

教材版本	自編教材/學習功能嚴重缺損學生之生態活動課程教學設計彙編	實施年級 (班級/組別)	一、二年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(63)節		
課程目標	1. 學生能認識與生活有關的衛生習慣(如洗手、洗臉、刷牙、洗抹布)。 2. 學生能逐步養成自我照顧行為，並能在日常生活中實踐基本清潔保健。 3. 學生能認識健康飲食與視力保健的重要性，建立基本健康常識。 4. 學生能樂於參與律動與基本體能活動，促進身體協調與平衡感。 5. 學生能透過健康操、球類與跑步訓練，培養運動的正向態度與習慣。 6. 學生能在活動中學習遵守規則、與同儕合作，提升社會互動技巧。						
該學習階段 領域核心素養	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-A2 透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		評量方式 (表現任務)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
9/1- 10/17 9/1 開學日	健康：快樂上下學 體育：跑步機	21	<ul style="list-style-type: none"> • 健康 1. 能辨識上下學途中可能會發生的危險。 2. 能學會怎樣注意安全，預防危險的發生。 3. 能學會看紅綠燈及過馬路。 4. 在學校裡能和同學和樂相處。 • 體育 1. 能在老師協助 	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 3c-I-1 表現基	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Bc-I-1 常見暖身伸展動作的認識。 Cd-I-1 戶外休閒運動的參與。 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Ib-I-1 簡易唱、	操作 指認	安 E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E7 探究運動基本的保健。

			<p>下安全地站上跑步機，進行走路或慢跑活動。</p> <p>2. 能了解跑步前要暖身、運動中要注意安全的基本觀念。</p> <p>3. 能感受跑步後身體的變化(如心跳加快、流汗等)，並簡單表達。</p> <p>4. 能持續於跑步機上走路或慢跑至少 10 分鐘，逐步延長時間。</p> <p>5. 能遵守操作規則，如「聽指令才開始跑」、「雙手扶穩」、「跑完要慢慢停」。</p>	<p>本動作與模仿的能力。</p> <p>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。</p>	<p>跳與模仿性律動遊戲。</p>		
<p>10/20-11/28</p> <p>10/30、31</p> <p>第一次定期評量</p>	<p>健康：吃出健康和活力</p> <p>體育：大球小球真好玩</p>	21	<p>• 健康</p> <p>1. 能認識六大類食物及知道對身體有什麼功用。</p> <p>2. 能學蕤和正確吃六大類食物才能長高和變得更健康。</p> <p>3. 能遵守食物的</p>	<p>1a- I -1 認識基本的健康常識。</p> <p>1a- I -2 認識健康的生活習慣。</p> <p>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>1c- I -2 認識基本的運動常識。</p> <p>1d- I -1 描述動作技能基本常</p>	<p>Ab- I -1 體適能遊戲。</p> <p>Ba- I -1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> <p>Bc- I -1 常見暖身伸展動作的認識。</p> <p>Cd- I -1 戶外休閒運動的參與。</p> <p>Da- I -1 日常生活中的基本衛生習</p>	操作指認	<p>安 E2 了解危機與安全。</p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>安 E7 探究運動基本的保健。</p>

			<p>保存方式及知道有效期限。</p> <p>• 體育</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能模仿老師進行簡單滾球和傳球。 2. 能依音樂節奏進行傳球活動。 3. 能和同學進行傳球動作(拋、接)。 4. 能將球滾到指定地方。 5. 能在規律引導下保持參與態度與基本動作配合。 	<p>識。</p> <p>3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。</p>	<p>慣。</p> <p>Ib- I -1 簡易唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>		
<p>12/1-1/20</p> <p>1/13、14</p> <p>第二次定期評量</p> <p>1/20 休業式</p>	<p>健康：運動有妙招</p> <p>體育：與繩同遊</p>	21	<p>• 健康</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能認識學校裡的運動資源，例如：場地、器材、球類。。 2. 能運用學校的運動資源來活動身體。 3. 能學習借用學校運動器材。 4. 能選擇運動時 	<p>1a- I -1 認識基本的健康常識。</p> <p>1a- I -2 認識健康的生活習慣。</p> <p>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>1c- I -2 認識基本的運動常識。</p> <p>1d- I -1 描述動作技能基本常識。</p>	<p>Ab- I -1 體適能遊戲。</p> <p>Ba- I -1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> <p>Bc- I -1 常見暖身伸展動作的認識。</p> <p>Cd- I -1 戶外休閒運動的參與。</p> <p>Da- I -1 日常生活中的基本衛生習慣。</p>	操作指認	<p>安 E2 了解危機與安全。</p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>安 E7 探究運動基本的保健。</p>

		<p>適合的運動鞋。</p> <p>5. 能自己穿上運動鞋。</p> <p>• 體育</p> <p>1. 能模仿老師進行簡單的用繩子做伸展動作。</p> <p>2. 能模仿老師進行簡單的用繩子做單人造型遊戲。</p> <p>3. 能模仿老師進行簡單的用繩子做多人造型遊戲。</p> <p>4. 能將繩子當平衡木走在繩子上。</p> <p>5. 能在繩子兩端進行折返跑。</p> <p>6. 能在繩子兩側進行跨步、跳。</p>	<p>3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。</p>	<p>Ib- I -1 簡易唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>		
--	--	--	--	--------------------------------	--	--

◎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。

教材版本	自編教材/學習功能嚴重缺損學生之生態活動課程教學設計彙編	實施年級 (班級/組別)	一、二年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(60)節
課程目標	1. 學生能認識與生活有關的衛生習慣(如洗手、洗臉、刷牙、洗抹布)。 2. 學生能逐步養成自我照顧行為，並能在日常生活中實踐基本清潔保健。 3. 學生能認識健康飲食與視力保健的重要性，建立基本健康常識。 4. 學生能樂於參與律動與基本體能活動，促進身體協調與平衡感。 5. 學生能透過健康操、球類與跑步訓練，培養運動的正向態度與習慣。 6. 學生能在活動中學習遵守規則、與同儕合作，提升社會互動技巧。				
該學習階段 領域核心素養	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-A2 透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。				

課程架構脈絡

教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		評量方式 (表現任務)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第 1-7 週 第二週為 春節假期	健康：疾病小百科 體育：跑步機	18	<ul style="list-style-type: none"> 健康 1. 知道不舒服時會有的症狀與感受。 2. 能嘗試表達出自己身體哪些地方不適。 3. 認識流感的主要症狀。 4. 能使用正確的方法配戴口罩。 5. 認識兒童常見疾病，如流感、 	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 3c-I-1 表現基	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Bc-I-1 常見暖身伸展動作的認識。 Cd-I-1 戶外休閒運動的參與。 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Ib-I-1 簡易唱、	操作 指認	安 E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E7 探究運動基本的保健。

			<p>腸病毒。</p> <p>• 體育</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能在老師協助下安全地站上跑步機，進行走路或慢跑活動。 2. 能了解跑步前要暖身、運動中要注意安全的基本觀念。 3. 能感受跑步後身體的變化(如心跳加快、流汗等)，並簡單表達。 4. 能持續於跑步機上走路或慢跑至少 10 分鐘，逐步延長時間。 5. 能遵守操作規則，如「聽指令才開始跑」、「雙手扶穩」、「跑完要慢慢停」。 	<p>本動作與模仿的能力。</p> <p>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。</p>	<p>跳與模仿性律動遊戲。</p>		
第 8-14 週	<p>健康：環保我最行</p> <p>體育：我是小拳王</p>	21	<p>• 健康</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能認識那些是環保的行為。 2. 能知道購物袋、環保杯、環保餐具的重要性。 3. 能區分那些物 	<p>1a- I -1 認識基本的健康常識。</p> <p>1a- I -2 認識健康的生活習慣。</p> <p>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>1c- I -2 認識基</p>	<p>Ab- I -1 體適能遊戲。</p> <p>Ba- I -1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> <p>Bc- I -1 常見暖身伸展動作的認識。</p> <p>Cd- I -1 戶外休閒</p>	<p>操作指認</p>	<p>安 E2 了解危機與安全。</p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>安 E7 探究運動基本的保健。</p>

			<p>品需要回收。</p> <p>4.能知道環保的重要性與汙染的後果。</p> <p>• 體育</p> <p>1.能跟著老師喊口號、節奏維持出拳速度。</p> <p>2.能模仿老師或同儕進行基本的出拳動作。</p> <p>3.能嘗試自己練習喊口號及出拳。</p>	<p>本的運動常識。</p> <p>1d- I -1 描述動作技能基本常識。</p> <p>3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。</p>	<p>運動的參與。</p> <p>Da- I -1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Ib- I -1 簡易唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	
第 16-21 週	<p>健康：我會做體操</p> <p>體育：擲球樂趣多</p>	21	<p>• 健康</p> <p>1.能知道運動對身體的好處。</p> <p>2.能跟著進行簡單的體操動作模仿。</p> <p>3.能知道即使動作不正確也沒關係，可以跟著運動最重要。</p> <p>4.能在課堂中配合影片與教師同儕一起進行體操運動。</p> <p>• 體育</p> <p>1.能模仿正確的</p>	<p>1a- I -1 認識基本的健康常識。</p> <p>1a- I -2 認識健康的生活習慣。</p> <p>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>1c- I -2 認識基本的運動常識。</p> <p>1d- I -1 描述動作技能基本常識。</p> <p>3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>3c- I -2 表現安</p>	<p>Ab- I -1 體適能遊戲。</p> <p>Ba- I -1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> <p>Bc- I -1 常見暖身伸展動作的認識。</p> <p>Cd- I -1 戶外休閒運動的參與。</p> <p>Da- I -1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Ib- I -1 簡易唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>操作指認</p> <p>安 E2 了解危機與安全。</p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>安 E7 探究運動基本的保健。</p>

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			擲球動作。 2. 能將球丟進指定的籃子裡。 3. 能將球丟進指定的範圍裡。	全的身體活動行為。			
--	--	--	---	-----------	--	--	--

◎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。