

貳、部定課程各年級各領域/科目課程計畫

一、普通班-國小(表七之一)

114 學年度 四 年級 健康與體育 領域教學計畫表

第一學期							
教學進度	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
第一週 9/1-9/6 9/1(一)開學	壹、健康元氣站 一. 安全生活小當家 貳、揪團來運動 五. 跳躍精靈	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 能知道居家環境容易發生危險的情況。 2. 能知道改善居家環境危機的應變方式。 3. 能了解居家環境安全的重要性。 1. 能認識敏捷有效的跳躍動作。 2. 能和同學完成跳躍列車活動。 3. 能學習立定跳遠的動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 【戶外教育】 戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。 【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第二週 9/7-9/13	壹、健康元氣站 一. 安全生活小當家 貳、揪團來運動	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須	1. 能知道居家環境容易發生危險的情況。 2. 能知道改善居家環境危機的應變方式。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 【戶外教育】	

	<p>五. 跳躍精靈</p>	<p>和生活技能。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p>	<p>知。 Ab-II-2 體適能自我檢測方法。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p>	<p>3. 能了解居家環境安全的重要性。 1. 能認識在活動中展現立定跳遠技巧的方法。 2. 能和其他人合作練習完成活動。 3. 能順暢的進行助跑跨跳障礙物。</p>		<p>戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。 【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>	
<p>第三週 9/14-9/20</p>	<p>壹、健康元氣站 一. 安全生活小當家 貳、揪團來運動 五. 跳躍精靈 六. 健康體適能</p>	<p>1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	<p>Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ab-II-1 體適能活動。 Ab-II-2 體適能自我檢測方法。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投</p>	<p>1. 能知道視野死角及內輪差的定義。 2. 能了解如何避免視野死角及內輪差所造成的交通事故。 1. 能在闖關活動中展現跑跳的動作技巧。 2. 能找到自己的助跑起跳距離與節奏 3. 能努力練習以求進步。 4. 能完成墊上跳遠動</p>	<p>1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量</p>	<p>【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 【戶外教育】 戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。 【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】</p>	

		3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。	擲的遊戲。	作。 5. 能了解體適能對身體的重要性。 6. 能描述參與身體活動的感覺。 7. 能認識體適能檢測項目。		安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E6 了解自己的身體。	
第四週 9/21-9/27	壹、健康元氣站 一. 安全生活小當家 貳、揪團來運動 六. 健康體適能	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ab-II-1 體適能活動。 Ab-II-2 體適能自我檢測方法。	1. 能知道過馬路的交通規定及注意事項。 2. 能了解交通環境安全的重要性。 3. 能遵守搭公車的安全守則。 1. 能認識心肺耐力適能的意義。 2. 能和同學完成耐力折返跑。 3. 能完成漸速耐力折返跑測驗。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 【戶外教育】 戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。 【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E6 了解自己的身體。	
第五週 9/28-10/4	壹、健康元氣站 一. 安全生活小當家 貳、揪團來運動 六. 健康體適能	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 4a-II-2 展現促進健	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ab-II-1 體適能活動。 Ab-II-2 體適	1. 能知道戶外活動可能潛藏的危險。 2. 能知道從事戶外活動時遇到危險應如何應變。 3. 能了解戶外活動安全的重要性。 4. 能了解居家環境安	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 【戶外教育】 戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。	

		<p>康的行為。</p> <p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>4c-II-1 了解影響運動參與的因素，選擇提高體適能的運動計畫與資源。</p> <p>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p>	<p>能自我檢測方法。</p>	<p>全、交通環境安全及戶外活動安全的重要性。</p> <p>5. 能在生活中應用居家環境安全、交通環境安全及戶外活動安全的知識。</p> <p>1. 能透過暖身遊戲伸展身體。</p> <p>2. 能了解自己及同學動作技能的正確性。</p> <p>3. 能專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>4. 能完成測試身體肌耐力動作。</p> <p>5. 能描述參與身體活動的感覺。</p> <p>6. 能訂出提高體適能的運動計畫。</p>		<p>【安全教育】</p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>安 E6 了解自己的身體。</p>
<p>第六週</p> <p>10/5-10/11</p> <p>中秋節放假一天</p> <p>10/6(一)</p> <p>雙十節放假一天</p> <p>10/10(五)</p>	<p>壹、健康元氣站</p> <p>貳、遠離檳酒菸</p> <p>六、健康體適能</p> <p>七、舞力四射</p>	<p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>2c-II-3 表現主動參</p>	<p>Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。</p> <p>Ab-II-2 體適能自我檢測方法。</p> <p>Ib-II-1 音樂</p>	<p>1. 能認識檳榔對健康的危害。</p> <p>2. 能了解檳榔對生活及環境的不良影響。</p> <p>1. 能描述參與身體活動的感覺。</p> <p>2. 能完成仰臥捲腹、坐姿體前彎、立定跳遠、漸速耐力折返跑</p>	<p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 E2 自尊尊人與自愛愛人。</p>

		<p>與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>4c-II-1 了解影響運動參與的因素，選擇提高體適能的運動計畫與資源。</p> <p>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p>	<p>律動與模仿性創作舞蹈。</p>	<p>測驗。</p> <p>3. 能訂出提高體適能的運動計畫。</p> <p>4. 能認真參與練習。</p> <p>5. 能了解運用身體活動的方法。</p> <p>6. 能認真參與練習，並和他人一同創作舞蹈動作。</p> <p>7. 能確實利用身體各部位模仿不同肢體動作表現。</p> <p>8. 能確實完成不同的動作探索與創作</p> <p>9. 能表現出聯合性、協調性的動作技能，完成任務表現。</p>		<p>【安全教育】</p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>安 E6 了解自己的身體。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。。</p>
<p>第七週</p> <p>10/12-10/18</p>	<p>壹、健康元氣站</p> <p>貳、遠離檳酒菸</p> <p>參、揪團來運動</p> <p>肆、舞力四射</p>	<p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>	<p>Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。</p> <p>Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。</p>	<p>1. 能認識酒對健康的危害。</p> <p>2. 能認識酒對行為的影響。</p> <p>1. 能了解運用身體活動的方法。</p> <p>2. 能認真參與練習，並和他人一同創作舞蹈動作。</p> <p>3. 能確實利用身體各部位模仿不同肢體動</p>	<p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 E2 自尊尊人與自愛愛人。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 E3 溝通合作與和</p>

		<p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>		<p>作表現。</p> <p>4. 能確實完成不同的動作探索與創作</p> <p>5. 能表現出聯合性、協調性的動作技能，完成任務表現。</p>		<p>諧人際關係。</p>
<p>第八週</p> <p>10/19-10/25</p>	<p>壹、健康元氣站</p> <p>貳、遠離檳酒菸</p> <p>捌、揪團來運動</p> <p>七、舞力四射</p>	<p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	<p>Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。</p> <p>Bb-II-3 無菸家庭與校園的健康信念。</p> <p>Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。</p>	<p>◆能認識菸對健康的危害。</p> <p>1. 能了解運用身體活動的方法。</p> <p>2. 能認真參與練習，並和他人一同創作舞蹈動作。</p> <p>3. 能確實利用身體各部位模仿不同肢體動作表現。</p> <p>4. 能確實完成不同的動作探索與創作</p> <p>5. 能表現出聯合性、協調性的動作技能，完成任務表現。</p>	<p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 E2 自尊尊人與自愛愛人。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>
<p>第九週</p> <p>10/26-11/1</p>	<p>壹、健康元氣站</p> <p>貳、遠離檳酒菸</p> <p>捌、揪團來運動</p> <p>八、我是小勇士</p>	<p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念</p> <p>1d-II-1 認識動作技</p>	<p>Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。</p> <p>Bb-II-3 無菸</p>	<p>1. 能覺察生活周遭菸害的環境。</p> <p>2. 能了解倡導無菸環境的重要性。</p> <p>3. 能認識室內、室外全面禁菸的場所。</p>	<p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p>

		<p>能概念與動作練習的策略。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p>	<p>家庭與校園的健康信念。</p> <p>Bd-II-2 技擊基本動作。</p>	<p>1. 能認識身體防護的概念。</p> <p>2. 能了解護身倒法對預防受傷的重要性。</p> <p>3. 能表現出聯合性動作，完成立姿前撲護身倒法。</p>		<p>【品德教育】</p> <p>品 E2 自尊尊人與自愛愛人。</p>	
<p>第十週</p> <p>11/2-11/8</p> <p>第一次定期評量</p> <p>11/6(四)-11/7(五)</p>	<p>壹、健康元氣站</p> <p>貳、遠離檳酒菸</p> <p>捌、我是小勇士</p>	<p>1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。</p> <p>2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。</p> <p>2b-II-1 遵守健康的生活規範。</p> <p>3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。</p> <p>4a-II-2 展現促進健康的行為。</p> <p>4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立</p>	<p>Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。</p> <p>Bb-II-3 無菸家庭與校園的健康信念。</p> <p>Bd-II-2 技擊基本動作。</p>	<p>1. 能演練拒絕菸、酒、檳榔的方式。</p> <p>2. 能落實並倡導拒絕菸、酒、檳榔的行為。</p> <p>3. 能知道戒除菸、酒、檳榔帶來的好處。</p> <p>4. 能遵守拒絕菸、酒、檳榔的規範。</p> <p>5. 能覺察菸、酒、檳榔對自己與他人的危害。</p> <p>1. 能認識身體防護的概念。</p>	<p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 E2 自尊尊人與自愛愛人。</p>	

		<p>場。</p> <p>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p>		<p>2. 能練習翻滾等身體防護的動作。</p> <p>3. 能表現出聯合性動作，完成護身迴旋倒法。</p>			
<p>第十一週</p> <p>11/9-11/15</p>	<p>壹、健康元氣站</p> <p>三. 人我之間</p> <p>貳、揪團來運動</p> <p>八. 我是小勇士</p> <p>九. 排球小子</p>	<p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p>3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。</p> <p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p>	<p>Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。</p> <p>Bd-II-2 技擊基本動作。</p> <p>Ha-II-1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間</p>	<p>1. 能了解運用尊重的態度與人溝通的重要性。</p> <p>2. 能演練善意的溝通方式以促進人際關係。</p> <p>1. 能認識身體防護的概念。</p> <p>2. 能練習翻滾等身體防護的動作。</p> <p>3. 能表現出聯合性動作，完成護身迴旋倒法。4. 能了解排球運</p>	<p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>	

		<p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p>	<p>及人與人、人與球關係攻防概念。</p>	<p>動需要的基本動作能力。</p> <p>5. 能完成單手連續擊球。</p>			
<p>第十二週 11/16-11/22 校外教學</p>	<p>壹、健康元氣站 三. 人我之間 貳、揪團來運動 九. 排球小子</p>	<p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p>3a-II-1 演練基本的健康技能。</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p>	<p>Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。</p> <p>Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。</p> <p>Ha-II-1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>	<p>1. 能知道身體界線被越界時，身體可能產生的反應。</p> <p>2. 能清楚、適當的表達自己的身體界線。</p> <p>1. 能完成低手擊球動作。</p> <p>2. 能完成自拋自接低手擊球動作。</p> <p>3. 能完成低手擊球（擊反彈球、對牆擊球）動作。</p>	<p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p>	<p>【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。</p> <p>【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>	
<p>第十三週</p>	<p>壹、健康元氣站</p>	<p>1a-II-2 了解促進健</p>	<p>Db-II-3 身體</p>	<p>1. 能知道當身體或言</p>	<p>1. 觀察評量</p>	<p>【性別平等教育】</p>	

<p>11/23-11/29</p>	<p>三. 人我之間 貳. 揪團來運動 九. 排球小子</p>	<p>康生活的方法。 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p>	<p>自主權及其危害之防範與求助策略。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 Ha-II-1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>	<p>語受到他人侵犯時，保護自己的方法。 2. 能透過演練，表達遭受身體或言語侵犯時的感受。 3. 能知道建立友誼須遵守的交友禮儀。 4. 能與同學演練增進友誼的互動。 1. 能和同學合作完成你拋我接低手擊球、左右連續接擊球動作。 2. 能和他人合作展現排球技巧，並完成遊戲。</p>	<p>2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量</p>	<p>性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>	
<p>第十四週 11/30-12/6</p>	<p>壹、健康元氣站 三. 人我之間 貳. 揪團來運動 十. 歡樂棒球</p>	<p>4b-II-2 清楚說明個人對促進健康的立場。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p>	<p>Db-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 Hd-II-1 守備/跑分性球類運</p>	<p>1. 能藉由破除性別刻板印象的例子，說明每個人都有權利選擇自己喜歡的事情。 2. 能了解每個人都可能擁有不同特質。 3. 能發表尊重自我、他人與建立性別平等觀念的宣示。 1. 能描述自己或同學動作技能的正確性。</p>	<p>1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量</p>	<p>【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。</p>	

			動相關的拋接球、傳接球、擊球、踢球、跑動踩壘之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。	2. 能做出樂樂棒球的基本動作，如打擊及跑壘。 3. 能做出接平飛球、滾地球、高飛球的動作。			
第十五週 12/7-12/13 運動會 12/13(六)	壹、健康元氣站 三. 人我之間 壹、健康元氣站 三. 人我之間	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 4b-II-2 清楚說明個人對促進健康的立場。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 Hd-II-1 守備/跑分性球類運動相關的拋接球、傳接球、擊球、踢球、跑動踩壘之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。	※能透過遊戲，分辨人際互動時的正確方法。 1. 能了解與他人合作溝通、討論戰術及分配任務的重要性。 2. 能做出樂樂棒球的基本動作，如打擊及跑壘。 3. 能了解樂樂棒球的基本攻防概念，並應用於比賽中。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。	
第十六週 12/14-12/20	壹、健康元氣站 四. 我愛地球	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。	Eb-II-1 健康安全消費的訊	1. 能認識無包裝、適度包裝及過度包裝的	1. 觀察評量 2. 口頭評量	【環境教育】 環 E5 覺知人類的生	

	<p>貳、揪團來運動 十. 歡樂棒球 十一. 功夫小子 養成班</p>	<p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。 4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p>	<p>息與方法。 Bd-II-1 武術基本動作。 Cb-II-4 社區運動活動空間與場域。</p>	<p>定義。 2. 能覺察過度包裝可能產生的資源浪費與對環境的影響。 1. 能利用課餘時間邀請同學或家人進行棒壘球的運動。 2. 能了解武術禮節及基本手勢動作。 3. 能學會基本樁步的動作。 4. 能專注欣賞並主動學習他人優良動作表現。</p>	<p>3. 行為檢核 4. 態度評量</p>	<p>活型態對其他生物與生態系的衝擊。 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境污染與資源耗竭的問題。</p>	
<p>第十七週 12/21-12/27</p>	<p>壹、健康元氣站 四. 我愛地球 貳、揪團來運動 十一. 功夫小子 養成班</p>	<p>2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 4a-II-2 展現促進健康的行為。 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習</p>	<p>Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 Bd-II-1 武術基本動作。</p>	<p>1. 能認識塑化劑進入人體的途徑。 2. 能覺察塑化劑對身體健康的危害。 3. 能認識減少塑化劑進入人體的方法，並採取行動。 1. 能學會基本樁步的動作要領。 2. 能認真做出各種武術動作，並和他人一同合作完成遊戲。</p>	<p>1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量</p>	<p>【環境教育】 環 E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境污染與資源耗竭的問題。</p>	

		<p>態度。</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p>				
<p>第十八週</p> <p>12/28-1/3</p> <p>元旦放假一天</p> <p>1/1(四)</p>	<p>壹、健康元氣站</p> <p>四.我愛地球</p> <p>貳、揪團來運動</p> <p>十一.功夫小子養成班</p>	<p>2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。</p> <p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p>3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。</p> <p>Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。</p> <p>Bd-II-1 武術基本動作。</p>	<p>1.能認識塑膠垃圾對環境的影響。</p> <p>2.能認識不同的減塑妙招。</p> <p>3.能在生活中實踐減塑行為。</p> <p>1.能專注學習並主動嘗試克服困難完成武術動作。</p> <p>2.能應用身體方面的協調能力，順暢的完成武術連續動作。</p> <p>3.能規律運動並分享運動心得。</p>	<p>1.觀察評量</p> <p>2.口頭評量</p> <p>3.行為檢核</p> <p>4.態度評量</p>	<p>【環境教育】</p> <p>環 E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。</p> <p>環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。</p>
<p>第十九週</p> <p>1/4-1/10</p>	<p>壹、健康元氣站</p> <p>四.我愛地球</p> <p>貳、揪團來運動</p> <p>十二.旋轉之美</p>	<p>4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。</p> <p>4b-II-2 使用事實證據來支持自己促進健康的立場。</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的</p>	<p>Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。</p> <p>Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。</p> <p>Ic-II-1 民俗運動基本動作</p>	<p>1.能向家人推廣實踐減塑行為的立場</p> <p>2.能設計愛地球的標語並繪製圖案。</p> <p>1.能認識扯鈴的淵源以及發展。</p> <p>2.能專注欣賞扯鈴表演藝術。</p>	<p>1.觀察評量</p> <p>2.口頭評量</p> <p>3.行為檢核</p> <p>4.態度評量</p>	<p>【環境教育】</p> <p>環 E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。</p> <p>環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。</p>

		<p>策略。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	與串接。	<p>3.能做出螞蟻上樹、金雞上架等扯鈴動作。</p> <p>4.能參與各項扯鈴練習及遊戲。</p>			
<p>第二十週</p> <p>1/11-1/17</p> <p>第二次定期評量</p> <p>1/13(二)-1/14(三)</p>	<p>壹、健康元氣站</p> <p>四.我愛地球</p> <p>貳、揪團來運動</p> <p>十二.旋轉之美</p>	<p>2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。</p> <p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p>2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。</p> <p>4a-II-2 展現促進健康的行為。</p> <p>4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> <p>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p>	<p>Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。</p> <p>Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。</p> <p>Ic-II-1 民俗運動基本動作與串接。</p>	<p>1.能覺察環境汙染對健康的影響。</p> <p>2.能針對生活中的環境汙染擬定解決方法。</p> <p>3.能記錄自己用餐的環保行為及完成愛地球宣言。</p> <p>1.能參與各項扯鈴練習及遊戲。</p> <p>2.能做出螞蟻上樹、金雞上架等扯鈴動作。</p> <p>3.能分組進行展演，發揮創意編排表演的能力。</p>	<p>1.觀察評量</p> <p>2.口頭評量</p> <p>3.行為檢核</p> <p>4.態度評量</p>	<p>【環境教育】</p> <p>環 E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。</p> <p>環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。</p>	
<p>第二十一週</p> <p>1/18-1/20</p>	<p>壹、健康元氣站</p> <p>四.我愛地球</p>	<p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	<p>Ca-II-2 環境汙染對健康的</p>	<p>1.能覺察環境汙染對健康的影響。</p>	<p>1.觀察評量</p> <p>2.口頭評量</p>	<p>【環境教育】</p> <p>環 E5 覺知人類的生</p>	

1/20(二)休業式	貳、揪團來運動 十二. 旋轉之美	3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	影響。 Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 Ic-II-1 民俗運動基本動作與串接。	2. 能針對生活中的環境汙染擬定解決方法。 3. 能記錄自己用餐的環保行為及完成愛地球宣言。 1. 能參與各項扯鈴練習及遊戲。 2. 能做出螞蟻上樹、金雞上架等扯鈴動作。 3. 能分組進行展演，發揮創意編排表演的能力。	3. 行為檢核 4. 態度評量	活型態對其他生物與生態系的衝擊。 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。	
------------	---------------------	---	--	---	--------------------	---	--

第二學期

教學進度	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
第一週 2/11-2/14 2/11(三)開學	壹、健康新世界 一. 風搖地動 貳、運動我最行 五、飛盤真好玩	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。 Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。	1. 能認識颱風可能造成的災害。 2. 能了解颱風災情影響我們的生活及健康。 3. 能運用資訊產品獲取颱風資訊。 4. 能判讀颱風路徑預測圖資訊。 1. 能了解飛盤運動。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【安全教育】 安 E1 了解安全教育。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。 【人權教育】	

				2. 能了解飛盤的種類。 3. 了解自己及同學動作技能的正確性 4. 能運用飛盤做出指定動作。 5. 能了解如何利用反手握、正手握投擲飛盤。 6. 能了解如何利用上手接、下手接、雙手夾接來接住飛盤。		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。
第二週 2/15-2/21	壹、健康新世界 一、風搖地動 貳、運動我最行 五、飛盤真好玩	2b-II-1 遵守健康的生活規範。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。 Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。	1. 能了解颱風來臨時的減災整備方法。 2. 能認識防颱物資的用途。 3. 能了解颱風天前往危險場域的風險。 1. 能運用飛盤做出指定動作。 2. 能了解如何利用正手握及反手握投擲飛盤。 3. 能認真參與活動。 4. 能依據遊戲規則完成遊戲動作。 5. 能表現主動參與活動。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【安全教育】 安 E1 了解安全教育。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。 【人權教育】 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

<p style="text-align: center;">第三週 2/22-2/28</p>	<p>壹、健康新世界 一. 風搖地動 貳、運動我最行 五、飛盤真好玩 六、歡樂土風舞</p>	<p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 4c-II-1 了解影響運動參與的因素，選擇提高體適能的運動計畫與資源。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體</p>	<p>Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。 Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。 Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。</p>	<p>1. 能了解颱風來臨時期的減災整備方法。 2. 能認識防颱物資的用途。 3. 能了解颱風天前往危險場域的風險。 4. 能認識地震災害的種類及嚴重性。 1. 能運用飛盤做出指定動作。 2. 能了解如何利用正手握及反手握投擲飛盤。 3. 能認真參與活動。 4. 能依據遊戲規則完成遊戲動作。 5. 能表現主動參與活動。 6. 能學習並表現出指定動作。 7. 專注觀賞他人的動作表現。 8. 能完成飛盤接力賽。 9. 了解影響運動參與的因素。</p>	<p>1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量</p>	<p>際互動能力。</p> <p>【安全教育】 安 E1 了解安全教育。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。</p> <p>【人權教育】 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。</p> <p>【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>	
--	--	---	---	---	--	---	--

		活動的益處。		<p>10. 會自己選擇適當的休閒運動。</p> <p>11. 能認識具國家特色民俗的土風舞，並學習著用身體語言與人互動。</p> <p>12. 能描述音樂律動性，認識模仿創作的技能概念及練習的策略。</p> <p>13. 能主動參與，並樂於嘗試創作舞蹈。</p> <p>14. 善盡觀賞者的責任與角色，能與他人進行回饋。</p>			
<p>第四週 3/1-3/7</p>	<p>壹、健康新世界 一. 風搖地動 貳、運動我最行 六、歡樂土風舞</p>	<p>1b-Ⅱ-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。</p> <p>3a-Ⅱ-1 演練基本的健康技能。</p> <p>1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。</p> <p>3c-Ⅱ-2 透過身體活動，探索運動潛能與</p>	<p>Ba-Ⅱ-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。</p> <p>Ib-Ⅱ-2 土風舞遊戲。</p>	<p>1. 能演練並熟悉地震來臨時的避難步驟。</p> <p>2. 能在不同的場域中操作防震避難動作。</p> <p>1. 能認識具國家特色民俗的土風舞。</p> <p>2. 能認真參與練習，並和他人友善互動，學習土風舞動作。</p> <p>3. 能確實利用身體各部位做出流暢性的土風舞動作及肢體表情。</p>	<p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p>	<p>【安全教育】 安 E1 了解安全教育。</p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。</p>	

		表現正確的身體活動。		4. 透過土風舞遊戲，能彼此探索同儕的動作元素，展現最適宜的動作表現。			
<p>第五週 3/8-3/14</p>	<p>壹、健康新世界 一. 風搖地動 貳、運動我最行 六、歡樂土風舞</p>	<p>3b- II -3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 4a- II -2 展現促進健康的行為。 1d- II -1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c- II -2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c- II -3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d- II -2 表現觀賞者的角色和責任。 3c- II -1 表現聯合性動作技能。 3c- II -2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p>	<p>Ba- II -3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。 Ib- II -2 土風舞遊戲。</p>	<p>1. 能了解獲取地震預警訊息的方法。 2. 能認識緊急避難包的內容及功能。 3. 能了解居家防災整備的注意事項。 4. 能與家人共同討論並進行防颱、防震準備。 5. 明白地震避難掩護動作對自己健康的重要性。 1. 能認識具國家特色民俗的土風舞。 2. 能認真參與練習，並和他人友善互動，學習土風舞動作。 3. 能確實利用身體各部位做出流暢性的土風舞動作及肢體表情。 4. 透過土風舞遊戲，能彼此探索同儕的動作元素，展現最適宜</p>	<p>1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量</p>	<p>【安全教育】 安 E1 了解安全教育。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。</p>	

				的動作表現。			
第六週 3/15-3/21	壹、健康新世界 二. 逗陣來長大 貳、運動我最行 六、歡樂土風舞 七、活力足球	1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。	Aa-Ⅱ-1 生長發育的意義與成長個別差異。 Hb-Ⅱ-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 Ib-Ⅱ-2 土風舞遊戲。	1. 能經由身體狀況的改變，體認人體成長的事實。 2. 能了解穿內衣、褲的必要性及內衣的選擇方式。 1. 能確實利用身體各部位做出流暢性的土風舞動作及肢體表情。 2. 透過土風舞遊戲，能彼此探索同儕的動作元素，展現最適宜的動作表現。 3. 能於活動中展現出足球相關動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【性別平等教育】 性 E2 覺知身體意象對身心的影響。 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	
第七週 3/22-3/28	壹、健康新世界 二. 逗陣來長大 貳、運動我最行 七、活力足球	1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 3c-Ⅱ-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。	Aa-Ⅱ-1 生長發育的意義與成長個別差異。 Hb-Ⅱ-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及	1. 能經由身體狀況的改變，體認人體成長的事實。 2. 能知道每個人的發育速度及進入青春期的時間不同。 1. 能展現盤球繞物的技巧。 2. 能有節奏的完成盤球活動。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【性別平等教育】 性 E2 覺知身體意象對身心的影響。 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	

			人與人、人與球關係攻防概念。	3. 會和他人合作練習踢傳球動作。 4. 會於活動中展現踢傳技巧。 5. 能和他人一同合作進行活動。 6. 知道足球的基本攻防概念。			
第八週 3/29-4/4 兒童節放假一天 4/3(五)	壹、健康新世界 二. 逗陣來長大 貳、運動我最行 七、活力足球	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	Db-II-1 男女生殖器官的基本功能與差異。 Hb-II-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。	◆能知道男、女生殖器官的基本功能與差異。 1. 和他人一同合作進行活動。 2. 於活動中表現足球的基本技巧。 3. 了解球王梅西的故事。 4. 互相討論如何正向面對困難。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【性別平等教育】 性 E2 覺知身體意象對身心的影響。 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	
第九週 4/5-4/11	壹、健康新世界 二. 逗陣來長大 貳、運動我最行 八、跳高小子	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。 Db-II-1 男女生殖器官的基本	1. 能知道月經及夢遺的形成原因及其意義。 2. 對身體的成長發育有疑慮時，能依循正確管道獲取知識。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【性別平等教育】 性 E2 覺知身體意象對身心的影響。 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	

		<p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p>	<p>功能與差異。</p> <p>Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p>	<p>3. 能認識生殖器官的清潔與保健方法。</p> <p>1. 和同學一起合作進行活動。</p> <p>2. 於活動中體驗單腳抬跨動作。</p> <p>3. 學會側抬跨跳動作要領。</p> <p>4. 會順暢的完成側抬跨跳動作。</p>			
<p>第十週</p> <p>4/12-4/18</p> <p>第一次定期評量</p> <p>4/16(四)-4/17(五)</p>	<p>壹、健康新世界</p> <p>貳、逗陣來長大</p> <p>參、運動我最行</p> <p>肆、跳高小子</p>	<p>1a-II-2 了解促進健康生活的方法。</p> <p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p>	<p>Da-II-1 良好的衛生習慣。</p> <p>Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。</p> <p>Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p>	<p>1. 能了解規律運動對生長發育的重要性。</p> <p>2. 能知道身體的流汗狀況及流汗後的處理方法。</p> <p>1. 學會側抬跨跳動作要領。</p> <p>2. 會順暢完成側抬跨跳動作。</p> <p>3. 會有節奏的做出跳高助跑的動作。</p> <p>4. 知道剪式跳高的助跑動作要領。</p> <p>5. 能完成剪式跳高的落墊動作。</p>	<p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 E2 覺知身體意象對身心的影響。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 E2 理解人的身體與心理面向。</p>	
<p>第十一週</p> <p>4/19-4/25</p>	<p>壹、健康新世界</p> <p>貳、逗陣來長大</p>	<p>2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。</p>	<p>Da-II-1 良好的衛生習慣。</p>	<p>1. 能透過遊戲自我檢視身體清潔情形。</p>	<p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p>	<p>【性別平等教育】</p>	

	<p>貳、運動我最行 八、跳高小子 九、武術高手</p>	<p>3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。 4a-II-2 展現促進健康的行為。 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	<p>Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。 Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。 Bd-II-1 武術基本動作。Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p>	<p>2. 能自我檢視身體的成長及身體清潔情形。 3. 能訂定運動計畫，培養規律運動的習慣。 1. 能完成剪式跳高。 2. 能和其他人合作完成個人紀錄。 3. 了解拳、掌手勢的動作及應用。 4. 學會創意武術動作。 5. 能專注欣賞並主動學習他人優良動作表現。</p>	<p>3. 行為檢核 4. 態度評量</p>	<p>性 E2 覺知身體意象對身心的影響。 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。</p>	
<p>第十二週 4/26-5/2</p>	<p>壹、健康新世界 三. 消費停看聽 貳、運動我最行 九、武術高手</p>	<p>1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 4a-II-2 展現促進健康的行為。 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 4a-II-2 展現促進健康的行為。</p>	<p>Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 Bd-II-1 武術基本動作。</p>	<p>1. 能了解什麼是必要、需要和想要。 2. 能知道正確的消費觀念。 3. 能藉由日常的購物行為，分辨必要、需要和想要的概念。 1. 能說出正確的武術動作名稱。 2. 能完成正確完成武術的連續動作。 3. 能在活動中表現認</p>	<p>1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量</p>	<p>【家庭教育】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。</p>	

				真參與的態度。			
第十三週 5/3-5/9 母親節活動 5/8(五)	壹、健康新世界 三. 消費停看聽 貳、運動我最行 九、武術高手	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 Bd-II-1 武術基本動作。	1. 能了解消費時應兼顧「安全、健康、營養、衛生」的原則。 2. 能辨別不同材質的水杯及其使用方式對健康的影響。 1. 能專注學習並說明正確的武術動作及要領。 2. 能應用身體方面的協調能力，順暢的完成武術連續動作。 3. 能規律運動並分享運動心得。 4. 能明瞭自己及他人動作的正確性與否。 5. 能專注學習並主動嘗試克服困難完成武術動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【家庭教育】 家E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。	
第十四週 5/10-5/16	壹、健康新世界 三. 消費停看聽 貳、運動我最行	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2a-II-2 注意健康問	Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。	1. 能了解消費時應兼顧「安全、健康、營養、衛生」的原則。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核	【家庭教育】	

	<p>十、羽球同樂</p>	<p>題所帶來的威脅感與嚴重性。</p> <p>1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p>	<p>Ab-Ⅱ-1 體適能活動。</p> <p>Ha-Ⅱ-1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>	<p>2. 能辨別購買加熱食品時需考量的項目。</p> <p>3. 能認識加熱食品的優、缺點。</p> <p>1. 透過體能活動，增進各項體適能，並和同學合作進行練習。</p> <p>2. 學會正確的握拍及持球方式。</p> <p>3. 透過羽球活動，學會正確的握拍方法及向上擊球動作技能。</p> <p>4. 能遵守活動規則，並和同學合作進行練習。</p>	<p>4. 態度評量</p>	<p>家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。</p>	
<p>第十五週 5/17-5/23</p>	<p>壹、健康新世界 三. 消費停看聽 貳、運動我最行 十、羽球同樂</p>	<p>1b-Ⅱ-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。</p> <p>4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊產品與服務。</p> <p>4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。</p> <p>3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p> <p>4d-Ⅱ-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>Eb-Ⅱ-1 健康安全消費的訊息與方法。</p> <p>Ha-Ⅱ-1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>	<p>1. 能知道日常生活中的消費陷阱。</p> <p>2. 能連結生活中安全消費與消費訊息之間的關係。</p> <p>3. 能於生活中落實安全消費的行為。</p> <p>1. 能學會正確發高遠球的動作，並可以將球打高、打遠。</p> <p>2. 能學會正確的正手拍、反手拍擊球的動作，應用到比賽中。</p>	<p>1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量</p>	<p>【家庭教育】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。</p>	

<p>第十六週 5/24-5/30</p>	<p>壹、健康新世界 三. 消費停看聽 貳、運動我最行 十、羽球同樂 十一、功夫小將 領</p>	<p>1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 4a-II-2 展現促進健康的行為。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 Bd-II-2 技擊基本動作。 Ha-II-1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。</p>	<p>◆能於生活中落實「安全、健康、營養、衛生」消費的行為。</p> <p>1. 能學會正確正手拍、反手拍擊球動作，並應用於比賽中。 2. 能遵守柔道運動的禮節起源及學習尊重運動場地及選手。</p>	<p>1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量</p>	<p>【家庭教育】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。</p>	
<p>第十七週 5/31-6/6 畢業考 6/4(四)-6/5(五)</p>	<p>壹、健康新世界 四. 知己知彼 貳、運動我最行 十一、功夫小將 領</p>	<p>1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。</p>	<p>Fa-II-1 自我價值提升的原則。 Bd-II-2 技擊基本動作。 Cb-II-4 社區運動活動空間與場域。</p>	<p>1. 能透過與同學合作，發揮自己的才能。 2. 能發覺自己具備的特質。 3. 能透過同學的描述，發現自己潛藏的特質。</p>	<p>1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量</p>	<p>【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。</p>	

		<p>1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p>		<ol style="list-style-type: none"> 1. 能主動參與龍蝦運動的練習，並樂於嘗試。 2. 透過動作探索，表現出正確的防護動作。 3. 熟悉自然體立姿，做好攻守有利的基本姿勢。 4. 做出移動步法，讓重心保持穩定。 5. 認識安全的運動學習場域。 			
<p>第十八週 6/7-6/13</p>	<p>壹、健康新世界 四. 知己知彼 貳、運動我最行 十一、功夫小將領 十二、水中蛟龍</p>	<p>1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。</p> <p>1a-II-2 了解促進健康生活的方法。</p> <p>3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。</p> <p>1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。</p>	<p>Fa-II-1 自我價值提升的原則。</p> <p>Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。</p> <p>Bd-II-2 技擊基本動作。</p> <p>Cc-II-1 水域休閒運動基本技能。</p> <p>Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能藉由自我觀察與同學的彼此觀察肯定自己。 2. 能透過與家人互動，了解家人眼中的自己。 3. 能發覺家人的陪伴與支持的重要性。 <ol style="list-style-type: none"> 1. 學習欣賞柔道比賽，善盡觀賞者角色責任。 2. 嘗試欣賞多元技擊性運動，學習選手對運動的堅持與尊重。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 	<p>【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。</p> <p>【海洋教育】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。 海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 海 E3 具備從事多元水域休閒活動的知識與技能。</p>	

		2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	浮。	3. 選擇安全並合適的戶外戲水活動。 4. 辨別戲水時的危險情境，並學會游泳的安全技能。			
第十九週 6/14-6/20 畢業典禮 6/17(三) 端午節放假一天 6/19(五)	壹、健康新世界 四. 知己知彼 貳、運動我最行 十二、水中蛟龍	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。	Fa-II-1 自我價值提升的原則。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。 Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲。	1. 能分享與家人溝通及相處的經驗。 2. 能學習與家人良好溝通與相處的技巧。 3. 能透過經驗與分享，發覺自己的進步與提升。 1. 練習在水中做出漂浮的動作。 2. 學會做出漂浮後站起的動作。 3. 學會各種水中漂浮及水中站立的動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 【海洋教育】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。 海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 海 E3 具備從事多元水域休閒活動的知識與技能。	
第二十週 6/21-6/27 第二次定期評量 6/23(二)-6/24(三)	壹、健康新世界 四. 知己知彼 貳、運動我最行 十二、水中蛟龍	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 4a-II-2 展現促進健康的行為。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	Fa-II-1 自我價值提升的原則。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 Gb-II-2 打水前進、簡易性游	1. 能透過經驗與分享，發覺自己的進步與提升。 2. 能了解自己的特質，並持續發展。 3. 能記錄自己成長的經驗，體認成長的事實。 4. 能感謝家人、師長	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 【海洋教育】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。 海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 海 E3 具備從事多元	

		4c-II-1 了解影響運動參與的因素，選擇提高體適能的運動計畫與資源。	泳遊戲。	與朋友的陪伴與鼓勵。 ◆學會打水前進的動作並發揮合作精神。		水域休閒活動的知識與技能。	
第二十一週 6/28/6/30 6/30(二)休業式	壹、健康新世界 四.知己知彼 貳、運動我最行 十二、水中蛟龍 總複習	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 4a-II-2 展現促進健康的行為。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 4c-II-1 了解影響運動參與的因素，選擇提高體適能的運動計畫與資源。	Fa-II-1 自我價值提升的原則。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲。	1.能透過經驗與分享，發覺自己的進步與提升。 2.能了解自己的特質，並持續發展。 3.能記錄自己成長的經驗，體認成長的事實。 4.能感謝家人、師長與朋友的陪伴與鼓勵。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 【海洋教育】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。 海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 海 E3 具備從事多元水域休閒活動的知識與技能。	

備註：議題融入填表說明：

- (1) 議題融入欄位請依實際情形填入適當的週次。
- (2) 法律規定教育議題：性別平等教育、家庭教育、家庭暴力防治、性侵害防治教育、環境教育。
- (3) 課綱十九項議題：性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育。
- (4) 縣訂議題：失智症。
- (5) 其他議題：性剝削防治教育、職業試探、交通安全、媒體素養、消費者保護、食農教育、高齡教育。
- (6) 健康促進議題：視力保健、口腔衛生、健康體位、菸(檳)害防治、全民健保(含正確用藥)、性教育(含愛滋病防治)、心理健康。