

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)

115 學年度 三 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 8/31-9/5 8/31(一)開學	壹、健康一把罩 一. 我升上三年級了 貳、運動真快樂 五. 好玩的墊上運動	1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 3b-Ⅱ-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。	Aa-Ⅱ-1 生長發育的意義與成長個別差異。 Ia-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 能觀察作息和環境，知道和低年級不一樣的地方。 2. 表現認真參與及友善互動的學習態度。 3. 會欣賞並支持同學的表現。	1. 觀察評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	
第二週 9/6-9/12	壹、健康一把罩 一. 我升上三年級了 貳、運動真快樂 五. 好玩的墊上運動	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角	Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 Ia-Ⅱ-1 滾	1. 透過活動，了解能力的提升是成長的一部分。 2. 透過參與活	1. 觀察評量	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	

	動	色和責任。	翻、支撐、平衡與擺盪動作。	動，認識並適應新環境。 3. 學習如何安全的進行墊上活動。			
第三週 9/13-9/19	壹、健康一把罩 一. 我升上三年級了 貳、運動真快樂 五. 好玩的墊上運動	3a-II-1 演練基本的健康技能。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。 Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 能運用骨骼、軟骨、肌肉及關節的結合，做出許多動作。 2. 能學習並表現出指定動作。 3. 專注觀賞他人的動作表現。	1. 觀察評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【性教育】(含愛滋病防治)	
第四週 9/20-9/26	壹、健康一把罩 一. 我升上三年級了 貳、運動真快樂 五. 好玩的墊上運動	2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。 Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 掌握動作要領，完成滾翻前的動作。 2. 能做出前滾翻動作。 3. 能說出同學表現的優點。	1. 行為檢核	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。 【性教育】(含愛滋病防治)	

		活動。					
第五週 9/27-10/3 9/28 教師節放假	壹、健康一把罩 一. 我升上三年級了 貳、運動真快樂 六. 快樂向前衝	3a-Ⅱ-1 演練基本的健康技能。 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。	Da-Ⅱ-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。 Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 能在日常生活中展現促進健康的行為。 2. 能於活動中展現正確的跑步動作。	1. 行為檢核	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【性剝削防治教育】	
第六週 10/4-10/10 雙十節補假一天 10/9(五)	壹、健康一把罩 二. 我是 EQ 高手 貳、運動真快樂 六. 快樂向前衝	2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 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。	Fa-Ⅱ-3 情緒的類型與調適方法。 Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 能認識不同的情緒。 2. 能了解遇到不同的情境會有不同的情緒反應。 3. 鼓勵學童學習奧林匹克運動的精神。	1. 行為檢核	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第七週 10/11-10/17	壹、健康一把罩 二. 我是 EQ 高手 貳、運動真快樂	2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、	Fa-Ⅱ-3 情緒的類型與調適方法。	1. 與同學相處時，分辨令人感到愉快及不	1. 觀察評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	

	六. 快樂向前衝	學校等因素之影響。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	愉快的行為。 2. 可以利用課餘時間練習。			
第八週 10/18-10/24	壹、健康一把罩 貳. 我是 EQ 高手 七. 拋擲接真有趣	1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 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。	Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 Fa-Ⅱ-3 情緒的類型與調適方法。	1. 積極體驗拋球活動。 2. 可以和他人合作完成活動。 3. 順利完成拋球動作。	1. 觀察評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【家庭暴力防治課程】	
第九週 10/25-10/31 光復節補假一天 10/26(一)	壹、健康一把罩 貳. 我是 EQ 高手 七. 拋擲接真有趣	3b-Ⅱ-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動	Fa-Ⅱ-3 情緒的類型與調適方法。 Ha-Ⅱ-1 網/牆	1. 能運用「同理心」設身處地為他人著想。	1. 態度評量	【家庭教育】 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。	

		技能。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。	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。	2. 能他人合作練習拋接。		【家庭暴力防治課程】	
第十週 11/1-11/7 第一次定期評量 11/5(四)- 11/6(五)	壹、健康一把罩 二. 我是EQ高手 貳、運動真快樂 七. 拋擲接真有趣	4b-Ⅱ-1 清楚說明個人對促進健康的立場。 2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。	Fa-Ⅱ-3 情緒的類型與調適方法。 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。	1. 能知道調適情緒的方法。 2. 能在日常生活中用健康的態度尊重體諒別人。 3. 會和他人合作進行拋接球。	1. 行為檢核	【家庭教育】 家E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。 【家庭暴力防治課程】	
第十一週 11/8-11/14	壹、健康一把罩 三. 健康保衛戰 貳、運動真快樂 八. 一起來玩球	1b-Ⅱ-1 認識健康技能和生活技能對	Da-Ⅱ-1 良好的衛生習慣。 Hb-Ⅱ-1 陣地	1. 能在生活中落實個人的良好衛生習慣。	1. 觀察評量	【品德教育】 品E3 溝通合作與和諧人際關係。 【口腔衛生】	

		健康維護的重要性。 2b-Ⅱ-1 遵守健康的生活規範。 2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。	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。	2. 能熟知傳接球的動作要領，並於活動中正確應用。 3. 運用遊戲的合作和競爭策略，學會籃球的各種技巧。			
第十二週 11/15-11/21	壹、健康一把罩 三. 健康保衛戰 貳、運動真快樂 八. 一起來玩球	2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 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。	Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 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。	1. 能發覺不良的衛生習慣可能導致傳染病。 2. 能發覺傳染病可能對身體帶來的影響。 3. 運用遊戲的合作和競爭策略，學會籃球的各種技巧。	1. 觀察評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	

第十三週 11/22-11/28	壹、健康一把罩 三. 健康保衛戰 貳、運動真快樂 八. 一起來玩球	2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 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。	Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 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。	1. 了解並積極實踐傳染病的預防方法。 2. 能主動參與傳接球與運球活動，增進身體基本運動能力，養成運動習慣。 3. 能運用遊戲的合作和競爭策略，學會籃球的各種技巧。	1. 觀察評量	【科技教育】 科 E1 了解平日常見科技產品的用途與運作方式。	
第十四週 11/29-12/5	壹、健康一把罩 三. 健康保衛戰 貳、運動真快樂 八. 一起來玩球	4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	Fa-Ⅱ-3 情緒的類型與調適方法。 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、	1. 健保卡、健康存摺及全民健保相關功能。 2. 能在遊戲及活動中，遵守上課規則及比賽規範。 3. 能主動參與傳接球與運球活動，增進身	1. 行為檢核	【科技教育】 科 E1 了解平日常見科技產品的用途與運作方式。 【全民健保】	

			空間及人與人、人與球關係攻防概念。	體基本運動能力，養成運動習慣。			
第十五週 12/6-12/12	壹、健康一把罩 三. 健康保衛戰 貳、運動真快樂 九. 巾彩舞動	4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。 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。	Fa-Ⅱ-3 情緒的類型與調適方法。 Bc-Ⅱ-1 暖身、伸展動作原則。	1. 能體會全民健保的功能及便利性，進而愛惜醫療資源。 2. 學會利用毛巾做出伸展肢體的動作。	1. 態度評量	【科技教育】 科 E1 了解平日常見科技產品的用途與運作方式。 【全民健保】(含正確用藥)	
第十六週 12/13-12/19 運動會 12/19(六)	壹、健康一把罩 四. 營養補給站 貳、運動真快樂 九. 巾彩舞動	1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	Eb-Ⅱ-1 健康安全消費的訊息與方法。 Bc-Ⅱ-1 暖身、伸展動作原則。 Ib-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1. 能了解食用當季食物的好處。 2. 能主動積極表現基本的舞蹈動作。	1. 態度評量	【健康體位】	

第十七週 12/20-12/26 行憲紀念日放假 12/25(五)	壹、健康一把罩 四. 營養補給站 貳、運動真快樂 九. 巾彩舞動	3a-Ⅱ-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。	Ea-Ⅱ-3 飲食選擇的影響因素。 Ib-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1. 能了解食用當季及在地的食物，不但新鮮、營養，更是愛地球的行為。 2. 能與同學合作重組編舞。	1. 行為檢核	【健康體位】	
第十八週 12/27-1/2 元旦放假一天 1/1(五)	壹、健康一把罩 四. 營養補給站 貳、運動真快樂 十. 踢毽樂趣多	1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	Ea-Ⅱ-1 食物與營養的種類和需求。 Ab-Ⅱ-1 體適能活動。 Ic-Ⅱ-1 民俗運動基本動作與串接。	1. 能理解營養素的意義。 2. 能認識六大類食物所含的主要營養素。 3. 能認識其他用腳踢的活動。能了解接毽動作的要領與技巧。 4. 能學會接毽的基本動作及接毽拳遊戲。	1. 行為檢核	【食農教育】	
第十九週 1/3-1/9	壹、健康一把罩 四. 營養補給站 貳、運動真快樂 十. 踢毽樂趣多	1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。 4d-Ⅱ-2 參與	Ea-Ⅱ-1 食物與營養的種類和需求。 Ab-Ⅱ-1 體適能活動。	1. 能認識六大類食物所含的主要營養素。 2. 在欣賞及觀摩活動中，表	1. 行為檢核	【食農教育】	

		提高體適能與基本運動能力的身體活動。		現出尊重的態度。 3. 能學會踢毽的動作技巧，並應用於遊戲活動中。			
第二十週 1/10-1/16 第二次定期評量 1/12(二)- 1/13(三)	壹、健康一把罩 四. 營養補給站 貳、運動真快樂 十. 踢毽樂趣多	4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	Ea-Ⅱ-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。與營養的種類和需求。 Ic-Ⅱ-1 民俗運動基本動作與串接。	1. 能針對飲食營養不足的部分提出改善方法及建議，增進健康生活。 2. 能主動參與踢毽活動，增進身體基本運動能力，培養運動習慣。	1. 態度評量	【食農教育】	
第二十一週 1/17-1/20 1/20(三)休業式	貳、運動真快樂 七. 拋擲接真有趣 八. 一起來玩球	3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。	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。	1. 會和他人合作進行拋接球。 2. 能在遊戲及活動中，遵守上課規則及比賽規範。 3. 能運用遊戲的合作和競爭策略，學會籃	1. 態度評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	

				球的各種技巧。			
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 2/11-2/13 2/11(四)開學	壹、健康齊步走 一. 成長加油站 貳、運動樂無窮 五、愛運動也愛環保	1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 4d-Ⅱ-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	Aa-Ⅱ-1 生長發育的意義與成長個別差異。 Cd-Ⅱ-1 戶外休閒運動基本技能。	1. 能知道人的成長發育速度有個別差異。 2. 能說出騎自行車及跑、走運動的基本動作及益處。 3 能養成騎自行車的習慣，提升心肺功能，增進健康體適能。	1. 觀察評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向 【性侵害防治】	
第二週 2/14-2/20	壹、健康齊步走 一. 成長加油站 貳、運動樂無窮 五、愛運動也愛環保	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 4d-Ⅱ-1 培養規律運動的	Aa-Ⅱ-1 生長發育的意義與成長個別差異。 Ab-Ⅱ-1 體適能活動。	1. 能知道人的成長發育速度有個別差異。 2. 能養成跑、走動作練習的習慣，提升心肺功能，增進健康體適能。	1. 觀察評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向 【性侵害防治】	

		習慣並分享身體活動的益處。					
第三週 2/21-2/27	壹、健康齊步走 一. 成長加油站 貳、運動樂無窮 五、愛運動也愛環保 六、舞動精靈	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	Aa-II-2 人生各階段發展的順序與感受。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 能知道人生各階段發展的特徵。 2. 能做出正確的跑、走動作，並應用於生活中。 3. 能養成跑、走練習的習慣，提升心肺功能，增進健康體適能。 4. 能養成騎自行車及跑、走動作練習的習慣，提升心肺功能，增進健康體適能。	1. 觀察評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【性侵害防治】	
第四週 2/28-3/6 228 紀念日補假 3/1(一)	壹、健康齊步走 一. 成長加油站 貳、運動樂無窮 六、舞動精靈	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-3 表現主動參與、	Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。 Ib-II-1 音樂律動與模仿性	1. 能知道不同成長階段的營養需求。 2. 能確實做出身體各部位活	1. 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	

		樂於嘗試的學習態度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	創作舞蹈。	動的方法和運用。			
第五週 3/7-3/13	壹、健康齊步走 一、成長加油站 貳、運動樂無窮 六、舞動精靈	3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。 Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1. 能訂定成長計畫並培養良好生活習慣。 2. 能主動爭取或參與肢體動作表現的機會，例如參加才藝表演。 3. 課後時間能與家人進行移動或非移動性的肢體動作表現。	1. 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【視力保健】 【菸(檳)害防治】	
第六週 3/14-3/20	壹、健康齊步走 二、防災應變站 貳、運動樂無窮 七、跳箱真好玩	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動	1. 能認識火災會造成的災害。 2. 能了解火災來臨時的減災整備方法。 3. 認識跳箱運動的跳法及運	1. 口頭評量	【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。 安 E12 操作簡單的急救項目。	

		的正確性。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	作。	動方式。 4. 能做出跳箱的遊戲動作及完成跨越跳箱的動作。		安 E14 知道通報緊急事件的方式。	
第七週 3/21-3/27	壹、健康齊步走 二、防災應變站 貳、運動樂無窮 七、跳箱真好玩	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 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。	Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。 Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 能了解如何處理燒燙傷的傷口。 2. 能演練燒燙傷急救的步驟。 3. 能認識身體著火的滅火方式。 4. 能做出跳箱的遊戲動作及完成跨越跳箱的動作。	1. 口頭評量	【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。	
第八週 3/28-4/3	壹、健康齊步走 二、防災應變站 貳、運動樂無窮 七、跳箱真好玩 八、我是單槓高手	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。 Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動	1. 能知道避免火災的方法 2. 能知道正確的用電及用火常識。 3. 能完成跨越跳箱的動作。	1. 口頭評量	【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。	

		學習態度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	作。	4. 能落實平時自我身體活動。 5. 能透過簡單活動，伸展身體，熟悉單槓運動。			
第九週 4/4-4/10 兒童節補假一天 4/5(一)	壹、健康齊步走 二、防災應變站 貳、運動樂無窮 八、我是單槓高手	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 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。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。	1. 能模擬並演練火災來臨時求生避難的方式。 2. 能實際向家人提倡家庭逃生計畫。 3. 能透過簡單活動，伸展身體，熟悉單槓運動。 4. 能協助別人試作動作，並針對缺點加以改進。	1. 口頭評量	【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。	
第十週 4/11-4/17 第一次定期評量	壹、健康齊步走 二、防災應變站 貳、運動樂無窮	3a-II-1 演練基本的健康技能。	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生	1. 能於日常生活中做好防災準備，降低災	1. 行為檢核	【安全教育】 安 E1 了解安全教育。	

4/15(四)- 4/16(五)	八、我是單槓高手 九、兵兵樂無窮	4a-II-2 展現促進健康的行為。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	避難基本技巧。 Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。 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。	害來臨時的損害。 2. 能協助別人試作動作，並針對缺點加以改進。 3. 能透過桌球遊戲及活動，認識桌球的動作技能及練習策略。		安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E12 操作簡單的急救項目。 安 E14 知道通報緊急事件的方式。	
第十一週 4/18-4/24	壹、健康齊步走 三、為健康把關 貳、運動樂無窮 九、兵兵樂無窮	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。 Ha-II-1 網/牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍	1. 能透過桌球遊戲及活動，認識桌球的動作技能及練習策略。 2. 能學會桌球的技巧及比賽規則，以精進桌球技能。	1. 行為檢核	【家庭教育】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源	

			擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。				
第十二週 4/25-5/1 勞動節補假一天 4/30(五)	壹、健康齊步走 三、為健康把關 貳、運動樂無窮 九、兵兵樂無窮	4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊產品與服務。 3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。 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。	1. 平日生病或用藥時，能使用正確的方式處理。 2. 能學會桌球運動的技巧及比賽規則，以精進桌球技能。	1. 觀察評量	【家庭教育】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 【全民健保】(含正確用藥)	
第十三週 5/2-5/8 母親節活動 5/7(五)	壹、健康齊步走 三、為健康把關 貳、運動樂無窮 九、兵兵樂無窮 十、我是小小防衛兵	2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 1c-Ⅱ-2 認識	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	1. 能認識用藥過敏的六大徵兆。 2. 能遵守活動規則，並和同學合作進行練	1. 觀察評量	【家庭教育】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。	

		身體活動的傷害和防護概念。 2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	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。	習。 3. 能認真參與學習提升體適能，並養成喜愛運動的習慣。 4. 能認識身體活動的傷害及防護的概念。		【全民健保】（含正確用藥）	
第十四週 5/9-5/15	壹、健康齊步走 三、為健康把關 貳、運動樂無窮 十、我是小小防衛兵	4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊產品與服務。 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。	Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。 Bd-Ⅱ-2 技擊基本動作。	1. 能辨別身體重要器官部位須加以保護。 2. 能認識身體活動的傷害及防護概念。 3. 能表現出主動、樂於嘗試的學習態度。 4. 能認真參與練習並和他人一起學習。	1. 口頭評量	【家庭教育】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。	
第十五週 5/16-5/22	壹、健康齊步走 三、為健康把關	3a-Ⅱ-2 能於生活中獨立	Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影	1. 能了解正確就醫及用藥的	1. 口頭評量	【家庭教育】 家 E10 了解影響家庭	

	貳、運動樂無窮 十、我是小小防衛兵	操作基本的健康技能。 4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊產品與服務。 1c-Ⅱ-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。	響、安全用藥原則與社區藥局。 Bd-Ⅱ-2 技擊基本動作。	重要性。 2. 能辨別身體重要器官部位須加以保護。 3. 能表現出主動、樂於嘗試的學習態度。 4. 能完成技擊基本動作，並在活動中表現出尊重他人。 5. 能認真參與練習並和他人一起學習。		消費的傳播媒體等各種因素。 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 【全民健保】(含正確用藥)	
第十六週 5/23-5/29	壹、健康齊步走 四、社區健康 GO 貳、運動樂無窮 十一、齊心協力	2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。	Ca-Ⅱ-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 能知道維持社區環境整潔的好方法。 2. 能和同學互相合作一起合力完成接力練習。 3. 能知道於活動中如何和他人完成接力動作。	1. 觀察評量	【家庭教育】 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。	

第十七週 5/30-6/5 畢業考 6/3(四)-6/4(五)	壹、健康齊步走 四、社區健康 G0 貳、運動樂無窮 十一、齊心協力	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 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。	Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 能發現垃圾帶來的環境及健康問題並找出解決方法。 2. 能於活動中順利的和他人合作完成接力動作。	1. 行為檢核	【家庭教育】 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。	
第十八週 6/6-6/12 端午節放假一天 6/9(三)	壹、健康齊步走 四、社區健康 G0 貳、運動樂無窮 十一、齊心協力 十二、閃躲高手	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方式。 Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。	1. 能了解所在社區的衛生狀況。 2. 能認識登革熱的症狀。 3 能表現出學習精神，利用時間練習改善動作以求進步。 4 能知道如何進行新式躲避球比賽。	1. 行為檢核	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	

第十九週 6/13-6/19 畢業典禮 6/16(三)	壹、健康齊步走 四、社區健康 G0 貳、運動樂無窮 十二、閃躲高手	2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 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。	Fb-Ⅱ-2 常見傳染病預防原則與自我照護方式。 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。	1. 能認識防治老鼠的方法。 2. 能与他人合作進行閃躲技巧。 3. 能表現出學習精神，利用課間練習閃躲動作，以求進步。	1. 態度評量	【家庭教育】 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。	
第二十週 6/20-6/26 第二次定期評量 6/22(二)- 6/23(三)	壹、健康齊步走 四、社區健康 G0 貳、運動樂無窮 十二、閃躲高手	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。	Ca-Ⅱ-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 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、	1. 能了解參與社區活動，維持社區環境整潔，是自己的社會責任和義務。 2. 能与他人合作運用丟球的技巧擊中目標物。 3. 能努力學習	1. 觀察評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	

		3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。	停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。	投擲與閃躲技巧的動作。 4. 能知道如何進行新式躲避球比賽。			
第二十一週 6/27-6/30 6/30(三)休業式	貳、運動樂無窮 九、兵乓樂無窮 十二、閃躲高手	3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 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。	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。	1. 能在活動中學習與同學互助及彼此競爭的技巧。 2. 能運用閃躲及丟球的技巧於躲避球比賽中。	1. 態度評量	【心理健康】	

備註：

1. 該學期之課程計畫需經學年會議或領域教學研究會討論，並經課發會審議通過。
2. 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。