

10.健康與體育（康軒）

114 學年度四年級健康與體育領域/科目教學重點、教學進度及評量方式總表

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 或備註 (無則免 填)
		學習表現	學習內容				
第一週	第一單元 食在有營 養 第一課營 養要均衡	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。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。 Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。	1.覺察營養不均衡的原因。 2.注意營養不均衡可能造成的健康問題。	發表 實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
第一週	第四單元 球類遊戲 王 第一課足 球玩家	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。 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.認識盤球、踢球、停球的動作要領。 2.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3.表現盤球、踢球、停球、追逐球的動作技能。 4.運用合作與競爭策略完成足球活動。	操作 發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第二週	第一單元 食在有營 養	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。	Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。 Ea-II-2 飲食搭	1.願意改善個人營養不均衡的問題。 2.運用生活技能「解決問題」，改善營養不均衡的問題。	實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	

	第一課營養要均衡	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。	配、攝取量與家庭飲食型態。				
第二週	第四單元 球類遊戲王 第一課足球玩家	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。 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.認識盤球、踢球、停球的動作要領。 2.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3.表現盤球、踢球、停球、追逐球的動作技能。 4.運用合作與競爭策略完成足球活動。	操作觀察	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第三週	第一單元 食在有營養 第二課認識營養素	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。	Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。 Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。	1.認識營養素及其功能和食物來源。 2.了解六大類食物的主要營養素，均衡的攝取營養。 3.了解家人的飲食需求和飲食注意事項。	發表實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
第三週	第四單元 球類遊戲王 第一課足球玩家	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。 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.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 2.表現盤球、踢球、停球、追逐球的動作技能。 3.運用合作與競爭策略完成足球活動。 4.課後持續練習，增進盤球、踢球、停球的熟練度。	操作發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第四週	第一單元 食在有營	1a-II-2 了解促進健康生活的	Ea-II-1 食物與營養的種類和	1.了解家人的飲食需求和飲食注意事項。 2.遵守營養均衡的健康飲食原則。	發表實作	【品德教育】 品 E1 良好生	

	養 第二課認 識營養素	方法。 2b-II-1 遵守健 康的生活規範。	需求。 Ea-II-2 飲食搭 配、攝取量與家 庭飲食型態。			活 習 慣 與 德 行。	
第四週	第四單元 球類遊戲 王 第二課壘 上攻防	2c-II-2 表現增 進團隊合作、友 善的互動行為。 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。	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。	1.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 2.表現拋接球、傳接球、踢球、跑動踩壘 的動作技能。 3.運用合作與競爭策略完成守備跑分活 動。	操作 發表	【品德教育】 品 E3 溝通合 作與和諧人際 關係。	
第五週	第一單元 食在有營 養 第三課聰 明選食物	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-1 能於日 常生活中，運用 健康資訊、產品 與服務。	Eb-II-1 健康安 全消費的訊息 與方法。	了解食物的健康安全消費訊息與方法。	發表 實作	【品德教育】 品 E1 良好生 活 習 慣 與 德 行。	
第五週	第四單元 球類遊戲 王 第二課壘 上攻防	2c-II-2 表現增 進團隊合作、友 善的互動行為。 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。	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。	1.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 2.表現拋接球、傳接球、踢球、跑動踩壘 的動作技能。 3.運用合作與競爭策略完成守備跑分活 動。	操作 發表	【品德教育】 品 E3 溝通合 作與和諧人際 關係。	
第六週	第一單元 食在有營 養	1a-II-2 了解促 進健康生活的 方法。	Eb-II-1 健康安 全消費的訊息 與方法。	1.運用生活技能「做決定」，選購健康又安 全的食物。 2.在生活中運用健康安全消費的訊息與方	實作 總結性評量	【品德教育】 品 E1 良好生 活 習 慣 與 德	

	第三課聰明選食物	3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。		法，選購健康又安全的食物。		行。	
第六週	第四單元 球類遊戲王 第二課壘上攻防	2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 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。	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。	1.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 2.表現拋接球、傳接球、踢球、跑動踩壘的動作技能。 3.運用合作與競爭策略完成守備跑分活動。 4.課後持續練習，增進踢球、跑動踩壘的熟練度。	操作發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第七週	第二單元 拒菸拒酒 拒檳榔 第一課菸與煙的真相	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 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。	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。	1.認識一手菸、二手菸、三手菸。 2.注意吸菸對健康的危害。	發表實作	【資訊教育】 資 E2 使用資訊科技解決生活中簡單的問題。	
第七週	第五單元 跑跳過招 大進擊 第一課跑動活力躍	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 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.認識運動賽事和選手，表現觀眾的角色與責任。 2.認識快速跑的動作技能概念與動作練習的策略。 3.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 4.表現快速跑的動作。	操作發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	

		3c-II-1 表現聯合性動作技能。		5.表現快速跑、曲折跑、抬腿跑、折返跑、彎道跑、障礙跑的動作。			
第八週	第二單元 拒菸拒酒 拒檳榔 第一課菸與煙的真相	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 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。	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。	1.認識電子煙。 2.運用生活技能「批判性思考」，破除電子煙的迷思。 3.認識禁菸場所。	實作 演練	【資訊教育】 資 E2 使用資訊科技解決生活中簡單的問題。	
第八週	第五單元 跑跳過招 大進擊 第一課跑動活力躍	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 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。	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.認識快速跑、彎道跑的動作技能概念與動作練習的策略。 2.描述自己和他人快速跑動作的正確性。 3.表現快速跑、彎道跑的動作。 4.運用快速跑、彎道跑的動作練習策略。	操作 發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第九週	第二單元 拒菸拒酒 拒檳榔 第二課酒與檳榔	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。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。	1.注意飲酒對健康的危害。 2.運用生活技能「倡議宣導」，幫助家人戒酒。 3.清楚說明個人反對飲酒的立場。 4.使用事實證據支持自己反對飲酒的立場。	演練 實作	【資訊教育】 資 E2 使用資訊科技解決生活中簡單的問題。	
第九週	第五單元 跑跳過招	1d-II-1 認識動作技能概念與	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲	1.認識障礙跑的動作技能概念與動作練習的策	操作 觀察	【品德教育】 品 E3 溝通合	

	大進擊 第一課跑動活力躍	動作練習的策略。 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。	的遊戲。	略。 2.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3.表現障礙跑、線梯創意跑跳的動作。 4.運用障礙跑的動作練習策略。		作與和諧人際關係。	
第十週	第二單元 拒菸拒酒 拒檳榔 第二課酒與檳榔	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。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。	1.認識檳榔的組成。 2.注意嚼檳榔對健康的危害。 3.運用生活技能「做決定」，遠離檳榔的危害。	演練實作	【資訊教育】 資 E2 使用資訊科技解決生活中簡單的問題。	
第十週	第五單元 跑跳過招 大進擊 第一課跑動活力躍	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 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。	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.認識立定跳遠的動作技能概念與動作練習的策略。 2.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3.表現線梯創意跑跳，立定跳遠的動作。 4.運用立定跳遠的動作練習策略。 5.表現曲折跑、彎道跑、障礙跑的動作。	操作發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第十一週	第二單元 拒菸拒酒 拒檳榔 第三課向菸、酒、檳榔說不	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 4b-II-1 清楚說	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。 Bb-II-3 無菸家庭與校園的健康信念。	1.辨別生活中適用的生活技能，拒絕菸、酒、檳榔。 2.運用生活技能「拒絕技能」，拒絕菸、酒、檳榔。	演練實作	【法治教育】 法 E8 認識兒少保護。	

		明個人對促進健康的立場。					
第十一週	第五單元 跑跳過招 大進擊 第二課健康體適能	2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 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。 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。	Ab-II-2 體適能自我檢測方法。 Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。 Cb-II-4 社區運動活動空間與場域。 Cd-II-1 戶外休閒運動基本技能。	透過體適能檢測，了解個人體適能表現。	操作實作	【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）。	
第十二週	第二單元 拒菸拒酒 拒檳榔 第三課向菸、酒、檳榔說不	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。 Bb-II-3 無菸家庭與校園的健康信念。	1.遵守拒絕菸、酒、檳榔的健康信念。 2.清楚說明個人拒絕菸、酒、檳榔的立場。 3.使用事實證據支持自己拒絕菸、酒、檳榔的立場。	實作自評	【法治教育】 法 E8 認識兒少保護。	
第十二週	第五單元 跑跳過招 大進擊 第二課健康體適能	2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 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。 4c-II-1 了解影響運動參與的	Ab-II-2 體適能自我檢測方法。 Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。 Cb-II-4 社區運動活動空間與場域。 Cd-II-1 戶外休閒運動基本技	1.了解運動能幫助生長。 2.了解影響運動參與的因素，運用社區活動空間，規畫提高體適能的運動計畫。 3.透過登階、健走活動，學習登山運動基本技能並提高體適能的表現。 4.描述參與模擬登山活動的感覺。 5.課後參與登山活動，增進體適能。	發表實作	【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）。	

		因素，選擇提高體適能的運動計畫與資源。	能。				
第十三週	第三單元 熱與火的危機 第一課小心灼燙傷	3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。	1.學習與灼燙傷患者相處。 2.認識灼燙傷的分級。 3.了解造成灼燙傷的可能原因和預防灼燙傷的方法。	實作發表	【安全教育】 安E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。	
第十三週	第五單元 跑跳過招大進擊 第三課友善對練	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	Bd-II-1 武術基本動作。	1.認識橫肘、劈掌、上架的動作概念。 2.認識武術進攻、防守的練習策略。 3.描述他人進退攻防動作的正確性。 4.運用武術進攻、防守的練習策略進行演練。	操作發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第十四週	第三單元 熱與火的危機 第一課小心灼燙傷	3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。	1.演練灼燙傷的急救處理方法。 2.在生活中獨立操作灼燙傷的急救處理方法。	演練實作	【安全教育】 安E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。	
第十四週	第五單元 跑跳過招大進擊 第三課友善對練	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。	Bd-II-1 武術基本動作。	1.認識劈掌、上架的動作概念。 2.認識武術進攻、防守的練習策略。 3.主動參與、樂於嘗試活動。 4.運用武術進攻、防守的練習策略進行演練。	操作發表	【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。					
第十五週	第三單元 熱與火的危機 第二課防火安全檢查	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.覺察居家環境的潛在危機。 2.了解用電安全須知、危險用火行為。 3.遵守居家安全注意事項。 4.檢查並改善居家用電方式。	發表 實作	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	
第十五週	第六單元 嬉游樂舞鈴 第一課舞動一身	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 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。	Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 Ib-II-2 土風舞遊戲。	1.認識點、線、面肢體創作的動作技巧。 2.參與並欣賞點、線、面肢體創作。 3.表現點、線、面肢體創作。 4.模仿性創作各種工具行駛、運作的情境。 5.描述參與情境創作的感覺。	操作 發表	【海洋教育】 海 E9 透過肢體、聲音、圖像及道具等，進行以海洋為主題之藝術表現。	
第十六週	第三單元 熱與火的危機 第二課防火安全檢查	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.了解居家防火措施。 2.了解滅火器的使用方法。 3.遵守居家安全注意事項。	發表	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	
第十六週	第六單元 嬉游樂舞鈴 第一課舞動一身	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 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。	Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 Ib-II-2 土風舞遊戲。	1.與同學合作，完成丟丟銅仔土風舞。 2.進行丟丟銅仔土風舞展演時，表現觀賞者的角色和責任。	操作 發表	【海洋教育】 海 E9 透過肢體、聲音、圖像及道具等，進行以海洋為主題之藝術表現。	
第十七週	第三單元	1a-II-2 了解促	Ba-II-1 居家、	1.了解居家防火措施。	實作	【安全教育】	

	熱與火的 危機 第二課防火安全檢查	進健康生活的方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	2.遵守居家安全注意事項。 3.檢查並改善居家防火措施。 4.規畫家庭逃生計畫。		安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	
第十七週	第六單元 嬉游樂舞 鈴 第一課舞動一身	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 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。	Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 Ib-II-2 土風舞遊戲。	1.與同學合作，完成列車舞。 2.與同學合作，完成列車遊戲。	操作 運動撲滿	【海洋教育】 海 E9 透過肢體、聲音、圖像及道具等，進行以海洋為主題之藝術表現。	
第十八週	第三單元 熱與火的 危機 第二課防火安全檢查	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.了解公共場所防火措施。 2.檢查公共場所防火措施。	發表 實作	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	
第十八週	第六單元 嬉游樂舞 鈴 第二課打水遊戲	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	Cc-II-1 水域休閒運動基本技能。 Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲。	1.認識打水技能概念與動作練習的策略。 2.描述自己或他人打水動作的正確性。 3.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 4.表現扶牆打水、持浮板打水前進。 5.運用合作與競爭策略完成打水活動。	操作 發表	【海洋教育】 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。	
第十九週	第三單元 熱與火的 危機 第三課火	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-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.注意火災所帶來的威脅感與嚴重性。 2.演練發生火災時的應變方式。 3.澄清火災逃生避難的迷思。	演練 實作	【安全教育】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。	

	場應變	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3a-II-1 演練基本的健康技能。				【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。	
第十九週	第六單元 嬉游樂舞鈴 第二課打水遊戲	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	Cc-II-1 水域休閒運動基本技能。 Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲。	1.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 2.表現蹬牆漂浮打水前進、蹬地漂浮打水前進。 3.運用合作與競爭策略完成打水活動。	操作發表	【海洋教育】 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	第三單元 熱與火的危機 第三課火場應變	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3a-II-1 演練基本的健康技能。	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.認識火災逃生避難的原則和技巧。 2.演練火災逃生避難的原則和技巧。 3.認識緩降機使用方式。	演練實作	【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。	
第二十週	第六單元 嬉游樂舞鈴 第二課打水遊戲	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	Cc-II-1 水域休閒運動基本技能。 Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲。	1.認識趴浪運動基本裝備、基本動作。 2.認識趴浪打水前進、趴浪轉向的動作技能。 3.表現趴浪打水前進、趴浪轉向的動作技能。 4.課後持續練習，增進打水動作的熟練度。	操作發表	【海洋教育】 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。	
第二十一週	第三單元 熱與火的	1b-II-1 認識健康技能和生活	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施	1.認識身上著火時的處理方法。 2.演練身上著火時的處理方法。	演練 總結性評量	【安全教育】 安E4 探討日	

	危機 第三課火 場應變	技能對健康維 護的重要性。 2a-II-2 注意健 康問題所帶來 的威脅感與嚴 重性。 3a-II-1 演練基 本的健康技能。	及逃生避難基 本技巧。			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。	
第二十一週	第六單元 嬉游樂舞 鈴 第三課轉 動扯鈴	1c-II-1 認識身 體活動的動作 技能。 1d-II-2 描述自 己或他人動作 技能的正確性。 3c-II-1 表現聯 合性動作技能。	Ic-II-1 民俗運 動基本動作與 串接。	1.認識扯鈴握棍方式、起鈴後運鈴、使鈴 平衡、開線亮相的動作要領。 2.描述自己或他人扯鈴動作的正確性。 3.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 4.表現正確的扯鈴握棍方式。 5.表現地上起鈴後運鈴、使鈴平衡、滾動 起鈴後運鈴、開線亮相的動作。	操作 發表	【品德教育】 品 E6 同理分 享。	
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 或備註 (無則免 填)
		學習表現	學習內容				
第一週	第一單元 迎向青春 期 第一課相 處萬花筒	3b-II-1 透過模 仿學習，表現基 本的自我調適 技能。 3b-II-2 能於引 導下，表現基本 的人際溝通互 動技能。	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-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。	1.認識並表現增進人際關係的技能。 2.透過觀察與模仿，改善人際關係。 3.能於引導下表現有效溝通的技能，處理 爭執並改善人際關係。	發表 實作	【品德教育】 品 E6 同理分 享。	
第一週	第四單元 球來球往	1c-II-1 認識身 體活動的動作 技能。	Ha-II-1 網／牆 性球類運動相 關的拋接球、持	1.認識桌球的反手擊球、正手擊球、發球 動作技能要領。	操作 發表	【品德教育】 品 E6 同理分 享。	

	第一課桌球擊球趣	1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 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.與同伴合作，完成反手擊球、正手擊球、發球活動。 3.描述自己或他人桌球動作技能的正確性。 4.運用學會的桌球動作要領，完成桌球活動。 5.表現主動參與活動的學習態度，並遵守活動規則。 6.運用遊戲的合作和競爭策略完成桌球活動。 7.參與提高桌球運動能力的身體活動。			
第二週	第一單元 迎向青春 第一課相處萬花筒	3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。	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-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。	1.認識並表現增進人際關係的技能。 2.透過觀察與模仿，改善人際關係。 3.能於引導下表現有效溝通的技能，處理爭執並改善人際關係。	問答 演練	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第二週	第四單元 球來球往 第一課桌球擊球趣	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 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.認識桌球的反手擊球、正手擊球、發球動作技能要領。 2.與同伴合作，完成反手擊球、正手擊球、發球活動。 3.描述自己或他人桌球動作技能的正確性。 4.運用學會的桌球動作要領，完成桌球活動。 5.表現主動參與活動的學習態度，並遵守活動規則。 6.運用遊戲的合作和競爭策略完成桌球活	操作 發表	【品德教育】 品 E6 同理分享。	

				動。 7.參與提高桌球運動能力的身體活動。			
第三週	第一單元 迎向青春 期 第一課相 處萬花筒	3b-II-1 透過模 仿學習，表現基 本的自我調適 技能。 3b-II-2 能於引 導下，表現基本 的人際溝通互 動技能。	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-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。	1.能破除性別刻板印象，尊重每個人的特 質。 2.學習接納自己，建立並肯定自我的價值。	自評 實作	【品德教育】 品 E6 同理分 享。	
第三週	第四單元 球來球往 第二課籃 球輕鬆玩	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。 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.認識籃球基本動作要領。 2.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3.表現運球、護球、傳接球的動作技能。 4.運用合作與競爭策略完成籃球活動。	操作 發表	【人權教育】 人 E3 了解每 個人需求的不 同，並討論與 遵守團體的規 則。	
第四週	第一單元 迎向青春 期 第二課青 春你我他	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。 3b-II-1 透過模 仿學習，表現基 本的自我調適 技能。	Db-II-1 男女生 殖器官的基本 功能與差異。 Fa-II-3 情緒的 類型與調適方 法。	1.認識男性與女性的生理差異、第二性 徵、生殖器官及其功能。	問答	【品德教育】 品 E6 同理分 享。	
第四週	第四單元 球來球往 第二課籃	1c-II-1 認識身 體活動的動作 技能。 3c-II-1 表現聯	Hb-II-1 陣地攻 守性球類運動 相關的拍球、拋 接球、傳接球、	1.認識籃球基本動作要領。 2.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3.表現運球、護球、傳接球的動作技能。	操作 發表	【人權教育】 人 E3 了解每 個人需求的不 同，並討論與	

	球輕鬆玩	合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	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。	4.運用合作與競爭策略完成籃球活動。		遵守團體的規則。	
第五週	第一單元 迎向青春 期 第二課青春你我他	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。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。	Db-II-1 男女生殖器官的基本功能與差異。 Fa-II-3 情緒的類型與調適方法。	1.認識月經的成因。 2.認識月經的週期。 3.了解月經來臨時的處理方法。	問答	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第五週	第四單元 球來球往 第三課球 球來襲	2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 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。	Hc-II-1 標的性球類運動相關的拋球、擲球、滾球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。	1.團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 2.表現擲球、滾球的動作技能。 3.透過活動，探索擲球、滾球潛能，並表現正確的擲球、滾球技巧。	操作 實作	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第六週	第一單元 迎向青春 期 第二課青春你我他	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。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。	Db-II-1 男女生殖器官的基本功能與差異。 Fa-II-3 情緒的類型與調適方法。	1.了解夢遺的成因與因應方式。 2.面對並調適青春期所產生的心理與生理狀況。	實作 演練	【品德教育】 品 E6 同理分享。	

第六週	第四單元 球來球往 第四課攻 閃交手	2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 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。	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.認識並遵守躲避球攻守策略與比賽規則。 2.表現閃躲球、傳接球、投擲球的動作技能。 3.運用遊戲的合作和競爭策略完成躲避球活動。	操作發表	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第七週	第一單元 迎向青春 期 第三課尊 重與保護 自我	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。	1.認識身體自主權，分辨他人碰觸的適當性。 2.尊重自己和別人的身體。 3.知道如何保護自己的身體，遠離危險的情境。 4.知道身體自主權被侵害時，如何防範與尋求協助。	發表實踐	【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。 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。	
第七週	第五單元 投擊奔極 限 第一課傳 接投擲趣	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 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。	Cb-II-3 奧林匹克運動會的起源與訴求。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.認識奧林匹克運動會的起源、各項比賽種類及其精神。 2.了解接力跑的基本觀念。 3.認識正確的傳接棒動作。 4.表現原地傳接棒與在不同行進速度傳接棒的動作技能。	問答操作	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第八週	第一單元 迎向青春 期 第三課尊	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 3b-II-3 運用基本的生活技	Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。	1.認識身體自主權，分辨他人碰觸的適當性。 2.尊重自己和別人的身體。 3.知道如何保護自己的身體，遠離危險的	發表實作	【性別平等教育】 性E4 認識身體界限與尊重他人的身體自	

	重與保護自我	能，因應不同的生活情境。		情境。 4.知道身體自主權被侵害時，如何防範與尋求協助。		主權。 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。	
第八週	第五單元 投擊奔極限 第一課傳接投擲趣	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。 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。	Cb-II-3 奧林匹克運動會的起源與訴求。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.表現原地傳接棒與在不同行進速度傳接棒的動作技能。 2.認識掉棒、忘記換手時的處理方法。 3.認識接力完離開跑道的的方法。 4.了解在固定範圍內接棒的概念與動作要領。 5.表現參與接力跑的興趣，遵守接力規則，樂於和同伴一起練習。	操作問答	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第九週	第二單元 天然災害知多少 第一課天搖地動	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。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.學會地震發生時的緊急應變方法。 2.演練地震避難技巧。 3.注意地震可能帶來的災害。	演練實作	【安全教育】 安E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	
第九週	第五單元 投擊奔極限 第一課傳接投擲趣	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。	Cb-II-3 奧林匹克運動會的起源與訴求。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.了解在固定範圍內接棒的概念與動作要領。 2.表現參與接力跑的興趣，遵守接力規則，樂於和同伴一起練習。 3.描述投擲不同大小、重量的球的差異。 4.認識原地肩上投擲、原地低手投擲動作	操作發表	【品德教育】 品 E6 同理分享。	

		3c-II-1 表現聯合性動作技能。		要領。			
第十週	第二單元 天然災害知多少 第一課天搖地動	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。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.學會地震發生時的緊急應變方法。 2.演練地震避難技巧。 3.注意地震可能帶來的災害。 4.實施居家防震措施。 5.了解居家安全角落。 6.製作家庭防災卡。 7.學會準備緊急避難物品。	實作 演練	【安全教育】 安E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	
第十週	第五單元 投擊奔極限 第一課傳接投擲趣	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 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。	Cb-II-3 奧林匹克運動會的起源與訴求。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.認識原地肩上投擲、原地低手投擲動作要領。 2.表現在原地與行進間投擲的動作技能。 3.認識側併步肩上投擲和前交叉步肩上投擲動作要領。 4.表現參與投擲的興趣，樂於和同伴一起練習。	操作 實作	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第十一週	第二單元 天然災害知多少 第二課小小救護員	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。	1.學會並演練止血的急救技能。 2.學會扭傷時的處理方法。 3.演練扭傷的急救技能。	發表 演練	【安全教育】 安E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。	
第十一週	第五單元 投擊奔極限 第二課耐	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 1c-II-2 認識身	Bc-II-2 運動與身體活動的保健知識。 Ga-II-1 跑、跳	1.認識馬拉松的由來。 2.認識正確的耐力跑技巧與呼吸節奏。 3.認識跑走循環的活動要領。 4.描述校園馬拉松的跑步感受。	問答 操作	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。	

	力小鐵人	體活動的傷害和防護概念。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。	與行進間投擲的遊戲。	5.養成慢跑的習慣，訓練耐力並培養健康的運動觀念。			
第十二週	第二單元 天然災害 知多少 第二課小小救護員	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。	1.認識急救箱，學會準備急救箱物品。 2.了解如何處理傷口。	實作 演練	【安全教育】 安E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。	
第十二週	第五單元 投擊奔極限 第二課耐力小鐵人	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。	Bc-II-2 運動與身體活動的保健知識。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.了解提升心肺適能的好處及方法。 2.認識運動時氣溫、服裝、設備、心跳的注意事項。 3.了解運動與身體活動對保健的重要性。 4.將運動與身體活動的保健知識運用在生活中。	發表 實作	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。	
第十三週	第二單元 天然災害 知多少 第三課颱風來襲	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。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.了解颱風可能造成的災害。 2.學習各項防颱工作。 3.了解因應颱風來臨應採取的行動。 4.了解遭遇颱風時的注意事項。	發表 問答	【安全教育】 安E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	
第十三週	第五單元	1d-II-1 認識動	Bd-II-1 武術基	1.了解武術與技擊的進退、攻防與分組練	操作	【品德教育】	

	投擊奔極 限 第三課友 善攻防術	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。 3d-II-1 運用動 作技能的練習 策略。	本動作。 Bd-II-2 技擊基 本動作。	習的基本動作。 2.表現主動參與、多元嘗試的態度，並與 同學友善互動、快樂學習。 3.表現進退、攻防之基本步伐及配合衝、 橫、劈、架、踢等技擊動作的聯合技能。	發表	品 E6 同理分 享。	
第十四週	第二單元 天然災害 知多少 第三課颱 風來襲	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。 3a-II-2 能於生 活中獨立操作 基本的健康技 能。	Ba-II-1 居家、 交通及戶外環 境的潛在危機 與安全須知。 Ba-II-3 防火、 防震、防颱措施 及逃生避難基 本技巧。	1.了解颱風可能造成的災害。 2.學習各項防颱工作。 3.了解因應颱風來臨應採取的行動。 4.了解遭遇颱風時的注意事項。	發表 問答	【安全教育】 安E2 了解危 機與安全。 安 E4 探討日 常生活應該注 意的安全。	
第十四週	第五單元 投擊奔極 限 第三課友 善攻防術	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。 3d-II-1 運用動 作技能的練習 策略。	Bd-II-1 武術基 本動作。 Bd-II-2 技擊基 本動作。	1.運用武術與技擊動作技能的練習策略。 2.願意每週固定安排時間演練，並分享身 體活動後的心得。	操作 發表	【品德教育】 品 E6 同理分 享。	
第十五週	第三單元 健康方程 式 第一課呼 吸系統	1a-II-2 了解促 進健康生活的 方法。 2a-II-1 覺察健 康受到個人、家 庭、學校等因素 之影響。	Da-II-2 身體各 部位的功能與 衛生保健的方 法。	1.認識呼吸系統的構造和功能。 2.覺察造成呼吸系統健康問題的原因與症 狀。 3.了解呼吸系統的保健方法。 4.了解可能傷害呼吸系統的行為。	問答	【品德教育】 品 E6 同理分 享。	
第十五週	第六單元	1c-II-1 認識身	Ia-II-1 滾翻、支	1.認識跳箱與平衡木活動的基本動作技	操作	【品德教育】	

	箱木跳跳 隨花舞 第一課跳箱平衡木	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。	撐、平衡與擺盪動作。	能。 2.在練習中願意主動參與並多元嘗試，且與同學互動、快樂學習。 3.表現跳箱與平衡木活動相關動作之聯合技能。 4.願意於課後持續練習，並分享身體活動的心得。	發表	品 E6 同理分享。	
第十六週	第三單元 健康方程式 第一課呼吸系統	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	1.了解呼吸系統的保健方法。 2.了解可能傷害呼吸系統的行為。	演練實作	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第十六週	第六單元 箱木跳跳 隨花舞 第一課跳箱平衡木	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。	Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1.認識跳箱與平衡木活動的基本動作技能。 2.在練習中願意主動參與並多元嘗試，且與同學互動、快樂學習。 3.表現跳箱與平衡木活動相關動作之聯合技能。	操作發表	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第十七週	第三單元 健康方程式 第二課肺炎防疫通	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。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	1.認識肺炎的成因、症狀和傳染方式。 2.注意肺炎所帶來的威脅感和嚴重性。	發表演練	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第十七週	第六單元 箱木跳跳 隨花舞	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-3 表現主	Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1.在練習中願意主動參與並多元嘗試，且與同學互動、快樂學習。 2.表現跳箱與平衡木活動相關動作之聯合	操作發表	【品德教育】 品 E6 同理分享。	

	第一課跳箱平衡木	動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。		技能。 3.願意於課後持續練習，並分享身體活動的心得。			
第十八週	第三單元 健康方程式 第二課肺炎防疫通	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。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	1.了解罹患肺炎的自我照護方法。 2.展現生病時的照護方法，照顧自己或家人。	發表演練	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第十八週	第六單元 箱木跳跳隨花舞 第二課線條愛跳舞	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。	Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1.認識線條的種類與特徵。 2.說出生活中特定人、事、物的造型與動作特徵，並嘗試模仿。 3.運用肢體展現直線與曲線的造型。 4.運用肢體配合不同水平和方向，展現直線與曲線的造型。 5.結合移位動作，運用肢體展現線條的造型，表現聯合性動作技能。	操作觀察	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第十九週	第三單元 健康方程式 第二課肺炎防疫通	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。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	1.展現預防肺炎的行為。 2.清楚宣告預防肺炎的決心。	發表實作	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第十九週	第六單元 箱木跳跳隨花舞 第二課線	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	Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1.在空間中運用肢體模仿不同角色的動作和情境。 2.表現主動參與、樂於和他人合作的學習態度，共同完成創作。	操作觀察	【品德教育】 品 E6 同理分享。	

	條愛跳舞	試的學習態度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。					
第二十週	第三單元 健康方程式 第三課就醫好習慣	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。 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。	Fb-II-3 正確就醫習慣。	1.認識正確就醫的原則和注意事項。 2.演練正確就醫的步驟，了解正確就醫對健康的重要性。 3.檢視自己的就醫行為，並遵守就醫的原則。	發表演練	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第二十週	第六單元 箱木跳跳隨花舞 第三課花之舞	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 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。	Ib-II-2 土風舞遊戲。	1.認識「花之舞」舞蹈的背景。 2.認識「花之舞」舞曲的基本舞步。 3.認識「花之舞」舞蹈的舞序。 4.認識「花之舞」鑽手門的動作與隊形。 5.表現主動參與、和諧互動、樂於嘗試的學習態度。 6.表現「花之舞」舞蹈的舞步與舞序的動作技能。	操作觀察	【品德教育】 品 E6 同理分享。	
第二十一週	第六單元 箱木跳跳隨花舞 第三課花之舞	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 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。	Ib-II-2 土風舞遊戲。	1.認識「花之舞」舞蹈的背景。 2.認識「花之舞」舞曲的基本舞步。 3.認識「花之舞」舞蹈的舞序。 4.認識「花之舞」鑽手門的動作與隊形。 5.表現主動參與、和諧互動、樂於嘗試的學習態度。 6.表現「花之舞」舞蹈的舞步與舞序的動作技能。	操作觀察	【品德教育】 品 E6 同理分享。	

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.20 混齡課程範例 1-1)