臺南市公立白河區白河國民小學 114 學年度第一學期一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)	-	教學節數	每週	(3)節,本學期	共(63)節			
課程目標	 養成遵守上下學到 養成遵守上所的之人 發覺健康的生活, 一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一	與主悲的导遭食复比比,作計才與意度作到健習檢體主表,於動意。 實際與自康價(會動現學體於達項行表我的和再護尋認習各,意,為情悅重衛檢理求真、部並事並,猜納要生查師協參了位能項能並測感性行)、助與解的做	的	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	每個人的感受可能 好的飲食習慣和 器材與使用方法, 默契通力合作,完	5生行為,以維 以及學校護理				
該學習階段 領域核心素養	領域核心素養 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,並與團隊成員合作,促進身心健康。									
址 组 Hn イロ	男二 由江利 力 位	公由 ← €	課程架構	學習重	 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			

	壹、快樂上學去 一. 新生進行曲	1	1.於走路上學情境更 時度 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一	1a-I-1 認識基本 的健康常識。 2b-I-1 接受健康 的生活規範。 3b-I-3 能於生活 中嘗試運用生活 技能。	Ba-I-1 遊戲場 所與上下學情 境的安全須 知。	觀察評量 口為 一次	【安全教育】 安E2了解危機與 安全。 安E8了解校園安 全的意義。 安E10關注校園安 全的事件。
	貳、運動樂趣多 六. 小小探險家	2	1. 間進記 2. 名 3. 的 4. 與 5. 學安全和快樂的 5. 學全和快樂的 6. 以 6.	1c-I-2認識基本的運動常識。 2c-I-1表現實施 2c-I-1表現所 為。 3c-I-2表期行 為-I-2表期行 為自體活動 4d-I-2利用學事 身體活動 身體活動	Ba-I-I 遊戲場 所與上下學情 境的安全須 知。 Cb-I-3 學校運 動活動空間與 場域。	觀察頭為語	【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。 人E8了解兒童對遊 戲權利的需求。
_	壹、快樂上學去 一. 新生進行曲	1	1.於上學情境中,了解 注意交通環中,了解 注意的環境。 安全常識。 2.於生活中,嘗試自我 覺察近修正個人不當的 交通行為。 3.養成遵守乘車注意事 項的好習慣。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ba-I-1 遊戲場 所與上下學情 境的安全須 知。	觀察評 計	【安全教育】 安E2了解危機與安全。 安E8了解校園安全 的意義。 安E10關注校園安 全的事件。

	止 / 中						-
	貳、運動樂趣多 六. 小小探險家	2	1. 能分辨學校空間、設備的安全性。 2. 能討論並正確的使用學校空間及設備,達到學在和快樂的目的。 3. 能遵守遊戲規則,並與同學互助合作。 4. 能正確操作各項遊戲器材。	2c-I-1表現尊重的團體互動行為。 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。	Ba-I-I 遊戲場 所與上下學情 境的安全須 知。 Cb-I-3 學校運 動活動空間與 場域。	觀察評論人為一次一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一	【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。 人E8 了解兒童對遊 戲權利的需求。
1-1	壹、快樂上學去 一. 新生進行曲	1	1. 列舉校園內調語學校園內調證證證別學方。 2. 數學 1. 數學 2. 數學 2. 數學 2. 數學 2. 數學 2. 數學 3. 数數學 2. 数数数 4. 数数数数 4. 数数数数数数数数	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ba-I-1 遊戲場 所與上下學情 境的安全須 知。	觀察評為為語量量	【安全教育】 安E2了解危機與安全。 安E8了解校園安全 的意義。 安E10關注校園安 全的事件。
	貳、運動樂趣多 六.小小探險家	2	1. 能遵守遊戲規則,並 與同學互助合作。 2. 能正確的操作各項遊 戲器材。	2c-I-1 表現尊重 的團體互動行 為。 3c-I-2 表現安全 的身體活動行 為。	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	觀察評論一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一	【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。 人E8了解兒童對遊 戲權利的需求。

<u>u</u>	壹、快樂上學去 一.新生進行曲	1	1. 注活學語 () 是 ()	1a-I-1 認識基本的健康等級 2b-I-1 接近 1 接近 1 接近 1 接近 1 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	Ba-I-1 遊戲場 所與上下學情 境的安全須 知。	觀口行態察頭為實驗	【安全教育】 安E2了解危機與 安全。 安E8了解校園安 全的意義。 安E10關注校園安 全的事件。
ńΑ	貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈	2	1. 能利用呼拉圈做各種 用身體運用身體操作 圈。 是. 能表現真參與 多. 能養與同樣 。 3. 能極與同學培 。 4. 維護自主權 。 4. 的身體自主權 。	Ic-I-1 認語 認基本 2c-I-2 表現 度 2d-I-1 的 表現習 要 2d-I-1 的 第 3d-I-1 職 , 戲問 類 表現 題 題 。 2d-I-1 的 題 , 題 , 題 , 題 , 題 , 題 , 題 , 題 , 題 , 題	Bc-I-1 各項暖 身伸展動作。 Cb-I-2 班級體 育活動。	觀 口 行 態度評量 極	【性别平等教育】 等教育】 等教體 等的 等的 等的 等的 等的 的 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是
五	壹、快樂上學去 二.健康小達人	1	1. 能知道身體部位名 稱。 2. 能知道保持身體乾淨 的重要性。	1a-I-1 認識基本 的健康常識。	Da-I-1 日常生 活中的基本衛 生習慣。	觀察 頭 辞 語 檢 接 選 報 核	【品德教育】 品E1 良好生活習慣 與德行。

	貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈	2	1. 能完成搖動呼拉圈的動作。 2. 能在運動過程中,避免運動傷害。 3. 平時能利用呼拉圈做運動。 4. 能利用呼拉圈選擇適合自己的身體活動。	1c-I-1 認識身體 活動的基本動 作。 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。 Cb-I-2 班級體 育活動。	口頭評量	【性B4 認動性別學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學
	壹、快樂上學去 二.健康小達人	1	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-2 認識健康 的生活習慣。 3a-I-2 能於引導 下,於生活中操 作簡易的健康技 能。	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 報 頭 科 檢 接 評 量 核	【品德教育】 品E1良好生活習慣 與德行。
六	貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈	2	1.能運用身體做出指定 動作。 2.能表現認真參與活動 6.能表現認度。 3.能極態度培養默契合 6.能與同數作完成主意 6.能力學的動作 6.能之了解如何完成指 7.能之 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 4. 9. 9. 4. 9. 9. 4. 9. 9. 6. 9. 6. 9. 6. 9. 6. 9. 6. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9. 9.	Ic-I-1 認識動作。 2c-I-2 表現的學習,與一個學習,與一個學習,與一個學習,與一個學習,以上,與一個學習,與一個學學,可以一個學學,可以一個學一學,可以一個學學,可以一個學一學一學一學一學一學一學一學一學一學一學一學一學一學一學一學一學一學一學	Cb-I-2 班級體 育活動。	觀口行態度評量量核	【性 E4 線體 【 人個 己 【 性 E4 與 自 主權 教 賞 並 的 畫 內 與 進 任 E7 培 大 题 上 提 更 的 数 好 的 数 对 的 如 如 如 如 如 如 如 如 如 如 如 如 如 如 如 如 如 如

	壹、快樂上學去 二.健康小達人	1	1. 能知道正確洗臉的方法。 2. 能知道正確洗澡的方法。 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。 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 一	【品德教育】 品E1良好生活習慣 與德行。
七	貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈	2	1. 動。 2. 的 3. 了作 4. 作 5. 項 6. 判 6. 则	Ic-I-1 認基 第 1c-I-1 認基 2c-I-2 的 2c-I-2 的 2d-I-2 的 2d-I-1 的 3c-I-1 常 3d-I-1 常 3d-I-1 常 選 題 整 之 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	Bc-I-1 各項暖 身伸展動作。 Cb-I-2 班級體 育活動。	觀口行態察頭為評檢量量	【性與自【人別與【涯際 平識人。育】 等身體的 等身體的 等身體的 。有 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。
``\	壹、快樂上學去 二.健康小達人	1	1. 能認識正確上廁所的方法。 2. 能了解並做到上廁所的禮儀。 3. 能認識正確上廁所的方法。 4. 能認識正確上廁所的方法。 4. 能了解並做到上廁所的禮儀。 5. 能培養良好的衛生習慣。	Ia-I-I 認識基本的健康常識。 Ia-I-2 認識健康 的生活習慣。 3a-I-2 能於引導下,於生活中,於生活中,於生活中健康能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Da-I-1 日常生 活中的實 生習情 Da-I-2 身體的 部位的重要性 Db-I-1 時 時 色。	觀察評員行為於	【品德教育】 品E1 良好生活習慣 與德行。

C3 1 领头子目的住(断	4 <u>—</u> /F1 <u>—</u>		1				1
	貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來	2	1. 在遊戲中表達出對肢 體各部位的認識,並能 靈活操作身體表現動 作。 2. 能主動參與各種身體 活動。 3. 能專注欣賞他人優良 動作表現。	Ic-I-I 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-I 專注觀 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。	觀口行態解語人	【性與自【人別與人戲【涯別別認他。教賞並的解別的是ET 人的與人戲【生符典自【人的解別的人類的別類的別類的別類的別類的別類的別類的別類的別類的別類的別類的別類的別類的別類
九	壹、快樂上學去 三. 我長大了	1	※從自己能完成來得到 自我悅納感,知道自己 做得到,也能自己做。	3b-I-3 能於生活 中嘗試運用生活 技能。	Fa-I-1 認識與 喜歡自己的方 法。	觀解頭為語	【性板際性合力【閱紙閱讀閱討讀別別與別的 育級。實 医B 大

- 5 1 (京) (京) (京) (京) (京) (京) (京) (京	正/FT <u>=</u>						
	貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來	2	1. 做出簡單。 出簡單。 2. 做出語學。 4. 做出呼動。 是一種, 是一種, 是一種, 是一種, 是一種, 是一種, 是一種, 是一種,	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。	觀口行態察頭為評檢量量核	【性與自【人別與人戲【涯別別認他。教賞並的解別的是ET 基本的解別的規模性的解別的規模的解別的規模的解別,其一個是ET 對於的解別,可以與一個是一個是一個是一個是一個是一個是一個是一個是一個是一個是一個是一個是一個是一
+	壹、快樂上學去 三. 我長大了	1	※能和同儕一起玩一起 學習,喜歡共好的感 受。	3b-I-2 能於引導下,表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-2 與家人 及朋友和諧相 處的方式。	觀口行態察頭為評極量量核	【性板際性合力【閱紙閱讀閱討讀別的互 E11表 讀 K 讀 培養 中

CJ-1 領域字自床性(副語	E/FI ==						-
	貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來	2	1. 能自己做出課本圖示的動作。 2. 能自己做出課本圖示的數與同學一起會問題, 理創動作。 3. 能說對動作 3. 能說對動作 4. 能與同學表演動作。 4. 進用身體表演動作。	Ic-I-I 認識身體 活動的基本 作。 2c-I-2 表習 度。 2d-I-I 專門 他人的動作表現 到 3c-I-I 表現的的 動作, 3c-I-I 表現的的 力。	Bc-I-1 各項暖 身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳 與模仿性律動 遊戲。	觀口行態察頭為評檢量量極	【性與自【人別與人戲【涯際別報體 問題他。教賞並的解問 對實權權於異人了利經 等身人。育、尊權兒不 的解 對實 , 尊權 , 的 , 的 , 的 , 的 , 的 , 的 , 的 , 的 , 的 ,
+-	壹、快樂上學去 三. 我長大了	1	※觀察事件與他人動作 及表情猜測對方的情緒 狀態。	3b-I-2 能於引導下,表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-3 情緒體 驗與分辨的方 法。	觀口行態度評量量量核	【性 E10 所屬 性 E10 的 医 E11 表

У(У() ПРП ш (р							
	貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來	2	1. 在遊戲中表現出對肢 體各部位完整概念。 2. 能主動參與各種身體 活動。 3. 能專注欣賞他人優良 動作表現。	Ic-I-1 認識身體 活動的基本的基本 作。 2c-I-2 表現認習 度。 2d-I-1 專注觀 他人的動作表現。	Ib-I-1 唱、跳 與模仿性律動 遊戲。	觀口行態察頭為評檢量量核	【性與自【人別與人戲【涯別 中識他。教賞並的解別 等身人。 育、尊權兒 到的 一方、尊權兒 所 的 一方、尊權兒 所 的 一方 一方 一方 一方 一方 一方 一方 一方 一方 一方 一方 一方 一方
+=	壹、快樂上學去 三. 我長大了	1	1. 能用言語或表情表達 自己的感受讓其他人知 道。 2. 在表達感受後,也能 做些什麼來緩和感受或 改善狀況。	3b-I-1 能於引導下,表現簡易的自我問題的。 3b-I-2 能於引動下,表現簡易的 下,表現簡易的 下,表現 所為 於引動技 能。	Fa-I-3 情緒體 驗與分辨的方 法。	觀口行態察頭為評極量	【性板際性合力【閱紙閱讀閱討讀別的至E11表。讀K閱證 培養中為養的實際 E11 表。讀 K 讀 培度 喜分本教性達 性感,对 第一次 在 1

	貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來	2	1. 在活動中表現出對肢 體問認識。 2. 查數學 2. 查數學 3. 數學 3. 數學 4. 能 3. 數學 4. 能 3. 數學 4. 能 5. 數學 5. 數學 5. 數學 6. 數學 6. 數學 7. 數 7. 數 7. 數 7. 數 7. 數 7. 數 7. 數 7. 數	Ic-I-1 認識事 作。 2c-I-2 表現 多度。 2d-I-2 表習 度 2d-I-1 動	Ib-I-1 唱、跳 與模仿性律動 遊戲。	觀四行態度評量極	【性E4 與自【人別與人民生的與主人E5 異人了的解理, 等身體, 等, 等權權, 是6 大人 的解, 是7 的解, 是7 的解, 是1 人 是2 的解, 是2 的解, 是2 的解, 是2 的解, 是3 的解, 是4 使 是4 使 是5 的解, 是6 可, 是6 的解, 是6 的解, 是7 的。 是7 。 是7 的。 是7 。 是7 。 是7 。 是7 。 是7 。 是7 。 是7 。 是7
	壹、快樂上學去 四.活力加油站	1	1. 能連結生活經驗,發 覺早餐的重要性。 2. 願意養成吃早餐的習 慣。	1a-I-1 認識基本 的健康常識。 2a-I-1 發覺影響 健康的生活 與行為。 2b-I-2 願意養成 個人健康習慣。	Ea-I-2基本的 飲食習慣。	觀察評評檢調務於	【品德教育】 品E1 良好生活習慣 與德行。
十三	貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳	2	1. 認識操場、跑道與使用規則。 2. 遵守操場跑道使用規則。 到,並和他人一同, 3. 了解暖身運動的重要性。 4. 認識並做出各項暖身伸展動作。 5. 認識走、跑動作。 5. 能做出及變換走、跑動作。 6. 能做出及變換走、跑動作。	Ic-I-1 認識身體 記述 1c-I-2 認識本 Ic-I-2 認識。 3d-I-1 認識用 類型 選問 4d-I-2 資源 與體活動。	Bc-I-I 各項暖 身伸展動作 Cb-I-I 運動 全常體 等力 。 Ga-I-I 走 數 遊戲。	觀察頭為經濟一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一	【人權教育】 人權教育】 人居了阿爾 與一人 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是

十四	壹、快樂上學去 四. 活力加油站	1	1. 能說出常見的早餐種 想說出常見的早餐種 2. 能接納並嘗試不同的 子養 3. 能優察 子能優 等 生食 会 会 会 会 会 会 会 会 会 会 会 会 会 会 会 会 会 会	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康 部識健康 3b-I-3 能質	Ea-I-1 生活中 常見的食物與 珍惜食物。	分告 各於類份的等 報可面頭式以觀口行態組 組早並營早。 告以、報呈。察頭為度上 查餐設養 的以或告現 評評檢評台 詢的計豐餐 方:是的都 量量核量報 關種一富等 式書口方可	【品德教育】 品E1良好生活習慣 與德行。
	貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳	2	1. 模仿做出各種型態 走、跑的動作。 2. 做出各種型態走、跑 的動作。 3. 專注欣賞他人動作表 現。	1c-I-1 認識身體 活動的基本動作。 2d-I-1 專注觀貴 他人的動作 現。 3c-I-1 表現基本 動作與模仿的能力。	Ga-I-1 走、 跑、跳與投擲 遊戲。	觀四行態察頭檢量量檢	【人權教育】 人E3了同類個人 表的遵守 人的遵守 人的遵守 人是4 人的遵守 人类 人类 人类 人类 人类 人类 人类 人类 人类 人类 人类 人类 人类

十五	壹、快樂上學去 四.活力加油站	1	※能認識選擇健康食物 的原則。	4b-I-1 發表個人 對促進健康的立 場。	Ea-I-2基本的 飲食習慣。	觀察 評量 日	【品德教育】 品E1 良好生活習慣 與德行。
	貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳	2	1. 做出原地跳與連續前 進跳的動作。 2. 遵守遊戲規則,並和 他人一同合作遊戲。 3. 能利用下課時間練習 走、跑、跳運動或遊 戲。	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。	Ga-I-1 走、 跑、跳與投擲 遊戲。	觀察頭為檢手量	【人權教育】 人E3 了解每,個人 需求的等明團體的 則。 人E5 欣賞 並 的 題, 題與他人解之 重重利 人E8 了解兒童利 人E8 了解兒童 人E8 了解兒童 人養權利的需求。
	壹、快樂上學去 四.活力加油站	1	1. 能認識少糖、不油炸的食物種類。 2. 能做到良好的用餐行為。	1a-I-1 認識基本 的健康常識。 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。	Ea-I-2基本的 飲食習慣。	觀察評評檢等評檢核	【品德教育】 品E1 良好生活習慣 與德行。
十六	貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳	2	1. 在遊戲中做出變換 走、跑、跳的動作。 2. 遵守遊戲規則,並和 他人一同合作遊戲。 3. 能在行進中選擇或轉 換走、跑、跳運動。	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。	Ga-I-1 走、 跑、跳與投擲 遊戲。	觀察評級調務實際調務	【人權教育】 人E3了同個人需 我的不守團體 則。 人E5欣賞等動力 與差人的質 與他人的 與一人的 與一人 與一人 與 人 是 的 不 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的

次列1日前に工(6)	,, ,						
十七	壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多	1	1. 在學校發生事情能主動尋求協助。 2. 學習解決問題的能力。	1b-I-1 舉例說明 健康用的 是生活 是生的 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	Ca-I-1 生活中 與健康相關的 環境。	觀口行態察頭為評論語為量量核	

貳、運動樂趣多 十.和球做朋友	1.知道教材示範繞球的。 2.能盡力完成教材動 3.能觀察他人活動的表 3.能觀察他人活動的,從 4.能觀解時間,從 4.能球道並做出教材 5.能來球的動作。 6.能動向學互相合作完 成活動。	Ic-I-I 認識身體 活動的基本的作。 Id-I-I 描述動作 技能基本專注觀。 2d-I-I 梅動作 我是一下, 3c-I-I 表現基本 動作與模的的 3c-I-I 表現基本 動作與有的的 3c-I-2 表現安全的身份 3d-I-I 應用基本 動作常識。 類作常識戲問題。	觀口行態察頭為評量量核	【品)是EI 自由,是EI 自由,是EI 有一个。 是I 是I 在一个。 是I 在一个。 是一 在一个。 是一 在一个。 是一 在一个。 是一 在一个。 是一 在一个 是一。 是一 在一个 是一 在一个 是一 在一个 是一 是一 在一个 是一 在一个 是一 是一 是一 是一 是一 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是
--------------------	--	---	-------------	--

+^	壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多	1	1. 知道健康中心的設備 及器材的使用方法。 2. 能適時、適切使用健 康中心的設備或器材, 以維護健康。	1a-I-1 認識基 副世子I-1 學問 即是一日 即是一日 即是一日 即是一日 即是一日 即是一日 一日 一日 一日 一日 一日 一日 一日 一日 一日	Ca-I-1 生活中 與健康相關的 環境。	觀口行態察頭為評量量核	【閱讀素養教育】
----	-----------------------	---	---	---	-----------------------------	-------------	----------

貳、運動樂趣多 十.和球做朋友	1. 能知道並做出教材示範夾球跳的動作。 2. 能盡力完成教材動作。 3. 能和同學互相合作完成活動。 4. 能觀察他人活動的表現。	Ic-I-1 記括作 Id-I-1 的 Id-I-1 的 Id-I-1 的 Id-I-1 的 Id-I-1 的 Id 基本 專動 Id 基本 專動 Id 表活 用,以 Id 表活 用,以 Id 表示 Id-I-1 的 表质 表活 用, 以 Id 表示 Id-I-1 的 Id 表示 Id 是一个 I	Bc-I-1 各項暖 身伸展動作。	觀口行態察頭為評評檢量	【品德教育】 品德教育】 品德教育生活。 是13 不是15 不要的是16 不要的人。 是16 不要的是16 不是16 不要的是16 不要的是16 不要的是16 不要的是16 不要的是16 不要的是16 不要的是16 不要的是16 不要的是16 不是16 不要的是16 不是16 不是16 不是16 不是16 不是16 不是16 不是16 不
--------------------	---	---	----------------------	-------------	--

十九	壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多	1	1. 能知道學校護理師及 醫師到校服務的工作內 容。 2. 能禮貌對待醫護人 員, 並事實表達謝意。	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。	觀口行態察頭為評檢量量核	【家生源【涯題力【閱活用解【戶外學/ 家E13相 涯12做 讀11境本問外善月 育悉的 劃習定 教一懂的 對於 家區 育決的 育般得知 家區 育決的 育般得知 定教一懂的 】室外環 定教一懂的 】室外環 定教一懂的 】室外環 定教一懂的
	貳、運動樂趣多 十.和球做朋友	2	1. 能知道並做到教材示範滾接球的動作。 2. 能盡力完成教材動作。 3. 能和同學互相合作完成活動。 4. 能觀察他人活動的表現。 5. 能利用課餘時間,從事玩球運動。	Ic-I-1 認識身體 新作。 Id-I-1 描述 技能基本事動作 技能基本專動作 2d-I-1 的 現 3c-I-1 表榜 力。 3c-I-2 表動行 為。	Bc-I-1 各項暖 身作人I-1 不 身体的關 的、類 的、類 的 数 的 数 的 数 的 数 的 数 的 数 的 数 的 数 的 。 的 。	觀四行態察頭為評檢量量核	(自然或人為)。 【品德良行講師 、 一個人 一個人 一個人 一個人 一個人 一個人 一個人 一個人 一個人 一個人

二 +	壹、快樂上學去五.校園生活健康多	1	1. 能知道健康檢查複檢 (再檢查)怎麽做。 2. 能於日常生活中,做 到守護身體健康的行 為。	4a-I-1 能於引能於引導 下健康務。 健康務。 4b-I-1 進健康 場。	Ca-I-1 生活中 與健康相關的 環境。	觀口行態察頭為評檢量量核	【家生源【涯題力【閱活用解【戶外學(家E13相 涯22做 讀11境本問外善戶記, 有幾熟關 規學決 素能中習題教用外語外 素能中習題教用及生人家區 育決能 育般得知 室外環 或 新聞
------------	------------------	---	--	---	-----------------------------	--------------	---

	【、運動樂趣多 十. 和球做朋友	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 的動作技球的過程中 4.能識自己選擇自己 運動。 如此 如此 如此 如此 如此 如此 如此 如此 如此 如 如 如 如 如 如	Ic-I-1 認基 作。 2d-I-1 的 想本 2d-I-1 的 專動 3c-I-1 與 表子 身。 3c-I-2 身。 3c-I-2 體 對 為。 4c-I-2 的 動。 4c-I-2 的 動。	Bc-I-1 各項 身件C-I-1 各項 場份 場份 場份 場份 場份 場份 場份 場份 場份 場份 場份 場份 場合 場合 場合 場合 場合 場合 場合 場合 場合 場合 場合 場合 場合	觀口行態察頭為評檢量量核	【品德教育】 品德教好生活習慣 品是B有人 是B有人 是B, 是B, 是B, 是B, 是B, 是B, 是B, 是B, 是B, 是B,
--	---------------------	---	--	---	--------------	---

貳、運動樂趣多 十. 和球做朋友 休業式	2	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。 力運動。	Ic-I-1 認識身體 記基本 作。 2d-I-1 專動 現之 表示 動作 3c-I-1 模 動。 3c-I-2 模 動。 3c-I-2 農體 為。 4c-I-2 變體活 個動。	身伸展動作。 Hc-I-I 標的性	觀察頭為語量量核	【品德教育】 品德教育】 品德好生活習慣 品德召溝通合作與 品龄人際全教育】 安E7探究。 【生涯規劃教好的 【生涯規劃數好的 下理知道的人 不可以 不可以 不可以 不可以 不可以 不可以 不可以 不可以 不可以 不可以
----------------------------	---	---	--	----------------------	----------	--

- ◎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。

臺南市公立白河區白河國民小學 114 學年度第二學期一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)	-	_	教學節數	每3	週 (3)節,本學期	共(60)節		
課程目	標	 能認識六大類食物及其功能。 能認識排便對健康的影響。 可以從觀察他人互動的狀況猜測對方的人際互動,並能說出和好朋友一起分享的感覺和喜好。 能分工合作,一起完成一件任務,從中得到成就感。 能知道眼睛、耳朵、鼻子在生活中的重要性與保健方式。 能了解正確處理眼睛受傷、耳朵內異物及流鼻血的重要性,感受不當的處理方式對健康所造成的威脅。 能知道身體隱私處的部位,而且不能讓別人碰觸。 能分辨具威脅性的行為,並說出遭遇緊急情況時自我保護的方法。 能了解生病期間的在家照護要點。 能利用休閒時間,在學校或家裡和他人進行童玩遊戲。 能利用休閒時間,在學校或家裡和他人進行童玩遊戲。 能劃所及應出各項動作,並能應用在生活上。 能置活反應出各項動作,並能應用在生活上。 能體會與掌握單、雙腳跳躍,以及連續跳躍動作。 能於活動中和他人合作,並展現技巧完成任務。 能總結學習經驗並和他人分享學習心得。 能總結學習經驗並和他人分享學習心得。 能機出跳繩一點一個於的基本動作技巧。 										
10. 胞版出處 號 建碳的基本動作投資 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。 健體-E-C3 具備理解與關心本土與國際體育與健康議題的素養,並認識與包容文化的多元性。										康的問題。 與健康有關的美感 民意識,關懷社		
					課	程架構脈絲	各					
教學期程	單元	與活動名稱	節數	學習目標	<u> </u>		學習重點		評量方式	融入議題		
双于列在 十7		- > 4 · 114	.,	7 4 4 77	-	學習	表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵		

	壹、守護健康有一 套 一. 飲食面面觀	1	※能認識六大類食物 及其功能。	1a-I-1 認識基本的健 康常識。	Ea-I-1 生活中常 見的食物與珍惜 食物。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【環境教育】 環 E17 養成日常生 活節約用水、用 電、物質的行為, 減 品。 (品) 是 () 是
	貳、運動歡暢樂趣 多 六. 童玩真有趣	2	1. 能說出各種童玩的 起源。 2. 能了解各種童玩的 玩法及簡易的動作要 領。 3. 能選擇適合自己的 童玩遊戲。 4. 能了解沙包的玩法 及簡易的動作要領。	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。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。	Ce-I-1 其他休閒 運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動 基本動作與遊 戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢修	【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。 人E8了解兒童對遊 戲權利的需求。
-	壹、守護健康有一 套 一. 飲食面面觀	0	※能認識六大類食物 及其功能。	1a-I-1 認識基本的健 康常識。	Ea-I-1 生活中常 見的食物與珍惜 食物。	觀察 評 員 日 行 為 檢 態度評量	電、物質的行為,

	· —	4 11 4 14 11	d T d value 6 mil : : d	T		
	動歡暢樂趣多玩真有趣	1.能了解沙包的玩法。 及簡易的動作要投物。 2.能做助作及投擲。 3.能利用休閒時間, 在學校或家裡和他 進行童玩遊戲。 4.能製作風車並了解 風車的玩法。	Ic-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。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。	Ce-I-1 其他休閒 運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動 基本動作與遊 戲。	觀口行態察頭為評量量	【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。 人E8了解兒童對遊 戲權利的需求。
=	雙健康有一 套 1 食面面觀	1.及2.的活动的人类的人类的人类的人类的人类的人类的人类的人类的人类的人类的人类的人类的人类的	1a-I-1 認識基本的健康常識。 3b-I-1 能於引導下,表現簡易的自我調適技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ea-I-1 生活中常 見的食物與珍惜 食物。	觀口行態察頭為評量量核	【環境教育】 環E17養成日常生 活節約質的 電、物質的 、資源的 【品德教育】 品(是1) 良好生活習慣 與德行。

	貳、運動歡暢樂趣 多 六. 童玩真有趣	2	1.及2.沙3.在進4.風5.車6.樂則7.了8.快習9.在進作簡能包能學行能車能遊體, 製紙在互 利校童解的出動用或玩作玩真活驗遵 作飛遊動 用或玩包作接。閒裡戲車。與。隊遊 飛的中認 閒裡戲的要及 時和。並 各 合戲 機玩與真 時和。玩領投 間他 了 項 作規 ,法同學 間他法。擲 ,人 解 風 的 並。學 ,人	Ic-I-1 認識身體活動作。 2c-I-2 表明 是	Ce-I-1 其他休閒 運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動 基本動作與遊 戲。	觀口行態察頭為評論報過量量核	【人權教育】 人E3 了解每個人需 求的不同,並討論 與的規則 人E8 了解兒童對遊 戲權利的需求。
四	壹、守護健康有一 套 一. 飲食面面觀	1	1. 能認識排便對健康 的影響。 2. 能響 成良好生活智 。 3. 能養成財便與道 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對 的 影	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。	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。	觀察 評 語 檢 題 一	【環境教育】 環E17養成日常生 活節、物質的的 調整, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個, 一個

	貳、運動歡暢樂趣 多 七. 反應高手	2	1. 能做出簡單急停動 作。 2. 能明白快速反應在 生活中的運用。 3. 能創造動作讓同組 的學童模仿。 4. 能模仿同學創造出 來的動作。	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。	Ga-I-1 走、跑、 跳與投擲遊戲。 Ib-I-1 唱、跳與 模仿性律動遊 戲。	觀察評員行為於	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊 戲權利的需求。
<u>.</u>	壹、守護健康有一 套 二. 歡喜做朋友	1	※可以從觀察他人互動的狀況猜測對方的人際互動,並能說出和好朋友一起分享的感覺和喜好。	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 日	【性別平等教育】 性 E11 培養性別間 合宜表達情感的能 力。
<i>II</i> .	貳、運動歡暢樂趣 多 七. 反應高手	2	1. 能在遊戲中做出迅速起立及快跑動作。 2. 能依指令迅速做出 移動、蹲下、跳躍的動作。	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。 4d-I-1 願意從事規律 身體活動。	Ab-I-1 體適能遊 戲。 Ga-I-1 走、跑、 跳與投擲遊戲。	觀察 評量 行為檢 態度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊 戲權利的需求。
六	壹、守護健康有一 套 二. 歡喜做朋友	1	1. 願意嘗試與不熟悉 的人互動。 2. 能在互動中留意社 交的重要禮節。	3b-I-2 能於引導下, 表現簡易的人際溝通 互動技能。	Fa-I-2 與家人及 朋友和諧相處的 方式。	觀 頭 海 語 一	【性別平等教育】 性 E11 培養性別間 合宜表達情感的能 力。

	貳、運動歡暢樂趣 多 七. 反應高手	2	1. 能依指令。 2. 能依插作做。 2. 能動迅速的迅速的型速的,能够迅速的迅速的, 3. 能力,是不够的,是不够的,是不够的,是是不够,是是是一个。 4. 做出的,是是是一个。 5. 业的,是是是一个。 5. 业的,是是是一个。 5. 业的,是是是一个。 5. 业的,是是一个。 5. 业的。 5. 。 5. 。 5. 。 5. 。 5. 。 5. 。 5. 。 5.	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。 4d-I-1 願意從事規律 身體活動。	Ab-I-1 體適能遊 戲。 Ga-I-1 走、跑、 跳與投擲遊戲。	觀口行態察頭為評檢量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊 戲權利的需求。
	壹、守護健康有一 套 二. 歡喜做朋友	1	※練習在生氣的狀況,依據引導能表達 自己的感受,並想辦 法解決問題。	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。	Fa-I-2 與家人及 朋友和諧相處的 方式。	觀四行態度評核	【性別平等教育】 性 E11 培養性別間 合宜表達情感的能力。
セ	貳、運動歡暢樂趣 多 八. 我有好身手	2	1. 體別 開題 開題 開題 開題 開題 開題 開題 開題 開題 一人 一人 一人 一人 一人 一人 一人 一人 一人 一人	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。	Ia-I-1 滾翻、支 撐、平衡、懸垂 遊戲。	觀口行態察頭為評檢量量核	

	壹、守護健康有一 套 二. 歡喜做朋友	1	1. 能分工合作, 完成一件任務。 完成一件感。 2. 能根據自己分 器。 3. 能工作 到能, 一次 。 3. 能是 。 4. 能 分工 合作 的 使, 有 。 4. 能 分工 。 4. 能 分工 。 4. 能 分工 。 4. 的 行 。 4. 的 行 。 4. 的 行 。 4. 的 行 。 4. 的 行 。 4. 的 有 行 。 4. 的 有 行 。 4. 的 有 有 有 有 有 有 有 有 有 有 有 有 有 有 有 有 有 有 有	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。	觀口行態察頭為經	【性別平等教育】 性 E11 培養性別間 合宜表達情感的能力。
λ	貳、運動歡暢樂趣 多 八. 我有好身手	2	1. 雞作之仿賞。的遊礼,我們們們的人們是不可以們的人們是不可以們們的人們們們的人們們們們的人們們們們的人們們們們的人們們們的人們們們們們的人們們們們們們	Ic-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 態果 專體	Ia-I-1 滾翻、支 撐、平衡、懸垂 遊戲。	觀口行態察頭為評評檢量	

九	壹、守護健康有一 套 三. 带著眼耳鼻去旅 行	1	※能知道眼睛在生活 中的重要性。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Da-I-2 身體的部 位與衛生保健的 重要性。	觀頭為評量量核	靈對環境感受的能
	貳、運動歡暢樂趣 多 八. 我有好身手	2	1.能利用肢體學習動物行走的動作。 2.培養觀察及動作模仿的數學,並能力的動作。 2.培養觀察及動作模的, 3.持數的, 3.利用活動訓練接體 的伸展,並快樂多 遊戲及運動。	Ic-I-I 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認身體活動的基本動作認識多數學習態度認識的學習態度, 2d-I-1 專注觀的動作表現基本動作表現基本的動作表現基本的能力的能力的能力,處理練問題。 3d-I-1 應用基習或問題。	撐、平衡、懸垂	觀察頭為語人	

-							
+	壹、守護健康有一 套 三. 帶著眼耳鼻去旅 行	1	※能知道眼睛在生活 中的重要性。	1a-I-1 認識基本的健 康常識。	Da-I-2 身體的部 位與衛生保健的 重要性。	觀口行態察頭為評論量量核	靈對環境感受的能
	貳、運動歡暢樂趣 多 九. 跳躍大進擊	2	1. 能在移動時進行跳 躍動作。 2. 能在移動過程中做 出單、雙腳跳混合式 的連續跳躍動作。 3. 和同學配合做出 跳、碰動作。	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 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。	Ab-I-1 體適能遊 戲。 Ga-I-1 走、跑、 跳與投擲遊戲。	觀口行態解頭為評量量核	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊 戲權利的需求。

+-	壹、守護健康有一 套 三. 帶著眼耳鼻去旅 行	1	1. 方 2. 了愛 3. 例用 4. 睛受健 5. 於害能 形式能解眼能眼的能受不康能活動 過己動日受理解的的造師中急 明 活做。常傷技正要理的的造師中急 生時巧確要理的引作的紀了 活適。處性方威導眼候健 , 些 舉 眼感對。,傷技	1b-I-1舉例說明健康 生活情境中適用的連 康技能和生活技能剛生活技能剛 全a-I-2感受健威脅 性。 3a-I-2能於引導易的性。 分生活中操作簡易的健康 位。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	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。	觀口行態察頭為評論量量核	靈對環境感受的能
	貳、運動歡暢樂趣 多 九. 跳躍大進擊	2	1. 和同學配合做出波 浪跳躍動作。 2. 能說出各種動物跳 躍的特色。	Ic-I-1 認識身體活動 的基本動作。 Ic-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。	Ab-I-1 體適能遊 戲。 Ga-I-1 走、跑、 跳與投擲遊戲。	觀四行為解語人	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊 戲權利的需求。

+	壹、守護健康有一 套 三. 帶著眼耳鼻去旅 行	1	1.中式 2.例物巧 3. 朵性方威 4.於朵能的。能說時。能內,式脅能生活知事 於明適 了有感對。在活水道要 日,用 解異受健 師中的 工物不康 長果 生保 活內理 處重的造 導排技生健 中有技 理要處成 下除能活方 舉異 耳 理的 ,耳。	1b-I-1舉例說明健康 理方情境中適問明健康 是本I-2感受的 是在一日已 是成的 是在一日已 是成的 是一日 是一日 是一日 是一日 是一日 是一日 是一日 是一日 是一日 是一日	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。	觀口行態寒評檢量量核	靈對環境感受的能
	貳、運動歡暢樂趣 多 九.跳躍大進擊	2	1. 能創造模仿各種動物跳躍的動作。 2. 能以跳躍動作完成 猜拳遊戲。 3. 遵守遊戲規則,並 和他人一同合作遊 戲。	Ic-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。 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。	Ab-I-1 體適能遊 戲。 Ga-I-1 走、跑、 跳與投擲遊戲。	觀察 評 員 行 為 檢度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊 戲權利的需求。

十三	壹、守護健康有一 套 三. 帶著眼耳鼻去旅 行	1. 中式 2. 例理 3. 鼻不康化性的能重。能,智力的的造於活健知要 確進價益數 片面。解重處成師中康道性 實而。於鼻巧了的的造於活健知要 確進實子與 生適 確性方威引作能、保 護成在健 中的 理感對。下住 、方 耳好生健 中的 理感對。下住 、方 耳好人 學處 流受健 ,鼻 鼻	1b-I-1舉例說明健康 生活情境中適用的健康 生活情境中道形技能和生活技能和生活技能和生活技能和生活技能 多a-I-2感成的或事性。 3a-I-2能於引導下,於生活中操康技能 表本I-2養成健康的生活習慣。	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 重要性。	觀口行態察頭為評論發	靈對環境感受的能
	貳、運動歡暢樂趣 多 九. 跳躍大進擊	1.能以跳躍動作完成 猜拳遊戲。 2.遵守遊戲規則,並 和他人。 意。 3.能結合音樂音符 動作。 4.能譜概念 動作結合數學加減法 實算,做出跳躍動 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。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Ga-I-1 走、跑、 跳與投擲遊戲。	觀察評員有為於	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊 戲權利的需求。

		1		1	ı	1	
	壹、守護健康有一 套 四. 自我保護小勇士	1	1. 能以自己和對方都 能接受的方式打招 呼。 2. 能知道自己能接受 和不能接受的身體碰 觸部位。	2a-I-2 感受健康問題 對自己造成的威脅 性。	Db-I-2 身體隱私 與身體界線及其 危害求助方法。	觀口行態察頭為評論檢量	【性別平等教育】線 性B4認識身體界線 與專主權。 人權教育】 人E10認識活的關 人E10常生活的關 係法治教育】 法治教育】 法E8認識兒少保
十四	貳、運動歡暢樂趣 多 十. 手腳並用	2	1. 氣作之位作 3. 續越 4. 不 5. 相 能 部 動 連 多 進 和 人 人 由 前	Ic-I-2 認識基本的運動情報。 Id-I-1 識越基本作為。 Id-I-1 識談 表表 表 表 表 表 表 表 表 表 表 表 表 表 表 表 表 表 表	Ha-I-1網/牆個/牆帽子 網/ 網網 / 編 / 編 / 編 / 編 / 編 / 編 / 編 / 編 /	觀口行態察頭為評檢量量核	【人權教育】 人E8了解兒童對遊 人權利的需求。 【品德教育】 品E2自尊 品E3溝關係 。 品E3溝關係 。 是3溝關係 。 是4 等 。 是5 以 。 是6 以 。 是7 探 。 。 是7 以 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。

	壹、守護健康有一 套 四. 自我保護小勇士	1	1. 能知道身體隱私處 的所且不能讓 別人能清楚描述身體碰 2. 能清楚描述身體碰 獨帶給自己的感受 3. 能知道遭己的方 法。	2a-I-2 感受健康問題 對自己造成的威脅 性。	Db-I-2 身體隱私 與身體界線及其 危害求助方法。	觀口行態解語為語	【性別平等教育】 性E4認識身體界線 與尊重他人的身體 自主權教育】 人權教育】 人E10認識隱私權 與日常生活的關 係法治教育】 法治教育】 法E8認識兒少保
十五	貳、運動歡暢樂趣 多 十.手腳並用	2	1. 能知道拍氣球接力 相關動作。 2. 能别道拍氣球接力 人。 合作。 3. 能知道或的 道擊球逆完成。 4. 能網則道並開射道 4. 能網 5. 作 6 6 6 6 7 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	Id-I-I 描述動作技能 基本常識。 2c-I-I 表現尊重的 體互動行為。 2c-I-2 表現認真。 2d-I-1 專題 的學習態度之體, 3d-I-1 應用基型 對所表現。 3d-I-1 應用基型 對所, 以前的 對於 對於 對於 對於 對於 對於 對於 對於 對於 對於 對於 對於 對於	Ha-I-1 網/牆性 球類相關、 籍易數數 類數數 數數 數數 數數 數數 數數 數數 數 數 數 數 數 數 數	觀口行態察頭為評量量核	【人權教育】 人E8了解兒童對遊 人E8了解兒童對遊 【品德教育》 品德教尊 為 是2自會 品管愛 品語 是2人 為 為 為 為 為 為 為 為 為 為 為 為 為

	壹、守護健康有一 套 四. 自我保護小勇士	1	1. 能知道遭遇緊急情 遭自自我 到前自我 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	1b-I-1 舉例說明健康 生活情境中適用的健 康技能和生活技能。 3b-I-3 能於生活中嘗 試運用生活技能。	Db-I-2 身體隱私 與身體界線及其 危害求助方法。	觀察頭為與語人為	【性別平等教育】 性E4認識身體界線 與自主權。 【人權教育】 人E10認識活的關 人E10常生活的關 係法治教育】 法治教育】 法E8認識兒少保 護。
十六	貳、運動歡暢樂趣 多 十.手腳並用	2	1. 能知道擊球 過期並 到 到 到 到 道 到 道	Id-I-1 描述動作技能 基本常識。 2c-I-1 描述動作技能。 2c-I-1 表現真重新行表為。認為 2c-I-2 表題,認為。認為。 2d-I-1 應理等的動作表別的動作, 3d-I-1 應用基督或 對別。 4d-I-1 願意從事規律 身體活動。	Ha-I-I與 網動、、手、控-I-與 網動、、手、控-I-與 網動、、 動量動陣動、、 整手力球 / 簡關、拍、協準。 攻關、、停動及作 性的 及滾 確 守的 滾之作 。 發 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一	觀四行態評論檢量量核	【人權教育】 人E8了解兒童對 人權利的有別 是2自尊 是2人 養品是2人 養子 養子 養子 養子 養子 養子 養子 養子 養子 養子 養子 養子 養子

	壹、守護健康有一 套 五. 抗病小高手	1	1. 能知道在學校身體 不會到時,會到 不分間, 一學 一學 一學 一學 一學 一學 一學 一學 一學 一學 一學 一學 一學	1a-I-1 認識基本的健 康常識。	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。	觀察評量 一	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣 與德行。
++	貳、運動歡暢樂趣 多 十.手腳並用	2	1. 能於活動中展現踢中展現踢。 2. 能的技能。 2. 能知道並完成跑跑 3. 能知的相關動作。 3. 能利用不動作。 4. 能穩定踢中擺動中 不同種類的球。	Id-I-1 描述動作技能 基本常識。 2c-I-1 表現 尊。 2c-I-2 表現 真是 2c-I-2 表現 之子 2d-I-2 表现 之子 3d-I-1 應理 第 数	Hb-I-1 陣地攻 曾想	觀察頭頭為語	【人權教育】 人E8了解兒童對遊 人E8了的需求 人權利的育 人 会 是2自 会 是2人 人 為 一 為 一 為 一 為 一 為 一 。 是3 一 為 一 為 一 。 。 是3 一 為 一 。 是4 一 。 是4 一 。 是5 一 。 是6 一 。 是6 一 。 是7 一 。 是7 上 。 是7 上 是7 上 是7 上 是7 上 是7 上 是7 上
十八	壹、守護健康有一 套 五. 抗病小高手	1	1. 能認識感染腸病毒期間的症狀。 2. 能遵守腸病毒糾察守則。 3. 能在日常生活中, 自我要求做到糾察守 則的規範行為。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。	Fb-I-1 個人對健 康的自我覺察與 行為表現。	觀察評量 一	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣 與德行。

0/9/11	日本住(明定/口) 里						
	貳、運動歡暢樂趣 多 十一.大家來跳繩	2	1.能了解跳繩運動的 好處及安全原則。 2.能做出跳繩伸展操 的動作。 3.能在跳繩遊戲中體 驗快樂互動,並認真 學習。 4.能利用課間及假日 進行跳繩活動。	1c-I-2 認識基本的運動常識。 2d-I-2 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。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	Ce-I-1 其他休閒 運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動 基本動作與遊 戲。	觀察評員行為實際報報	【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。 人E8了解兒童對遊 戲權利的需求。
	壹、守護健康有一 套 五. 抗病小高手	1	1. 能了解生病期間的 在家照護要點。 2. 能知道感染腸病毒 期間適合進食的食 物。	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 3a-I-2 能於引導下, 於生活中操作簡易的 健康技能。	Fb-I-2 兒童常見 疾病的預防與照 顧方法。	觀察 評 語 檢 接 達 量 核	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣 與德行。
十九	貳、運動歡暢樂趣 多 十一. 大家來跳繩	2	1. 能了解並說的動作。 一頭。 一頭。 2. 能樂互動, 學習。 3. 能樂互動, 學習。 3. 能樂五數。 3. 能數數 學別。 4. 能動的基本 一項。 4. 能動的習慣。 律運動的習慣。	1c-I-2 認識基本的運動常識。 2d-I-2 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。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ce-I-1 其他休閒 運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動 基本動作與遊戲。	觀解到為語學科	【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。 人E8 了解兒童對遊 戲權利的需求。

二 +	壹、守護健康有一 套 五.抗病小高手	1	1. 知道預防生病的好 行為。 2. 實踐日常生活中預 防生病的好行為。	Ia-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 3a-I-2 能於引導下,於生活中操作簡易的健康技能。	Fb-I-2 兒童常見 疾病的預防與照 顧方法。	觀察 評量 日	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣 與德行。
	貳、運動歡暢樂趣 多 十一. 大家來跳繩	2	1. 能在跳繩遊戲中體 驗快樂互動並認真學 習。 2. 能利用課間進行跳 繩活動,進而養成規 律運動的習慣。	2d-I-2 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。 4c-I-2 選擇適合個人 的身體活動。	Ab-I-1 體適能遊 戲。 Ic-I-1 民俗運動 基本動作與遊 戲。	觀察評頭行為檢	【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。 人E8了解兒童對遊 戲權利的需求。
二十 一	壹、守護健康有一 套 五. 抗病小高手	1	1. 知道預防生病的好 行為。 2. 實踐日常生活中預 防生病的好行為。	Ia-I-I 認識基本的健康常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 3a-I-2 能於引導下,於生活中操作簡易的健康技能。	Fb-I-2 兒童常見 疾病的預防與照 顧方法。	觀察評員行為檢歷評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣 與德行。
	貳、運動歡暢樂趣 多 十一. 大家來跳繩 休業式	2	1. 能在跳繩遊戲中體 驗快樂互動並認真學 習。 2. 能利用課間進行跳 繩活動,進而養成規 律運動的習慣。	2d-I-2 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。 4c-I-2 選擇適合個人 的身體活動。	Ab-I-1 體適能遊 戲。 Ic-I-1 民俗運動 基本動作與遊 戲。	觀察 評 韻 母 行 為 檢 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。 人E8了解兒童對遊 戲權利的需求。

- ◎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。