的事項。 3. 在單槓上學習模仿動作。 4. 能進行單槓遊戲動作。	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。	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。	口頭分享： 學童能說出使用單槓時要注意的事項。 行為觀察： 1. 學童學會握住單槓及使用單槓時注意的事項。	

						2. 學童能在單槓上學習模仿動作並進行遊戲。	
第三週 2/16~2/22	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	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。	Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出日常生活中的性別角色。 2. 能覺察說出職業的性別刻板印象。 故事分享： 透過(小王子) 繪本，引導學童思考自己想做的事不受性別限制。	
	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。	口頭分享： 學童說出需要懸垂能力的運動項目。 行為觀察： 1. 學童認真學習學會在單槓上的動作。 2. 學童能專心關注同學的表現。	

<p>第四週 2/23~3/1</p>	<p>壹、健康點點名 一. 歡樂成長派</p>	<p>1</p>	<p>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。</p>	<p>4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。</p>	<p>Db-I-1 日常生活中的性別角色。</p>	<p>學學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出日常生活中的性別角色。 2. 能覺察說出職業的性別刻板印象。 故事分享： 透過(威廉的洋娃娃)繪本，引導學童思考自己想做的事不受性別限制。</p>	
	<p>貳、運動好事多 七. 休閒運動快樂行</p>	<p>2</p>	<p>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。</p>	<p>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動。</p>	<p>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。</p>	<p>口頭分享： 學童能說出戶外及其他各種休閒運動並選擇適合全家參與的休閒運動。 行為觀察： 1. 學童樂於參與休閒運動。 2. 學童能找出社區內的運動場地。</p>	
<p>第五週 3/2~3/8</p>	<p>壹、健康點點名 二. 流感小尖兵</p>	<p>1</p>	<p>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</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p>	<p>Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。</p>	<p>學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享：</p>	

			方法。			1. 能說出如何表達身體不舒服的症狀。 2. 能說出身體不適時正確的處理方法。 實作評量： 學童能表達身體不舒服的症狀並有正確的處理方法。	
	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。	行為觀察： 1. 學童能快樂的接受並體驗健走運動。 2. 學童能學會正確的健走技巧及使用不同速度的健走技巧方式。	
第六週 3/9~3/15	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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出流感的傳染方式。 2. 「生病不上課」的健康觀念。	
	貳、運動好事多	2	1. 能學會不同節奏的健走。	3b-I-3 能於生活中嘗	Cb-I-1 運動安全	行為觀察： 1. 學童能學會	

	<p>七. 休閒運動快樂行</p>		<p>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。</p>	<p>試運用生活技能。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。</p>	<p>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。</p>	<p>不同節奏及不同方式的健走技巧後，積極參與健走運動。 繪製地圖及分享： 學童分組後規畫並繪製校園健走地圖並分享。</p>	
<p>第七週 3/16~3/22</p>	<p>壹、健康點點名 二. 流感小尖兵</p>	<p>1</p>	<p>1. 探討避免感染流感、維護健康的行為。 2. 知道預防流感的方法。 3. 能在日常生活中展現呼吸道衛生與咳嗽禮節。 4. 能養成良好個人衛生習慣。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>學習態度： 上課時聽課專注度。 分組討論： 學童分組討論 1. 能避免感染流感、維護健康的行為。 2. 能預防流感的方法。 3. 日常生活中如何展現呼吸道衛生與咳嗽禮節。 4. 如何養成良好個人衛生習慣。 各組分享： 請各組上台進行分享。</p>	

	<p>貳、運動好事多 八. 踢球樂</p>	<p>2</p>	<p>1. 能表現出教材中的足球熱身動作。 2. 能於活動中展現出身體平衡。 3. 能於活動中努力練習嘗試。 4. 展現出努力體驗踢球活動。 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。 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>行為觀察： 1. 能表現出教材中的足球熱身動作及活動中展現出身體平衡。 2. 能嘗試努力練習及體驗踢球活動。 3. 學童能與他人合作完成踢球活動。</p>	
<p>第八週 3/23~3/29</p>	<p>壹、健康點點名 二. 流感小尖兵</p>	<p>1</p>	<p>1. 知道流感感染期間在家照護的要點。 2. 學會正確脫口罩和丟口罩的技巧。 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。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 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。 Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。</p>	<p>學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出流感感染期間在家照護的要點。 2. 能說出生活中落實流感預防與照護的好行為並落實。 實作評量： 學會正確脫口罩和丟口罩的技巧。</p>	
	<p>貳、運動好事多 八. 踢球樂</p>	<p>2</p>	<p>1. 能知道運動前後要注意的相關安全事宜及準備。 2. 能知道如何處理運動時發生的意外事故。</p>	<p>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。</p>	<p>Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Hb-I-1 陣地攻守</p>	<p>口頭分享： 1. 學童能說出運動前後要注意的相關安全事宜及準備。</p>	

			3. 能做到用足背踢球。	3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	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。	2. 能說出如何處理運動時發生的意外事故。 行為觀察： 1. 學童能做到用足背踢球。	
第九週 3/30~4/5	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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出過量飲酒對個人、家庭與社會的危害。 2. 能說出在日常生活中，不嘗試含酒精飲料。	
	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。	行為觀察： 1. 學童能做到用足內側踢球及用腳底做出停球動作。 2. 學童能與他人合作完成練習踢球	
第十週 4/6~4/12	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	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康	Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享：	

			<p>角色扮演方式，向家人適切表達請勿吸菸的態度。</p>	<p>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。</p>		<p>1. 能說出造吸菸行為對健康所造成的影響。 分組表演： 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。</p>	
	<p>貳、運動好事多 八. 踢球樂</p>	2	<p>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。</p>	<p>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。</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>行為觀察： 1. 學童能在對牆踢接活動中展現出踢球停球的動作。 2. 學童能於足球遊戲中展現踢擊動作。 3. 學童能與他人合作完成踢接球活動。</p>	
<p>第十一週 4/13~4/19</p>	<p>壹、健康點點名 三. 我家拒菸酒</p>	1	<p>※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。</p>	<p>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。</p>	<p>Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。</p>	<p>學習態度： 上課時聽課專注度。 分組表演： 運用模擬情境角色扮演方式，練習拒絕二手菸的技巧。。</p>	
	<p>貳、運動好事多 九. 我們都是好朋友</p>	2	<p>1. 能隨著音樂拍打節奏。 2. 能靈活操作身體，做出各種</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p>	<p>行為觀察： 1. 學童能隨著音樂拍打節奏</p>	

			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。	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。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	並靈活操作身體做出各種肢體動作，完成唱跳學習活動。 2. 學童能專注觀摩與學習他人動作表現。	
第十二週 4/20~4/26	壹、健康點點名 三. 我家拒菸酒	0	※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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 繪製圖畫： 學童繪製禁菸標誌。 個人發表： 學童拿出個人繪製完成標誌並發表個人拒絕二手菸的立場。	
	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。	行為觀察： 1. 學童能隨著音樂拍打節奏並靈活操作身體做出各種肢體動作，完成唱跳學習活動。 2. 學童能專注觀摩與學習他人動作表現 3. 學童能應用	

						正確動作與同學合作練習活動，培養其默契，一起通力合作克服困難並完成動作。	
第十三週 4/27~5/3	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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 個人分享： 能說出自己與他人的優點，練習欣賞自己也欣賞同學。	
	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。 4.能與同學培養默契，通力合作克服困難並完成動作。 5.能認真參與並與他人合作完成動作表現。 6.能了解自己並選擇適合個人的身體活動。	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。 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。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1唱、跳與模仿性律動遊戲。	行為觀察： 1.學童能學會所教導的舞蹈動作，利用活動開展肢體，並增進身體的協調性。 2.學童能專注觀摩與學習他人動作表現 3.學童能應用正確動作與同學合作練習活動，培養其默契，一起通力合	

						作克服困難並完成動作。	
第十四週 5/4~5/10	壹、健康點點名 四.愉快的聚會	1	1.能利用適當方法邀請同學。 2.能運用社交技巧,知道增進人際關係的方法。 3.能了解住家附近的特色。	3b-I-1 能於引導下,表現簡易的自我調適技能。 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。	學習態度: 上課時聽課專注度。 口頭分享: 1.能說出邀請同學適當的方法。 2.能說出住家附近的特色。 實作評量: 學童能運用社交技巧,學會增進人際關係的方法。	
	貳、運動好事多 十.跑的遊戲	2	1.能利用學校或社區資源進行戶外休閒運動。 2.能體會並分享追逐跑的樂趣。 3.能盡力完成快跑的活動。 4.能體驗並分享跑步時速度與迎風的感受。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 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。	口頭分享: 學童能說出並分享追逐跑樂趣及跑步時速度與迎風的感受。 行為觀察: 學童盡力完成快跑的活動。	
第十五週 5/11~5/17	壹、健康點點名 四.愉快的聚會	1	※能了解接待客人的注意事項。	3b-I-1 能於引導下,表現簡易的自我調適技能。 3b-I-2 能於引導下,	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	學習態度: 上課時聽課專注度。 分組討論及分享:	

				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。		學童分組後討論接待客人的所需注意事項，並進行分享。	
	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。	口頭分享： 學童能說出運動家精神的表現。 行為觀察： 1. 學童做出直線快跑動作。 2. 在活動結束後，學童能學習表現出運動家精神。	
第十六週 5/18~5/24	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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出真心誠意讚美，是獲得友誼的好方法。 2. 能說出接受招待時的注意事項。 實作評量： 1. 學會並分辨出別人不接受的行為應如何改進。	

						<p>2. 學會辨別好主人及好客人的行為。</p> <p>3. 學童能學會處理聚會中的突發狀況。</p>	
	<p>貳、運動好事多</p> <p>十. 跑的遊戲</p>	2	<p>1. 能遵守比賽規則。</p> <p>2. 能和同學合作完成比賽。</p> <p>3. 能認識並表現運動家精神。</p> <p>4. 能在曲線快跑中做出身體重心傾斜動作。</p> <p>5. 能在繞物快跑中做出身體重心傾斜變換動作。</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>	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	<p>行為觀察：</p> <p>1. 能在曲線快跑中做出身體重心傾斜動作。</p> <p>2. 能在繞物快跑中做出身體重心傾斜變換動作。</p>	
<p>第十七週</p> <p>5/25~5/31</p>	<p>壹、健康點點名</p> <p>五. 食品安全我最行</p>	1	<p>1. 能知道食品包裝完整的重要性。</p> <p>2. 能知道不建議購買散裝食品的原因。</p> <p>3. 能認識安全購買罐頭與玻璃罐食品的原則。</p> <p>4. 能了解製造日期及保存期限的意涵</p>	<p>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>	Eb-I-1 健康安全消費的原則。	<p>學習態度：</p> <p>上課時聽課專注度。</p> <p>口頭分享：</p> <p>1. 能說出食品包裝完整的重要性。</p> <p>2. 能說出不建議購買散裝食品的原因。</p> <p>3. 能說出安全購買罐頭與玻璃罐食品的原則。</p> <p>4. 能說出製造日期及保存期限的意涵</p> <p>實作評量：</p>	

						學童能學會觀看食品包裝完整性及製造日期及保存期限。	
	貳、運動好事多 十. 跑的遊戲	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>	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	<p>口頭分享： 學童能說出不同跑壘路線的差異。</p> <p>行為觀察： 1. 學童學會比賽中表現曲線繞彎跑壘技巧。 2. 學童能遵守規則與他人合作完成比賽，並表現出運動家精神。</p>	
第十八週 6/1~6/7	壹、健康點點名 五. 食品安全我最行	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>	Eb-I-1 健康安全消費的原則。	<p>學習態度： 上課時聽課專注度。</p> <p>口頭分享： 1. 能說出認識安全購買鮮乳的原則。 2. 能說出有效日期及認識標章的意涵。</p> <p>實作評量： 學童能認識標章意涵並配對。</p>	

	貳、運動好事多 十一. 浪花朵朵開	1	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識水域休閒運動的種類。 2. 選擇安全並合適的戶外休閒活動。 3. 能知道從事游泳時需要的裝備。 4. 認識游泳池安全設施和規則。 5. 能了解進行游泳前暖身的重要性。 	<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>口頭分享：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學童能說出水域休閒運動的種類。 2. 學童能說出並選擇安全並合適的戶外休閒活動。 3. 學童能說出從事游泳時需要的裝備。 <p>實作評量：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 孩童學會觀看游泳池安全設施和規則。 2. 學習游泳前暖身動作。 	
第十九週 6/8~6/14	壹、健康點點名 五. 食品安全我最行	1	<ol style="list-style-type: none"> 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。 	<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>	Eb-I-1 健康安全消費的原則。	<p>學習態度：</p> <p>上課時聽課專注度。</p> <p>口頭分享：</p> <p>能說出食品標示的重要性。</p> <p>實作評量：</p> <p>學童能學會檢視包裝食品的標示和外觀。</p>	
	貳、運動好事多 十一. 浪花朵朵開	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識各項水中活動的動作技能。 	1d-I-1 描述動作技能基本常識。	Gb-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻	<p>口頭分享：</p> <p>學童能說出各</p>	

			2. 做出水中行走的游泳技巧。	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。	律呼吸與藉物漂浮。	項水中活動的動作技能。 行為觀察： 學童能學會並做出水中行走的游泳技巧。	
第二十週 6/15~6/21	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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出食品保存方式對健康的重要性。 2. 能說出不同的包裝食品的食用方式及注意事項。 實作評量： 學童能實際做到安全選購食品的原則。	
	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。	口頭分享： 學童能說出水中閉氣、韻律呼吸與藉物漂浮的動作技能。 行為觀察： 1. 學童能做出水中閉氣、韻律呼吸與藉物漂浮的動作技巧。	

第二十一週 6/22~6/28	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。	學習態度： 上課時聽課專注度。 口頭分享： 1. 能說出食品保存方式對健康的重要性。 2. 能說出不同的包裝食品的食用方式及注意事項。 實作評量： 學童能實際做到安全選購食品的原則。	
	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。	口頭分享： 學童能說出水中閉氣、韻律呼吸與藉物漂浮的動作技能。 行為觀察： 1. 學童能做出水中閉氣、韻律呼吸與藉物漂浮的動作技巧。	
第二十二週 6/29~6/30	休業式	0					
		0					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

◎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。