臺南市官田區渡拔國民小學 114 學年度第一學期三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)	Ξ	教學節數	每週(3)節,本學期共(63)節
	1. 能與教師、同學互動,	積極適應新環境與新	生活。		
	2. 能認識增進骨骼、軟骨	、肌肉及關節健康的	方法。		
	3. 能了解遇到不同的情境	克會有不同的情緒反應	o		
	4. 能使用「我訊息」演練	以與他人溝通的方式。			
	5. 能認識病毒性腸胃炎的	1症狀、引發原因與預	防原則、自我照護方法	及照顧者的注意事	項。
	6. 能體會全民健保的功能	及便利性,進而愛惜	醫療資源。		
	7. 能知道不同營養素的功	7能。			
課程目標	8. 能利用「我的餐盤」口	缺為自己搭配出營養	均衡的三餐,並落實在	日常生活中。	
	9. 能做出墊上滾翻的動作	•			
	10. 知道奧林匹克運動會	的由來與訴求。			
	11. 理解跑步的基本動作	要領,並順暢的完成短	豆跑練習 。		
	12. 能理解動作內容,並)	順暢的完成相關拋擲掛	妾動作。		
	13. 能運用遊戲的合作和	競爭策略,學會籃球的	的各種技巧。		
	14. 將毛巾操與音樂節奏	結合,完成展演活動。			
	15. 能主動參與踢毽活動	, 增進身體基本運動能	芒力,培養運動習慣。		
	健體-E-A1 具備良好身體	活動與健康生活的習慣	貫,以促進身心健全發展	、 , 並認識個人特質	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	的思考能力,並透過體縣)與實踐,處理日常	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	广方師,因應日常生	生活情境。
該學習階段	健體-E-B1 具備應用體育	與健康之相關符號知戶	能,能以同理心應用在生	活中的運動、保佐	建與人際溝通上。
領域核心素養	健體-E-B3 具備運動與健	康有關的創作和欣賞自	的基本素養,促進多元原	(官的發展,在生活	舌環境中培養運動 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領	知識與是非判斷能力,理	里解並遵守相關的 道	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	b, 並與團隊成員台	合作,促進身心健康。
	健體-E-C3 具備理解與關	心本土、國際體育與信	健康議題的素養,並認認	浅及包容文化的多 元	元性。
			課程架構脈絡		

h/ 63 lbp 40	m - h - h h do	<i>tt</i>	69 93 m 155	學習	重點	評量方式	融入議題
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	(表現任務)	實質內涵
			1. 能觀察作息和環境,知道和低年	1a-II-2 了解促進健	Aa-II-1 生長發育的	觀察評量	【生命教育】
			級不一樣的地方。	康生活的方法。	意義與成長個別差	口頭評量	生 E2 理解人的身體
			2. 能尋求家人與師長的協助,消除	2a-II-1 覺察健康受	異。	行為檢核	與心理面向。
			對新環境的陌生與不安。	到個人、家庭、學	Fa-II-2 與家人及朋	態度評量	
			3. 能用學習過的溝通技能,認識新	校等因素之影響。	友良好溝通與相處的		
	壹、健康一把罩	1	同學。	3b-II-2 能於引導	技巧。		
	一. 我升上三年級了	1	4. 透過活動,了解能力的提升是成	下,表現基本的人			
			長的一部分。	際溝通互動技能。			
			5. 能與教師、同學互動,積極適應				
_			新環境與新生活。				
			6. 透過參與活動,認識並適應新環				
			境。				
			1. 能完成指定動作的學習。	1c-II-1 認識身體活	Ia-II-1 滾翻、支	觀察評量	【安全教育】
			2. 表現認真參與及友善互動的學習	動的動作技能。	撐、平衡與擺盪動	口頭評量	安 E4 探討日常生活
			態度。	1c-II-2 認識身體活	作。	行為檢核	應該注意的安全。
	貳、運動真快樂	2	3. 專注觀賞他人的動作表現。	動的傷害和防護概		態度評量	安 E6 了解自己的身
	五. 好玩的墊上運動	Δ	4. 在活動過程中,能知道如何保護	念。			風曲 月豆 °
			自己。	2d-II-2 表現觀賞者			
			5. 透過簡單暖身活動,伸展身體。	的角色和責任。			
	壹、健康一把罩 一. 我升上三年級了		6. 會欣賞並支持同學的表現。				
			1. 透過活動,了解能力的提升是成	1a-II-2 了解促進健	Fa-II-2 與家人及朋	觀察評量	【生命教育】
			長的一部分。	康生活的方法。	友良好溝通與相處的	口頭評量	生 E2 理解人的身體
_		1	2. 能與教師、同學互動,積極適應	3b-II-2 能於引導	技巧。	行為檢核	與心理面向。
			新環境與新生活。	下,表現基本的人		態度評量	
			3. 透過參與活動,認識並適應新環	際溝通互動技能。			

			境。				
			1. 透過簡單暖身活動,伸展身體。	1c-II-1 認識身體活	Ia-II-1 滾翻、支	觀察評量	【安全教育】
	+ 1000 + 11.44		2. 會欣賞並支持同學的表現。	動的動作技能。	撐、平衡與擺盪動	口頭評量	安 E4 探討日常生活
	貳、運動真快樂 五. 好玩的墊上運動	2	3. 透過簡單暖身活動,伸展身體。	2d-II-2 表現觀賞者	作。	行為檢核	應該注意的安全。
	五, 从7000年上之功		4. 學習如何安全的進行墊上活動。	的角色和責任。		態度評量	安 E6 了解自己的身
							滑豊 。
			1. 認識骨骼、軟骨、肌肉及關節的	1a-II-1 認識身心健	Da-II-2 身體各部位	觀察評量	【生命教育】
			組合,並了解其功能及保健方法。	康基本概念與意	的功能與衛生保健的	口頭評量	生 E2 理解人的身體
	壹、健康一把罩	1	2. 能了解骨骼、軟骨、肌肉及關節	義。	方法。	行為檢核	與心理面向。
	一. 我升上三年級了	1	的結合,讓身體能靈活活動。	3a-II-1 演練基本的		態度評量	
			3. 能運用骨骼、軟骨、肌肉及關節	健康技能。			
三			的結合,做出許多動作。				
			1. 完成指定動作的學習。	1c-II-1 認識身體活	Ia-II-1 滾翻、支	觀察評量	【安全教育】
			2. 專注觀賞他人的動作表現。	動的動作技能。	撐、平衡與擺盪動	口頭評量	安 E4 探討日常生活
	貳、運動真快樂	2	3. 能學習並表現出指定動作。	2d-II-2 表現觀賞者	作。	行為檢核	應該注意的安全。
	五. 好玩的墊上運動		4. 專注觀賞他人的動作表現。	的角色和責任。		態度評量	安 E6 了解自己的身
				3d-II-1 運用動作技			风曲 o
				能的練習策略。			
			1. 認識骨骼、軟骨、肌肉及關節的	1a-II-2 了解促進健	Da-II-2 身體各部位	觀察評量	【生命教育】
	壹、健康一把罩	1	組合,並了解其功能及保健方法。	康生活的方法。	的功能與衛生保健的	口頭評量	生 E2 理解人的身體
	一. 我升上三年級了	1	2. 能認識增進骨骼、軟骨、肌肉及		方法。	行為檢核	與心理面向。
			關節健康的方法。			態度評量	
四	貳、運動真快樂 五. 好玩的墊上運動		1. 掌握動作要領,完成滾翻前的動	1c-II-1 認識身體活	Ia-II-1 滾翻、支	觀察評量	【安全教育】
			作。	動的動作技能。	撐、平衡與擺盪動	口頭評量	安 E4 探討日常生活
		2	2. 學習過程中能掌握動作要領,完	2d-II-2 表現觀賞者	作。	行為檢核	應該注意的安全。
			成斜坡前滾翻動作。	的角色和責任。		態度評量	安 E6 了解自己的身
			3. 能做出斜坡前滾翻動作。	3d-II-1 運用動作技			贈。
			4. 能做出前滾翻動作。	能的練習策略。			

		5. 能說出自己練習動作的心得。	4d-II-2 參與提高體			
		6. 能說出同學表現的優點。	適能與基本運動能			
			力的身體活動。			
		1. 能知道書包過重及姿勢不良對身	2a-II-2 注意健康問	Aa-II-1 生長發育的	觀察評量	【生命教育】
		體的影響。	題所帶來的威脅感	意義與成長個別差	口頭評量	生 E2 理解人的身體
	h	2. 能積極實踐書包減重。	與嚴重性。	異。	行為檢核	與心理面向。
	壹、健康一把罩 一. 我升上三年級了	3. 能知道背書包的正確姿勢。	3a-II-1 演練基本的	Da-II-2 身體各部位	態度評量	
	· 我丌工二十級 1	4. 能在日常生活中展現促進健康的	健康技能。	的功能與衛生保健的		
		行為。	4a-II-2 展現促進健	方法。		
			康的行為。			
		1. 能努力體驗不同擺臂動作跑步。	1d-II-1 認識動作技	Ga-II-1 跑、跳與行	觀察評量	【品德教育】
		2. 能練習正確擺臂動作。	能概念與動作練習	進間投擲的遊戲。	口頭評量	品 E3 溝通合作與和
五		3. 能和同學合作學習正確的跑步動	的策略。		行為檢核	諧人際關係。
		作。	1d-II-2 描述自己或		態度評量	
		4. 能於活動中展現正確的跑步動	他人動作技能的正			
	貳、運動真快樂	作。	確性。			
	六. 快樂向前衝		2d-II-1 描述參與身			
			體活動的感覺。			
			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。			
		1. 能認識不同的情緒。	1a-II-1 認識身心健	Fa-II-3 情緒的類型	觀察評量	【家庭教育】
	壹、健康一把罩	2. 能在遊戲中藉由表情或動作猜出	康基本概念與意	與調適方法。	口頭評量	家 E4 覺察個人情緒
六	宣、健康一把早 二. 我是 EQ 高手	正確的情緒。	義。		行為檢核	並適切表達,與家人
		3. 能了解遇到不同的情境會有不同			態度評量	及同儕適切互動。
		的情緒反應。				
	貳、運動真快樂 2	1. 學習跑步後的保健事項。	2c-II-1 遵守上課規	Cb-II-3 奥林匹克運	觀察評量	【品德教育】

	六. 快樂向前衝		2. 讓學童能了解奧林匹克的由來與	範和運動比賽規	動會的起源與訴求	口頭評量	品 E3 溝通合作與和
			訴求。	則。	Ga-II-1 跑、跳與行	行為檢核	諧人際關係。
			3. 鼓勵學童學習奧林匹克運動的精	3c-II-2 透過身體活	進間投擲的遊戲。	態度評量	
			神。	動,探索運動潛能			
				與表現正確的身體			
				活動。			
			1. 與同學相處時,能分辨令人感到	2a-II-1 覺察健康受	Fa-II-3 情緒的類型	觀察評量	【家庭教育】
			愉快及不愉快的行為。	到個人、家庭、學	與調適方法。	口頭評量	家 E4 覺察個人情緒
	壹、健康一把罩	1	2. 遇到不愉快情境時,能選擇回應	校等因素之影響。		行為檢核	並適切表達,與家人
	二. 我是 EQ 高手	1	方法。			態度評量	及同儕適切互動。
			3. 能了解不同應對選擇所帶來的後				
セ			果。				
			1. 可以和他人分組合作進行班級	3d-II-2 運用遊戲的	Ga-II-1 跑、跳與行	觀察評量	【品德教育】
	h		100 公尺比賽。	合作和競爭策略。	進間投擲的遊戲。	口頭評量	品 E3 溝通合作與和
	貳、運動真快樂 六. 快樂向前衝	2	2. 可以利用課餘時間練習。	4d-II-2 參與提高體		行為檢核	諧人際關係。
	八、八六四月百			適能與基本運動能		態度評量	
				力的身體活動。			
			1. 能知道「我訊息」的使用技巧。	2a-II-1 覺察健康受	Fa-II-2 與家人及朋	觀察評量	【家庭教育】
			2. 遇到令人不愉快的事情時,能平	到個人、家庭、學	友良好溝通與相處的	口頭評量	家 E4 覺察個人情緒
	壹、健康一把罩	1	静的與人溝通。	校等因素之影響。	技巧。	行為檢核	並適切表達,與家人
	二. 我是 EQ 高手	1	3. 能使用「我訊息」演練與他人溝	3b-II-2 能於引導	Fa-II-3 情緒的類型	態度評量	及同儕適切互動。
			通的方式。	下,表現基本的人	與調適方法。		
八				際溝通互動技能。			
	+ 125, ± 11, 1/4		1. 能於活動前完成熱身運動。	1d-II-1 認識動作技	Ha-II-1 網/牆性球	觀察評量	【品德教育】
			2. 積極體驗拋球活動。	能概念與動作練習	類運動相關的拋接	口頭評量	品 E3 溝通合作與和
	貳、運動真快樂 七. 拋擲接真有趣	2	3. 可以和他人合作完成活動。	的策略。	球、持拍控球、擊球	行為檢核	諧人際關係。
			4. 體驗投擲球活動。		及拍擊球、傳接球之	態度評量	
					時間、空間及人與		

- 块-次子日까1	工(111111111111111111111111111111111111						
					人、人與球關係攻防		
					概念。		
					Hc-II-1 標的性球類		
					運動相關的拋球、擲		
					球、滾球之時間、空		
					間及人與人、人與球		
					關係攻防概念。		
			1. 能透過訓練,培養同理心。	2a-II-1 覺察健康受	Fa-II-2 與家人及朋	觀察評量	【家庭教育】
			2. 能察覺同理心對他人的影響。	到個人、家庭、學	友良好溝通與相處的	口頭評量	家 E4 覺察個人情緒
	壹、健康一把罩	1		校等因素之影響。	技巧。	行為檢核	並適切表達,與家人
	二. 我是 EQ 高手	1		3b-II-2 能於引導	Fa-II-3 情緒的類型	態度評量	及同儕適切互動。
				下,表現基本的人	與調適方法。		
九				際溝通互動技能。			
			1. 做出高低、遠近不同的拋擲球。	1d-II-1 認識動作技	Hc-II-1 標的性球類	觀察評量	【品德教育】
	h	9	2. 和他人合作完成活動。	能概念與動作練習	運動相關的拋球、擲	口頭評量	品 E3 溝通合作與和
	貳、運動真快樂 七. 拋擲接真有趣			的策略。	球、滾球之時間、空	行為檢核	諧人際關係。
	C. 犯例按兵方处				間及人與人、人與球	態度評量	
					關係攻防概念。		
			1. 能知道調適情緒的方法。	2a-II-1 覺察健康受	Fa-II-2 與家人及朋	觀察評量	【家庭教育】
			2. 了解每個人都可能有情緒的困	到個人、家庭、學	友良好溝通與相處的	口頭評量	家 E4 覺察個人情緒
			擾,要適當抒發情緒。	校等因素之影響。	技巧。	行為檢核	並適切表達,與家人
			3. 當不好的情緒產生時,能用適當	4b-II-1 清楚說明個	Fa-II-3 情緒的類型	態度評量	及同儕適切互動。
+	壹、健康一把罩 二. 我是 EQ 高手	1	的方法緩和心情。	人對促進健康的立	與調適方法。		
·	一. 我是 [6]		4. 不小心傷害到別人時,能道歉並	場。			
			遵守約定。				
			5. 能在日常生活中用健康的態度尊				
			重體諒別人。				
	貳、運動真快樂	2	1. 完成拋接練習。	1d-II-1 認識動作	Ha-II-1網/牆性球	觀察評量	【品德教育】
	l .	1		1	I.	1	1

	七. 拋擲接真有趣		2. 和他人合作練習拋接。	技能概念與動作練	類運動相關的拋接	口頭評量	品 E3 溝通合作與和
			3. 和他人合作進行拋接球競賽。	習的策略。	球、持拍控球、擊球	行為檢核	諧人際關係。
			4. 於活動中展現出拋接球動作。	2c-II-2 表現增進	及拍擊球、傳接球之	態度評量	
				團隊合作、友善的	時間、空間及人與		
				互動行為。	人、人與球關係攻防		
				3c-II-1 表現聯合	概念。		
				性動作技能。			
				3d-II-2 運用遊戲			
				的合作和競爭策			
				略。			
			1. 了解個人衛生習慣對健康的重要	1b-II-1 認識健康技	Da-II-1 良好的衛生	觀察評量	【科技教育】
			性。	能和生活技能對健	習慣。	口頭評量	科 E1 了解平日常見
			2. 能在生活中落實個人的良好衛生	康維護的重要性。	Fb-II-2 常見傳染病	行為檢核	科技產品的用途與運
			習慣。	2a-II-1 覺察健康	預防原則與自我照護	態度評量	作方式。
			3. 能認識病毒性腸胃炎的症狀。	受到個人、家庭、	方法。		
	壹、健康一把罩	1	4. 能發覺不良衛生習慣可能導致病	學校等因素之影			
	三. 健康保衛戰	1	毒性腸胃炎。	響。			
				2a-II-2 注意健康問			
+-				題所帶來的威脅感			
				與嚴重性。			
				2b-II-1 遵守健康的			
				生活規範。			
			1. 能熟知傳接球的動作要領,並於	1d-II-2 描述自己或	Hb-II-1 陣地攻守性	觀察評量	【品德教育】
			活動中正確應用。	他人動作技能的正	球類運動相關的拍	口頭評量	品 E3 溝通合作與和
	貳、運動真快樂	2	2. 能主動參與傳接球活動,增進身	確性。	球、拋接球、傳接	行為檢核	諧人際關係。
	八. 一起來玩球		體基本運動能力,養成運動習慣。	2c-II-2表現增進團	球、擲球及踢球、帶	態度評量	
			3. 運用遊戲的合作和競爭策略,學	隊合作、友善的互	球、追逐球、停球之		
			會籃球的各種技巧。	動行為。	時間、空間及人與		

				41 II 0 A 4 10	, de le maria de la c		
				4d-II-2 參與提高體	人、人與球關係攻防		
				適能與基本運動能	概念。		
				力的身體活動。			
			1. 能認識病毒性腸胃炎的引發原	2a-II-1 覺察健康受	Fb-II-2 常見傳染病	觀察評量	【科技教育】
			因。	到個人、家庭、學	預防原則與自我照護	口頭評量	科 E1 了解平日常見
	壹、健康一把罩	1	2. 能認識病毒性腸胃炎的預防原	校等因素之影響。	方法。	行為檢核	科技產品的用途與運
	三. 健康保衛戰	1	則。	2a-II-2 注意健康問		態度評量	作方式。
			3. 了解並積極實踐病毒性腸胃炎的	題所帶來的威脅感			
			預防方法。	與嚴重性。			
+=			◆運用遊戲的合作和競爭策略,學	2c-II-2 表現增進團	Hb-II-1 陣地攻守性	觀察評量	【品德教育】
		9	會籃球的各種技巧。	隊合作、友善的互	球類運動相關的拍	口頭評量	品 E3 溝通合作與和
				動行為。	球、抛接球、傳接	行為檢核	諧人際關係。
	貳、運動真快樂			3d-II-2 運用遊戲的	球、擲球及踢球、帶	態度評量	
	八. 一起來玩球			合作和競爭策略。	球、追逐球、停球之		
				4d-II-2 參與提高體	時間、空間及人與		
				適能與基本運動能	人、人與球關係攻防		
				力的身體活動。	概念。		
			1. 能認識病毒性腸胃炎的自我照護	2a-II-1 覺察健康受	Fb-II-2 常見傳染病	觀察評量	【科技教育】
			方法。	到個人、家庭、學	預防原則與自我照護	口頭評量	科 E1 了解平日常見
	壹、健康一把罩	1	2. 能認識照顧病毒性腸胃炎患者的	校等因素之影響。	方法。	行為檢核	科技產品的用途與運
	三. 健康保衛戰	1	注意事項。	4a-II-2 展現促進健		態度評量	作方式。
			3. 能察覺養成良好衛生習慣,有助	康的行為。			
十三			於預防病毒性腸胃炎。				
	貳、運動真快樂 八. 一起來玩球	1. 能熟知運球的動作要領,並於活	1d-II-2 描述自己或	Hb-II-1 陣地攻守性	觀察評量	【品德教育】	
			動中正確應用。	他人動作技能的正	球類運動相關的拍	口頭評量	品 E3 溝通合作與和
		2	2. 能主動參與傳接球與運球活動,	確性。	球、拋接球、傳接	行為檢核	諧人際關係。
			增進身體基本運動能力,養成運動	2c-II-2 表現增進團	球、擲球及踢球、帶	態度評量	
			習慣。	隊合作、友善的互	球、追逐球、停球之		

			3. 能在遊戲及活動中,遵守上課規	動行為。	時間、空間及人與		
			則及比賽規範。	3d-II-2 運用遊戲的	人、人與球關係攻防		
			4. 能運用遊戲的合作和競爭策略,	合作和競爭策略。	概念。		
			學會籃球的各種技巧。				
			◆認識健保卡、健康存摺及全民健	4a-II-1 能於日常生	Fa-II-3 情緒的類型	觀察評量	【科技教育】
	壹、健康一把罩		保相關功能。	活中,運用健康資	與調適方法。	口頭評量	科 E1 了解平日常見
	三. 健康保衛戰	1		訊、產品與服務。		行為檢核	科技產品的用途與運
						態度評量	作方式。
			1. 能在遊戲及活動中,遵守上課規	2c-II-1 遵守上課規	Hb-II-1 陣地攻守性	觀察評量	【品德教育】
十四			則及比賽規範。	範和運動比賽規	球類運動相關的拍	口頭評量	品 E3 溝通合作與和
			2. 能運用遊戲的合作和競爭策略,	則。	球、抛接球、傳接	行為檢核	諧人際關係。
	貳、運動真快樂	9	學會籃球的各種技巧。	3d-II-2 運用遊戲的	球、擲球及踢球、帶	態度評量	
	八. 一起來玩球	2	3. 能主動參與傳接球與運球活動,	合作和競爭策略。	球、追逐球、停球之		
			增進身體基本運動能力,養成運動	4d-II-2 參與提高體	時間、空間及人與		
			習慣。	適能與基本運動能	人、人與球關係攻防		
				力的身體活動。	概念。		
			1. 能於引導下正確使用全民健保相	4a-II-1 能於日常生	Fa-II-3 情緒的類型	觀察評量	【科技教育】
	t /hr L- W		關功能。	活中,運用健康資	與調適方法。	口頭評量	科 E1 了解平日常見
	壹、健康一把罩 三.健康保衛戰	1	2. 能體會全民健保的功能及便利	訊、產品與服務。		行為檢核	科技產品的用途與運
	一. 及水 // 科 · 双		性,進而愛惜醫療資源。	4a-II-2 展現促進健		態度評量	作方式。
			3. 認識住家附近的醫院及診所。	康的行為。			
十五			1. 在遊戲中認識並體會毛巾多用途	1c-II-1 認識身體活	Bc-II-1 暖身、伸展	觀察評量	無
			的樂趣。	動的動作技能。	動作原則。	口頭評量	
	貳、運動真快樂 九. 巾彩舞動		2. 學會利用毛巾做出伸展肢體的動	2c-II-3 表現主動參		行為檢核	
		2	作。	與、樂於嘗試的學		態度評量	
			3. 運用身體部位接毛巾。	習態度。			
				3c-II-1 表現聯合性			
				動作技能。			

			◆能認識臺灣當季水果營養素對人	1a-II-2 了解促進健	Ea-II-3 飲食選擇的	觀察評量	無
	壹、健康一把罩	1	體的好處。	康生活的方法。	影響因素。	口頭評量	
	四. 營養補給站	1			Eb-II-1 健康安全消	行為檢核	
					費的訊息與方法。	態度評量	
			1. 能舞動毛巾做出有節奏性的律動	2c-II-3 表現主動參	Bc-II-1 暖身、伸展	觀察評量	無
十六			動作。	與、樂於嘗試的學	動作原則。	口頭評量	
			2. 能主動積極表現基本的舞蹈動	習態度。	Ib-II-1 音樂律動與	行為檢核	
	貳、運動真快樂	9	作。	3c-II-1 表現聯合性	模仿性創作舞蹈。	態度評量	
	九. 巾彩舞動	2	3. 能與同學合作做出聯合性的舞蹈	動作技能。			
			動作。	4d-II-2 參與提高體			
				適能與基本運動能			
				力的身體活動。			
			1. 能了解食用當季及在地的食物,	1a-II-2 了解促進健	Ea-II-3 飲食選擇的	觀察評量	無
			不但新鮮、營養,更是愛地球的行	康生活的方法。	影響因素。	口頭評量	
	+ ,, + 1 =		為。	3a-II-2 能於生活中	Eb-II-1 健康安全消	行為檢核	
	壹、健康一把罩 四. 營養補給站	1	2. 能認識分辨在地和進口蔬果的方	獨立操作基本的健	費的訊息與方法。	態度評量	
	口。各次师心口		法。	康技能。			
			3. 能於日常生活中做出適當的選				
			擇,落實吃當季、食在地的理念。				
十七			1. 能進行巾舞門系列動作展演。	2c-II-3 表現主動參	Ib-II-1 音樂律動與	觀察評量	無
			2. 能與同學合作重組編舞。	與、樂於嘗試的學	模仿性創作舞蹈。	口頭評量	
				習態度。		行為檢核	
				3c-II-1 表現聯合性		態度評量	
	貳、運動真快樂 九. 巾彩舞動	2		動作技能。			
	76. 中杉			3d-II-1 運用動作技			
				能的練習策略。			
				4d-II-2 參與提高			
				體適能與基本運動			

				能力的身體活動。			
			1. 能理解營養素的意義。	1a-II-1 認識身心健	Ea-II-1 食物與營養	觀察評量	無
	生 / 抽床 加里		2. 能知道不同營養素的名稱。	康基本概念與意	的種類和需求。	口頭評量	
	壹、健康一把罩 四. 營養補給站	1	3. 能知道不同營養素的功能。	義。		行為檢核	
			4. 能認識六大類食物所含的主要營			態度評量	
			養素。				
			1. 能了解毽子的由來。	1d-II-1 認識動作技	Ab-II-1 體適能活	觀察評量	無
			2. 能認識其他用腳踢的活動。	能概念與動作練習	動。	口頭評量	
十八			3. 能了解接毽動作的要領與技巧。	的策略。	Ic-II-1 民俗運動基	行為檢核	
			4. 能學會接毽的基本動作及接毽拳	2d-II-2 表現觀賞者	本動作與串接。	態度評量	
	貳、運動真快樂 十. 踢毽樂趣多	2	遊戲。	的角色和責任。			
		2		3c-II-1 表現聯合性			
				動作技能。			
				4d-II-2 參與提高體			
				適能與基本運動能			
				力的身體活動。			
			1. 能知道不同營養素的功能。	1a-II-1 認識身心健	Ea-II-1 食物與營養	觀察評量	無
	壹、健康一把罩		2. 能認識六大類食物所含的主要營	康基本概念與意	的種類和需求。	口頭評量	
	四. 營養補給站	1	養素。	義。		行為檢核	
			3. 能知道食物含有分量較多的主要			態度評量	
			營養素及分量較少的其他營養素。				
十九			1. 在欣賞及觀摩活動中,表現出尊	2d-II-2 表現觀賞者	Ab-II-1 體適能活	觀察評量	無
			重的態度。	的角色和責任。	動。	口頭評量	
	貳、運動真快樂 十. 踢毽樂趣多		2. 能學會踢毽基本動作與踢毽遊戲	3c-II-1 表現聯合性	Ic-II-1 民俗運動基	行為檢核	
		2	的動作技巧。	動作技能。	本動作與串接。	態度評量	
			3. 能學會踢毽的動作技巧,並應用	4d-II-2 參與提高體			
			於遊戲活動中。	適能與基本運動能			
			4. 能主動參與踢毽活動,增進身體	力的身體活動。			

			基本運動能力,培養運動習慣。				
			1. 能了解「我的餐盤」六句口訣可	1a-II-2 了解促進健	Ea-II-2 飲食搭配、	觀察評量	無
		1	以幫助飲食搭配及取用適當的食物	康生活的方法。	攝取量與家庭飲食型	口頭評量	
	壹、健康一把罩		比例。	4a-II-2 展現促進健	態。與營養的種類和	行為檢核	
	四. 營養補給站	1	2. 能利用「我的餐盤」六句口訣自	康的行為。	需求。	態度評量	
			我檢核是否達到營養均衡。				
二十			3. 能認識家鄉在地生產的蔬果。				
			1. 能學會踢毽的動作技巧,並應用	3c-II-1 表現聯合性	Ab-II-1 體適能活	觀察評量	無
	· 宝利 古 lb 464		於遊戲活動中。	動作技能。	動。	口頭評量	
	貳、運動真快樂 十. 踢毽樂趣多	2	2. 能主動參與踢毽活動,增進身體	4d-II-2 參與提高體	Ic-II-1 民俗運動基	行為檢核	
			基本運動能力,培養運動習慣。	適能與基本運動能	本動作與串接。	態度評量	
				力的身體活動。			
二十一	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」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。
- ◎若實施課中差異化教學之班級,其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同,本表僅是呈現進度規劃,各校可視學生學習起點與需求 適時調整規劃。

臺南市官田區渡拔國民小學 114 學年度第二學期三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	實施年級 (班級/組別)	三	教學節數	每週(3)節,本學期共(60)節
	1. 能檢視自己在生活能力	方面有哪些提升。			
	2. 能知道正確的用電及用	火常識。			
	3. 能實際向家人提倡家庭	逃生計畫。			
	4. 能善用媒體或網站資訊	識讀與健康有關的流	言及假新聞。		
	5. 能了解社區藥局的功能	•			
	6. 能認識防治登革熱的方	法。			
	7. 能發現垃圾帶來的環境	及健康問題並找出解	· 决方法。		
課程目標	8. 能養成騎自行車及跑、	走動作練習的習慣,	提升心肺功能,增進健康	兼體適能 。	
	9. 能展現出動物特徵動作	,並與音樂節奏結合	·,完成動物嘉年華會展	寅活動。	
	10. 能做出跳箱的遊戲動作	作及完成跨越跳箱的	動作。		
	11. 能認識單槓運動的握法	去及運動方式。			
	12. 能學會桌球的技巧及比	上賽規則,以精進桌3	球技能。		
	13. 能在安排的情境演練了	下,做出相對應護身(到法的動作反應。		
	14. 能學會接力、過彎跑力	步的動作要領。			
	15. 能知道擊地傳球、高飛	逸傳接球及對牆擊球	的技巧。		
	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	f,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,並透過體緊	(與實踐,處理日常	5生活中運動與健康的問題。
가 (원 크림 m나 (미	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。
該學習階段	健體-E-B2 具備應用體育	與健康相關科技及資	訊的基本素養,並理解各	-類媒體刊載、報導	·有關體育與健康內容的意義與影響。
領域核心素養	健體-E-B3 具備運動與健	康有關的感知和欣賞	的基本素養,促進多元原	官的發展在生活環	륂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	2解並遵守相關的道	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	5、公平競爭,並與	寻團隊成員合作,促進身心健康。
			課程架構脈絲	}	

h/ 69 the 60		<i>tt</i> b	69 73 m Jrs.	學習重	了點	評量方式	融入議題
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	(表現任務)	實質內涵
			1. 能知道人的成長發育速度有個	1a-Ⅱ-1 認識身心健	Aa-Ⅱ-1 生長發	觀察評量	【生命教育】
	壹、健康齊步走	1	別差異。	康基本概念與意義。	育的意義與成長	口頭評量	生 E2 理解人的身體與
	一. 成長加油站	1	2. 能知道自己身高體重的變化。		個別差異。	行為檢核	心理面向。
						態度評量	
			1. 能說出騎自行車及跑、走運動	2d-Ⅱ-1 描述參與身	Ab-Ⅱ-1 體適能	觀察評量	無
_			的基本動作及益處。	體活動的感覺。	活動。	口頭評量	
	貳、運動樂無窮		2. 能安全的騎自行車,並應用於	3d-Ⅱ-1運用動作技	Cd-Ⅱ-1戶外休	行為檢核	
	五、愛運動也愛環保	2	生活中。	能的練習策略。	閒運動基本技	態度評量	
			3. 能快樂的從事騎自行車。	4d-Ⅱ-1 培養規律運	能。		
			4. 能養成騎自行車的習慣,提升	動的習慣並分享身體			
			心肺功能,增進健康體適能。	活動的益處。			
=		0					
			1. 能知道人的成長發育速度有個	2a-II-1 覺察健康受	Aa-II-1 生長發	觀察評量	【生命教育】
	壹、健康齊步走	1	別差異。	到個人、家庭、學校	育的意義與成長	口頭評量	生 E2 理解人的身體與
	一. 成長加油站	1	2. 能知道影響生長發育的因素。	等因素之影響。	個別差異。	行為檢核	心理面向。
						態度評量	
			1. 能說出跑、走運動的基本動作	1c-Ⅱ-1 認識身體活	Ab-Ⅱ-1 體適能	觀察評量	無
Ξ			及益處。	動的動作技能。	活動。	口頭評量	
	貳、運動樂無窮 五、愛運動也愛環保		2. 能養成跑、走動作練習的習	3d-Ⅱ-1運用動作技	Ga-Ⅱ-1跑、跳	行為檢核	
		2	慣,提升心肺功能,增進健康體	能的練習策略。	與行進間投擲的	態度評量	
			適能。	4d-Ⅱ-1 培養規律運	遊戲。		
				動的習慣並分享身體			
				活動的益處。			

五、健康學步走 一、成長加油站 1 2. 能知道彩學生長發育的因素。 3. 能知道人生各階投發展的特 後 2. 能知道家人所處的人生階段。 4. 能知道亦上運動的基本動作 及益處。 2. 能做出正確的地、走動作,並 應用於生活中。 3. 能養成地、走練習的習慣,提 升心肺功能,增進健康體遺能。 4. 能選出從事休閒運動的對意。 5. 能養成時自行車及地、走動作 發的習慣,提升心肺功能,增 進健康體遺能。 6. 能認識多種動物的形態及其移 動力式。 7. 能依實生觀發的對人。 6. 能認識多種動物的形態及其移 動力式。 7. 能依實生觀察同伴的動作創作。 4. 能知道不同成長階段的營養書。 1. 能知道不同成長階段的營養書。 2. 能關心自己及家人的飲食習								
□ 2.能知道彩響生長發育的因素。 2n-11-1 電祭健康受				1. 能知道人的成長發育速度有個	1a-II-1 認識身心健	Aa-II-1 生長發	觀察評量	【生命教育】
1 3. 能知道人生各階投發展的特				別差異。	康基本概念與意義。	育的意義與成長	口頭評量	生 E2 理解人的身體與
四		壹、健康齊步走	1	2. 能知道影響生長發育的因素。	2a-II-1 覺察健康受	個別差異。	行為檢核	心理面向。
日日		一. 成長加油站	1	3. 能知道人生各階段發展的特	到個人、家庭、學校	Aa-II-2 人生各	態度評量	
日				徵。	等因素之影響。	階段發展的順序		
及益處。 2.能做出正確的跑、走動作,並 應用於生活中。 3.能養成跑、走練習的習慣,提 所於生活中。 3.能養成跑、走練習的習慣,提 介為檢核 與方達別也受壞保 六、舞動精靈 2 2 2 2 2 2 3 2 2 2 3 2 2 3 3 3 4 3 4 3				4. 能知道家人所處的人生階段。		與感受。		
2 2. 能做出正確的跑、走動作,並				1. 能說出跑、走運動的基本動作	1c-Ⅱ-1 認識身體活	Ab-Ⅱ-1 體適能	觀察評量	無
應用於生活中。 3.能養成地、走練習的習慣、提 升心肺功能,增進健康體適能。 五、愛運動也愛環保 六、舞動精靈 2 2 4.能說出從事休閒運動的好處。 5.能養成騎自行車及地、走動作 練習的習慣,提升心肺功能,增 造健康體適能。 6.能認識多種動物的形態及其移 動方式。 7.能欣賞並觀察同伴的動作創 作。 1.能知道不同成長階段的營養需 求。 2 2 在、健康齋步走 一、成長加油站 五 在 2 成長加油站 在 2 成長加油站 在 3 成長所含人宣導健康理念。 如果符進問投擲的 遊戲 1 1 1 1 1 1 2 2 2 2 2 3 3 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4				及益處。	動的動作技能。	活動。	口頭評量	
2 3. 能養成施、走練習的習慣、提				2. 能做出正確的跑、走動作,並	2c-Ⅱ-3表現主動參	Ga-Ⅱ-1 跑、跳	行為檢核	
五、運動樂無窮 五、愛運動也愛環保 六、舞動精靈 2 2 3.能養成範、走練習的習慣、提 升心肺功能,增進健康體適能。 4.能說出從事休閒運動的好處。 5.能養成騎自行車及跑、走動作 練習的習慣,提升心肺功能,增 進健康體適能。 6.能認識多種動物的形態及其移動方式。 7.能欣賞並觀察同伴的動作創作。 4d-II-1 培養規律運 動的習慣並分享身體 活動的益處。 動與模仿性創作 舞蹈。 活動的益處。 查、健康費步走 一.成長加油站 1.能知道不同成長階段的營養需求。 2.能關心自己及家人的飲食習慣。 環。 3.能向家人宣導健康理念。 1a-II-2 了解促進健康上活的方法。 療生活的方法。 Ea-II-1 食物與常學 營養的種類和需求。 求。 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與不可為檢核態度評量				應用於生活中。	與、樂於嘗試的學習	與行進間投擲的	態度評量	
貳、運動樂無窮 五、愛運動也愛環保 4. 能說出從事体間運動的好處。 能的練習策略。 動與模仿性創作 舞蹈。 5. 能養成騎自行車及跑、走動作 練習的習慣,提升心肺功能,增 造健康體適能。 6. 能認識多種動物的形態及其移動方式。 動的習慣並分享身體活動的益處。 7. 能欣賞並觀察同伴的動作創作。 活動的益處。 個-II-1 培養規律運動的對應及其移動的習慣並分享身體活動的益處。 1. 能知道不同成長階段的營養需求。 1a-II-2 了解促進健康上活的方法。 整备的種類和需求。 上生令教育】生 任2理解人的身體身份為檢核應度評量 五 五 3. 能向家人宣導健康理念。 1a-II-2 了解促進健康工作的方法。 基本 2 生 至 2 上 2 上 2 上 2 上 2 上 2 上 2 上 2 上 2 上 2	VG			3. 能養成跑、走練習的習慣,提	態度。	遊戲。		
五、愛運動也愛環保 六、舞動精靈 1. 能說出從事怀閒運動的對處。 5. 能養成騎自行車及跑、走動作 練習的習慣,提升心肺功能,增 進健康體適能。 6. 能認識多種動物的形態及其移 動方式。 7. 能欣賞並觀察同伴的動作創 作。 1. 能知道不同成長階段的營養需 求。 2. 能關心自己及家人的飲食習 慣。 3. 能向家人宣導健康理念。 1. 能列達原理。 1. 能知道不同成長階段的營養需 求。 2. 能關心自己及家人的飲食習 質。 3. 能向家人宣導健康理念。				升心肺功能,增進健康體適能。	3d-Ⅱ-1運用動作技	Ib-Ⅱ-1音樂律		
 六、舞動精靈 5.能養成騎自行車及跑、走動作 練習的習慣,提升心肺功能,增 進健康體適能。 6.能認識多種動物的形態及其移動方式。 7.能欣賞並觀察同伴的動作創作。 1.能知道不同成長階段的營養需求。 2.能關心自己及家人的飲食習慣。 3.能向家人宣導健康理念。 4d-Ⅱ-1 培養規律運動#路。 新的習慣並分享身體活動的益處。 括動的益處。 [Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。 「持入檢核」 「持入機核」 「持入機材」 「持入機力」 「持入力力」 「持入力力」 「持入力力」 「持入力力」 「持入力力」 「持入力力」 「持入力力」 「持入力力」 「持力」 「持入力力」 「持力」 「対力」 「対力」<		1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	愛運動也愛環保 2	4. 能說出從事休閒運動的好處。	能的練習策略。	動與模仿性創作		
進健康體適能。 6. 能認識多種動物的形態及其移動方式。 7. 能欣賞並觀察同伴的動作創作。 1. 能知道不同成長階段的營養需求。 2. 能關心自己及家人的飲食習費。 1. 成長加油站 1. 完於 以				5. 能養成騎自行車及跑、走動作	4d-Ⅱ-1 培養規律運	舞蹈。		
6. 能認識多種動物的形態及其移動方式。 7. 能欣賞並觀察同伴的動作創作。 1. 能知道不同成長階段的營養需求。 一. 成長加油站 1. 能制心自己及家人的飲食習慣。 3. 能向家人宣導健康理念。 1				練習的習慣,提升心肺功能,增	動的習慣並分享身體			
動方式。 7. 能欣賞並觀察同伴的動作創作。 1. 能知道不同成長階段的營養需求。 立、健康齊步走一. 成長加油站 1. 能制				進健康體適能。	活動的益處。			
五 7. 能欣賞並觀察同伴的動作創作。 1. 能知道不同成長階段的營養需求。 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 Ea-II-1 食物與康生活的方法。 觀察評量 生色理解人的身體與不可以理面向。 五 2. 能關心自己及家人的飲食習慣。 3. 能向家人宣導健康理念。 3. 能向家人宣導健康理念。 1a-II-2 了解促進健康中央 Ea-II-1 食物與康果素質 上生企理解人的身體與不可以理面向。				6. 能認識多種動物的形態及其移				
作。 1. 能知道不同成長階段的營養需				動方式。				
五 1. 能知道不同成長階段的營養需求。 1a-II-2 了解促進健康工作的方法。 Ea-II-1 食物與 營養的種類和需				7. 能欣賞並觀察同伴的動作創				
虚、健康齊步走 一. 成長加油站 五 2. 能關心自己及家人的飲食習 慣。 3. 能向家人宣導健康理念。				作。				
壹、健康齊步走 1 2. 能關心自己及家人的飲食習 求。 行為檢核 心理面向。 贯。 3. 能向家人宣導健康理念。				1. 能知道不同成長階段的營養需	1a-II-2 了解促進健	Ea-II-1 食物與	觀察評量	【生命教育】
五 1 2. 能關心自己及家人的飲食習慣。 求。 行為檢核		一. 成長加油站 貳、運動樂無窮		求。	康生活的方法。	營養的種類和需	口頭評量	生 E2 理解人的身體與
五 慣。 3. 能向家人宣導健康理念。			1	2. 能關心自己及家人的飲食習		求。	行為檢核	心理面向。
3. 能向家人宣導健康理念。	_			慣。			態度評量	
1. 能了解並說出身體各部位活動 1c-Ⅱ-1 認識身體活 Ib-Ⅱ-1音樂律 觀察評量 無	<u>#</u>			3. 能向家人宣導健康理念。				
1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1				1. 能了解並說出身體各部位活動	1c-Ⅱ-1 認識身體活	Ib-Ⅱ-1音樂律	觀察評量	無
· 京、建助栄無躬 · 六、舞動精靈 · 的方法和運用。 · 動的動作技能。 · 動與模仿性創作 · 口頭評量			2	的方法和運用。	動的動作技能。	動與模仿性創作	口頭評量	
2. 能確實完成空間元素中身體造 2c-Ⅱ-3表現主動參 舞蹈。 行為檢核		2 - 2 1/4 dam		2. 能確實完成空間元素中身體造	2c-Ⅱ-3表現主動參	舞蹈。	行為檢核	_

		刑、十八、宣任心正乃败伯劫阶	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		能庇证县	
		万法和連用。				
			,, .			
		1. 能檢視自己在生活能力方面有	3b-II-3 運用基本的	Aa-II-1 生長發	觀察評量	【生命教育】
		哪些提升。	生活技能,因應不同	育的意義與成長	口頭評量	生 E2 理解人的身體與
声、健康 旅		2. 能知道能力的進步也是長大的	的生活情境。	個別差異。	行為檢核	心理面向。
	1	一部分。	4a-II-2 展現促進健	Aa-II-2 人生各	態度評量	
.,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		3. 能訂定成長計畫並培養良好生	康的行為。	階段發展的順序		
		活習慣。	4b-II-1 清楚說明個	與感受。		
			人對促進健康的立場			
		1. 能了解並說出身體各部位活動	2c-Ⅱ-3表現主動參	Ib-Ⅱ-1音樂律	觀察評量	無
		的方法和運用。	與、樂於嘗試的學習	動與模仿性創作	口頭評量	
		2. 能確實完成空間元素中身體造	態度。	舞蹈。	行為檢核	
		型、大小、高低水平及路線軌跡	3c-Ⅱ-1表現聯合性		態度評量	
		的動作探索與創作。	動作技能。			
		3. 能確實做出身體各部位活動的	4c-Ⅱ-2 了解個人體			
		方法和運用。	適能與基本運動能力			
1	2	4. 能認真參與練習,並和他人一	表現。			
六、		同合作展演活動。				
		5. 能展現出動物特徵動作,並與				
		音樂節奏結合,完成動物嘉年華				
	壹一. 健康齊油站 運動 樂無 靈 樂靈	一. 成長加油站	 壹、健康齊步走 一.成長加油站 1 二部分。 3.能訂定成長計畫並培養良好生活習慣。 1.能了解並說出身體各部位活動的方法和運用。 此確實完成空間元素中身體造型、大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。 能確實做出身體各部位活動的方法和運用。 能確實做出身體各部位活動的方法和運用。 能確實做出身體各部位活動的方法和運用。 能確實做出身體各部位活動的方法和運用。 4.能認真參與練習,並和他人一 	的動作探索與創作。 3.能確實做出身體各部位活動的 方法和運用。 1.能檢視自己在生活能力方面有 哪些提升。 2.能知道能力的進步也是長大的 一部分。 3.能訂定成長計畫並培養良好生 活程價。 1.能管質之成長計畫並培養良好生 活力為。 4b-II-1 清楚說明個 人對促進健康的立場 1.能了解並說出身體各部位活動 的方法和運用。 2.能確實完成空間元素中身體造 型、大小、高低水平及路線軌跡 的動作探索與創作。 3.能確實做出身體各部位活動的 方法和運用。 2.能確實完成空間元素中身體造 整度。 3c-II-1表現聯合性 動作技能。 4c-II-2 了解個人體 適能與基本運動能力 表現。 4.能認真參與練習,並和他人一 同合作展演活動。 5.能展現出動物特徵動作,並與 音樂節奏結合,完成動物嘉年華 會展演活動。 6.課後時間能與家人進行移動或 非移動性的肢體動作表現。	的動作探索與創作。 3.能確實做出身體各部位活動的 方法和運用。 1.能檢視自己在生活能力方面有 哪些提升。 2.能知道能力的進步也是長大的 一部分。 3.能訂定成長計畫並培養良好生 活習價。 1.能了解並說出身體各部位活動 的方法和運用。 2.能確實完成空間元素中身體造型、大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。 3.能確實稅出身體各部位活動的方法和運用。 4.能認真參與練習,並和他人一同合作展演活動。 5.能展現出動物特徵動作、並與音樂節奏結合,完成動物為年華會展演活動。 6.課後時間能與家人進行移動或非移動性的肢體動作表現。	的動作探索與創作。 3.能磁質做出身體各部位活動的 方法和運用。 1.能檢視自己在生活能力方面有 哪些提升。 2.能知道能力的進步也是長大的 一部分。 3.能訂定成長計畫並培養良好生 活習慣。 1.能了解並說出身體各部位活動的 方法和運用。 2.能磁質完成空間元素中身體造型,大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。 3.能磁質完成空間元素中身體造型,大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。 3.能磁質完成空間元素中身體造型,大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。 3.能磁質完成空間元素中身體造型,大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。 3.能磁質完成空間元素中身體造型,大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。 3.能磁質完成空間元素中身體造型,大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。 3.能磁質完成空間元素中身體造型,大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。 3.能磁質完成空間元素中身體造型,大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。 3.能磁質完成空間元素中身體造學,樂於會試的學習能及一個頭評量行為檢核態度評量動件技能。 3.能磁質完成空間元素中身體造體及型,大小、高低水平及路線軌跡的動作技能。 3.能磁質完成空間元素中身體造體及一個頭評量行為檢核態度評量 動件技能。 3.能磁質完與創作。 3.能域所以身份,並與音樂節奏結合,定成動物毒平等會展演活動。 6.課後時間能與家人進行移動或非移動性的酸體動作表現。

			現的機會,例如參加才藝表演。				
			1. 能認識火災會造成的災害。	1b-Ⅱ-1 認識健康技	Ba-Ⅱ-1 居家、	觀察評量	【安全教育】
			2. 能了解火災來臨時的減災整備	能和生活技能對健康	交通及戶外環境	口頭評量	安 El 了解安全教育。
			方法。	維護的重要性。	的潛在危機與安	行為檢核	安 E4 探討日常生活應
					全須知。	態度評量	該注意的安全。
	± /4.床衣↓↓↓				Ba-Ⅱ-3 防火、		安 E12 操作簡單的急
	壹、健康齊步走 二、防災應變站	1			防震、防颱措施		救項目。
	10 X/10 X/12				及逃生避難基本		安 E14 知道通報緊急
					技巧。		事件的方式。
							【防災教育】
							防 E5 不同災害發生時
セ							的適當避難行為。
			1. 認識跳箱運動的跳法及運動方	1c-II-1 認識身體活	Ia-Ⅱ-1滾翻、	觀察評量	【安全教育】
			式。	動的動作技能。	支撐、平衡與擺	口頭評量	安 E4 探討日常生活應
			2. 能和同學一起認真進行各項學	1d-II-2 描述自己或	盪動作。	行為檢核	該注意的安全。
	貳、運動樂無窮		習活動。	他人動作技能的正確		態度評量	安 E6 了解自己的身
	1、建助宗無躬七、跳躍真好玩	2	3. 能做出跳箱的遊戲動作及完成	性。			丹豊 °
			跨越跳箱的動作。	2d-II-1 描述參與身			
				體活動的感覺。			
				3c-II-1 表現聯合性			
				動作技能。			
			1. 能了解如何處理燒燙傷的傷	1b-II-2 辨別生活情	Ba-II-2 灼燙	觀察評量	【安全教育】
壹、健康齊; 八 二、防災應;	喜、伊 康恋华土		口。	境中適用的健康技能	傷、出血、扭傷	口頭評量	安 El 了解安全教育。
	宣、健康質少定 二、防災應變站	1	2. 能演練燒燙傷急救的步驟。	和生活技能。	的急救處理方	行為檢核	安 E4 探討日常生活應
			3. 能認識身體著火的滅火方式。	2a-II-2 注意健康問	法。	態度評量	該注意的安全。
				題所帶來的威脅感與	Ba-Ⅱ-3 防火、		安 E12 操作簡單的急

		ı				ı	<u> </u>
				嚴重性。	防震、防颱措施		救項目。
				3a-II-1 演練基本的	及逃生避難基本		安 E14 知道通報緊急
				健康技能。	技巧。		事件的方式。
					Fb-II-3 正確就		【防災教育】
					醫習慣。		防 E5 不同災害發生時
							的適當避難行為。
			1. 能和同學一起認真進行各項學	1c-Ⅱ-1 認識身體活	Ia-Ⅱ-1滾翻、	觀察評量	【安全教育】
			習活動。	動的動作技能。	支撐、平衡與擺	口頭評量	安 E4 探討日常生活應
	貳、運動樂無窮	0	2. 能做出跳箱的遊戲動作及完成	2d-Ⅱ-1 描述參與身	盪動作。	行為檢核	該注意的安全。
	七、跳躍真好玩	2	跨越跳箱的動作。	體活動的感覺。		態度評量	安 E6 了解自己的身
			3. 能主動協助同學,並欣賞同學	3c-Ⅱ-1 表現聯合性			周豊 o
			的優點。	動作技能。			
			1. 能知道容易引發火災的原因。	1b-II-1 認識健康技	Ba-II-1 居家、	觀察評量	【安全教育】
			2. 能辨别避免發生火災的行為。	能和生活技能對健康	交通及戶外環境	口頭評量	安 El 了解安全教育。
			3. 能知道避免火災的方法。	維護的重要性。	的潛在危機與安	行為檢核	安 E4 探討日常生活應
			4. 能知道正確的用電及用火常	1b-II-2 辨別生活情	全須知。	態度評量	該注意的安全。
	士 小古古北上		識。	境中適用的健康技能	Ba-II-3 防火、		安 E12 操作簡單的急
	壹、健康齊步走 二、防災應變站	1		和生活技能。	防震、防颱措施		救項目。
	一一次人心交出			2a-II-2 注意健康問	及逃生避難基本		安 E14 知道通報緊急
				題所帶來的威脅感與	技巧。		事件的方式。
九	貳、運動樂無窮 七、跳躍真好玩 八、我是單槓高手			嚴重性。			【防災教育】
							防 E5 不同災害發生時
							的適當避難行為。
			1. 能完成跳箱運動。	1c-Ⅱ-1 認識身體活	Ia-Ⅱ-1滾翻、	觀察評量	【安全教育】
			2. 能和同學一起認真進行撐跳的	動的動作技能。	支撐、平衡與擺	口頭評量	安 E4 探討日常生活應
		2	學習活動。	2c-Ⅱ-3表現主動參	盪動作。	行為檢核	該注意的安全。
			3. 能完成跨越跳箱的動作。	與、樂於嘗試的學習		態度評量	安 E6 了解自己的身
			4. 能主動協助同學,並欣賞同學	態度。			丹 <u></u>

P							
			的優點。	2d-Ⅱ-1 描述參與身			
			5. 能落實平時自我身體活動。	體活動的感覺。			
			6. 能認識單槓運動的握法及運動	3c-Ⅱ-1 表現聯合性			
			方式	動作技能。			
			7. 能透過簡單活動,伸展身體,	4c-Ⅱ-2 了解個人體			
			熟悉單槓運動。	適能與基本運動能力			
			8. 能做出單槓的遊戲動作。	表現。			
			1. 能模擬並演練火災來臨時求生	2a-Ⅱ-2 注意健康問	Ba-Ⅱ-1 居家、	觀察評量	【安全教育】
			避難的方式。	題所帶來的威脅感與	交通及戶外環境	口頭評量	安 El 了解安全教育。
			2. 能實際向家人提倡家庭逃生計	嚴重性。	的潛在危機與安	行為檢核	安 E4 探討日常生活應
			畫。	3a-Ⅱ-1 演練基本的	全須知。	態度評量	該注意的安全。
	士 /牡本 -		3. 能具備在火場求生時的應變知	健康技能。	Ba-Ⅱ-3 防火、		安 E12 操作簡單的急
	壹、健康齊步走 二、防災應變站	1	識。	3b-Ⅱ-3 運用基本的	防震、防颱措施		救項目。
	- W Kills & L			生活技能,因應不同	及逃生避難基本		安 E14 知道通報緊急
				的生活情境。	技巧。		事件的方式。
				4a-Ⅱ-2 展現促進健			【防災教育】
				康的行為。			防 E5 不同災害發生時
+							的適當避難行為。
			1. 能透過簡單活動, 伸展身體,	1c-Ⅱ-1 認識身體活	Ia-Ⅱ-1滾翻、	觀察評量	【安全教育】
			熟悉單槓運動。	動的動作技能。	支撐、平衡與擺	口頭評量	安 E4 探討日常生活應
	貳、運動樂無窮 八、我是單槓高手		2. 能做出單槓的遊戲動作。	2c-Ⅱ-2表現增進團	盪動作。	行為檢核	該注意的安全。
			3. 能和同學一起認真進行各項學	隊合作、友善的互動		態度評量	安 E6 了解自己的身
		9	習活動。	行為。			风曲 o
		2	4. 能協助別人試作動作,並針對	2c-Ⅱ-3表現主動參			
		缺點加以改進。	與、樂於嘗試的學習				
			5. 能做出單槓向前迴環下的動	態度。			
			作。	3c-II-1 表現聯合性			
				動作技能。			

			1. 能了解防火設備對預防火災發	1b-Ⅱ-2 辨別生活情	Ba-Ⅱ-1 居家、	觀察評量	【安全教育】
			生的重要性。	境中適用的健康技能	交通及戶外環境	口頭評量	安 El 了解安全教育。
			2. 能於日常生活中做好防災準	和生活技能。	的潛在危機與安	行為檢核	安 E4 探討日常生活應
			備,降低災害來臨時的損害。	3a-Ⅱ-1 演練基本的	全須知。	態度評量	該注意的安全。
			3. 能判斷家中潛藏危險的地方。	健康技能。	Ba-Ⅱ-3 防火、		安 E12 操作簡單的急
	壹、健康齊步走 二、防災應變站	1		4a-Ⅱ-1 能於日常生	防震、防颱措施		救項目。
	一、历火恶发站			活中,運用健康資訊	及逃生避難基本		安 E14 知道通報緊急
				產品與服務。	技巧。		事件的方式。
				4a-Ⅱ-2 展現促進健			【防災教育】
				康的行為。			防 E5 不同災害發生時
,							的適當避難行為。
+-			1. 能做出單槓向前迴環下的動	1d-Ⅱ-1 認識動作技	Ia-Ⅱ-1 滾翻、	觀察評量	【安全教育】
			作。	能概念與動作練習的	支撐、平衡與擺	口頭評量	安 E4 探討日常生活應
			2. 能協助別人試作動作,並針對	策略。	盪動作。	行為檢核	該注意的安全。
			缺點加以改進。	2d-Ⅱ-1 描述參與身	Ha-Ⅱ-1網/牆	態度評量	安 E6 了解自己的身
	貳、運動樂無窮		3. 能落實平時自我身體活動。	體活動的感覺。	性球類運動相關		丹豊 。
	八、我是單槓高手	2	4. 能透過桌球遊戲及活動,認識	3c-Ⅱ-1 表現聯合性	的抛接球、持拍		
	九、兵兵樂無窮		桌球的動作技能及練習策略。	動作技能。	控球、擊球及拍		
			5. 能遵守活動規則,並和同學合	4c-Ⅱ-2 了解個人體	擊球、傳接球之		
			作進行練習。	適能與基本運動能力	時間、空間及人		
				表現。	與人、人與球關		
					係攻防概念。		
			※能了解識別真、假訊息的方	1b-II-2 辨別生活情	Bb-Ⅱ-1 藥物對	觀察評量	【家庭教育】
			法。	境中適用的健康技能	健康的影響、安	口頭評量	家 E10 了解影響家庭
+=	壹、健康齊步走	5步走 1		和生活技能。	全用藥原則與社	行為檢核	消費的傳播媒體等各
7-	三、為健康把關	1			區藥局。	態度評量	種因素。
							家 E13 熟悉與家庭生
							活相關的社區資源。

			1. 能透過桌球遊戲及活動,認識	1d-Ⅱ-1 認識動作技	Ha-Ⅱ-1 網/牆	觀察評量	無
			桌球的動作技能及練習策略。	能概念與動作練習的	性球類運動相關	口頭評量	
			2. 能遵守活動規則,並和同學合	策略。	的抛接球、持拍	行為檢核	
	貳、運動樂無窮	2	作進行練習。	3d-II-2 運用遊戲的	控球、擊球及拍	態度評量	
	九、兵乓樂無窮	<i>L</i>	3. 能學會桌球的技巧及比賽規	合作和競爭策略。	擊球、傳接球之		
			則,以精進桌球技能。		時間、空間及人		
					與人、人與球關		
					係攻防概念。		
			1. 能善用媒體或網站資訊識讀與	1b-Ⅱ-2辨別生活情	Bb-Ⅱ-1 藥物對	觀察評量	【家庭教育】
			健康有關的流言及假新聞。	境中適用的健康技能	健康的影響、安	口頭評量	家 E10 了解影響家庭
	壹、健康齊步走	1	2. 平日生病或用藥時,能使用正	和生活技能。	全用藥原則與社	行為檢核	消費的傳播媒體等各
	三、為健康把關	1	確的方式處理。	4a-Ⅱ-1 能於日常生	區藥局。	態度評量	種因素。
				活中,運用健康資訊			家 E13 熟悉與家庭生
				產品與服務。			活相關的社區資源。
十三		2	1. 能學會桌球運動的技巧及比賽	3d-Ⅱ-2 運用遊戲的	Ha-Ⅱ-1網/牆	觀察評量	無
1-			規則,以精進桌球技能。	合作和競爭策略。	性球類運動相關	口頭評量	
			2. 能在活動中學習與同學互助及	4d-Ⅱ-2 參與提高體	的抛接球、持拍	行為檢核	
	貳、運動樂無窮		彼此競爭的技巧。	適能與基本運動能力	控球、擊球及拍	態度評量	
	九、兵乓樂無窮	2		的身體活動。	擊球、傳接球之		
					時間、空間及人		
					與人、人與球關		
					係攻防概念。		
			1. 能認識用藥過敏的六大徵兆。	2a-Ⅱ-2注意健康問	Bb-Ⅱ-1 藥物對	觀察評量	【家庭教育】
	壹、健康齊步走 十四 三、為健康把關		2. 能正確處理藥物過敏的情況。	題所帶來的威脅感與	健康的影響、安	口頭評量	家 E10 了解影響家庭
十四		1	3. 日常生活中,能做到預防藥物	嚴重性。	全用藥原則與社	行為檢核	消費的傳播媒體等各
1 12		1	過敏的行為。	4a-Ⅱ-2 展現促進健	區藥局。	態度評量	種因素。
				康的行為。			家 E13 熟悉與家庭生
							活相關的社區資源。

			1. 能遵守活動規則,並和同學合	1c-Ⅱ-2 認識身體活	Bd-Ⅱ-2 技擊基	觀察評量	無
			作進行練習。	動的傷害和防護概	本動作。	口頭評量	
			2. 能認真參與學習提升體適能,	念。	Ha-Ⅱ-1網/牆	行為檢核	
			並養成喜愛運動的習慣。	2c-Ⅱ-2表現增進團	性球類運動相關	態度評量	
			3. 能辨別身體重要器官部位須加	隊合作、友善的互動	的抛接球、持拍		
			以保護。	行為。	控球、擊球及拍		
	貳、運動樂無窮	2	4. 能認識身體活動的傷害及防護	2c-Ⅱ-3表現主動參	擊球、傳接球之		
	九、兵乓樂無窮	Δ	的概念。	與、樂於嘗試的學習	時間、空間及人		
			5. 能完成護身倒法的基本動作:	態度。	與人、人與球關		
			跪姿前撲護身倒法。	3c-Ⅱ-1 表現聯合性	係攻防概念。		
				動作技能。			
				4d-Ⅱ-2 參與提高體			
				適能與基本運動能力			
				的身體活動。			
		1	1. 能了解社區藥局的功能。	4a-Ⅱ-1 能於日常生	Bb-Ⅱ-1 藥物對	觀察評量	【家庭教育】
			2. 用藥時能向合格藥師諮詢,解	活中,運用健康資訊	健康的影響、安	口頭評量	家 E10 了解影響家庭
	壹、健康齊步走		決用藥疑慮。	產品與服務。	全用藥原則與社	行為檢核	消費的傳播媒體等各
	三、為健康把關	1			區藥局。	態度評量	種因素。
							家 E13 熟悉與家庭生
							活相關的社區資源。
十五	貳、運動樂無窮 九、兵乓樂無窮 十、我是小小防衛兵		1. 能辨別身體重要器官部位須加	1c-Ⅱ-1 認識身體活	Bd-Ⅱ-2技擊基	觀察評量	無
十五			以保護。	動的動作技能。	本動作。	口頭評量	
			2. 能認識身體活動的傷害及防護	1d-Ⅱ-1 認識動作技		行為檢核	
		9	概念。	能概念與動作練習的		態度評量	
		Δ	3. 能表現出主動、樂於嘗試的學	策略。			
			習態度。	2c-Ⅱ-3表現主動參			
			4. 能完成護身倒法的基本動作:	與、樂於嘗試的學習			
			後方護身倒法。	態度。			

			5. 能認真參與練習並和他人一起	3c-Ⅱ-1 表現聯合性			
			學習。	動作技能。			
			1. 能了解社區藥局的功能。	1a-Ⅱ-2了解促進健	Bb-Ⅱ-1 藥物對	觀察評量	【家庭教育】
			2. 能認識住家附近的社區藥局。	康生活的方法。	健康的影響、安	口頭評量	家 E10 了解影響家庭
			3. 有需求時,能到住家附近的社	3a-Ⅱ-2能於生活中	全用藥原則與社	行為檢核	消費的傳播媒體等各
	壹、健康齊步走	1	區藥局尋求服務。	獨立操作基本的健康	區藥局。	態度評量	種因素。
	三、為健康把關		4. 能做到生病找醫師、用藥找藥	技能。			家 E13 熟悉與家庭生
			師的行為。	4a-Ⅱ-1 能於日常生			活相關的社區資源。
			5. 能了解正確就醫及用藥的重要	活中,運用健康資訊			
			性。	產品與服務。			
			1. 能辨別身體重要器官部位須加	1c-Ⅱ-2 認識身體活	Bd-Ⅱ-2技擊基	觀察評量	無
			以保護。	動的傷害和防護概	本動作。	口頭評量	
			2. 能認識身體活動的傷害及防護	念。		行為檢核	
			概念。	1d-Ⅱ-1 認識動作技		態度評量	
十六			3. 能表現出主動、樂於嘗試的學	能概念與動作練習的			
			習態度。	策略。			
			4. 能完成護身倒法的基本動作:	2c-Ⅱ-3表現主動參			
	貳、運動樂無窮	9	左右側倒法。	與、樂於嘗試的學習			
	十、我是小小防衛兵	2	5. 能完成技擊基本動作,並在活	態度。			
			動中表現出尊重他人。	3c-Ⅱ-1 表現聯合性			
			6. 能認真參與練習並和他人一起	動作技能。			
			學習。				
			7. 能在安排的情境演練下,做出				
			相對應護身倒法的動作反應。				
			8. 能主動和同學在安全場地練習				
			護身倒法基本動作。				

			1. 能認識自己社區的環境。	1a-Ⅱ-2 了解促進健	Ca-Ⅱ-1 健康社	觀察評量	【家庭教育】
	壹、健康齊步走		2. 能辨別社區環境中讓人喜歡或	康生活的方法。	區的意識、責任	口頭評量	家 E10 了解影響家庭
		1	厭惡的情況。	2a-Ⅱ-1 覺察健康受	與維護行動。	行為檢核	消費的傳播媒體等各
	三、為健康把關		3. 能知道維持社區環境整潔的好	到個人、家庭、學校		態度評量	種因素。
			方法。	等因素之影響。			家 E13 熟悉與家庭生
							活相關的社區資源。
			1. 能學會接力相關的動作要領。	1d-Ⅱ-1 認識動作技	Ga-Ⅱ-1跑、跳	觀察評量	無
ナセ			2. 能和同學互相合作一起合力完	能概念與動作練習的	與行進間投擲的	口頭評量	
7 ~			成接力練習。	策略。	遊戲。	行為檢核	
			3. 能努力參與並學習接力及跑步	2c-Ⅱ-2 表現增進團		態度評量	
	貳、運動樂無窮	2	動作。	隊合作、友善的互動			
	十、我是小小防衛兵		4. 能知道於活動中如何和他人完	行為。			
			成接力動作。	2d-Ⅱ-2表現觀賞者			
				的角色和責任。			
				3d-Ⅱ-1 運用動作技			
				能的練習策略。			
			1. 能發現垃圾帶來的環境及健康	1a-II-2 了解促進健	Ca-Ⅱ-1 健康社	觀察評量	【家庭教育】
	· · 健康齊步走		問題並找出解決方法。	康生活的方法。	區的意識、責任	口頭評量	家 E13 熟悉與家庭生
	四、社區健康 GO	1	2. 能辨别垃圾分類的方式。	1b-II-2 辨別生活情	與維護行動。	行為檢核	活相關的社區資源。
				境中適用的健康技能		態度評量	
				和生活技能。			
十八			1. 能學會過彎跑步的動作要領。	1d-Ⅱ-1 認識動作技	Ga-Ⅱ-1跑、跳	觀察評量	無
170			2. 能於活動中順利的和他人合作	能概念與動作練習的	與行進間投擲的	口頭評量	
	責、運動樂無窮		完成接力動作。	策略。	遊戲。	行為檢核	
	十一、齊心協力	2		4c-Ⅱ-1 了解影響運		態度評量	
				動參與的因素,選擇			
				提高體適能的運動計			
				畫與資源。			

			1. 能了解所在社區的衛生狀況。	2a-Ⅱ-1 覺察健康受	Ca-Ⅱ-1 健康社	觀察評量	【家庭教育】
十九		1	2. 能認識登革熱的傳染途徑。	到個人、家庭、學校	區的意識、責任	口頭評量	家 E13 熟悉與家庭生
	壹、健康齊步走		3. 能認識登革熱的病媒蚊種類及	等因素之影響。	與維護行動。	行為檢核	活相關的社區資源。
	四、社區健康 GO		習性。	2a-Ⅱ-2 注意健康問	Fb-Ⅱ-2常見傳	態度評量	
			4. 能認識登革熱的症狀。	題所帶來的威脅感與	染病預防原則與		
				嚴重性。	自我照護方式。		
		2	1. 能於活動中順利的和他人合作	1d-II-1 認識動作技	Cb-II-1 運動安	觀察評量	無
			完成接力。	能概念與動作練習的	全規則、運動增	口頭評量	
			2. 能理解動作內容,並順暢的完	策略。	進生長知識。	行為檢核	
	貳、運動樂無窮 十一、齊心協力		成相關接力及跑步動作。	2c-II-2 表現增進團	Ga-II-1 跑、跳	態度評量	
			3. 能表現出學習精神,利用時間	隊合作、友善的互動	與行進間投擲的		
			練習改善動作以求進步。	行為。	遊戲。		
			4. 能正向樂觀的處理接力時可能	3d-II-1 運用動作技	Hb-II-1 陣地攻		
			發生的狀況。	能的練習策略。	守性球類運動相		
			5. 能知道如何進行新式躲避球比		關的拍球、拋接		
			賽。		球、傳接球、擲		
					球及踢球、帶		
					球、追逐球、停		
					球之時間、空間		
					及人與人、人與		
					球關係攻防概		
					念。		
= +	壹、健康齊步走 四、社區健康 GO	1	1. 能認識防治登革熱的方法。	1a-Ⅱ-2 了解促進健	Fb-Ⅱ-2 常見傳	觀察評量	【家庭教育】
			2. 能知道清除病媒蚊孳生源的方	康生活的方法。	染病預防原則與	口頭評量	家 E13 熟悉與家庭生
			法。	1b-Ⅱ-1 認識健康技	自我照護方式。	行為檢核	活相關的社區資源。
			3. 能了解老鼠對健康所帶來的威	能和生活技能對健康		態度評量	
			脅。	維護的重要性。			
			4. 能認識防治老鼠的方法。	2a-Ⅱ-2 注意健康問			

				題所帶來的威脅感與			
				嚴重性。			
			1 /4 / > 40 mm = 5 // 00 for 11 = 7		III II 1 et 1 /	物应证目	
	貳、運動樂無窮 十一、齊心協力 十二、閃躲高手	2	1. 能知道躲避球的閃躲技巧。	1d-Ⅱ-2描述自己或	Hb-Ⅱ-1 陣地攻	觀察評量	【品德教育】
			2. 能努力學習閃躲技巧。	他人動作技能的正確	守性球類運動相	口頭評量	品 E3 溝通合作與和諧
			3. 能和他人合作進行閃躲技巧。	性。	關的拍球、拋接	行為檢核	人際關係。
			4. 能表現出學習精神,利用課間	2c-Ⅱ-3表現主動參	球、傳接球、擲	態度評量	
			練習閃躲動作,以求進步。	與、樂於嘗試的學習	球及踢球、帶		
				態度。	球、追逐球、停		
				3c-Ⅱ-1表現聯合性	球之時間、空間		
				動作技能。	及人與人、人與		
				3d-Ⅱ-1 運用動作技	球關係攻防概		
				能的練習策略。	念。		
=+-	壹、健康齊步走 四、社區健康 GO	1	1. 能了解參與社區活動,維持社	1a-Ⅱ-2 了解促進健	Ca-Ⅱ-1健康社	觀察評量	【家庭教育】
			區環境整潔,是自己的社會責任	康生活的方法。	區的意識、責任	口頭評量	家 E13 熟悉與家庭生
			和義務。	4a-Ⅱ-2 展現促進健	與維護行動。	行為檢核	活相關的社區資源。
			2. 能清潔並維持居家環境的衛	康的行為。		態度評量	
			生。				
	貳、運動樂無窮 十二、閃躲高手	2	1. 能知道擊地傳球、高飛傳接球	2c-Ⅱ-1遵守上課規	Cb-II-1 運動安	觀察評量	【品德教育】
			及對牆擊球的技巧。	範和運動比賽規則。	全規則、運動增	口頭評量	品 E3 溝通合作與和諧
			2. 能和他人合作運用丟球的技巧	2c-Ⅱ-3表現主動參	進生長知識。	行為檢核	人際關係。
			擊中目標物。	與、樂於嘗試的學習	Hb-Ⅱ-1 陣地攻	態度評量	
			3. 能努力學習投擲與閃躲技巧的	態度。	守性球類運動相		
			動作。	3c-Ⅱ-1表現聯合性	 關的拍球、抛接		
			4. 能知道如何進行新式躲避球比	動作技能。	球、傳接球、擲		
			賽。	3d-Ⅱ-1 運用動作技	球及踢球、帶		
			5. 能運用閃躲及丟球的技巧於躲	能的練習策略。	球、追逐球、停		
			避球比賽中。		球之時間、空間		

		及人與人、人與	
		球關係攻防概	
		念。	

- ◎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」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。
- ◎若實施課中差異化教學之班級,其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同,本表僅是呈現進度規劃,各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。