臺南市公立後壁區菁寮國民小學 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/□藝才班)

| 教材版本     | 南一版   | 實施年級 (班級/組別)  | 一年級                | 教學節數      |                   | )節,本學期共(63 |      |  |  |  |  |  |
|----------|---|---|--------------------|-----------|-------------------|------------|------|--|--|--|--|--|
|          | 1. 能生活中,當   | 嘗試自我覺察並修正個人上下學與遊店   | <b>戥的不當行為,練習各項</b> | 安全行為。     |                   |            |      |  |  |  |  |  |
|          | 2. 養成遵守上了   | 下學與遊戲注意事項的好習慣。  |                    |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
|          | 3. 能知道上廁戶   | 所的注意事項,並能正確使用廁所。  |                    |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
|          | 4. 發覺健康的生   | 生活態度與行為,並願意養成個人健康   | 東習慣。               |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
|          | 5. 可以從觀察化   | 他人動作與表情猜測對方的情緒狀態  | ,並察覺同一件事,每個        | 人的感受可能不同。 |                   |            |      |  |  |  |  |  |
|          | 6. 從自己能完成   | 6. 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。  |                    |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
|          | 7. 能認識食物對身體健康的重要性,並覺察珍惜食物的重要性。                      |   |                    |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
| 2000 115 | 3. 能覺察良好的飲食習慣和衛生行為,可以讓身體更健康,並能養成良好的飲食習慣和衛生行為,以維護健康。 |   |                    |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
| 課程目標     | 9. 能知道健康核   | <ol> <li>能知道健康檢查複檢(再檢查)怎麼做,知道學校健康中心的設備、器材與使用方法,以及學校護理師及醫師到校服務的工作內容,並能體會護理師、醫</li> </ol> |                    |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
|          | 師的辛苦付出  | 師的辛苦付出,知道感恩與感謝。   |                    |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
|          | 10. 在學校發生事情能主動尋求協助,學習解決問題的能力。                       |   |                    |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
|          | 11. 能在運動過程中,表現認真參與活動的積極態度,並避免運動傷害。                  |   |                    |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
|          | 12. 能注意同學的動作,學習、了解如何完成指示動作,並能與同學培養默契通力合作,完成動作。      |   |                    |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
|          | 13. 在遊戲中表達出對肢體各部位的認識及完整概念,並能靈活操作身體表現動作。             |   |                    |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
|          | 14. 能盡力的完成教材動作,並能做出教材闖關活動的動作技巧。                     |   |                    |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
|          | 15. 能識自己身體活動能力,並選擇適合自己的運動。                          |   |                    |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
| 计额羽贴     | 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,並認證        | 個人特質,發展運動 | 动與保健的潛能。          |            |      |  |  |  |  |  |
| 該學習階     | 健體-E-A2 具備探   | 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。                                  |                    |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
| 段        | 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        | ,在生活環境中培养 | <b>養運動與健康有關的美</b> | 感體驗。       |      |  |  |  |  |  |
| 領域核心     | 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,均 | <b>音養公民意識,關懷社</b> | 會。         |      |  |  |  |  |  |
| 素養       | 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  | <b>身心健康。</b>      |            |      |  |  |  |  |  |
|          |   |   | 課程架構脈絡             |           |                   |            |      |  |  |  |  |  |
| 11.20    |   | 節   |                    | 學習重點      |                   |            | 融入議題 |  |  |  |  |  |
| 教學期程     | 單元與活動名稱   | 學習目標數   | 學                  | :習表現      | 學習內容              | 表現任務)      | 實質內涵 |  |  |  |  |  |

|            |                     |   | 1. 於走路上學情境中,了解交通安全的  | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Ba-I-1 遊戲場所 | 觀察評量 | 【安全教育】        |
|------------|---------------------|---|----------------------|-------------------|-------------|------|---------------|
|            |                     |   | 重要性,並且認識穿越馬路的安全常識。   | 2b-I-1 接受健康的生活規範。 | 與上下學情境的     | 口頭評量 | 安 E2 了解危機與安全。 |
|            | 壹、快樂上學去             | 1 | 2. 能體會走路安全的重要性,並願意遵  | 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生 | 安全須知。       | 行為檢核 | 安 E8 了解校園安全的意 |
|            | 一. 新生進行曲            | 1 | 守過馬路的注意事項。           | 活技能。              |             | 態度評量 | 義。            |
|            |                     |   | 3. 於生活中,嘗試自我覺察並修正個人  |                   |             |      | 安 E10 關注校園安全的 |
| tt vm      |                     |   | 不當的交通行為。             |                   |             |      | 事件。           |
| 第一週        |                     |   | 1. 能利用學校運動空間,從事身體活   | 1c-I-2 認識基本的運動常識。 | Ba-I-1 遊戲場所 | 觀察評量 | 【人權教育】        |
|            |                     |   | 動,增進健康。              | 2c-I-1 表現尊重的團體互動行 | 與上下學情境的     | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需求的 |
|            | 式 安子 M IT 夕         |   | 2. 認識校園遊戲設施的名稱。      | 為。                | 安全須知。       | 行為檢核 | 不同,並討論與遵守團體   |
|            | 貳、運動樂趣多             | 2 | 3. 分辨學校空間、設備的安全性。    | 3c-I-2 表現安全的身體活動行 | Cb-I-3 學校運動 | 態度評量 | 的規則。          |
|            | 六. 小小探險家            |   | 4. 能遵守遊戲規則,並與同學互助合作。 | 為。                | 活動空間與場域。    |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權 |
|            |                     |   | 5. 能討論並正確的使用學校空間及設   | 4d-I-2 利用學校或社區資源從 |             |      | 利的需求。         |
|            |                     |   | 備,達到安全和快樂的目的。        | 事身體活動。            |             |      |               |
|            |                     |   | 1. 於上學情境中,了解注意交通安全是  | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Ba-I-1 遊戲場所 | 觀察評量 | 【安全教育】        |
|            | 壹、快樂上學去<br>一. 新生進行曲 | 1 | 健康生活的一環,並認識交通安全常識。   | 2b-I-1 接受健康的生活規範。 | 與上下學情境的     | 口頭評量 | 安 E2 了解危機與安全。 |
|            |                     |   | 2. 於生活中,嘗試自我覺察並修正個人  | 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生 | 安全須知。       | 行為檢核 | 安 E8 了解校園安全的意 |
|            |                     |   | 不當的交通行為。             | 活技能。              |             | 態度評量 | 義。            |
|            |                     |   | 3. 養成遵守乘車注意事項的好習慣。   | 4a-I-2 養成健康的生活習慣。 |             |      | 安 E10 關注校園安全的 |
| 第二週        |                     |   |                      |                   |             |      | 事件。           |
|            |                     |   | 1. 能分辨學校空間、設備的安全性。   | 2c-I-1 表現尊重的團體互動行 | Ba-I-1 遊戲場所 | 觀察評量 | 【人權教育】        |
|            |                     |   | 2. 能討論並正確的使用學校空間及設   | 為。                | 與上下學情境的     | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需求的 |
|            | 貳、運動樂趣多             | 9 | 備,達到安全和快樂的目的。        | 3c-I-2 表現安全的身體活動行 | 安全須知。       | 行為檢核 | 不同,並討論與遵守團體   |
|            | 六. 小小探險家            |   | 3. 能遵守遊戲規則,並與同學互助合作。 | 為。                | Cb-I-3 學校運動 | 態度評量 | 的規則。          |
|            |                     |   | 4. 能正確操作各項遊戲器材。      | 4d-I-2 利用學校或社區資源從 | 活動空間與場域。    |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權 |
|            |                     |   |                      | 事身體活動。            |             |      | 利的需求。         |
| 第三週        | 壹、快樂上學去<br>一. 新生進行曲 |   | 1. 列舉校園內適合遊戲的地方,並認識  | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Ba-I-1 遊戲場所 | 觀察評量 | 【安全教育】        |
| <b>第二週</b> |                     | 1 | 安全遊戲常識。              | 2b-I-1 接受健康的生活規範。 | 與上下學情境的     | 口頭評量 | 安 E2 了解危機與安全。 |
|            | ・™ 王延行 四            |   | 2. 能體會遊戲安全的重要性,且願意遵  | 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生 | 安全須知。       | 行為檢核 | 安 E8 了解校園安全的意 |
|            |                     |   |                      | -                 |             |      |               |

|     |                     |   | 守注意事項。               | 活技能。                                    |             | 態度評量      | 義。            |
|-----|---------------------|---|----------------------|---|-------------|-----------|---------------|
|     |                     |   | 3. 在校園中,嘗試運用做決定的技巧選  | <br>  4a-I-2 養成健康的生活習慣。                 |             |           | 安 E10 關注校園安全的 |
|     |                     |   | 擇適合遊戲的地方。            |   |             |           | 事件。           |
|     |                     |   | 4. 於生活中,嘗試自我察覺並修正個人  |   |             |           |               |
|     |                     |   | 不當的遊戲行為。             |   |             |           |               |
|     |                     |   | 1. 能遵守遊戲規則,並與同學互助合作。 | <br>  2c-I-1 表現尊重的團體互動行                 | Cb-I-3 學校運動 | 觀察評量      | 【人權教育】        |
|     |                     |   | 2. 能正確的操作各項遊戲器材。     | 為。                                      | 活動空間與場域。    | 口頭評量      | 人 E3 了解每個人需求的 |
|     | 貳、運動樂趣多             |   |                      | 3c-I-2表現安全的身體活動行                        |             | 行為檢核      | 不同,並討論與遵守團體   |
|     | 六. 小小探險家            | 2 |                      | 為。                                      |             | 態度評量      | 的規則。          |
|     |                     |   |                      | •                                       |             | 10.32   2 | 人 E8 了解兒童對遊戲權 |
|     |                     |   |                      |   |             |           | 利的需求。         |
|     |                     |   | 1. 於放學情境中,了解注意交通安全是  | 1a-I-1 認識基本的健康常識。                       | Ba-I-1 遊戲場所 | 觀察評量      | 【安全教育】        |
|     | 壹、快樂上學去<br>一. 新生進行曲 |   | 健康生活的一環,並且認識放學的安全    | 2b-I-1 接受健康的生活規範。                       | 與上下學情境的     | 口頭評量      | 安 E2 了解危機與安全。 |
|     |                     |   | 常識。                  | 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生                       | 安全須知。       | 行為檢核      | 安 E8 了解校園安全的意 |
|     |                     | 1 | 2. 能體會交通安全的重要性,並且願意  | 活技能。                                    | 2, =:,,,    | 態度評量      | 義。            |
|     |                     |   | 遵守注意事項。              | 4a-I-2 養成健康的生活習慣。                       |             |           | 安 E10 關注校園安全的 |
|     |                     |   | 3. 於生活中,嘗試自我覺察並修正個人  | ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, |             |           | 事件。           |
|     |                     |   | 不當的行為。               |   |             |           | •             |
|     |                     |   | 4. 養成遵守交通注意事項的好習慣。   |   |             |           |               |
| 第四週 |                     |   | 1. 能利用呼拉圈做各種身體的伸展活   | 1c-I-1 認識身體活動的基本動                       | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量      | 【性別平等教育】      |
|     |                     |   | 動,並能簡單運用身體操作呼拉圈。     | 作。                                      | 伸展動作。       | 口頭評量      | 性 E4 認識身體界線與尊 |
|     |                     |   | 2. 能表現認真參與活動的積極態度。   | 2c-I-2 表現認真參與的學習態                       | Cb-I-2 班級體育 | 行為檢核      | 重他人的身體自主權。    |
|     |                     |   | 3. 能與同學培養默契合作完成動作。   | 度。                                      | 活動。         | 態度評量      | 【人權教育】        |
|     | 貳、運動樂趣多             | 2 | 4. 維護自己與尊重他人的身體自主權。  | 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表                       |             | 10.32   2 | 人 E5 欣賞、包容個別差 |
|     | 七. 來玩呼拉圈            |   |                      | 現。                                      |             |           | 異並尊重自己與他人的    |
|     |                     |   |                      | 3d-I-1 應用基本動作常識,處                       |             |           | 權利。           |
|     |                     |   |                      | 理練習或遊戲問題。                               |             |           | 【生涯規劃教育】      |
|     |                     |   |                      |   |             |           | 涯 E7 培養良好的人際互 |

|            |            |                       |                   |             |      | 動能力。          |
|------------|------------|-----------------------|-------------------|-------------|------|---------------|
|            |            | 1. 能知道身體部位名稱。         | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Da-I-1 日常生活 | 觀察評量 | 【品德教育】        |
|            | 壹、快樂上學去    | 2. 能知道保持身體乾淨的重要性。     |                   | 中的基本衛生習     | 口頭評量 | 品 El 良好生活習慣與德 |
|            | 二. 健康小達人   |                       |                   | 慣。          | 行為檢核 | 行。            |
|            |            |                       |                   |             | 態度評量 |               |
|            |            | 1. 能完成搖動呼拉圈的動作。       | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【性別平等教育】      |
|            |            | 2. 能在運動過程中,避免運動傷害。    | 作。                | 伸展動作。       | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線與尊 |
| 第五週        |            | 3. 平時能利用呼拉圈做運動。       | 4c-I-2 選擇適合個人的身體活 | Cb-I-2 班級體育 | 行為檢核 | 重他人的身體自主權。    |
|            |            | 4. 能利用呼拉圈選擇適合自己的身體活   | 動。                | 活動。         | 態度評量 | 【人權教育】        |
|            | 貳、運動樂趣多    | <b>動</b> 。            |                   |             |      | 人 E5 欣賞、包容個別差 |
|            | 七. 來玩呼拉圈   |                       |                   |             |      | 異並尊重自己與他人的    |
|            |            |                       |                   |             |      | 權利。           |
|            |            |                       |                   |             |      | 【生涯規劃教育】      |
|            |            |                       |                   |             |      | 涯 E7 培養良好的人際互 |
|            |            |                       |                   |             |      | 動能力。          |
|            |            | 1. 能知道保持身體乾淨的重要性。     | 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 | Da-I-1 日常生活 | 觀察評量 | 【品德教育】        |
|            |            | 2. 能知道正確洗手的方法。        | 3a-I-2 能於引導下,於生活中 | 中的基本衛生習     | 口頭評量 | 品 El 良好生活習慣與德 |
|            | 壹、快樂上學去    | 3. 能培養良好的衛生習慣。        | 操作簡易的健康技能。        | 慣。          | 行為檢核 | 行。            |
|            | 二. 健康小達人   |                       |                   | Da-I-2 身體的部 | 態度評量 |               |
|            |            |                       |                   | 位與衛生保健的     |      |               |
| 第六週        |            |                       |                   | 重要性。        |      |               |
| <b>カハ廻</b> |            | 1. 能運用身體做出指定動作。       | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Cb-I-2 班級體育 | 觀察評量 | 【性別平等教育】      |
|            |            | 2. 能表現認真參與活動的積極態度。    | 作。                | 活動。         | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線與尊 |
|            | 貳、運動樂趣多    | 3. 能與同學培養默契合作完成動作。    | 2c-I-2表現認真參與的學習態  |             | 行為檢核 | 重他人的身體自主權。    |
|            | 七. 來玩呼拉圈   | 2 4. 能注意同學的動作,學習、了解如何 | 度。                |             | 態度評量 | 【人權教育】        |
|            | C. 不知 7 亚图 | 完成指示動作。               | 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表 |             |      | 人 E5 欣賞、包容個別差 |
|            |            |                       | 現。                |             |      | 異並尊重自己與他人的    |
|            |            |                       | 3d-I-1 應用基本動作常識,處 |             |      | 權利。           |

|              |           |                     | 理練習或遊戲問題。         |             |      | 【生涯規劃教育】      |
|--------------|-----------|---------------------|-------------------|-------------|------|---------------|
|              |           |                     |                   |             |      | 涯 E7 培養良好的人際互 |
|              |           |                     |                   |             |      | 動能力。          |
|              |           | 1. 能知道正確洗臉的方法。      | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Da-I-1 日常生活 | 觀察評量 | 【品德教育】        |
|              |           | 2. 能知道正確洗澡的方法。      | 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 | 中的基本衛生習     | 口頭評量 | 品 El 良好生活習慣與德 |
|              | 壹、快樂上學去   | 3. 能培養良好的衛生習慣。      | 4a-I-2 養成健康的生活習慣。 | 慣。          | 行為檢核 | 行。            |
|              | 二.健康小達人   |                     |                   | Da-I-2 身體的部 | 態度評量 |               |
|              |           |                     |                   | 位與衛生保健的     |      |               |
|              |           |                     |                   | 重要性。        |      |               |
|              |           | 1. 能運用身體做出指定動作。     | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【性別平等教育】      |
| 第七週          |           | 2. 能表現認真參與活動的積極態度。  | 作。                | 伸展動作。       | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線與尊 |
|              |           | 3. 能注意同學的動作,了解如何完成指 | 2c-I-2 表現認真參與的學習態 | Cb-I-2 班級體育 | 行為檢核 | 重他人的身體自主權。    |
|              |           | 示動作。                | 度。                | 活動。         | 態度評量 | 【人權教育】        |
|              | 貳、運動樂趣多   | 4. 能與同學培養默契合作完成動作。  | 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表 |             |      | 人 E5 欣賞、包容個別差 |
|              | 七. 來玩呼拉圈  | 5. 能利用呼拉圈完成各項指示動作。  | 現。                |             |      | 異並尊重自己與他人的    |
|              |           | 6. 能認真觀察並公正評判同學的動作。 | 3c-I-1 表現基本動作與模仿能 |             |      | 權利。           |
|              |           | 7. 能遵守遊戲規則,並和同學合作完成 | カ。                |             |      | 【生涯規劃教育】      |
|              |           | 遊戲。                 | 3d-I-1 應用基本動作常識,處 |             |      | 涯 E7 培養良好的人際互 |
|              |           |                     | 理練習或遊戲問題。         |             |      | 動能力。          |
|              |           | 1. 能認識正確上廁所的方法。     | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Da-I-1 日常生活 | 觀察評量 | 【品德教育】        |
|              |           | 2. 能了解並做到上廁所的禮儀。    | 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 | 中的基本衛生習     | 口頭評量 | 品 El 良好生活習慣與德 |
|              |           | 3. 能認識正確上廁所的方法。     | 3a-I-2 能於引導下,於生活中 | 慣。          | 行為檢核 | 行。            |
| <b>怂、'</b> 四 | 壹、快樂上學去   | 4. 能了解並做到上廁所的禮儀。    | 操作簡易的健康技能。        | Da-I-2 身體的部 | 態度評量 |               |
| 第八週          | 二.健康小達人   | 5. 能培養良好的衛生習慣。      | 4a-I-2 養成健康的生活習慣。 | 位與衛生保健的     |      |               |
|              |           |                     |                   | 重要性。        |      |               |
|              |           |                     |                   | Db-I-1 日常生活 |      |               |
|              |           |                     |                   | 中的性别角色。     |      |               |
|              | 貳、運動樂趣多 2 | 1. 在遊戲中表達出對肢體各部位的認  | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【性別平等教育】      |

|       |            | , |                     |                   |             |      |               |
|-------|------------|---|---------------------|-------------------|-------------|------|---------------|
|       | 八. 快樂動起來   |   | 識,並能靈活操作身體表現動作。     | 作。                | 伸展動作。       | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線與尊 |
|       |            |   | 2. 能主動參與各種身體活動。     | 2c-I-2 表現認真參與的學習態 | Ib-I-1 唱、跳與 | 行為檢核 | 重他人的身體自主權。    |
|       |            |   | 3. 能專注欣賞他人優良動作表現。   | 度。                | 模仿性律動遊戲。    | 態度評量 | 【人權教育】        |
|       |            |   |                     | 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表 |             |      | 人 E5 欣賞、包容個別差 |
|       |            |   |                     | 現。                |             |      | 異並尊重自己與他人的    |
|       |            |   |                     |                   |             |      | 權利。           |
|       |            |   |                     |                   |             |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權 |
|       |            |   |                     |                   |             |      | 利的需求。         |
|       |            |   |                     |                   |             |      | 【生涯規劃教育】      |
|       |            |   |                     |                   |             |      | 涯 E7 培養良好的人際互 |
|       |            |   |                     |                   |             |      | 動能力。          |
|       |            |   | ※從自己能完成來得到自我悅納感,知   | 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生 | Fa-I-1 認識與喜 | 觀察評量 | 【性別平等教育】      |
|       |            |   | 道自己做得到,也能自己做。       | 活技能。              | 歡自己的方法。     | 口頭評量 | 性 E10 辨識性別刻板的 |
|       |            |   |                     |                   |             | 行為檢核 | 情感表達與人際互動。    |
|       |            |   |                     |                   |             | 態度評量 | 性 E11 培養性別間合宜 |
|       |            |   |                     |                   |             |      | 表達情感的能力。      |
|       | 壹、快樂上學去    |   |                     |                   |             |      | 【閱讀素養教育】      |
|       | 三. 我長大了    | 1 |                     |                   |             |      | 閱 E8 低、中年級以紙本 |
| 笠 ト 沺 | 二. 找 及 八 1 |   |                     |                   |             |      | 閱讀為主。         |
| 第九週   |            |   |                     |                   |             |      | 閱 E12 培養喜愛閱讀的 |
|       |            |   |                     |                   |             |      | 態度。           |
|       |            |   |                     |                   |             |      | 閱 E14 喜歡與他人討  |
|       |            |   |                     |                   |             |      | 論、分享自己閱讀的文    |
|       |            |   |                     |                   |             |      | 本。            |
|       |            |   | 1. 做出簡單的動作與同學打招呼。   | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【性別平等教育】      |
|       | 貳、運動樂趣多    | 2 | 2. 能在運動過程中,避免運動傷害。  | 作。                | 伸展動作。       | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線與尊 |
|       | 八. 快樂動起來   |   | 3. 與同學培養默契,完成動作。    | 2c-I-2表現認真參與的學習態  |             | 行為檢核 | 重他人的身體自主權。    |
|       |            |   | 4. 維護自己與尊重他人的身體的主權。 | 度。                |             | 態度評量 | 【人權教育】        |

|     |               | 5. 能表現認真參與活動的積極態度。  |                   |             |      | 人 E5 欣賞、包容個別差 |
|-----|---------------|---------------------|-------------------|-------------|------|---------------|
|     |               |                     |                   |             |      | 異並尊重自己與他人的    |
|     |               |                     |                   |             |      | 權利。           |
|     |               |                     |                   |             |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權 |
|     |               |                     |                   |             |      | 利的需求。         |
|     |               |                     |                   |             |      | 【生涯規劃教育】      |
|     |               |                     |                   |             |      | 涯 E7 培養良好的人際互 |
|     |               |                     |                   |             |      | 動能力。          |
|     |               | ※能和同儕一起玩一起學習,喜歡共好   | 3b-I-2 能於引導下,表現簡易 | Fa-I-2 與家人及 | 觀察評量 | 【性別平等教育】      |
|     |               | 的感受。                | 的人際溝通互動技能。        | 朋友和諧相處的     | 口頭評量 | 性 E10 辨識性別刻板的 |
|     |               |                     |                   | 方式。         | 行為檢核 | 情感表達與人際互動。    |
|     |               |                     |                   |             | 態度評量 | 性 E11 培養性別間合宜 |
|     |               |                     |                   |             |      | 表達情感的能力。      |
|     | 壹、快樂上學去       |                     |                   |             |      | 【閱讀素養教育】      |
|     | 三. 我長大了       |                     |                   |             |      | 閱 E8 低、中年級以紙本 |
|     | 一. 我 及八 1     |                     |                   |             |      | 閱讀為主。         |
|     |               |                     |                   |             |      | 閱 E12 培養喜愛閱讀的 |
| 第十週 |               |                     |                   |             |      | 態度。           |
|     |               |                     |                   |             |      | 閱 E14 喜歡與他人討  |
|     |               |                     |                   |             |      | 論、分享自己閱讀的文    |
|     |               |                     |                   |             |      | 本。            |
|     |               | 1. 能自己做出課本圖示的動作。    | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【性別平等教育】      |
|     |               | 2. 能與同學一起合作發揮創意,運用身 | 作。                | 伸展動作。       | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線與尊 |
|     | 貳、運動樂趣多       | 體表演造型動作。            | 2c-I-2 表現認真參與的學習態 | Ib-I-1 唱、跳與 | 行為檢核 | 重他人的身體自主權。    |
|     | 八. 快樂動起來      | 3. 能說出最喜歡同學表演的造型動作。 | 度。                | 模仿性律動遊戲。    | 態度評量 | 【人權教育】        |
|     | / · ハハ 切べ / · | 4. 能與同學一起合作,運用身體表演動 | 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表 |             |      | 人 E5 欣賞、包容個別差 |
|     |               | 作。                  | 現。                |             |      | 異並尊重自己與他人的    |
|     |               |                     | 3c-I-1 表現基本動作與模仿的 |             |      | 權利。           |

|               |                    |                     | 能力。               |             |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權 |
|---------------|--------------------|---------------------|-------------------|-------------|------|---------------|
|               |                    |                     |                   |             |      | 利的需求。         |
|               |                    |                     |                   |             |      | 【生涯規劃教育】      |
|               |                    |                     |                   |             |      | 涯 E7 培養良好的人際互 |
|               |                    |                     |                   |             |      | 動能力。          |
|               |                    | ※觀察事件與他人動作及表情猜測對方   | 3b-I-2 能於引導下,表現簡易 | Fa-I-3 情緒體驗 | 觀察評量 | 【性別平等教育】      |
|               |                    | 的情緒狀態。              | 的人際溝通互動技能。        | 與分辨的方法。     | 口頭評量 | 性 E10 辨識性別刻板的 |
|               |                    |                     |                   |             | 行為檢核 | 情感表達與人際互動。    |
|               |                    |                     |                   |             | 態度評量 | 性 E11 培養性別間合宜 |
|               |                    |                     |                   |             |      | 表達情感的能力。      |
|               | + 11, 44, 1, 69, 1 |                     |                   |             |      | 【閱讀素養教育】      |
|               | 壹、快樂上學去            | 1                   |                   |             |      | 閱 E8 低、中年級以紙本 |
|               | 三. 我長大了            |                     |                   |             |      | 閱讀為主。         |
|               |                    |                     |                   |             |      | 閱 E12 培養喜愛閱讀的 |
|               |                    |                     |                   |             |      | 態度。           |
| <i>tt</i> : 1 |                    |                     |                   |             |      | 閱 E14 喜歡與他人討  |
| 第十一週          |                    |                     |                   |             |      | 論、分享自己閱讀的文    |
|               |                    |                     |                   |             |      | 本。            |
|               |                    | 1. 在遊戲中表現出對肢體各部位完整概 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Ib-I-1 唱、跳與 | 觀察評量 | 【性別平等教育】      |
|               |                    | 念。                  | 作。                | 模仿性律動遊戲。    | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線與尊 |
|               |                    | 2. 能主動參與各種身體活動。     | 2c-I-2 表現認真參與的學習態 |             | 行為檢核 | 重他人的身體自主權。    |
|               |                    | 3. 能專注欣賞他人優良動作表現。   | 度。                |             | 態度評量 | 【人權教育】        |
|               | 貳、運動樂趣多            |                     | 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表 |             |      | 人 E5 欣賞、包容個別差 |
|               | 八. 快樂動起來           | 2                   | 現。                |             |      | 異並尊重自己與他人的    |
|               |                    |                     |                   |             |      | 權利。           |
|               |                    |                     |                   |             |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權 |
|               |                    |                     |                   |             |      | 利的需求。         |
|               |                    |                     |                   |             |      | 【生涯規劃教育】      |

|      |          |                     |                   |             |      | 涯 E7 培養良好的人際互 |
|------|----------|---------------------|-------------------|-------------|------|---------------|
|      |          |                     |                   |             |      | 動能力。          |
|      |          | 1. 能用言語或表情表達自己的感受讓其 | 3b-I-1 能於引導下,表現簡易 | Fa-I-3 情緒體驗 | 觀察評量 | 【性別平等教育】      |
|      |          | 他人知道。               | 的自我調適技能。          | 與分辨的方法。     | 口頭評量 | 性 E10 辨識性別刻板的 |
|      |          | 2. 在表達感受後,也能做些什麼來緩和 | 3b-I-2 能於引導下,表現簡易 |             | 行為檢核 | 情感表達與人際互動。    |
|      |          | 感受或改善狀況。            | 的人際溝通互動技能。        |             | 態度評量 | 性 E11 培養性別間合宜 |
|      |          |                     |                   |             |      | 表達情感的能力。      |
|      | 壹、快樂上學去  |                     |                   |             |      | 【閱讀素養教育】      |
|      | 三、供無工学去  | 1                   |                   |             |      | 閱 E8 低、中年級以紙本 |
|      | 二. 我长入 ] |                     |                   |             |      | 閱讀為主。         |
|      |          |                     |                   |             |      | 閱 E12 培養喜愛閱讀的 |
|      |          |                     |                   |             |      | 態度。           |
|      |          |                     |                   |             |      | 閱 E14 喜歡與他人討  |
|      |          |                     |                   |             |      | 論、分享自己閱讀的文    |
| 第十二週 |          |                     |                   |             |      | 本。            |
|      |          | 1. 在活動中表現出對肢體部位的認識, | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Ib-I-1 唱、跳與 | 觀察評量 | 【性別平等教育】      |
|      |          | 並能完成閃躲動作。           | 作。                | 模仿性律動遊戲。    | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線與尊 |
|      |          | 2. 遵守規則並表現出積極參與的態度。 | 2c-I-2 表現認真參與的學習態 |             | 行為檢核 | 重他人的身體自主權。    |
|      |          | 3. 能專注欣賞他人身體動作表現。   | 度。                |             | 態度評量 | 【人權教育】        |
|      |          | 4. 能靈活運用肢體,表現出閃躲及移動 | 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表 |             |      | 人 E5 欣賞、包容個別差 |
|      | 貳、運動樂趣多  | 身體的動作。              | 現。                |             |      | 異並尊重自己與他人的    |
|      | 八. 快樂動起來 | 2                   | 3d-I-1 應用基本動作常識,處 |             |      | 權利。           |
|      | 7. 医示切起术 |                     | 理練習或遊戲問題。         |             |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權 |
|      |          |                     |                   |             |      | 利的需求。         |
|      |          |                     |                   |             |      | 【生涯規劃教育】      |
|      |          |                     |                   |             |      | 涯 E7 培養良好的人際互 |
|      |          |                     |                   |             |      | 動能力。          |
|      |          |                     |                   |             |      |               |

|      |                  |   | 1. 能連結生活經驗,發覺早餐的重要性。 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Ea-I-2 基本的飲 | 觀察評量  | 【品德教育】        |
|------|------------------|---|----------------------|-------------------|-------------|-------|---------------|
|      |                  |   | 2. 願意養成吃早餐的習慣。       | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態 | 食習慣。        | 口頭評量  | 品 El 良好生活習慣與德 |
|      | 壹、快樂上學去          | 1 |                      | 度與行為。             |             | 行為檢核  | 行。            |
|      | 四.活力加油站          |   |                      | 2b-I-2 願意養成個人健康習  |             | 態度評量  | .,            |
|      |                  |   |                      | 價。                |             | 13.50 |               |
|      |                  |   | 1. 認識操場、跑道與使用規則。     | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量  | 【人權教育】        |
| 第十三週 |                  |   | 2. 遵守操場跑道使用規則,並和他人一  | 作。                | 伸展動作。       | 口頭評量  | 人 E3 了解每個人需求的 |
|      |                  |   | 同跑步。                 | 1c-I-2 認識基本的運動常識。 | Cb-I-1 運動安全 | 行為檢核  | 不同,並討論與遵守團體   |
|      | + 125 11/1 11 11 |   | 3. 了解暖身運動的重要性。       | 3d-I-1 應用基本動作常識,處 | 常識、運動對身體    | 態度評量  | 的規則。          |
|      | 貳、運動樂趣多          | 2 | 4. 認識並做出各項暖身伸展動作。    | 理練習或遊戲問題。         | 健康的益處。      |       | 人 E5 欣賞、包容個別差 |
|      | 九. 快樂走跑跳         |   | 5. 認識走、跑動作。          | 4d-I-2 利用學校或社區資源從 | Ga-I-I 走、跑、 |       | 異並尊重自己與他人的    |
|      |                  |   | 6. 能做出及變換走、跑動作。      | 事身體活動。            | 跳與投擲遊戲。     |       | 權利。           |
|      |                  |   |                      |                   |             |       | 人 E8 了解兒童對遊戲權 |
|      |                  |   |                      |                   |             |       | 利的需求。         |
|      |                  |   | 1. 能說出常見的早餐種類。       | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Ea-I-1 生活中常 | 觀察評量  | 【品德教育】        |
|      | 壹、快樂上學去          | 1 | 2. 能接納並嘗試不同的早餐。      | 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 | 見的食物與珍惜     | 口頭評量  | 品 E1 良好生活習慣與德 |
|      | 四.活力加油站          | 1 | 3. 能覺察珍惜食物的重要性。      | 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生 | 食物。         | 行為檢核  | 行。            |
|      |                  |   | 4. 能設計一份自己可以吃得完的早餐。  | 活技能。              |             | 態度評量  |               |
|      |                  |   | 1. 模仿做出各種型態走、跑的動作。   | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Ga-I-1 走、跑、 | 觀察評量  | 【人權教育】        |
|      |                  |   | 2. 做出各種型態走、跑的動作。     | 作。                | 跳與投擲遊戲。     | 口頭評量  | 人 E3 了解每個人需求的 |
| 第十四週 |                  |   | 3. 專注欣賞他人動作表現。       | 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表 |             | 行為檢核  | 不同,並討論與遵守團體   |
|      |                  |   |                      | 現。                |             | 態度評量  | 的規則。          |
|      | 貳、運動樂趣多          | 2 |                      | 3c-I-1 表現基本動作與模仿的 |             |       | 人 E5 欣賞、包容個別差 |
|      | 九. 快樂走跑跳         |   |                      | 能力。               |             |       | 異並尊重自己與他人的    |
|      |                  |   |                      |                   |             |       | 權利。           |
|      |                  |   |                      |                   |             |       | 人 E8 了解兒童對遊戲權 |
|      |                  |   |                      |                   |             |       | 利的需求。         |
|      |                  |   |                      |                   |             |       |               |

|                  | + 11 44 5 63 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 | Ea-I-2 基本的飲 | 觀察評量 | 【品德教育】        |
|------------------|--------------------|---|----------------------|-------------------|-------------|------|---------------|
|                  | 壹、快樂上學去            |   |                      | 立場。               | 食習慣。        | 口頭評量 | 品 El 良好生活習慣與德 |
|                  | 四.活力加油站            | 1 |                      |                   |             | 行為檢核 | 行。            |
|                  |                    |   |                      |                   |             | 態度評量 |               |
|                  |                    |   | 1. 做出原地跳與連續前進跳的動作。   | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Ga-I-1 走、跑、 | 觀察評量 | 【人權教育】        |
|                  |                    |   | 2. 遵守遊戲規則,並和他人一同合作遊  | 作。                | 跳與投擲遊戲。     | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需求的 |
| 第十五週             |                    |   | 戲。                   | 3d-I-1 應用基本動作常識,處 |             | 行為檢核 | 不同,並討論與遵守團體   |
|                  |                    |   | 3. 能利用下課時間練習走、跑、跳運動  | 理練習或遊戲問題。         |             | 態度評量 | 的規則。          |
|                  | 貳、運動樂趣多            | 2 | 或遊戲。                 |                   |             |      | 人 E5 欣賞、包容個別差 |
|                  | 九. 快樂走跑跳           |   |                      |                   |             |      | 異並尊重自己與他人的    |
|                  |                    |   |                      |                   |             |      | 權利。           |
|                  |                    |   |                      |                   |             |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權 |
|                  |                    |   |                      |                   |             |      | 利的需求。         |
|                  | 壹、快樂上學去<br>四.活力加油站 |   | 1. 能認識少糖、不油炸的食物種類。   | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Ea-I-2 基本的飲 | 觀察評量 | 【品德教育】        |
|                  |                    | 1 | 2. 能做到良好的用餐行為。       | 2b-I-2 願意養成個人健康習  | 食習慣。        | 口頭評量 | 品 El 良好生活習慣與德 |
|                  |                    |   |                      | 慣。                |             | 行為檢核 | 行。            |
|                  |                    |   |                      | 4a-I-2 養成健康的生活習慣。 |             | 態度評量 |               |
|                  |                    |   | 1. 在遊戲中做出變換走、跑、跳的動作。 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Ga-I-1 走、跑、 | 觀察評量 | 【人權教育】        |
| <b>怂 1 、 、 四</b> |                    |   | 2. 遵守遊戲規則,並和他人一同合作遊  | 作。                | 跳與投擲遊戲。     | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需求的 |
| 第十六週             |                    |   | 戲。                   | 3d-I-1 應用基本動作常識,處 |             | 行為檢核 | 不同,並討論與遵守團體   |
|                  | 寸 军利的红力            |   | 3. 能在行進中選擇或轉換走、跑、跳運  | 理練習或遊戲問題。         |             | 態度評量 | 的規則。          |
|                  | 貳、運動樂趣多            | 2 | 動。                   |                   |             |      | 人 E5 欣賞、包容個別差 |
|                  | 九. 快樂走跑跳           |   |                      |                   |             |      | 異並尊重自己與他人的    |
|                  |                    |   |                      |                   |             |      | 權利。           |
|                  |                    |   |                      |                   |             |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權 |
|                  |                    |   |                      |                   |             |      | 利的需求。         |
| 第十七週             | 壹、快樂上學去            | 1 | 1. 在學校發生事情能主動尋求協助。   | 1b-I-1 舉例說明健康生活情境 | Ca-I-1 生活中與 | 觀察評量 | 【家庭教育】        |
|                  | 五. 校園生活健           | 1 | 2. 學習解決問題的能力。        | 中適用的健康技能和生活技      | 健康相關的環境。    | 口頭評量 | 家 E13 熟悉與家庭生活 |

|      | 康多       | 能。                                    |             | 行為檢核 | 相關的社區資源。      |
|------|----------|---------------------------------------|-------------|------|---------------|
|      |          | 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生                     |             | 態度評量 | 【生涯規劃教育】      |
|      |          | 活技能。                                  |             |      | 涯 E12 學習解決問題與 |
|      |          |                                       |             |      | 做決定的能力。       |
|      |          |                                       |             |      | 【閱讀素養教育】      |
|      |          |                                       |             |      | 閱 E11 能在一般生活情 |
|      |          |                                       |             |      | 境中,懂得運用文本習得   |
|      |          |                                       |             |      | 的知識解決問題。      |
|      |          |                                       |             |      | 【戶外教育】        |
|      |          |                                       |             |      | 户 E3 善用教室外,戶外 |
|      |          |                                       |             |      | 及校外教學,認識生活環   |
|      |          |                                       |             |      | 境(自然或人為)。     |
|      |          | 1. 知道教材示範繞球的動作。                       | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【品德教育】        |
|      |          | 2. 能盡力完成教材動作。                         | 伸展動作。       | 口頭評量 | 品 El 良好生活習慣與德 |
|      |          | 3. 能觀察他人活動的表現。                        |             | 行為檢核 | 行。            |
|      |          | 4. 能利用課餘時間,從事玩球運動。 識。                 |             | 態度評量 | 品 E3 溝通合作與和諧人 |
|      |          | 5. 能知道並做出教材示範夾球的動作。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表 |             |      | 際關係。          |
|      | 貳、運動樂趣多  | 6. 能和同學互相合作完成活動。 現。                   |             |      | 【安全教育】        |
|      | 十.和球做朋友  | 3c-I-1 表現基本動作與模仿的                     |             |      | 安 E7 探究運動基本的保 |
|      |          | 能力。                                   |             |      | 健。            |
|      |          | 3c-I-2 表現安全的身體活動行                     |             |      | 【生涯規劃教育】      |
|      |          | 為。                                    |             |      | 涯 E7 培養良好的人際互 |
|      |          | 3d-I-1 應用基本動作常識,處                     |             |      | 動能力。          |
|      |          | 理練習或遊戲問題。                             |             |      |               |
|      | 壹、快樂上學去  | 1. 知道健康中心的設備及器材的使用方 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Ca-I-1 生活中與 | 觀察評量 | 【家庭教育】        |
| 第十八週 | 五. 校園生活健 | 法。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境                  | 健康相關的環境。    | 口頭評量 | 家 E13 熟悉與家庭生活 |
|      |          | 2. 能適時、適切使用健康中心的設備或 中適用的健康技能和生活技      |             | 行為檢核 | 相關的社區資源。      |
|      | 康多       | 器材,以維護健康。 能。                          |             | 態度評量 | 【生涯規劃教育】      |

|        |            |                     | 4a-I-1 能於引導下,使用適切 |             |      | 涯 E12 學習解決問題與 |
|--------|------------|---------------------|-------------------|-------------|------|---------------|
|        |            |                     | 的健康資訊、產品與服務。      |             |      | 做決定的能力。       |
|        |            |                     |                   |             |      | 【閱讀素養教育】      |
|        |            |                     |                   |             |      | 閱 E11 能在一般生活情 |
|        |            |                     |                   |             |      | 境中,懂得運用文本習得   |
|        |            |                     |                   |             |      | 的知識解決問題。      |
|        |            |                     |                   |             |      | 【戶外教育】        |
|        |            |                     |                   |             |      | 户 E3 善用教室外,戶外 |
|        |            |                     |                   |             |      | 及校外教學,認識生活環   |
|        |            |                     |                   |             |      | 境(自然或人為)。     |
|        |            | 1. 能知道並做出教材示範夾球跳的動  | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【品德教育】        |
|        |            | 作。                  | 作。                | 伸展動作。       | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣與德 |
|        |            | 2. 能盡力完成教材動作。       | 1d-I-1 描述動作技能基本常  |             | 行為檢核 | 行。            |
|        |            | 3. 能和同學互相合作完成活動。    | 識。                |             | 態度評量 | 品 E3 溝通合作與和諧人 |
|        |            | 4. 能觀察他人活動的表現。      | 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表 |             |      | 際關係。          |
|        | 貳、運動樂趣多 2  |                     | 現。                |             |      | 【安全教育】        |
|        | 十.和球做朋友    |                     | 3c-I-1 表現基本動作與模仿的 |             |      | 安 E7 探究運動基本的保 |
|        |            |                     | 能力。               |             |      | 健。            |
|        |            |                     | 3c-I-2 表現安全的身體活動行 |             |      | 【生涯規劃教育】      |
|        |            |                     | 為。                |             |      | 涯 E7 培養良好的人際互 |
|        |            |                     | 3d-I-1 應用基本動作常識,處 |             |      | 動能力。          |
|        |            |                     | 理練習或遊戲問題。         |             |      |               |
|        |            | 1. 能知道學校護理師及醫師到校服務的 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Ca-I-1 生活中與 | 觀察評量 | 【家庭教育】        |
|        | 壹、快樂上學去    | 工作內容。               |                   | 健康相關的環境。    | 口頭評量 | 家 E13 熟悉與家庭生活 |
| 第十九週   | 五. 校園生活健 1 | 2. 能禮貌對待醫護人員,並事實表達謝 |                   |             | 行為檢核 | 相關的社區資源。      |
| 771/20 | 康多         | 意。                  |                   |             | 態度評量 | 【生涯規劃教育】      |
|        | 以 y        |                     |                   |             |      | 涯 E12 學習解決問題與 |
|        |            |                     |                   |             |      | 做決定的能力。       |

|     |          |   |                     |                   |             |      | 【閱讀素養教育】      |
|-----|----------|---|---------------------|-------------------|-------------|------|---------------|
|     |          |   |                     |                   |             |      | 閱 E11 能在一般生活情 |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 境中,懂得運用文本習得   |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 的知識解決問題。      |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 【戶外教育】        |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 戶 E3 善用教室外,戶外 |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 及校外教學,認識生活環   |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 境(自然或人為)。     |
|     |          |   | 1. 能知道並做到教材示範滾接球的動  | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【品德教育】        |
|     |          |   | 作。                  | 作。                | 伸展動作。       | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣與德 |
|     |          |   | 2. 能盡力完成教材動作。       | 1d-I-1 描述動作技能基本常  | Hc-I-1 標的性球 | 行為檢核 | 行。            |
|     |          |   | 3. 能和同學互相合作完成活動。    | 識。                | 類運動相關的簡     | 態度評量 | 品 E3 溝通合作與和諧人 |
|     | 貳、運動樂趣多  |   | 4. 能觀察他人活動的表現。      | 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表 | 易拋、擲、滾之手    |      | 際關係。          |
|     | 十.和球做朋友  | 2 | 5. 能利用課餘時間,從事玩球運動。  | 現。                | 眼動作協調、力量    |      | 【安全教育】        |
|     | 1.和球酸加及  |   |                     | 3c-I-1 表現基本動作與模仿的 | 及準確性控球動     |      | 安 E7 探究運動基本的保 |
|     |          |   |                     | 能力。               | 作。          |      | 健。            |
|     |          |   |                     | 3c-I-2 表現安全的身體活動行 |             |      | 【生涯規劃教育】      |
|     |          |   |                     | 為。                |             |      | 涯 E7 培養良好的人際互 |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 動能力。          |
|     |          |   | 1. 能知道健康檢查複檢(再檢查)怎麼 | 4a-I-1 能於引導下,使用適切 | Ca-I-1 生活中與 | 觀察評量 | 【家庭教育】        |
|     |          |   | 做。                  | 的健康資訊、產品與服務。      | 健康相關的環境。    | 口頭評量 | 家 E13 熟悉與家庭生活 |
|     |          |   | 2. 能於日常生活中,做到守護身體健康 | 4b-I-1 發表個人對促進健康的 |             | 行為檢核 | 相關的社區資源。      |
|     | 壹、快樂上學去  |   | 的行為。                | 立場。               |             | 態度評量 | 【生涯規劃教育】      |
| 第廿週 | 五. 校園生活健 | 1 |                     |                   |             |      | 涯 E12 學習解決問題與 |
|     | 康多       |   |                     |                   |             |      | 做決定的能力。       |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 【閱讀素養教育】      |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 閱 E11 能在一般生活情 |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 境中,懂得運用文本習得   |

|     | ,        |   |                     |                   |             |      | 的知識解決問題。      |
|-----|----------|---|---------------------|-------------------|-------------|------|---------------|
|     |          |   |                     |                   |             |      |               |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 【戶外教育】        |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 户E3善用教室外,戶外   |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 及校外教學,認識生活環   |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 境(自然或人為)。     |
|     |          |   | 1. 能了解教材的活動關卡動作。    | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【品德教育】        |
|     |          |   | 2. 能觀察他人活動的表現。      | 作。                | 伸展動作。       | 口頭評量 | 品 El 良好生活習慣與德 |
|     |          |   | 3. 能做出教材闖關活動的動作技巧。  | 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表 | Hc-I-1 標的性球 | 行為檢核 | 行。            |
|     |          |   | 4. 能在玩球的過程中,認識自己身體活 | 現。                | 類運動相關的簡     | 態度評量 | 品 E3 溝通合作與和諧人 |
|     | -h       |   | 動能力,並選擇自己適合的運動。     | 3c-I-1 表現基本動作與模仿的 | 易抛、擲、滾之手    |      | 際關係。          |
|     | 貳、運動樂趣多  | 2 |                     | 能力。               | 眼動作協調、力量    |      | 【安全教育】        |
|     | 十.和球做朋友  |   |                     | 3c-I-2 表現安全的身體活動行 | 及準確性控球動     |      | 安 E7 探究運動基本的保 |
|     |          |   |                     | 為。                | 作。          |      | 健。            |
|     |          |   |                     | 4c-I-2 選擇適合個人的身體活 |             |      | 【生涯規劃教育】      |
|     |          |   |                     | 動。                |             |      | 涯 E7 培養良好的人際互 |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 動能力。          |
|     |          |   | 1. 能知道健康檢查複檢(再檢查)怎麼 | 4a-I-1 能於引導下,使用適切 | Ca-I-1 生活中與 | 觀察評量 | 【家庭教育】        |
|     |          |   | 做。                  | 的健康資訊、產品與服務。      | 健康相關的環境。    | 口頭評量 | 家 E13 熟悉與家庭生活 |
|     |          |   | 2. 能於日常生活中,做到守護身體健康 | 4b-I-1 發表個人對促進健康的 |             | 行為檢核 | 相關的社區資源。      |
|     |          |   | 的行為。                | 立場。               |             | 態度評量 | 【生涯規劃教育】      |
|     | 壹、快樂上學去  |   |                     |                   |             |      | 涯 E12 學習解決問題與 |
| 廿一週 | 五. 校園生活健 | 1 |                     |                   |             |      | 做決定的能力。       |
|     | 康多       |   |                     |                   |             |      | 【戶外教育】        |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 户 E3 善用教室外,户外 |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 及校外教學,認識生活環   |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 境(自然或人為)。     |
|     |          |   |                     |                   |             |      | 况(日然以八何)      |

|         |   | 1. 能了解教材的活動關卡動作。    | 1c-I-1 認識身體活動的基本動 | Bc-I-1 各項暖身 | 觀察評量 | 【品德教育】        |
|---------|---|---------------------|-------------------|-------------|------|---------------|
|         |   | 2. 能觀察他人活動的表現。      | 作。                | 伸展動作。       | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣與德 |
|         |   | 3. 能做出教材闖關活動的動作技巧。  | 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表 | Hc-I-1 標的性球 | 行為檢核 | 行。            |
|         |   | 4. 能在玩球的過程中,認識自己身體活 | 現。                | 類運動相關的簡     | 態度評量 | 品 E3 溝通合作與和諧人 |
| 貳、運動樂趣多 |   | 動能力,並選擇自己適合的運動。     | 3c-I-1 表現基本動作與模仿的 | 易拋、擲、滾之手    |      | 際關係。          |
| 十.和球做朋友 | 2 |                     | 能力。               | 眼動作協調、力量    |      | 【安全教育】        |
| 7.和珠般朋友 |   |                     | 3c-I-2 表現安全的身體活動行 | 及準確性控球動     |      | 安 E7 探究運動基本的保 |
|         |   |                     | 為。                | 作。          |      | 健。            |
|         |   |                     | 4c-I-2 選擇適合個人的身體活 |             |      | 【生涯規劃教育】      |
|         |   |                     | 動。                |             |      | 涯 E7 培養良好的人際互 |
|         |   |                     |                   |             |      | 動能力。          |

- ◎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。

臺南市公立後壁區菁寮國民小學 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/□藝才班)

| 教材版本   | 南一版   | 實施年級 (班級/組別)             | 一年級                | 教學節數      | 每週(3)節,本學期共(60)節          |  |  |  |  |  |  |
|--------|---|--------------------------|--------------------|-----------|---------------------------|--|--|--|--|--|--|
|        | 1. 能認識六大類食  | · 物及其功能。                 |                    |           |                           |  |  |  |  |  |  |
|        | 2. 能認識排便對健康的影響。   |                          |                    |           |                           |  |  |  |  |  |  |
|        | 3. 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。                       |  |  |  |  |  |  |
|        | 4. 能分工合作,一  | -起完成一件任務,從中得到            | 成就感。               |           |                           |  |  |  |  |  |  |
|        | <ul><li>5. 能知道眼睛、耳朵、鼻子在生活中的重要性與保健方式。</li><li>6. 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。</li><li>7. 能知道身體隱私處的部位,而且不能讓別人碰觸。</li></ul> |                          |                    |           |                           |  |  |  |  |  |  |
|        |   |                          |                    |           |                           |  |  |  |  |  |  |
|        |   |                          |                    |           |                           |  |  |  |  |  |  |
| 課程目標   | 8. 能分辨具威脅性  | 上的行為,並說出遭遇緊急情;           | 況時自我保護的方法。         |           |                           |  |  |  |  |  |  |
|        | 9. 能了解生病期間  | ]的在家照護要點。                |                    |           |                           |  |  |  |  |  |  |
|        | 10. 能利用休閒時  | 間,在學校或家裡和他人進行            | 「童玩遊戲。             |           |                           |  |  |  |  |  |  |
|        | 11. 能靈活反應出  | 11. 能靈活反應出各項動作,並能應用在生活上。 |                    |           |                           |  |  |  |  |  |  |
|        | 12. 能體會與掌握  | 單、雙腳跳躍,以及連續跳躍            | <b>劉動作。</b>        |           |                           |  |  |  |  |  |  |
|        | 13. 能於活動中和  | 他人合作,並展現技巧完成任            | ≅務。                |           |                           |  |  |  |  |  |  |
|        | 14. 能總結學習經歷   | 驗並和他人分享學習心得。             |                    |           |                           |  |  |  |  |  |  |
|        | 15. 能做出跳繩一片   | 跳一迴旋的基本動作技巧。             |                    |           |                           |  |  |  |  |  |  |
|        | 健體-E-A1 具備良   | 好身體活動與健康生活的習慣            | 買,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            | 内思考能力,並透過體驗        | 與實踐,處理日常生 | 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            | 實作能力,並以創新思考        | 方式,因應日常生活 | 舌情境。                      |  |  |  |  |  |  |
| 該學習階段  | 健體-E-B1 具備運   | 用體育與健康之相關符號知能            | <b>花,能以同理心應用在生</b> | 活中的運動、保健身 | 與人際溝通上。                   |  |  |  |  |  |  |
| 領域核心素養 | 健體-E-B3 具備運   | 動與健康有關的感知和欣賞的            | 内基本素養,促進多元感        | 官的發展,在生活玩 | <b>環境中培養運動與健康有關的美感體驗。</b> |  |  |  |  |  |  |
|        | 健體-E-C1 具備生   | 活中有關運動與健康的道德知            | 扣識與是非判斷能力,理        | 解並遵守相關的道征 | <b>恵規範,培養公民意識,關懷社會</b> 。  |  |  |  |  |  |  |
|        | 健體-E-C2 具備同   | 理他人感受,在體育活動和個            | 建康生活中樂於與人互動        | 、公平競爭,並與團 | 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個            | 建康議題的素養,並認識        | 與包容文化的多元的 | 生。                        |  |  |  |  |  |  |
|        |   |                          |                    |           |                           |  |  |  |  |  |  |

|              |                       |   | 課                   | 程架構脈絡           |            |        |                 |
|--------------|-----------------------|---|---------------------|-----------------|------------|--------|-----------------|
| h) 69 the co | II - h > 4 6 66       | 節 | 68 33 m lag.        | 學習重點            |            | 評量方式   | 融入議題            |
| 教學期程         | 單元與活動名稱               | 數 | 學習目標                | 學習表現            | 學習內容       | (表現任務) | 實質內涵            |
|              |                       |   | ※能認識六大類食物及其功能。      | 1a-I-1 認識基本的健康常 | Ea-I-1 生活中 | 觀察評量   | 【環境教育】          |
|              |                       |   |                     | 識。              | 常見的食物與     | 口頭評量   | 環 E17 養成日常生活節約用 |
|              | 壹、守護健康有一套             | 1 |                     |                 | 珍惜食物。      | 行為檢核   | 水、用電、物質的行為,減少   |
|              | 一. 飲食面面觀              | 1 |                     |                 |            | 態度評量   | 資源的             |
|              |                       |   |                     |                 |            |        | 【品德教育】          |
|              |                       |   |                     |                 |            |        | 品 E1 良好生活習慣與德行。 |
| 第一週          |                       |   | 1. 能說出各種童玩的起源。      | 1c-I-1 認識身體活動的基 | Ce-I-1其他休  | 觀察評量   | 【人權教育】          |
|              |                       |   | 2. 能了解各種童玩的玩法及簡易的動  | 本動作。            | 閒運動入門遊     | 口頭評量   | 人 E3 了解每個人需求的不  |
|              | 貳、運動歡暢樂趣多<br>六. 童玩真有趣 | 2 | 作要領。                | 2c-I-2 表現認真參與的學 | 戲。         | 行為檢核   | 同,並討論與遵守團體的規    |
|              |                       |   | 3. 能選擇適合自己的童玩遊戲。    | 習態度。            | Ic-I-1民俗運  | 態度評量   | 則。              |
|              |                       |   | 4. 能了解沙包的玩法及簡易的動作要  | 3d-I-1 應用基本動作常  | 動基本動作與     |        | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的 |
|              |                       |   | 領。                  | 識,處理練習或遊戲問題。    | 遊戲。        |        | 需求。             |
|              |                       |   |                     | 4c-I-1 認識與身體活動相 |            |        |                 |
|              |                       |   |                     | 關資源。            |            |        |                 |
|              |                       |   | ※能認識六大類食物及其功能。      | 1a-I-1 認識基本的健康常 | Ea-I-1 生活中 | 觀察評量   | 【環境教育】          |
|              |                       |   |                     | 識。              | 常見的食物與     | 口頭評量   | 環 E17 養成日常生活節約用 |
|              | 壹、守護健康有一套             | 0 |                     |                 | 珍惜食物。      | 行為檢核   | 水、用電、物質的行為,減少   |
|              | 一. 飲食面面觀              | U |                     |                 |            | 態度評量   | 資源的             |
| 第二週          |                       |   |                     |                 |            |        | 【品德教育】          |
|              |                       |   |                     |                 |            |        | 品 E1 良好生活習慣與德行。 |
|              |                       |   | 1. 能了解沙包的玩法及簡易的動作要  | 1c-I-1 認識身體活動的基 | Ce-I-1其他休  | 觀察評量   | 【人權教育】          |
|              | 貳、運動歡暢樂趣多             | Ω | 領。                  | 本動作。            | 閒運動入門遊     | 口頭評量   | 人 E3 了解每個人需求的不  |
|              | 六. 童玩真有趣              | U | 2. 能做出抛接及投擲沙包的動作。   | 2c-I-2表現認真參與的學  | 戲。         | 行為檢核   | 同,並討論與遵守團體的規    |
|              |                       |   | 3. 能利用休閒時間,在學校或家裡和他 | 習態度。            | Ic-I-1民俗運  | 態度評量   | 則。              |

|     |                  |   | 人進行童玩遊戲。             | 3d-I-1 應用基本動作常  | 動基本動作與     |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的 |
|-----|------------------|---|----------------------|-----------------|------------|------|-----------------|
|     |                  |   | 4. 能製作風車並了解風車的玩法。    | 識,處理練習或遊戲問題。    | 遊戲。        |      | 需求。             |
|     |                  |   |                      | 4c-I-1 認識與身體活動相 |            |      |                 |
|     |                  |   |                      | 關資源。            |            |      |                 |
|     |                  |   | 1. 能認識六大類食物及其功能。     | 1a-I-1 認識基本的健康常 | Ea-I-1 生活中 | 觀察評量 | 【環境教育】          |
|     |                  |   | 2. 能依照六大類食物的標準將食物分   | 識。              | 常見的食物與     | 口頭評量 | 環 E17 養成日常生活節約用 |
|     |                  |   | 類。                   | 3b-I-1 能於引導下,表現 | 珍惜食物。      | 行為檢核 | 水、用電、物質的行為,減少   |
|     | <b>生 应举独南七 大</b> |   | 3. 能記錄食用的食物,並完成分類。   | 簡易的自我調適技能。      |            | 態度評量 | 資源的             |
|     | 壹、守護健康有一套        | 1 | 4. 能養成均衡攝取六大類食物的習慣。  | 4a-I-2 養成健康的生活習 |            |      | 【品德教育】          |
|     | 一. 飲食面面觀         |   | 5. 了解食物得來不易,並養成不浪費的  | 慣。              |            |      | 品 E1 良好生活習慣與德行。 |
|     |                  |   | 習慣。                  |                 |            |      |                 |
|     |                  |   | 6. 認識並做到珍惜食物的好行為。    |                 |            |      |                 |
|     |                  |   | 7. 能養成珍惜食物的好習慣。      |                 |            |      |                 |
|     |                  |   | 1. 能了解沙包的玩法及簡易的動作要   | 1c-I-1 認識身體活動的基 | Ce-I-1其他休  | 觀察評量 | 【人權教育】          |
|     |                  |   | 領。                   | 本動作。            | 閒運動入門遊     | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需求的不  |
| 第三週 |                  |   | 2. 能做出抛接及投擲沙包的動作。    | 2c-I-2 表現認真參與的學 | 戲。         | 行為檢核 | 同,並討論與遵守團體的規    |
|     |                  |   | 3. 能利用休閒時間,在學校或家裡和他  | 習態度。            | Ic-I-1民俗運  | 態度評量 | 則。              |
|     |                  |   | 人進行童玩遊戲。             | 3d-I-1 應用基本動作常  | 動基本動作與     |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的 |
|     |                  |   | 4. 能製作風車並了解風車的玩法。    | 識,處理練習或遊戲問題。    | 遊戲。        |      | 需求。             |
|     | <b>貳、運動歡暢樂趣多</b> |   | 5. 能認真參與各項風車遊戲活動。    | 4c-I-1 認識與身體活動相 |            |      |                 |
|     | 点、連動 似物 宗 越 夕    | 2 | 6. 能體驗團隊合作的樂趣, 遵守遊戲規 | 關資源。            |            |      |                 |
|     | 八. 里巩具角壓         |   | 則。                   | 4d-I-1 願意從事規律身體 |            |      |                 |
|     |                  |   | 7. 能製作紙飛機,並了解紙飛機的玩   | 活動。             |            |      |                 |
|     |                  |   | 法。                   |                 |            |      |                 |
|     |                  |   | 8. 能在遊戲中與同學快樂互動、認真學  |                 |            |      |                 |
|     |                  |   | 羽。                   |                 |            |      |                 |
|     |                  |   | 9. 能利用休閒時間,在學校或家裡和他  |                 |            |      |                 |
|     |                  |   | 人進行童玩遊戲。             |                 |            |      |                 |

|     |                      |   | 1. 能認識排便對健康的影響。     | 1a-I-1 認識基本的健康常       | Ea-I-1 生活中 | 觀察評量 | 【環境教育】           |
|-----|----------------------|---|---------------------|-----------------------|------------|------|------------------|
|     |                      |   | 2. 能養成良好生活習慣,幫助排便順  | 識。                    | 常見的食物與     | 口頭評量 | 環 E17 養成日常生活節約用  |
|     |                      |   | 暢。                  | <br>  1a-I-2 認識健康的生活習 | 珍惜食物。      | 行為檢核 | 水、用電、物質的行為,減少    |
|     | <br>  壹、守護健康有一套      |   | 3. 透過活動知道自己理解或不理解的  | 慣。                    | Ea-I-2 基本的 | 態度評量 | <b>資源的的消耗。</b>   |
|     | 一. 飲食面面觀             | 1 | 部分能針對不理解處提問或和同學想    | <br>  2b-I-2 願意養成個人健康 | 飲食習慣。      |      | 【品德教育】           |
|     |                      |   | 辦法解決。               | 習慣。                   |            |      | 品 El 良好生活習慣與德行。  |
|     |                      |   |                     | 4a-I-2 養成健康的生活習       |            |      |                  |
| 第四週 |                      |   |                     | 慣。                    |            |      |                  |
|     |                      |   | 1. 能做出簡單急停動作。       | 1c-I-1 認識身體活動的基       | Ga-I-1走、跑、 | 觀察評量 | 【人權教育】           |
|     |                      |   | 2. 能明白快速反應在生活中的運用。  | 本動作。                  | 跳與投擲遊戲。    | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的  |
|     | h                    |   | 3. 能創造動作讓同組的學童模仿。   | 1c-I-2 認識基本的運動常       | Ib-I-1唱、跳與 | 行為檢核 | 需求。              |
|     | 貳、運動歡暢樂趣多            | 2 | 4. 能模仿同學創造出來的動作。    | 識。                    | 模仿性律動遊     | 態度評量 |                  |
|     | 七. 反應高手              |   |                     | 3c-I-1 表現基本動作與模       | 戲。         |      |                  |
|     |                      |   |                     | <b> </b><br>  仿的能力。   |            |      |                  |
|     |                      |   |                     |                       |            |      |                  |
|     |                      |   | ※可以從觀察他人互動的狀況猜測對    | 3b-I-1 能於引導下,表現       | Fa-I-2 與家人 | 觀察評量 | 【性別平等教育】         |
|     | 壹、守護健康有一套            | 1 | 方的人際互動,並能說出和好朋友一起   | 簡易的自我調適技能。            | 及朋友和諧相     | 口頭評量 | 性E11 培養性別間合宜表達情  |
|     | 二. 歡喜做朋友             | 1 | 分享的感覺和喜好。           |                       | 處的方式。      | 行為檢核 | 感的能力。            |
|     |                      |   |                     |                       |            | 態度評量 |                  |
| 第五週 |                      |   | 1. 能在遊戲中做出迅速起立及快跑動  | 1c-I-1 認識身體活動的基       | Ab-I-1體適能  | 觀察評量 | 【人權教育】           |
|     |                      |   | 作。                  | 本動作。                  | 遊戲。        | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的  |
|     | 貳、運動歡暢樂趣多            | 0 | 2. 能依指令迅速做出移動、蹲下、跳躍 | 1c-I-2 認識基本的運動常       | Ga-I-1走、跑、 | 行為檢核 | 需求。              |
|     | 七. 反應高手              | Z | 的動作。                | 識。                    | 跳與投擲遊戲。    | 態度評量 |                  |
|     |                      |   |                     | 4d-I-1 願意從事規律身體       |            |      |                  |
|     |                      |   |                     | 活動。                   |            |      |                  |
| kk  | ± 1-31/2 / 1 + 1 + 1 |   | 1. 願意嘗試與不熟悉的人互動。    | 3b-I-2 能於引導下,表現       | Fa-I-2 與家人 | 觀察評量 | 【性別平等教育】         |
| 第六週 | 壹、守護健康有一套            | 1 | 2. 能在互動中留意社交的重要禮節。  | 簡易的人際溝通互動技能。          | 及朋友和諧相     | 口頭評量 | 性 E11 培養性別間合宜表達情 |
|     | 二. 歡喜做朋友             |   |                     |                       | 處的方式。      | 行為檢核 | 感的能力。            |

|              |                          |   |                     |                 |            | 態度評量 |                 |
|--------------|--------------------------|---|---------------------|-----------------|------------|------|-----------------|
|              |                          |   |                     |                 |            |      |                 |
|              |                          |   | 1. 能依指令迅速做出折返動作。    | 1c-I-1 認識身體活動的基 | Ab-I-1體適能  | 觀察評量 | 【人權教育】          |
|              |                          |   | 2. 能迅速做出起立與快跑動作。    | 本動作。            | 遊戲。        | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的 |
|              |                          |   | 3. 能迅速做出移動、急停及轉向折返動 | 1c-I-2 認識基本的運動常 | Ga-I-1走、跑、 | 行為檢核 | 需求。             |
|              | 貳、運動歡暢樂趣多                | 2 | 作。                  | 識。              | 跳與投擲遊戲。    | 態度評量 |                 |
|              | 七. 反應高手                  |   | 4. 能在遊戲過程中,做出判斷與改變遊 | 4d-I-1 願意從事規律身體 |            |      |                 |
|              |                          |   | 戲策略。                | 活動。             |            |      |                 |
|              |                          |   | 5. 能遵守遊戲規則,並和他人一同合作 |                 |            |      |                 |
|              |                          |   | 遊戲。                 |                 |            |      |                 |
|              |                          |   | ※練習在生氣的狀況,依據引導能表達   | 3b-I-1 能於引導下,表現 | Fa-I-2 與家人 | 觀察評量 | 【性別平等教育】        |
|              | 壹、守護健康有一套                | 1 | 自己的感受,並想辦法解決問題。     | 簡易的自我調適技能。      | 及朋友和諧相     | 口頭評量 | 性E11培養性別間合宜表達情  |
|              | 二. 歡喜做朋友                 | 1 |                     | 3b-I-2 能於引導下,表現 | 處的方式。      | 行為檢核 | 感的能力。           |
|              |                          |   |                     | 簡易的人際溝通互動技能。    |            | 態度評量 |                 |
|              |                          |   | 1. 能利用肢體支撐身體,表現簡單的平 | 1c-I-1 認識身體活動的基 | Ia-I-1滾翻、支 | 觀察評量 | 無               |
| 第七週          |                          |   | 衡動作。                | 本動作。            | 撐、平衡、懸垂    | 口頭評量 |                 |
|              |                          |   | 2. 能專注觀賞他人的動作表現,且樂於 | 2c-I-2 表現認真參與的學 | 遊戲。        | 行為檢核 |                 |
|              | 貳、運動歡暢樂趣多                | 9 | 參與並完成連續動作。          | 習態度。            |            | 態度評量 |                 |
|              | 八. 我有好身手                 |   | 3. 能靈活的表現出簡單的全身性身體  | 2d-I-1 專注觀賞他人的動 |            |      |                 |
|              |                          |   | 活動,完成肌力訓練。          | 作表現。            |            |      |                 |
|              |                          |   | 4. 能在遊戲活動中,表現出對肢體的控 | 3d-I-1 應用基本動作常  |            |      |                 |
|              |                          |   | 制能力。                | 識,處理練習或遊戲問題。    |            |      |                 |
|              |                          |   | 1. 能分工合作,一起完成一件任務,從 | 3b-I-2 能於引導下,表現 | Fa-I-2 與家人 | 觀察評量 | 【性別平等教育】        |
| <b>给 、 油</b> | <b>喜、空锥健康右一</b> 态        |   | 中得到成就感。             | 簡易的人際溝通互動技能。    | 及朋友和諧相     | 口頭評量 | 性E11培養性別間合宜表達情  |
| 第八週          | .週 壹、守護健康有一套<br>二. 歡喜做朋友 | 1 | 2. 能根據自己的能力完成工作並充分  | 3b-I-3 能於生活中嘗試運 | 處的方式。      | 行為檢核 | 感的能力。           |
|              |                          |   | 練習。                 | 用生活技能。          |            | 態度評量 |                 |
|              |                          |   | 3. 能了解分工合作的重要性。     |                 |            |      |                 |

|     |                              |   | 4. 能演練不同情境中分工合作的行為。   |  |                               |            |   |
|-----|------------------------------|---|---|--|-------------------------------|------------|---|
|     | 貳、運動歡暢樂趣多<br>八. 我有好身手        | 2 | 1. 能利用肢體學習金雞蛋及不倒翁的動作。 2. 培養觀察及動作模仿的能力並能專注觀賞他人的動作表現。 3. 利用活動訓練肢體的開展,並快樂參與遊戲及運動。 4. 能利用肢體學習動物行走的動作。 5. 培養觀察及動作模仿的能力,並能專 | 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。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 | Ia-I-1滾翻、支<br>撐、平衡、懸垂<br>遊戲。  | 觀察評量 口為檢 整 | 無   |
|     |                              |   | 注觀賞他人的動作表現。 6. 利用活動訓練肢體的伸展,並快樂參與遊戲及運動。  | 3d-I-1應用基本動作常<br>識,處理練習或遊戲問題。<br>4d-I-1願意從事規律身體<br>活動。                           |                               |            |   |
| 第九週 | 壹、守護健康有一套<br>三. 带著眼耳鼻去旅<br>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<br>部位與衛生保<br>健的重要性。 | 觀察頭為經濟人物。  | 【生命教育】<br>生 E2 理解人的身體與心理面<br>向。<br>【戶外教育】<br>戶 E3 善用五官的感知,培養<br>眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈<br>對環境感受的能力。<br>【安全教育】<br>安 E3 知道常見事故傷害。<br>安 E11 了解急救的重要性。 |
|     | 貳、運動歡暢樂趣多<br>八. 我有好身手        | 2 | 1. 能利用肢體學習動物行走的動作。<br>2. 培養觀察及動作模仿的能力,並能專   | 1c-I-1 認識身體活動的基<br>本動作。  | Ia-I-1滾翻、支撑、平衡、懸垂             | 觀察評量口頭評量   | 安 E12 操作簡單的急救項目。<br>無   |

|        |            |   | 注觀賞他人的動作表現。         | 2c-I-2 表現認真參與的學       | 遊戲。        | 行為檢核 |                  |
|--------|------------|---|---------------------|-----------------------|------------|------|------------------|
|        |            |   | 3. 利用活動訓練肢體的伸展,並快樂參 | 習態度。                  |            | 態度評量 |                  |
|        |            |   | 與遊戲及運動。             | <br>  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       |            |      |                  |
|        |            |   |                     | <b> </b><br>  仿的能力。   |            |      |                  |
|        |            |   |                     | 3d-I-1 應用基本動作常        |            |      |                  |
|        |            |   |                     | 識,處理練習或遊戲問題。          |            |      |                  |
|        |            |   | ※能知道眼睛在生活中的重要性。     | 1a-I-1 認識基本的健康常       | Da-I-2 身體的 | 觀察評量 | 【生命教育】           |
|        |            |   |                     | 識。                    | 部位與衛生保     | 口頭評量 | 生 E2 理解人的身體與心理面  |
|        |            |   |                     |                       | 健的重要性。     | 行為檢核 | 向。               |
|        |            |   |                     |                       |            | 態度評量 | 【戶外教育】           |
|        | 壹、守護健康有一套  |   |                     |                       |            |      | 户 E3 善用五官的感知,培養  |
|        | 三. 帶著眼耳鼻去旅 | 1 |                     |                       |            |      | 眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈    |
|        | 行          |   |                     |                       |            |      | 對環境感受的能力。        |
|        |            |   |                     |                       |            |      | 【安全教育】           |
| 然 l vm |            |   |                     |                       |            |      | 安 E3 知道常見事故傷害。   |
| 第十週    |            |   |                     |                       |            |      | 安 E11 了解急救的重要性。  |
|        |            |   |                     |                       |            |      | 安 E12 操作簡單的急救項目。 |
|        |            |   | 1. 能在移動時進行跳躍動作。     | 1c-I-1 認識身體活動的基       | Ab-I-1體適能  | 觀察評量 | 【人權教育】           |
|        |            |   | 2. 能在移動過程中做出單、雙腳跳混合 | 本動作。                  | 遊戲。        | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的  |
|        |            |   | 式的連續跳躍動作。           | 1c-I-2 認識基本的運動常       | Ga-I-1走、跑、 | 行為檢核 | 需求。              |
|        | 貳、運動歡暢樂趣多  | 2 | 3. 和同學配合做出跳、碰動作。    | 識。                    | 跳與投擲遊戲。    | 態度評量 |                  |
|        | 九. 跳躍大進擊   | ۷ |                     | 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。          |            |      |                  |

|      |            |   | 1 华知诺明眭的伊伊士士。        | 1b-I-1 舉例說明健康生活 | Ba-I-2 眼耳鼻  | 觀察評量 | 【生命教育】           |
|------|------------|---|----------------------|-----------------|-------------|------|------------------|
|      |            |   | 1. 能知道眼睛的保健方式。       |                 |             |      | _ ,              |
|      |            |   | 2. 能透過活動紀錄, 了解自己做到了哪 | 情境中適用的健康技能和     | 傷害事件急救      | 口頭評量 | 生 E2 理解人的身體與心理面  |
|      |            |   | 些愛眼行動。               | 生活技能。           | 處理方法。       | 行為檢核 | 向。               |
|      |            |   | 3. 能於日常生活中舉例眼睛受傷時適   | 2a-I-2 感受健康問題對自 | Da-I-2 身體的  | 態度評量 | 【戶外教育】           |
|      | 壹、守護健康有一套  |   | 用的處理技巧。              | 己造成的威脅性。        | 部位與衛生保      |      | 户 E3 善用五官的感知,培養  |
|      | 三. 帶著眼耳鼻去旅 | 1 | 4. 能了解正確處理眼睛受傷的重要    | 3a-I-2 能於引導下,於生 | 健的重要性。      |      | 眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈    |
|      | 行          |   | 性,感受不當的處理方式對健康所造成    | 活中操作簡易的健康技能。    |             |      | 對環境感受的能力。        |
|      |            |   | 的威脅。                 | 4a-I-2 養成健康的生活習 |             |      | 【安全教育】           |
|      |            |   | 5. 能於師長引導下,於生活中操作眼睛  | 慣。              |             |      | 安 E3 知道常見事故傷害。   |
| 第十一週 |            |   | 傷害事件急救的健康技能。         |                 |             |      | 安 E11 了解急救的重要性。  |
|      |            |   |                      |                 |             |      | 安 E12 操作簡單的急救項目。 |
|      |            |   | 1.和同學配合做出波浪跳躍動作。     | 1c-I-1 認識身體活動的基 | Ab-I-1體適能   | 觀察評量 | 【人權教育】           |
|      |            |   | 2. 能說出各種動物跳躍的特色。     | 本動作。            | 遊戲。         | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的  |
|      |            |   |                      | 1c-I-2 認識基本的運動常 | Ga-I-1 走、跑、 | 行為檢核 | 需求。              |
|      | 貳、運動歡暢樂趣多  |   |                      | 識。              | 跳與投擲遊戲。     | 態度評量 |                  |
|      | 九. 跳躍大進擊   | 2 |                      | 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。           |             |      |                  |
|      |            |   | 1. 能知道耳朵在生活中的重要性與保   | 1b-I-1 舉例說明健康生活 | Ba-I-2 眼耳鼻  | 觀察評量 | 【生命教育】           |
|      |            |   | 健方式。                 | 情境中適用的健康技能和     | 傷害事件急救      | 口頭評量 | 生 E2 理解人的身體與心理面  |
|      |            |   | 2. 能於日常生活中舉例說明, 耳朵內有 | 生活技能。           | 處理方法。       | 行為檢核 | 向。               |
|      | 壹、守護健康有一套  |   | 異物時適用的處理技巧。          | 2a-I-2 感受健康問題對自 | Da-I-2 身體的  | 態度評量 | 【戶外教育】           |
| 第十二週 | 三. 带著眼耳鼻去旅 | 1 | 3. 能了解正確處理耳朵內有異物的重   | 己造成的威脅性。        | 部位與衛生保      |      | 户 E3 善用五官的感知,培養  |
|      | 行          |   | 要性,感受不當的處理方式對健康所造    | 3a-I-2 能於引導下,於生 | 健的重要性。      |      | 眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈    |
|      |            |   | 成的威脅。                | 活中操作簡易的健康技能。    |             |      | 對環境感受的能力。        |
|      |            |   | 4. 能在師長引導下,於生活中操作排除  | 4a-I-2 養成健康的生活習 |             |      | 【安全教育】           |
|      |            |   | 耳朵進水的健康技能。           | 慣。              |             |      | 安 E3 知道常見事故傷害。   |

|              |                         |   |                      |                 |            |      | 安 E11 了解急救的重要性。  |
|--------------|-------------------------|---|----------------------|-----------------|------------|------|------------------|
|              |                         |   |                      |                 |            |      | 安 E12 操作簡單的急救項目。 |
|              |                         |   | 1. 能創造模仿各種動物跳躍的動作。   | 1c-I-1 認識身體活動的基 | Ab-I-1體適能  | 觀察評量 | 【人權教育】           |
|              |                         |   | 2. 能以跳躍動作完成猜拳遊戲。     | 本動作。            | 遊戲。        | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的  |
|              |                         |   | 3. 遵守遊戲規則,並和他人一同合作遊  | 2c-I-2表現認真參與的學  | Ga-I-1走、跑、 | 行為檢核 | 需求。              |
|              | 貳、運動歡暢樂趣多               | 2 | 戲。                   | 習態度。            | 跳與投擲遊戲。    | 態度評量 |                  |
|              | 九. 跳躍大進擊                |   |                      | 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。    |            |      |                  |
|              |                         |   | 1. 能知道鼻子在生活中的重要性與保   | 1b-I-1 舉例說明健康生活 | Ba-I-2 眼耳鼻 | 觀察評量 | 【生命教育】           |
|              | 壹、守護健康有一套<br>三. 帶著眼耳鼻去旅 |   | 健方式。                 | 情境中適用的健康技能和     | 傷害事件急救     | 口頭評量 | 生 E2 理解人的身體與心理面  |
|              |                         | 1 | 2. 能於日常生活中舉例流鼻血時適用   | 生活技能。           | 處理方法。      | 行為檢核 | 向。               |
|              |                         |   | 的處理技巧。               | 2a-I-2 感受健康問題對自 | Da-I-2 身體的 | 態度評量 | 【戶外教育】           |
|              |                         |   | 3. 能了解正確處理流鼻血的重要性,感  | 己造成的威脅性。        | 部位與衛生保     |      | 户 E3 善用五官的感知,培養  |
|              |                         |   | 受不當的處理方式對健康所造成的威     | 3a-I-2 能於引導下,於生 | 健的重要性。     |      | 眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈    |
|              |                         |   | 脅。                   | 活中操作簡易的健康技能。    |            |      | 對環境感受的能力。        |
| 第十三週         | 行                       |   | 4. 能於師長引導下,於生活中操作止住  | 4a-I-2 養成健康的生活習 |            |      | 【安全教育】           |
| <b>五十二</b> 题 |                         |   | 鼻血的健康技能。             | 慣。              |            |      | 安E3知道常見事故傷害。     |
|              |                         |   | 5. 能知道眼、耳、鼻的重要性及保健方  |                 |            |      | 安 E11 了解急救的重要性。  |
|              |                         |   | 式。                   |                 |            |      | 安 E12 操作簡單的急救項目。 |
|              |                         |   | 6. 能確實愛護眼耳鼻, 進而養成良好生 |                 |            |      |                  |
|              |                         |   | 活習慣。                 |                 |            |      |                  |
|              | 貳、運動歡暢樂趣多<br>九. 跳躍大進擊   | 9 | 1. 能以跳躍動作完成猜拳遊戲。     | 1c-I-1 認識身體活動的基 | Ga-I-1走、跑、 | 觀察評量 | 【人權教育】           |
|              |                         |   | 2. 遵守遊戲規則,並和他人一同合作遊  | 本動作。            | 跳與投擲遊戲。    | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的  |
|              |                         |   | 戲。                   | 2c-I-2 表現認真參與的學 |            | 行為檢核 | 需求。              |
|              |                         |   | 3. 能結合音樂音符、五線譜概念做出跳  | 習態度。            |            | 態度評量 |                  |

|      |                     |   | 躍動作。                                  | 3c-I-1 表現基本動作與模       |            |           |                 |
|------|---------------------|---|---------------------------------------|-----------------------|------------|-----------|-----------------|
|      |                     |   | 4. 能結合數學加減法運算, 做出跳躍動                  | 。<br>  仿的能力。          |            |           |                 |
|      |                     |   | 作。                                    |                       |            |           |                 |
|      |                     |   | 1. 能以自己和對方都能接受的方式打                    | <br>  2a-I-2 感受健康問題對自 | Db-I-2 身體隱 | 觀察評量      | 【性別平等教育】        |
|      |                     |   | 招呼。                                   | 己造成的威脅性。              | 私與身體界線     | 口頭評量      | 性 E4 認識身體界線與尊重他 |
|      |                     |   | 2. 能知道自己能接受和不能接受的身                    |                       | 及其危害求助     | 行為檢核      | 人的身體自主權。        |
|      |                     |   | 體碰觸部位。                                |                       |            | 態度評量      | 【人權教育】          |
|      | 四. 自我保護小勇士          | 1 |                                       |                       |            | 10 32 1 1 | 人E10認識隱私權與日常生活  |
|      |                     |   |                                       |                       |            |           | 的關係。            |
|      |                     |   |                                       |                       |            |           | 【法治教育】          |
|      |                     |   |                                       |                       |            |           | 法 E8 認識兒少保護。    |
|      |                     |   | <br>  1. 能知道手部向上拍氣球前進的相關              | <br>  1c-I-2 認識基本的運動常 | Ha-I-1網/牆性 | 觀察評量      | 【人權教育】          |
|      |                     | 2 | 動作。                                   | 識。                    | 球類運動相關     | 口頭評量      | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的 |
| 第十四週 |                     |   | 2. 能運用不同手部部位進行向上拍氣                    | <br>  1d-I-1 描述動作技能基本 | 的簡易拋、接、    |           | 需求。             |
| 77 1 |                     |   | 球動作。                                  | 常識。                   | 控、擊、持拍及    |           | 【品德教育】          |
|      |                     |   | 3. 能在一定時間內連續將氣球拍起,越                   | 2c-I-1 表現尊重的團體互       | 拍、擲、傳、滾    | 10 32 1 1 | 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 |
|      | 貳、運動歡暢樂趣多<br>十.手腳並用 |   | 多越好。                                  | 動行為。                  | 之手眼動作協     |           | 品 E3 溝通合作與和諧人際關 |
|      |                     |   | ´ · · · · · · · · · · · · · · · · · · | 2c-I-2表現認真參與的學        | 調、力量及準確    |           | 徐。              |
|      |                     |   | 5. 能知道拍氣球接力相關動作。                      | 習態度。                  | 性控球動作。     |           | 【安全教育】          |
|      |                     |   | 6. 能知道如何和他人合作完成拍氣球                    | 2d-I-1 專注觀賞他人的動       |            |           | 安 E7 探究運動基本的保健。 |
|      |                     |   | 接力。                                   | 作表現。                  |            |           |                 |
|      |                     |   |                                       | <br>  3d-I-1 應用基本動作常  |            |           |                 |
|      |                     |   |                                       | 識,處理練習或遊戲問題。          |            |           |                 |
|      |                     |   |                                       | <br>  4d-I-1 願意從事規律身體 |            |           |                 |
|      |                     |   |                                       | 活動。                   |            |           |                 |
|      | 壹、守護健康有一套           |   | 1. 能知道身體隱私處的部位,而且不能                   | 2a-I-2 感受健康問題對自       | Db-I-2 身體隱 | 觀察評量      | 【性別平等教育】        |
| 第十五週 | 四.                  | 1 | 讓別人碰觸。                                | 己造成的威脅性。              | 私與身體界線     | 口頭評量      | 性 E4 認識身體界線與尊重他 |
|      | 自我保護小勇士             |   | 2. 能清楚描述身體碰觸帶給自己的感                    |                       | 及其危害求助     | 行為檢核      | 人的身體自主權。        |

|  |                       |   | 受。                  |                 | 方法。        | 態度評量 | 【人權教育】          |
|--|-----------------------|---|---------------------|-----------------|------------|------|-----------------|
|  |                       |   | 3. 能知道遭受侵犯時,保護自己的方  |                 |            |      | 人E10認識隱私權與日常生活  |
|  |                       |   | 法。                  |                 |            |      | 的關係。            |
|  |                       |   |                     |                 |            |      | 【法治教育】          |
|  |                       |   |                     |                 |            |      | 法 E8 認識兒少保護。    |
|  |                       |   | 1. 能知道拍氣球接力相關動作。    | 1d-I-1 描述動作技能基本 | Ha-I-1網/牆性 | 觀察評量 | 【人權教育】          |
|  |                       |   | 2. 能知道如何和他人合作完成拍氣球  | 常識。             | 球類運動相關     | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的 |
|  |                       |   | 接力。                 | 2c-I-1 表現尊重的團體互 | 的簡易拋、接、    | 行為檢核 | 需求。             |
|  |                       |   | 3. 能知道擊球過網的活動規則並遵守。 | 動行為。            | 控、擊、持拍及    | 態度評量 | 【品德教育】          |
|  | <b>貳、運動歡暢樂趣多</b>      |   | 4. 能知道並完成擊球過網的相關動作。 | 2c-I-2 表現認真參與的學 | 拍、擲、傳、滾    |      | 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 |
|  | 具、運動似物 亲趣多            | 2 | 5. 能知道如何和他人合作進行擊球過  | 習態度。            | 之手眼動作協     |      | 品 E3 溝通合作與和諧人際關 |
|  | 十.手腳並用                | 7 | 網。                  | 2d-I-1 專注觀賞他人的動 | 調、力量及準確    |      | 徐。              |
|  | 1. 于咖亚州               |   |                     | 作表現。            | 性控球動作。     |      | 【安全教育】          |
|  |                       |   |                     | 3d-I-1 應用基本動作常  |            |      | 安 E7 探究運動基本的保健。 |
|  |                       |   |                     | 識,處理練習或遊戲問題。    |            |      |                 |
|  |                       |   |                     | 4d-I-1 願意從事規律身體 |            |      |                 |
|  |                       |   |                     | 活動。             |            |      |                 |
|  |                       |   | 1. 能知道遭遇緊急情況時,如何自我保 | 1b-I-1 舉例說明健康生活 | Db-I-2 身體隱 | 觀察評量 | 【性別平等教育】        |
|  |                       |   | 護並尋求協助。             | 情境中適用的健康技能和     | 私與身體界線     | 口頭評量 | 性 E4 認識身體界線與尊重他 |
|  | 壹、守護健康有一套             |   | 2. 能演練遭遇緊急情況時尋求協助的  | 生活技能。           | 及其危害求助     | 行為檢核 | 人的身體自主權。        |
|  |                       | 1 | 方法。                 | 3b-I-3 能於生活中嘗試運 | 方法。        | 態度評量 | 【人權教育】          |
| <b>怂 1 、                                  </b> | 四. 自我保護小勇士            | 1 | 3. 能分辨具威脅性的行為,並說出遭遇 | 用生活技能。          |            |      | 人E10 認識隱私權與日常生活 |
| 第十六週   |                       |   | 緊急情況時自我保護的方法。       |                 |            |      | 的關係。            |
|  |                       |   |                     |                 |            |      | 【法治教育】          |
|  |                       |   |                     |                 |            |      | 法 E8 認識兒少保護。    |
|  | 貳、運動歡暢樂趣多<br>十. 手腳並用  |   | 1. 能知道擊球過網的活動規則並遵守。 | 1d-I-1 描述動作技能基本 | Ha-I-1網/牆性 | 觀察評量 | 【人權教育】          |
|  |                       | 2 | 2. 能知道並完成擊球過網的相關動作。 | 常識。             | 球類運動相關     | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的 |
|  | 1 • 1 vol. av \u03b41 |   | 3. 能知道如何和他人合作進行擊球過  | 2c-I-1 表現尊重的團體互 | 的簡易拋、接、    | 行為檢核 | 需求。             |

|      |           |   | 網。                  | 動行為。            | 控、擊、持拍及    | 態度評量 | 【品德教育】          |
|------|-----------|---|---------------------|-----------------|------------|------|-----------------|
|      |           |   | 4. 能知道並完成相關的踢氣球動作。  | 2c-I-2 表現認真參與的學 | 拍、擲、傳、滾    |      | 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 |
|      |           |   | 5. 能於活動中展現踢氣球的技能。   | 習態度。            | 之手眼動作協     |      | 品 E3 溝通合作與和諧人際關 |
|      |           |   |                     | 2d-I-1 專注觀賞他人的動 | 調、力量及準確    |      | 係。              |
|      |           |   |                     | 作表現。            | 性控球動作。     |      | 【安全教育】          |
|      |           |   |                     | 3d-I-1 應用基本動作常  | Hb-I-1陣地攻  |      | 安 E7 探究運動基本的保健。 |
|      |           |   |                     | 識,處理練習或遊戲問題。    | 守球類運動相     |      |                 |
|      |           |   |                     | 4d-I-1 願意從事規律身體 | 關的簡易拍、     |      |                 |
|      |           |   |                     | 活動。             | 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。         |      |                 |
|      |           |   | 1. 能知道在學校身體不舒服時,會到健 | 1a-I-1 認識基本的健康常 | Fb-I-1 個人對 | 觀察評量 | 【品德教育】          |
|      |           |   | 康中心請求協助、回家要告知家人。    | 識。              | 健康的自我覺     | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣與德行。 |
|      | 壹、守護健康有一套 | 1 | 2. 知道身體不舒服時的適切處理方式。 |                 | 察與行為表現。    | 行為檢核 |                 |
|      | 五. 抗病小高手  | 1 | 3. 感染傳染病時,能做到保護人我的行 |                 | Fb-I-2兒童常  | 態度評量 |                 |
|      |           |   | 為。                  |                 | 見疾病的預防     |      |                 |
|      |           |   |                     |                 | 與照顧方法。     |      |                 |
| 第十七週 |           |   | 1. 能於活動中展現踢氣球的技能。   | 1d-I-1 描述動作技能基本 | Hb-I-1陣地攻  | 觀察評量 | 【人權教育】          |
|      |           |   | 2. 能知道並完成跑跑踢踢的相關動作。 | 常識。             | 守球類運動相     | 口頭評量 | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的 |
|      |           |   | 3. 能利用不同腳的部位完成踢擊動作。 | 2c-I-1 表現尊重的團體互 | 關的簡易拍、     | 行為檢核 | 需求。             |
|      | 貳、運動歡暢樂趣多 | 2 | 4. 能穩定踢中擺動中不同種類的球。  | 動行為。            | 拋、接、擲、傳、   | 態度評量 | 【品德教育】          |
|      | 十. 手腳並用   | 4 |                     | 2c-I-2 表現認真參與的學 | 滾及踢、控、停    |      | 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 |
|      |           |   |                     | 習態度。            | 之手眼、手腳動    |      | 品 E3 溝通合作與和諧人際關 |
|      |           |   |                     | 2d-I-1 專注觀賞他人的動 | 作協調、力量及    |      | 係。              |
|      |           |   |                     | 作表現。            | 準確性控球動     |      | 【安全教育】          |

|                |                        |   |                     | 3d-I-1 應用基本動作常        | 作。         |      | 安 E7 探究運動基本的保健。 |
|----------------|------------------------|---|---------------------|-----------------------|------------|------|-----------------|
|                |                        |   |                     | 識,處理練習或遊戲問題。          |            |      |                 |
|                |                        |   |                     | <br>  4d-I-1 願意從事規律身體 |            |      |                 |
|                |                        |   |                     | 活動。                   |            |      |                 |
|                |                        |   | 1. 能認識感染腸病毒期間的症狀。   | 1a-I-1 認識基本的健康常       | Fb-I-1 個人對 | 觀察評量 | 【品德教育】          |
|                |                        |   | 2. 能遵守腸病毒糾察守則。      | 識。                    | 健康的自我覺     | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣與德行。 |
|                | 壹、守護健康有一套              |   | 3. 能在日常生活中,自我要求做到糾察 | 2b-I-1 接受健康的生活規       | 察與行為表現。    | 行為檢核 |                 |
|                | 五. 抗病小高手               | 1 | 守則的規範行為。            | • •                   |            | 態度評量 |                 |
|                |                        |   |                     | 2b-I-2 願意養成個人健康       |            |      |                 |
|                |                        |   |                     | 習慣。                   |            |      |                 |
| <b>给 L 、</b> 油 |                        |   | 1. 能了解跳繩運動的好處及安全原則。 | 1c-I-2 認識基本的運動常       | Ce-I-1 其他休 | 觀察評量 | 【人權教育】          |
| 第十八週           |                        |   | 2. 能做出跳繩伸展操的動作。     | 識。                    | 閒運動入門遊     | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需求的不  |
|                |                        | 2 | 3. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動,並認 | 2d-I-2 接受並體驗多元性       | 戲。         | 行為檢核 | 同,並討論與遵守團體的規    |
|                | 貳、運動歡暢樂趣多              |   | 真學習。                | 身體活動。                 | Ic-I-1 民俗運 | 態度評量 | 則。              |
|                | 十一. 大家來跳繩              |   | 4. 能利用課間及假日進行跳繩活動。  | 3c-I-1 表現基本動作與模       | 動基本動作與     |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的 |
|                |                        |   |                     | 仿的能力。                 | 遊戲。        |      | 需求。             |
|                |                        |   |                     | 4c-I-2 選擇適合個人的身       |            |      |                 |
|                |                        |   |                     | 體活動。                  |            |      |                 |
|                |                        |   | 1.能了解生病期間的在家照護要點。   | 1a-I-2 認識健康的生活習       | Fb-I-2兒童常  | 觀察評量 | 【品德教育】          |
|                | 壹、守護健康有一套              | 1 | 2. 能知道感染腸病毒期間適合進食的  | 慣。                    | 見疾病的預防     | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣與德行。 |
|                | 五. 抗病小高手               | 1 | 食物。                 | 3a-I-2 能於引導下,於生       | 與照顧方法。     | 行為檢核 |                 |
|                |                        |   |                     | 活中操作簡易的健康技能。          |            | 態度評量 |                 |
| 第十九週           |                        |   | 1. 能了解並說出跳繩一跳一迴旋的動  | 1c-I-2 認識基本的運動常       | Ab-I-1 體適能 | 觀察評量 | 【人權教育】          |
| 917九週          |                        |   | 作要領。                | 識。                    | 遊戲。        | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需求的不  |
|                | 貳、運動歡暢樂趣多<br>十一. 大家來跳繩 | ດ | 2. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動,並認 | 2d-I-2 接受並體驗多元性       | Ce-I-1 其他休 | 行為檢核 | 同,並討論與遵守團體的規    |
|                |                        | ۷ | 真學習。                | 身體活動。                 | 閒運動入門遊     | 態度評量 | 則。              |
|                |                        |   | 3. 能做出跳繩一跳一迴旋的基本動作  | 3c-I-1 表現基本動作與模       | 戲。         |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的 |
|                |                        |   | 技巧。                 | 仿的能力。                 | Ic-I-1 民俗運 |      | 需求。             |

|      |                        |   | 4. 能利用課間進行跳繩活動,進而養成 | 4c-I-2 選擇適合個人的身 | 動基本動作與     |      |                 |
|------|------------------------|---|---------------------|-----------------|------------|------|-----------------|
|      |                        |   | 規律運動的習慣。            | 體活動。            | 遊戲。        |      |                 |
|      |                        |   | 1. 知道預防生病的好行為。      | 1a-I-1 認識基本的健康常 | Fb-I-2兒童常  | 觀察評量 | 【品德教育】          |
|      |                        |   | 2. 實踐日常生活中預防生病的好行為。 | 識。              | 見疾病的預防     | 口頭評量 | 品 El 良好生活習慣與德行。 |
|      | 壹、守護健康有一套              | 1 |                     | 2b-I-2 願意養成個人健康 | 與照顧方法。     | 行為檢核 |                 |
|      | 五. 抗病小高手               | 1 |                     | 習慣。             |            | 態度評量 |                 |
|      |                        |   |                     | 3a-I-2 能於引導下,於生 |            |      |                 |
| 笠 止油 |                        |   |                     | 活中操作簡易的健康技能。    |            |      |                 |
| 第廿週  |                        |   | 1. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動並認  | 2d-I-2 接受並體驗多元性 | Ab-I-1 體適能 | 觀察評量 | 【人權教育】          |
|      |                        |   | 真學習。                | 身體活動。           | 遊戲。        | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需求的不  |
|      | 貳、運動歡暢樂趣多              | 9 | 2. 能利用課間進行跳繩活動,進而養成 | 3c-I-1 表現基本動作與模 | Ic-I-1 民俗運 | 行為檢核 | 同,並討論與遵守團體的規    |
|      | 十一. 大家來跳繩              | Δ | 規律運動的習慣。            | 仿的能力。           | 動基本動作與     | 態度評量 | 則。              |
|      |                        |   |                     | 4c-I-2 選擇適合個人的身 | 遊戲。        |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的 |
|      |                        |   |                     | 體活動。            |            |      | 需求。             |
|      | 壹、守護健康有一套              |   | 1. 知道預防生病的好行為。      | 1a-I-1 認識基本的健康常 | Fb-I-2兒童常  | 觀察評量 | 【品德教育】          |
|      |                        |   | 2. 實踐日常生活中預防生病的好行為。 | 識。              | 見疾病的預防     | 口頭評量 | 品 E1 良好生活習慣與德行。 |
|      |                        | 1 |                     | 2b-I-2 願意養成個人健康 | 與照顧方法。     | 行為檢核 |                 |
|      | 五. 抗病小高手               |   |                     | 習慣。             |            | 態度評量 |                 |
|      |                        |   |                     | 3a-I-2 能於引導下,於生 |            |      |                 |
| 廿一週  |                        |   |                     | 活中操作簡易的健康技能。    |            |      |                 |
| 4    |                        |   | 1. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動並認  | 2d-I-2 接受並體驗多元性 | Ab-I-1 體適能 | 觀察評量 | 【人權教育】          |
|      | 貳、運動歡暢樂趣多<br>十一. 大家來跳繩 | 2 | 真學習。                | 身體活動。           | 遊戲。        | 口頭評量 | 人 E3 了解每個人需求的不  |
|      |                        |   | 2. 能利用課間進行跳繩活動,進而養成 | 3c-I-1 表現基本動作與模 | Ic-I-1 民俗運 | 行為檢核 | 同,並討論與遵守團體的規    |
|      |                        |   | 規律運動的習慣。            | 仿的能力。           | 動基本動作與     | 態度評量 | 則。              |
|      |                        |   |                     | 4c-I-2 選擇適合個人的身 | 遊戲。        |      | 人 E8 了解兒童對遊戲權利的 |
|      |                        |   |                     | 體活動。            |            |      | 需求。             |

<sup>◎</sup>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。

<sup>◎「</sup>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。