

113 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  | 混齡模式<br>或備註<br>(無則免填) |
|      |                       | 學習表現   | 學習內容   |  |  |   |                       |
| 第一週  | 壹、健康一把單<br>一. 我升上三年級了 | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。<br>2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。<br>3b-Ⅱ-2 能於引導下,表現基本的人際溝通互動技能。 | Aa-Ⅱ-1 生長發育的意義與成長個別差異。<br>Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 | 1. 能觀察作息和環境,知道和低年級不一樣的地方。<br>2. 能尋求家人與師長的協助,消除對新環境的陌生與不安。<br>3. 能用學習過的溝通技能,認識新同學。<br>4. 透過活動,了解能力的提升是成長的一部分。<br>5. 能與教師、同學互動,積極適應新環境與新生活。<br>6. 透過參與活動,認識並適應新環境。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【交通安全】<br>安E2 了解危機與安全。<br>安E3 知道常見事故傷害。<br>【食農教育】<br>食E1. 瞭解家鄉農業發展的歷史,認識家鄉的自然環境特色(土壤、水源、天氣等自然條件)與在地農業生產的關聯。<br>【性剝削教育】<br>性E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。<br>性E2 覺知身體意象對身心的影響。<br>【失智症】<br>人E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 |                       |
|      | 貳、運動真快樂<br>五. 好玩的墊上   | 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。  | 1a-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。                              | 1. 能完成指定動作的學習。<br>2. 表現認真參與及友善互動的學   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量                       |   |                       |

|     |                       |  |  |  |  |   |  |
|-----|-----------------------|--|--|--|--|---|--|
|     | 運動                    | 1c-Ⅱ-2 認識身體活動的傷害和防護概念。<br>2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。                                      |  | 習態度。<br>3. 專注觀賞他人的動作表現。<br>4. 在活動過程中，能知道如何保護自己。<br>5. 透過簡單暖身活動，伸展身體。<br>6. 會欣賞並支持同學的表現。  | 3. 行為檢核<br>4. 態度評量                       |   |  |
| 第二週 | 壹、健康一把單<br>一. 我升上三年級了 | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。<br>2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。<br>3b-Ⅱ-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 | Aa-Ⅱ-1 生長發育的意義與成長個別差異。<br>Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 | 1. 能觀察作息和環境，知道和低年級不一樣的地方。<br>2. 能尋求家人與師長的協助，消除對新環境的陌生與不安。<br>3. 能用學習過的溝通技能，認識新同學。<br>4. 透過活動，了解能力的提升是成長的一部分。<br>5. 能與教師、同學互動，積極適應新環境與新生活。<br>6. 透過參與活動，認識並適應新環境。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【交通安全】<br>安 E2 了解危機與安全。<br>安 E3 知道常見事故傷害。<br>【食農教育】<br>食 E1. 瞭解家鄉農業發展的歷史，認識家鄉的自然環境特色（土壤、水源、天氣等自然條件）與在地農業生產的關聯。<br>【性剝削教育】<br>性 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。<br>性 E2 覺知身體意象對身心的影響。<br>【失智症】<br>人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 |  |
|     | 貳、運動真快樂<br>五. 好玩的墊上   | 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。  | Ia-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。                              | 1. 能完成指定動作的學習。<br>2. 表現認真參與及友善互動的學   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量                       | 【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活   |  |

|     |                       |  |                          |  |  |  |  |
|-----|-----------------------|--|--------------------------|--|--|--|--|
|     | 運動                    | 1c-Ⅱ-2 認識身體活動的傷害和防護概念。<br>2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。      |                          | 習態度。<br>3. 專注觀賞他人的動作表現。<br>4. 在活動過程中，能知道如何保護自己。<br>5. 透過簡單暖身活動，伸展身體。<br>6. 會欣賞並支持同學的表現。            | 3. 行為檢核<br>4. 態度評量                       | 應該注意的安全。<br>安E6 了解自己的身體。                     |  |
| 第三週 | 壹、健康一把罩<br>一. 我登上三年級了 | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。<br>3b-Ⅱ-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 | Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 | 1. 透過活動，了解能力的提升是成長的一部分。<br>2. 能與教師、同學互動，積極適應新環境與新生活。<br>3. 透過參與活動，認識並適應新環境。                        | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【生命教育】<br>生E2 理解人的身體與心理面向。                   |  |
|     | 貳、運動真快樂<br>五. 好玩的墊上運動 | 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。<br>2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。         | Ia-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。    | 1. 透過簡單暖身活動，伸展身體。<br>2. 會欣賞並支持同學的表現。<br>3. 透過簡單暖身活動，伸展身體。<br>4. 學習如何安全的進行墊上活動。                     | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【安全教育】<br>安E4 探討日常生活應該注意的安全。<br>安E6 了解自己的身體。 |  |
| 第四週 | 壹、健康一把罩<br>一. 我登上三年級了 | 1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。<br>3a-Ⅱ-1 演練基本的健康技能。         | Da-Ⅱ-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。 | 1. 認識骨骼、軟骨、肌肉及關節的組合，並了解其功能及保健方法。<br>2. 能了解骨骼、軟骨、肌肉及關節的結合，讓身體能靈活活動。<br>3. 能運用骨骼、軟骨、肌肉及關節的結合，做出許多動作。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【生命教育】<br>生E2 理解人的身體與心理面向。                   |  |
|     | 貳、運動真快樂<br>五. 好玩的墊上運動 | 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。<br>2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。         | Ia-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。    | 1. 完成指定動作的學習。<br>2. 專注觀賞他人的動作表現。<br>3. 能學習並表現出指定動作。<br>4. 專注觀賞他人的動作表現。                             | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【安全教育】<br>安E4 探討日常生活應該注意的安全。<br>安E6 了解自己的身   |  |

|     |                      |  |                          |   |  |  |  |
|-----|----------------------|--|--------------------------|---|--|--|--|
|     |                      | 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。  |                          |   |  | 體。   |  |
| 第五週 | 壹、健康一把罩<br>一.我登上三年級了 | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。  | Da-Ⅱ-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。 | 1. 認識骨骼、軟骨、肌肉及關節的組合，並了解其功能及保健方法。<br>2. 能認識增進骨骼、軟骨、肌肉及關節健康的方法。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【生命教育】<br>生E2理解人的身體與心理面向。                  |  |
|     | 貳、運動真快樂<br>五.好玩的墊上運動 | 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。<br>2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。<br>3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。<br>4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。 | 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。<br>2. 學習過程中能掌握動作要領，完成斜坡前滾翻動作。<br>3. 能做出斜坡前滾翻動作。<br>4. 能做出前滾翻動作。<br>5. 能說出自己練習動作的心得。<br>6. 能說出同學表現的優點。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【安全教育】<br>安E4探討日常生活應該注意的安全。<br>安E6了解自己的身體。 |  |
| 第六週 | 壹、健康一把罩<br>一.我登上三年級了 | 2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。<br>3a-Ⅱ-1 演練基本的健康技能。<br>4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。                              | Da-Ⅱ-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。 | 1. 能知道書包過重及姿勢不良對身體的影響。<br>2. 能積極實踐書包減重。<br>3. 能知道背書包的正確姿勢。<br>4. 能在日常生活中展現促進健康的行為。  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【生命教育】<br>生E2理解人的身體與心理面向。                  |  |
|     | 貳、運動真快樂<br>六.快樂向前衝   | 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。  | Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。     | 1. 能努力體驗不同擺臂動作跑步。<br>2. 能練習正確擺臂動作。<br>3. 能和同學合作學習正確的跑步動作。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【品德教育】<br>品E3溝通合作與和諧人際關係。                  |  |

|     |                        |  |  |  |  |                                       |  |
|-----|------------------------|--|--|--|--|---------------------------------------|--|
|     |                        | 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。<br>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。   |  | 4. 能於活動中展現正確的跑步動作。   |  |                                       |  |
| 第七週 | 壹、健康一把罩<br>二. 我是 EQ 高手 | 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。                                     | Fa-II-3 情緒的類型與調適方法。                            | 1. 能認識不同的情緒。<br>2. 能在遊戲中藉由表情或動作猜出正確的情緒。<br>3. 能了解遇到不同的情境會有不同的情緒反應。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【家庭教育】<br>家E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。 |  |
|     | 貳、運動真快樂<br>六. 快樂向前衝    | 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。<br>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。 | Cb-II-3 奧林匹克運動會的起源與訴求<br>Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 1. 學習跑步後的保健事項。<br>2. 讓學童能了解奧林匹克的由來與訴求。<br>3. 鼓勵學童學習奧林匹克運動的精神。      | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【品德教育】<br>品E3 溝通合作與和諧人際關係。            |  |
| 第八週 | 壹、健康一把罩<br>二. 我是 EQ 高手 | 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。                              | Fa-II-3 情緒的類型與調適方法。                            | ◆與同學相處時，能分辨令人感到愉快及不愉快的行為。  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【家庭教育】<br>家E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。 |  |
|     | 貳、運動真快樂<br>六. 快樂向前衝    | 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br>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。                          | 1. 可以和他人分組合作進行班級100公尺比賽。<br>2. 可以利用課餘時間練習。                         | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【品德教育】<br>品E3 溝通合作與和諧人際關係。            |  |
| 第九週 | 壹、健康一把罩<br>二. 我是 EQ 高手 | 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。                              | Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。                      | 1. 能知道「我訊息」的使用技巧。<br>2. 遇到令人不愉快的事情時，能平靜的與人溝通。                      | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核            | 【家庭教育】<br>家E4 覺察個人情緒並適切表達，與家          |  |

|      |                      |   |  |   |  |                                      |  |
|------|----------------------|---|--|---|--|--------------------------------------|--|
|      |                      | 3b-Ⅱ-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。                                 | Fa-Ⅱ-3 情緒的類型與調適方法。   | 3. 能使用「我訊息」演練與他人溝通的方式。  | 4. 態度評量                                  | 人及同儕適切互動。                            |  |
|      | 貳、運動真快樂<br>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。 | 1. 積極體驗拋球活動。<br>2. 可以和他人合作完成活動。<br>3. 順利完成拋球動作。<br>4. 完成高低遠近不同的拋接。                                  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【品德教育】<br>品E3溝通合作與和諧人際關係。            |  |
| 第十週  | 壹、健康一把罩<br>二. 我是EQ高手 | 2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。<br>3b-Ⅱ-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 | Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。<br>Fa-Ⅱ-3 情緒的類型與調適方法。             | 1. 能分辨有關同理心的事件。<br>2. 能運用「同理心」設身處地為他人著想。  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【家庭教育】<br>家E4覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。 |  |
|      | 貳、運動真快樂<br>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。<br>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. 完成拋接練習。<br>2. 能他人合作練習拋接。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【品德教育】<br>品E3溝通合作與和諧人際關係。            |  |
| 第十一週 | 壹、健康一把罩<br>二. 我是EQ高手 | 2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。<br>4b-Ⅱ-1 清楚說明個人對促進健康的立場。      | Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。<br>Fa-Ⅱ-3 情緒的類型與調適方法。             | 1. 能知道調適情緒的方法。<br>2. 了解每個人都可能有情緒的困擾，要適當抒發情緒。<br>3. 當不好的情緒產生時，能用適當的方法緩和心情。<br>4. 不小心傷害到別人時，能道歉並遵守約定。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【家庭教育】<br>家E4覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。 |  |

|      |                      |  |  |   |  |                                   |  |
|------|----------------------|--|--|---|--|-----------------------------------|--|
|      |                      |  |  | 5. 能在日常生活中用健康的態度尊重體諒別人。   |  |                                   |  |
|      | 貳、運動真快樂<br>七. 拋擲接真有趣 | 2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。              | 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。         | 1. 會和他人合作進行拋接球。<br>2. 於活動中展現出拋接球動作。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【品德教育】<br>品E3 溝通合作與和諧人際關係。        |  |
| 第十二週 | 壹、健康一把罩<br>三. 健康保衛戰  | 1b-Ⅱ-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。<br>2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。<br>2b-Ⅱ-1 遵守健康的生活規範。     | Da-Ⅱ-1 良好的衛生習慣。  | 1. 了解個人衛生習慣對健康的重要性。<br>2. 能在生活中落實個人的良好衛生習慣。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【科技教育】<br>科E1 了解平日常見科技產品的用途與運作方式。 |  |
|      | 貳、運動真快樂<br>八. 一起來玩球  | 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。<br>2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。 | 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、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 1. 能熟知傳接球的動作要領，並於活動中正確應用。<br>2. 能主動參與傳接球活動，增進身體基本運動能力，養成運動習慣。<br>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<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【品德教育】<br>品E3 溝通合作與和諧人際關係。        |  |
| 第十三週 | 壹、健康一把罩<br>三. 健康保衛戰  | 2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。<br>2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重                            | Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。   | 1. 認識傳染病的種類。<br>2. 能發覺不良的衛生習慣可能導致傳染病。<br>3. 能發覺傳染病可能對身體帶來的影響。                               | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【科技教育】<br>科E1 了解平日常見科技產品的用途與運作方式。 |  |

|      |                     |   |  |  |  |                                   |  |
|------|---------------------|---|--|--|--|-----------------------------------|--|
|      |                     | 性。  |  |  |  |                                   |  |
|      | 貳、運動真快樂<br>八. 一起來玩球 | 2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br>4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。 | 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、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | ◆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<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【品德教育】<br>品E3 溝通合作與和諧人際關係。        |  |
| 第十四週 | 壹、健康一把罩<br>三. 健康保衛戰 | 2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。<br>2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。<br>4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。  | Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。   | 1. 認識傳染病的傳播途徑。<br>2. 了解並積極實踐傳染病的預防方法。<br>3. 能於生活中落實個人的良好衛生習慣。  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【科技教育】<br>科E1 了解平日常見科技產品的用途與運作方式。 |  |
|      | 貳、運動真快樂<br>八. 一起來玩球 | 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。<br>2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。     | 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. 能熟知運球的動作要領，並於活動中正確應用。<br>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。<br>3. 能在遊戲及活動中，遵守上課規則及比賽規範。<br>4. 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<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【品德教育】<br>品E3 溝通合作與和諧人際關係。        |  |
| 第十五週 | 壹、健康一把罩<br>三. 健康保衛戰 | 4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。  | Fa-Ⅱ-3 情緒的類型與調適方法。   | ◆健保卡、健康存摺及全民健保相關功能。  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核            | 【科技教育】<br>科E1 了解平日常見科技產品的用途與      |  |

|      |                     |  |  |  |  |                                   |  |
|------|---------------------|--|--|--|--|-----------------------------------|--|
|      |                     |  |  |  | 4. 態度評量                                  | 運作方式。                             |  |
|      | 貳、運動真快樂<br>八. 一起來玩球 | 2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。<br>3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br>4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。 | 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、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 1. 能在遊戲及活動中，遵守上課規則及比賽規範。<br>2. 能運用遊戲的合作和競爭策略，學會籃球的各種技巧。<br>3. 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。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【品德教育】<br>品E3 溝通合作與和諧人際關係。        |  |
| 第十六週 | 壹、健康一把罩<br>三. 健康保衛戰 | 4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。<br>4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。                            | Fa-Ⅱ-3 情緒的類型與調適方法。   | 1. 能於引導下正確使用全民健保相關功能。<br>2. 能體會全民健保的功能及便利性，進而愛惜醫療資源。<br>3. 認識住家附近的醫院及診所。                       | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【科技教育】<br>科E1 了解平日常見科技產品的用途與運作方式。 |  |
|      | 貳、運動真快樂<br>九. 巾彩舞動  | 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。<br>2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。         | Bc-Ⅱ-1 暖身、伸展動作原則。  | 1. 在遊戲中認識並體會毛巾多用途的樂趣。<br>2. 學會利用毛巾做出伸展肢體的動作。<br>3. 運用身體部位接毛巾。                                  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無                                 |  |
| 第十七週 | 壹、健康一把罩<br>四. 營養補給站 | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的的方法。   | Ea-Ⅱ-3 飲食選擇的影響因素。<br>Eb-Ⅱ-1 健康安全消費的訊息與方法。                          | 1. 能認識臺灣的當季水果。<br>2. 能了解食用當季食物的好處。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無                                 |  |
|      | 貳、運動真快樂<br>九. 巾彩舞動  | 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-Ⅱ-1 表現聯合性動                                    | Bc-Ⅱ-1 暖身、伸展動作原則。<br>Ib-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。                          | 1. 能舞動毛巾做出有節奏性的律動動作。<br>2. 能主動積極表現基本的舞蹈動作。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無                                 |  |

|      |                     |  |   |  |  |   |  |
|------|---------------------|--|---|--|--|---|--|
|      |                     | 作技能。<br>4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。                                  |   | 3. 能與同學合作做出聯合性的舞蹈動作。   |  |   |  |
| 第十八週 | 壹、健康一把罩<br>四. 營養補給站 | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。<br>3a-Ⅱ-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。                      | Ea-Ⅱ-3 飲食選擇的影響因素。<br>Eb-Ⅱ-1 健康安全消費的訊息與方法。 | 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。<br>2. 能認識分辨在地和進口蔬果的方法。<br>3. 能於日常生活中做出適當的選擇，落實吃當季、食在地的理念。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無 |  |
|      | 貳、運動真快樂<br>九. 巾彩舞動  | 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 | Ib-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。                      | 1. 能進行巾舞門系列動作展演。<br>2. 能與同學合作重組編舞。<br>3. 能進行巾舞門系列動作展演。                                       | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無 |  |
| 第十九週 | 壹、健康一把罩<br>四. 營養補給站 | 1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。  | Ea-Ⅱ-1 食物與營養的種類和需求。                       | 1. 能理解營養素的意義。<br>2. 能知道不同營養素的名稱。<br>3. 能知道不同營養素的功能。<br>4. 能認識六大類食物所含的主要營養素。                  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無 |  |
|      | 貳、運動真快樂<br>十. 踢毽樂趣多 | 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。                      | Ab-Ⅱ-1 體適能活動。<br>Ic-Ⅱ-1 民俗運動基本動作與串接。      | 1. 能了解毽子的由來。<br>2. 能認識其他用腳踢的活動。<br>3. 能了解接毽動作的要領與技巧。<br>4. 能學會接毽的基本動作及接毽                     | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無 |  |

|       |                            |   |                                      |   |  |   |  |
|-------|----------------------------|---|--------------------------------------|---|--|---|--|
|       |                            | 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。<br>4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。                        |                                      | 拳遊戲。  |  |   |  |
| 第二十週  | 壹、健康一把罩<br>四. 營養補給站        | 1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。   | Ea-Ⅱ-1 食物與營養的種類和需求。                  | 1. 能知道不同營養素的功能。<br>2. 能認識六大類食物所含的主要營養素。<br>3. 能知道食物含有分量較多的主要營養素及分量較少的其他營養素。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無 |  |
|       | 貳、運動真快樂<br>十. 踢毽樂趣多        | 2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。<br>3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。<br>4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。 | Ab-Ⅱ-1 體適能活動。<br>Ic-Ⅱ-1 民俗運動基本動作與串接。 | 1. 在欣賞及觀摩活動中，表現出尊重的態度。<br>2. 能學會踢毽基本動作與踢毽遊戲的動作技巧。<br>3. 能學會踢毽的動作技巧，並應用於遊戲活動中。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無 |  |
| 第二十一週 | 貳、運動真快樂<br>十. 踢毽樂趣多        | 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。<br>4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。                        | Ab-Ⅱ-1 體適能活動。<br>Ic-Ⅱ-1 民俗運動基本動作與串接。 | 1. 能學會踢毽的動作技巧，並應用於遊戲活動中。<br>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. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無 |  |
| 第二十二週 | 複習週<br>貳、運動真快樂<br>十. 踢毽樂趣多 | 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。<br>4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身                            | Ab-Ⅱ-1 體適能活動。<br>Ic-Ⅱ-1 民俗運動基本動作與串接。 | 1. 能學會踢毽的動作技巧，並應用於遊戲活動中。<br>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. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無 |  |

|      |                      | 體活動。   |   |   |  |                           |                       |
|------|----------------------|--|---|---|--|---------------------------|-----------------------|
| 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                      | 混齡模式<br>或備註<br>(無則免填) |
|      |                      | 學習表現   | 學習內容                                    |   |  |                           |                       |
| 第一週  | 壹、健康齊步走<br>一. 成長加油站  | 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。   | Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。                 | 1. 能知道人的成長發育速度有個別差異。<br>2. 能知道自己身高體重的變化。  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【生命教育】<br>生E2理解人的身體與心理面向。 |                       |
|      | 貳、運動樂無窮<br>五、愛運動也愛環保 | 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。<br>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。<br>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 | Ab-II-1 體適能活動。<br>Cd-II-1 戶外休閒運動基本技能。   | 1. 知道騎自行車及慢跑運動的基本動作及益處。<br>2. 知道騎自行車的安全配備及裝備。<br>3. 知道如何正確且安全的學會騎自行車。                       | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無                         |                       |
| 第二週  | 壹、健康齊步走<br>一. 成長加油站  | 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。  | Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。                 | 1. 能知道人的成長發育速度有個別差異。<br>2. 能知道影響生長發育的因素。  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【生命教育】<br>生E2理解人的身體與心理面向。 |                       |
|      | 貳、運動樂無窮<br>五、愛運動也愛環保 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。<br>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 | Ab-II-1 體適能活動。<br>Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 1. 知道慢跑運動的基本動作及練習策略。<br>2. 透過慢跑練習，提升心肺功能，增進健康體適能。<br>3. 知道慢跑運動的基本動作及益處。<br>4. 培養認真參與及遵守團隊規範 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無                         |                       |

|     |                                |   |  |   |  |                           |  |
|-----|--------------------------------|---|--|---|--|---------------------------|--|
|     |                                |   |  | 的運動精神。  |  |                           |  |
| 第三週 | 壹、健康齊步走<br>一. 成長加油站            | 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。  | Aa-II-2 人生各階段發展的順序與感受。   | 1. 能知道人生各階段發展的特徵。<br>2. 能知道家人所處的人生階段。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【生命教育】<br>生E2理解人的身體與心理面向。 |  |
|     | 貳、運動樂無窮<br>五、愛運動也愛環保<br>六、舞動精靈 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。<br>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 | Ab-II-1 體適能活動。<br>Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。<br>Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 | 1. 知道慢跑運動的基本動作及練習策略。<br>2. 透過慢跑練習，提升心肺功能，增進健康體適能。<br>3. 知道提升體適能的方法及益處。<br>4. 能認識多種動物的形態。<br>5. 能做出多種動物的動作特徵。<br>6. 能欣賞同學間的創作。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無                         |  |
| 第四週 | 壹、健康齊步走<br>一. 成長加油站            | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。  | Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。   | 1. 能知道不同成長階段的營養需求。<br>2. 能關心自己及家人的飲食習慣。<br>3. 能向家人宣導健康理念。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【生命教育】<br>生E2理解人的身體與心理面向。 |  |
|     | 貳、運動樂無窮<br>六、舞動精靈              | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。<br>3c-II-1 表現聯合性動               | Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。  | 1. 能認識多種動物的形態。<br>2. 能做出多種動物的動作特徵。<br>3. 能欣賞同學間的創作。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無                         |  |

|     |                    |   |   |   |  |  |  |
|-----|--------------------|---|---|---|--|--|--|
|     |                    | 作技能。  |   |   |  |  |  |
| 第五週 | 壹、健康齊步走<br>一.成長加油站 | 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。<br>4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。 | Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。<br>Aa-II-2 人生各階段發展的順序與感受。             | 1. 能檢視自己在生活能力方面有哪些提升。<br>2. 能知道能力的進步也是長大的一部分。<br>3. 能訂定成長計畫並培養良好生活習慣。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | <b>【生命教育】</b><br>生E2 理解人的身體與心理面向。  |  |
|     | 貳、運動樂無窮<br>六、舞動精靈  | 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。  | Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。   | 1. 能做到每個動物的律動方式。<br>2. 能主動積極參與學習。<br>3. 能配合音樂完成動作律動。<br>4. 能確實做到執行單一身體部位的活動或聯合性的動作。<br>5. 能主動積極表現基本的律動。<br>6. 能與同學合作完成主題聯想任務。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無  |  |
| 第六週 | 壹、健康齊步走<br>二、防災應變站 | 1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。   | Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。<br>Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。 | 1. 能認識火災會造成的災害。<br>2. 能了解火災來臨時的減災整備方法。  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | <b>【安全教育】</b><br>安E1 了解安全教育。<br>安E4 探討日常生活應該注意的安全。<br>安E12 操作簡單的急救項目。<br>安E14 知道通報緊急事件的方式。<br><b>【防災教育】</b><br>防E5 不同災害發生時的適當避難行 |  |

|     |                    |  |   |   |  |   |  |
|-----|--------------------|--|---|---|--|---|--|
|     |                    |  |   |   |  | 為。  |  |
|     | 貳、運動樂無窮<br>七、跳躍真好玩 | 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。<br>1d-Ⅱ-2描述自己或他人動作技能的正確性。<br>2d-Ⅱ-1 描述參與身體活動的感覺。 | 1a-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。                                       | 1. 透過討論活動，克服進行跳箱運動時的恐懼。<br>2. 了解跳箱運動會運用身體哪些部位的肌力。<br>3. 透過簡單的遊戲來活動身體，熟悉跳箱運動。<br>4. 表現認真參與及友善互動的學習態度。<br>5. 專注觀賞他人的動作表現。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【安全教育】<br>安E4探討日常生活應該注意的安全。<br>安E6了解自己的身體。  |  |
| 第七週 | 壹、健康齊步走<br>二、防災應變站 | 2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。  | Ba-Ⅱ-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。<br>Ba-Ⅱ-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。 | 1. 能認識起火的原因。<br>2. 能了解避免引起火災的方法。  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【安全教育】<br>安E1 了解安全教育。<br>安E4探討日常生活應該注意的安全。<br>安E12 操作簡單的急救項目。<br>安E14 知道通報緊急事件的方式。<br>【防災教育】<br>防E5 不同災害發生時的適當避難行為。 |  |
|     | 貳、運動樂無窮<br>七、跳躍真好玩 | 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。<br>2d-Ⅱ-1 描述參與身體活動的感覺。<br>3c-Ⅱ-1 表現聯合性動          | 1a-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。                                       | 1. 學習做出指定的動作。<br>2. 做出全身聯合性的動作。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【安全教育】<br>安E4探討日常生活應該注意的安全。<br>安E6了解自己的身體。  |  |

|     |                                    |   |  |  |  |  |  |
|-----|------------------------------------|---|--|--|--|--|--|
|     |                                    | 作技能。  |  |  |  |  |  |
| 第八週 | 壹、健康齊步走<br>二、防災應變站                 | 1b-Ⅱ-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生<br>活技能。<br>3a-Ⅱ-1 演練基本的健<br>康技能。  | Ba-Ⅱ-2 灼燙傷、出血、<br>扭傷的急救處理方法。<br>Fb-Ⅱ-3 正確就醫習慣。 | 1. 能了解如何處理燒燙傷的傷<br>口。<br>2. 能演練燒燙傷急救的步驟。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【安全教育】<br>安 E1 了解安全教<br>育】。<br>安 E4 探討日常生活<br>應該注意的安全。<br>安 E12 操作簡單的<br>急救項目。<br>安 E14 知道通報緊<br>急事件的方式。<br>【防災教育】<br>防 E5 不同災害發生<br>時的適當避難行<br>為。 |  |
|     | 貳、運動樂無窮<br>七、跳躍真好玩<br>八、我是單槓高<br>手 | 1c-Ⅱ-1 認識身體活動<br>的動作技能。<br>2c-Ⅱ-3 表現主動參<br>與、樂於嘗試的學習態<br>度。<br>2d-Ⅱ-1 描述參與身體<br>活動的感覺。<br>3c-Ⅱ-1 表現聯合性動<br>作技能。<br>4c-Ⅱ-2 了解個人體適<br>能與基本運動能力表<br>現。 | Ia-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平<br>衡與擺盪動作。                      | 1. 能說出參與跳箱練習動作的感<br>覺。<br>2. 能說出他人動作表現的優點。<br>3. 能完成跳箱動作。<br>4. 透過簡單活動，伸展身體，熟<br>悉單槓運動。<br>5. 能雙手吊單槓雙腳夾球、投籃。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活<br>應該注意的安全。<br>安 E6 了解自己的身<br>體。   |  |
| 第九週 | 壹、健康齊步走<br>二、防災應變站                 | 2a-Ⅱ-2 注意健康問題<br>所帶來的威脅感與嚴重   | Ba-Ⅱ-1 居家、交通及戶<br>外環境的潛在危機與安                   | 1. 能模擬並演練火災來臨時逃生<br>避難的方式。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量                       | 【安全教育】<br>安 E1 了解安全教   |  |

|            |                                |   |   |   |   |   |  |
|------------|--------------------------------|---|---|---|---|---|--|
|            |                                | <p>性。</p> <p>3a-Ⅱ-1 演練基本的健康技能。</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>4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。</p>  | <p>全須知。</p> <p>Ba-Ⅱ-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。</p>            | <p>2. 能實際向家人提倡家庭逃生計畫的重要性。</p> <p>3. 能具備在火場逃生時的應變知識。</p>   | <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p>                               | <p>育。</p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>安 E12 操作簡單的急救項目。</p> <p>安 E14 知道通報緊急事件的方式。</p> <p><b>【防災教育】</b></p> <p>防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。</p> |  |
|            | <p>貳、運動樂無窮</p> <p>八、我是單槓高手</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>2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。</p> <p>3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。</p> | <p>1a-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。</p>                              | <p>1. 清楚動作要領並表現正確動作。</p> <p>2. 表現認真參與及友善互動的學習態度。</p> <p>3. 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>4. 能清楚動作要領，並做出正確的動作。</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><b>【安全教育】</b></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>第十週</p> | <p>壹、健康齊步走</p> <p>二、防災應變站</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</p>   | <p>Ba-Ⅱ-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。</p> <p>Ba-Ⅱ-3 防火、防震、防</p> | <p>1. 能了解防火設備對預防火災發生的重要性。</p> <p>2. 能於日常生活中做好防災準備，降低災害來臨時的損害。</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><b>【安全教育】</b></p> <p>安 E1 了解安全教育。</p> <p>安 E4 探討日常生活</p>   |  |

|      |                                |  |   |  |  |  |  |
|------|--------------------------------|--|---|--|--|--|--|
|      |                                | 康技能。<br>4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊產品與服務。<br>4a-II-2 展現促進健康的行為。   | 飢措施及逃生避難基本技巧。   | 3. 能判斷家中潛藏危險的地方。   |  | 應該注意的安全。<br>安 E12 操作簡單的急救項目。<br>安 E14 知道通報緊急事件的方式。<br>【防災教育】<br>防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。 |  |
|      | 貳、運動樂無窮<br>八、我是單槓高手<br>九、乒乓樂無窮 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。<br>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 | Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。<br>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. 能說出參與單槓練習動作的感覺。<br>2. 能說出他人的動作表現的優點。<br>3. 專注觀賞他人的動作表現。<br>4. 透過桌球遊戲及活動，認識桌球的動作技能及練習策略。<br>5. 能遵守活動規則，並和同學合作進行練習。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。<br>安 E6 了解自己的身體。                                       |  |
| 第十一週 | 壹、健康齊步走<br>三、為健康把關             | 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生技能。  | Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。   | ※能了解識別真、假訊息的方法。  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【家庭教育】<br>家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。<br>家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。                         |  |
|      | 貳、運動樂無窮<br>九、乒乓樂無窮             | 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  | 1. 透過桌球遊戲及活動，認識桌球的動作技能及練習策略。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量                       | 無  |  |

|      |                               |  |  |  |  |  |  |
|------|-------------------------------|--|--|--|--|--|--|
|      |                               | 略。<br>3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。                                 | 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. 能遵守活動規則，並和同學合作進行練習。<br>3. 學會桌球運動的技巧及比賽規則，以精進桌球技能。           | 3. 行為檢核<br>4. 態度評量                       |  |  |
| 第十二週 | 壹、健康齊步走<br>三、為健康把關            | 1b-Ⅱ-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。<br>4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊產品與服務。 | Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。                                 | 1. 能善用媒體或網站資訊識讀與健康有關的流言及假新聞。<br>2. 平日生病或用藥時，能使用正確的方式處理。        | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【家庭教育】<br>家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。<br>家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 |  |
|      | 貳、運動樂無窮<br>九、兵兵樂無窮            | 3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。<br>4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。        | 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. 能學會桌球運動的技巧及比賽規則，以精進桌球技能。<br>2. 能認真參與學習提升體適能，並養成喜愛運動的習慣。     | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無  |  |
| 第十三週 | 壹、健康齊步走<br>三、為健康把關            | 2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。<br>4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。             | Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。                                 | 1. 能認識用藥過敏的六大徵兆。<br>2. 能正確處理藥物過敏的情況。<br>3. 日常生活中，能做到預防藥物過敏的行為。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【家庭教育】<br>家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。<br>家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 |  |
|      | 貳、運動樂無窮<br>九、兵兵樂無窮<br>十、我是小小防 | 1c-Ⅱ-2 認識身體活動的傷害和防護概念。<br>2c-Ⅱ-2 表現增進團隊                    | Bd-Ⅱ-2 技擊基本動作。<br>Ha-Ⅱ-1 網 / 牆性球類運動相關的拋接球、持                  | 1. 遵守活動規則，並和同學合作進行練習。<br>2. 能認真參與學習提升體適能，                      | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核            | 無  |  |

|      |                      |  |                                     |  |  |   |  |
|------|----------------------|--|-------------------------------------|--|--|---|--|
|      | 衛兵                   | 合作、友善的互動行為。<br>2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。<br>4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。      | 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。 | 並養成喜愛運動的習慣。<br>3. 能意識、辨別身體重要器官部位防護的概念。<br>4. 能主動參與身體活動防護的概念。<br>5. 能表現出聯合性完成跪姿前撲護身倒法動作。  | 4. 態度評量                                  |   |  |
| 第十四週 | 壹、健康齊步走<br>三、為健康把關   | 4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊產品與服務。  | Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。        | 1. 能了解社區藥局的功能。<br>2. 用藥時能向合格藥師諮詢，解決用藥疑慮。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | <b>【家庭教育】</b><br>家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。<br>家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 |  |
|      | 貳、運動樂無窮<br>十、我是小小防衛兵 | 1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。<br>1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 | Bd-Ⅱ-2 技擊基本動作。                      | 1. 能辨別身體重要器官部位的防護概念。<br>2. 能學習防護動作的技能概念及練習策略。<br>3. 能主動參與練習，並保持樂於嘗試的學習態度。<br>4. 能表現出聯合性的動作反應。<br>5. 能在不同的危險情境下，即刻反應護身倒法動作來保護身體的重要部位。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無   |  |
| 第十五週 | 壹、健康齊步走<br>三、為健康把關   | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。  | Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與             | 1. 能了解社區藥局的功能。<br>2. 能認識住家附近的社區藥局。   | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量                       | <b>【家庭教育】</b><br>家 E10 了解影響家  |  |

|      |                      |   |                          |  |  |   |  |
|------|----------------------|---|--------------------------|--|--|---|--|
|      |                      | 3a-II-2能於生活中獨立操作基本的健康技能。<br>4a-II-1能於日常生活中，運用健康資訊產品與服務。   | 社區藥局。                    | 3. 有需求時，能到住家附近的社區藥局尋求服務。<br>4. 能做到生病找醫師、用藥找藥師的行為。  | 3. 行為檢核<br>4. 態度評量                       | 庭消費的傳播媒體等各種因素。<br>家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 |  |
|      | 貳、運動樂無窮十、我是小小防衛兵     | 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。<br>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。 | Bd-II-2 技擊基本動作。          | 1. 辨別身體重要器官部位的防護概念。<br>2. 能學習防護動作的技能概念及練習策略。<br>3. 能主動參與練習，並保持樂於嘗試的學習態度。<br>4. 能表現出聯合性的動作反應。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無                                       |  |
| 第十六週 | 壹、健康齊步走<br>四、社區健康 GO | 1a-II-2 了解促進健康生活的辦法。<br>2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。   | Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 | 1. 能認識自己社區的環境。<br>2. 能辨別社區環境中讓人喜歡或厭惡的情況。<br>3. 能知道維持社區環境整潔的好方法。                              | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【家庭教育】<br>家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。         |  |
|      | 貳、運動樂無窮十一、齊心協力       | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。                          | Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。    | 1. 可以學會接棒的動作要領。<br>2. 可以和他人合作完成接力練習。<br>3. 可以順利合作完成接力練習。                                     | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 無                                       |  |

|      |                      |  |   |   |  |  |  |
|------|----------------------|--|---|---|--|--|--|
|      |                      | 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。   |   |   |  |  |  |
| 第十七週 | 壹、健康齊步走<br>四、社區健康 GO | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。                     | Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。                          | 1. 能發現垃圾帶來的環境及健康問題並找出解決方法。<br>2. 能辨別垃圾分類的方式。  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【交通安全】<br>安 E2 了解危機與安全。<br>安 E3 知道常見事故傷害。<br>【食農教育】<br>食 E1. 瞭解家鄉農業發展的歷史, 認識家鄉的自然環境特色(土壤、水源、天氣等自然條件)與在地農業生產的關聯。<br>【性剝削教育】<br>性 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。<br>性 E2 覺知身體意象對身心的影響。<br>【失智症】<br>人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 |  |
|      | 貳、運動樂無窮<br>十一、齊心協力   | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>3d-II-1 運用動作技能 | Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。<br>Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 1. 學會過彎跑步的動作並完成彎道跑。<br>2. 能和其他人順利合作進行接力。<br>3. 能於活動中展現接力動作及彎道跑技巧。<br>4. 能正向樂觀的處理接力時可能 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【交通安全】<br>安 E2 了解危機與安全。<br>安 E3 知道常見事故傷害。<br>【食農教育】  |  |

|      |  |  |  |  |   |  |  |
|------|--|--|--|--|---|--|--|
|      |  | <p>的練習策略。</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>             |  | 發生的狀況。   |   | <p>食 E1. 瞭解家鄉農業發展的歷史，認識家鄉的自然環境特色（土壤、水源、天氣等自然條件）與在地農業生產的關聯。</p> <p><b>【性剝削教育】</b><br/>性 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。<br/>性 E2 覺知身體意象對身心的影響。</p> <p><b>【失智症】</b><br/>人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p> |  |
| 第十八週 | <p>壹、健康齊步走</p> <p>四、社區健康 GO</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>Ca-Ⅱ-1 健康社區的意識、責任與維護行動。</p> <p>Fb-Ⅱ-2 常見傳染病預防原則與自我照護方式。</p>                           | <p>1. 能了解所在社區的衛生狀況。</p> <p>2. 能認識登革熱的傳染途徑。</p> <p>3. 能認識登革熱的病媒蚊種類及習性。</p> <p>4. 能認識登革熱的症狀。</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><b>【家庭教育】</b><br/>家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。</p>   |  |
|      | <p>貳、運動樂無窮</p> <p>十一、齊心協力</p> <p>十二、閃躲高手</p> | <p>1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。</p>           | <p>Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p> <p>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</p> | <p>1. 可以和他人合作進行大隊接力。</p> <p>2. 於活動中展現相關技巧與運動精神。</p> <p>3. 能了解躲避球比賽進行的方式。</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><b>【品德教育】</b><br/>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>   |  |

|      |                      |   |  |  |  |                                 |  |
|------|----------------------|---|--|--|--|---------------------------------|--|
|      |                      |   | 與人、人與球關係攻防概念。  |  |  |                                 |  |
| 第十九週 | 壹、健康齊步走<br>四、社區健康 GO | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。<br>1b-Ⅱ-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。<br>2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。              | Fb-Ⅱ-2 常見傳染病預防原則與自我照護方式。   | 1. 能認識防治登革熱的方法。<br>2. 能知道清除病媒蚊孳生源的方法。<br>3. 能了解老鼠對健康所帶來的威脅。<br>4. 能認識防治老鼠的方法。                                    | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【家庭教育】<br>家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 |  |
|      | 貳、運動樂無窮<br>十二、閃躲高手   | 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。<br>2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。<br>3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習。 | 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. 學會相關的閃躲動作。<br>2. 運用閃躲動作完成闖關。<br>3. 於活動中展現閃躲的技巧。<br>4. 和他人互相合作進行演練。  | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【品德教育】<br>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。     |  |
| 第二十週 | 貳、運動樂無窮<br>十二、閃躲高手   | 2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。<br>2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。                        | 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. 知道如何擊地、高飛傳接球。<br>2. 會使用球擊中目標物。<br>3. 於活動中展現投擲與閃躲技巧。<br>4. 能修正閃躲動作並表現出來。<br>5. 了解躲避球比賽進行方式。<br>6. 知道如何展現運動家精神。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | 【品德教育】<br>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。   |  |  |  |                                  |  |
| 第二十一週 | 複習週<br>貳、運動樂無窮<br>十二、閃躲高手 | 2c-Ⅱ-1遵守上課規範和運動比賽規則。<br>2c-Ⅱ-3表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>3c-Ⅱ-1表現聯合性動作技能。<br>3d-Ⅱ-1運用動作技能的練習。 | 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. 知道如何擊地、高飛傳接球。<br>2. 會使用球擊中目標物。<br>3. 於活動中展現投擲與閃躲技巧。<br>4. 能修正閃躲動作並表現出來。<br>5. 了解躲避球比賽進行方式。<br>6. 知道如何展現運動家精神。 | 1. 觀察評量<br>2. 口頭評量<br>3. 行為檢核<br>4. 態度評量 | <b>【品德教育】</b><br>品E3溝通合作與和諧人際關係。 |  |

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。

**3. 混齡教育實施說明(未實施者毋須填列)：**

- (1) 混齡教育實施年段以同一學習階段安排為優先，或依課程規劃經校內課程發展委員會決議實際實施混齡教學年級。
- (2) 學校實施三年內至少擇一部定領域；實施四年以上至少擇二部定領域（其中一部定領域必須為語文、數學、社會與自然科學等領域），應每週固定排課或不得少於該領域全學年度節數之三分之二。

- (3) 混齡型態得參考以下型態，並納入該領域/科目學習與教學重點、教學進度及評量方式總表：
- a. 全班教學(使用同一份教材)
  - b. 平行課程(各年級使用各自的教材)
  - c. 螺旋課程(學習共同主題，各年級難度不同)
  - d. 課程輪替(全班一起同一份教材，但有設計輪流實施，今年上 A 年級課程，明年上 B 年級的課程)
  - e. 科目交錯(同一節課，A、B 年級分別上不同科目)
- (4) 混齡教育請依照單元架構繪製課程架構表(詳見 p. 16 混齡課程範例 1-1)