

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)

113 學年度 一 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 或備註 (無則免填)
		學習表現	學習內容				
第一週	壹、快樂上學去 一. 新生進行曲	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	1. 於走路上學情境中，了解交通安全的重要性，並且認識穿越馬路的安全常識。 2. 能體會走路安全的重要性，並願意遵守過馬路的注意事項。 3. 於生活中，嘗試自我覺察並修正個人不當的交通行為。	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。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。	
	貳、運動樂趣多 六. 小小探險家	1c-I-2 認識基本的運動常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	1. 能利用學校運動空間，從事身體活動，增進健康。 2. 認識校園遊戲設施的名稱。 3. 分辨學校空間、設備的安全性。 4. 能遵守遊戲規則，並與同學互助合作。 5. 能討論並正確的使用學校空間及設備，達到安全和快樂的目的。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
第二週	壹、快樂上學去	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	1. 於走路上學情境中，了解交通安全的重要性，並且認識穿越馬路的安全常識。	1. 觀察評量	【安全教育】	

	一. 新生進行曲	識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	情境的安全須知。	安全的重要性，並且認識穿越馬路的安全常識。 2. 能體會走路安全的重要性，並願意遵守過馬路的注意事項。 3. 於生活中，嘗試自我覺察並修正個人不當的交通行為。	2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。	
	貳、運動樂趣多 六. 小小探險家	1c-I-2 認識基本的運動常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	1. 能利用學校運動空間，從事身體活動，增進健康。 2. 認識校園遊戲設施的名稱。 3. 分辨學校空間、設備的安全性。 4. 能遵守遊戲規則，並與同學互助合作。 5. 能討論並正確的使用學校空間及設備，達到安全和快樂的目的。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
第三週	壹、快樂上學去 一. 新生進行曲	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	1. 於上學情境中，了解注意交通安全是健康生活的一環，並認識交通安全常識。 2. 於生活中，嘗試自我覺察並修正個人不當的交通行為。 3. 養成遵守乘車注意事項的好習慣。	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。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。	
	貳、運動樂趣多 六. 小小探險家	2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	1. 能分辨學校空間、設備的安全性。 2. 能討論並正確的使用學校空間及設備，達到安全和快樂的目的。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。	

		4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。		的。 3. 能遵守遊戲規則，並與同學互助合作。 4. 能正確操作各項遊戲設施。		人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
第四週	壹、快樂上學去 一. 新生進行曲	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	1. 列舉校園內適合遊戲的地方，並認識安全遊戲常識。 2. 能體會遊戲安全的重要性，且願意遵守注意事項。 3. 在校園中，嘗試運用做決定的技巧選擇適合遊戲的地方。 4. 於生活中，嘗試自我察覺並修正個人不當的遊戲行為。	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。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。	
	貳、運動樂趣多 六. 小小探險家	2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。	1. 能遵守遊戲規則，並與同學互助合作。 2. 能正確的操作各項遊戲設施。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
第五週	壹、快樂上學去 一. 新生進行曲	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	1. 於放學情境中，了解注意交通安全是健康生活的一環，並且認識放學的安全常識。 2. 能體會交通安全的重要性，並且願意遵守注意事項。 3. 於生活中，嘗試自我覺察並修正個人不當的行為。 4. 養成遵守交通注意事項的好習慣。	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。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。	
	貳、運動樂趣多	1c-I-1 認識身體活動的基	Bc-I-1 各項暖身伸展動	1. 能利用呼拉圈做各種身體的	1. 觀察評量	【性別平等教育】	

	七. 來玩呼拉圈	本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	作。 Cb-I-2 班級體育活動。	伸展活動，並能簡單運用身體操作呼拉圈。 2. 能表現認真參與活動的積極態度。 3. 能與同學培養默契合作完成動作。 4. 維護自己與尊重他人的身體自主權。	2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【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。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。	
第六週	壹、快樂上學去 二. 健康小達人	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	1. 能知道身體部位名稱。 2. 能知道保持身體乾淨的重要性。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。	1. 能完成搖動呼拉圈的動作。 2. 能在運動過程中，避免運動傷害。 3. 平時能利用呼拉圈做運動。 4. 能利用呼拉圈選擇適合自己的身體活動。	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 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【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。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。	
第七週	壹、快樂上學去 二. 健康小達人	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	1. 能知道保持身體乾淨的重要性。 2. 能知道正確洗手的方法。 3. 能培養良好的衛生習慣。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。	Cb-I-2 班級體育活動。	1. 能運用身體做出指定動作。 2. 能表現認真參與活動的積極	1. 觀察評量 2. 口頭評量	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重	

		2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。		態度。 3. 能與同學培養默契合作完成動作。 4. 能注意同學的動作，學習、了解如何完成指示動作。	3. 行為檢核 4. 態度評量	他人的身體自主權。 【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。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。	
第八週	壹、快樂上學去 二. 健康小達人	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	1. 能知道正確洗臉的方法。 2. 能知道正確洗澡的方法。 3. 能培養良好的衛生習慣。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。	1. 能運用身體做出指定動作。 2. 能表現認真參與活動的積極態度。 3. 能注意同學的動作，了解如何完成指示動作。 4. 能與同學培養默契合作完成動作。 5. 能利用呼拉圈完成各項指示動作。 6. 能認真觀察並公正評判同學的動作。 7. 能遵守遊戲規則，並和同學合作完成遊戲。	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 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【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。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。	
第九週	壹、快樂上學去 二. 健康小達人	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	1. 能認識正確上廁所的方法。 2. 能了解並做到上廁所的禮儀。	1. 觀察評量 2. 口頭評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德	

		1a-I-2 認識健康的生活習慣。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。	3. 能認識正確上廁所的方法。 4. 能了解並做到上廁所的禮儀。 5. 能培養良好的衛生習慣。	3. 行為檢核 4. 態度評量	行。	
	貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	1. 在遊戲中表達出對肢體各部位的認識，並能靈活操作身體表現動作。 2. 能主動參與各種身體活動。 3. 能專注欣賞他人優良動作表現。	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 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【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 培養良好的人際互動能力。	
第十週	壹、快樂上學去 三. 我長大了	3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Fa-I-1 認識與喜歡自己的方法。	※從自己能完成來得到自我悅納感，知道自己做得到，也能自己做。	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 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【閱讀素養教育】 閱 E8 低、中年級以紙本閱讀為主。 閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。	

						閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。	
	貳、運動樂趣多 八.快樂動起來	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	1. 做出簡單的動作與同學打招呼。 2. 能在運動過程中，避免運動傷害。 3. 與同學培養默契，完成動作。 4. 維護自己與尊重他人的身體的主權。 5. 能表現認真參與活動的積極態度。	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 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【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 培養良好的人際互動能力。	
第十一週	壹、快樂上學去 三.我長大了	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	※能和同儕一起玩一起學習，喜歡共好的感受。	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 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【閱讀素養教育】 閱 E8 低、中年級以紙本閱讀為主。 閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。 閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。	
	貳、運動樂趣多 八.快樂動起來	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律	1. 能自己做出課本圖示的動作。 2. 能與同學一起合作發揮創意，運用身體表演造型動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核	【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。	

		習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	動遊戲。	3. 能說出最喜歡同學表演的造型動作。 4. 能與同學一起合作，運用身體表演動作。	4. 態度評量	【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 培養良好的人際互動能力。	
第十二週	壹、快樂上學去 三. 我長大了	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	※觀察事件與他人動作及表情猜測對方的情緒狀態。	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 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【閱讀素養教育】 閱 E8 低、中年級以紙本閱讀為主。 閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。 閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。	
	貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	1. 在遊戲中表現出對肢體各部位完整概念。 2. 能主動參與各種身體活動。 3. 能專注欣賞他人優良動作表現。	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 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【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 培養良好的人際互動能力。	
第十三週	壹、快樂上學去 三. 我長大了	3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	1. 能用言語或表情表達自己的感受讓其他人知道。 2. 在表達感受後，也能做些什麼來緩和感受或改善狀況。	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 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【閱讀素養教育】 閱 E8 低、中年級以紙本閱讀為主。 閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。 閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。	
	貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	1. 在活動中表現出對肢體部位的認識，並能完成閃躲動作。 2. 遵守規則並表現出積極參與的態度。 3. 能專注欣賞他人身體動作表現。 4. 能靈活運用肢體，表現出閃躲及移動身體的動作。	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 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【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 培養良好的人際互動能力。	
第十四週	壹、快樂上學去 四. 活力加油站	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	1. 能連結生活經驗，發覺早餐的重要性。	1. 觀察評量 2. 口頭評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德	

		2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。		2. 願意養成吃早餐的習慣。	3. 行為檢核 4. 態度評量	行。	
	貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	1. 認識操場、跑道與使用規則。 2. 遵守操場跑道使用規則，並和他人一同跑步。 3. 了解暖身運動的重要性。 4. 認識並做出各項暖身伸展動作。 5. 認識走、跑動作。 6. 能做出及變換走、跑動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。 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。	
第十五週	壹、快樂上學去 四. 活力加油站	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。	1. 能說出常見的早餐種類。 2. 能接納並嘗試不同的早餐。 3. 能覺察珍惜食物的重要性。 4. 能設計一份自己可以吃得完的早餐。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	1. 模仿做出各種型態走、跑的動作。 2. 做出各種型態走、跑的動作。 3. 專注欣賞他人動作表現。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。 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。	
第十六週	壹、快樂上學去 四. 活力加油站	4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	※能認識選擇健康食物的原則。	1. 觀察評量 2. 口頭評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德	

					3. 行為檢核 4. 態度評量	行。	
	貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	1. 做出原地跳與連續前進跳的動作。 2. 遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。 3. 能利用下課時間練習走、跑、跳運動或遊戲。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。 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。	
	壹、快樂上學去 四. 活力加油站	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	1. 能認識少糖、不油炸的食物種類。 2. 能做到良好的用餐行為。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
第十七週	貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	1. 在遊戲中做出變換走、跑、跳的動作。 2. 遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。 3. 能在行進中選擇或轉換走、跑、跳運動。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。 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。	
第十八週	壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多	1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	1. 在學校發生事情能主動尋求協助。 2. 學習解決問題的能力。	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 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 【生涯規劃教育】	

		用生活技能。				涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。 【閱讀素養教育】 閱 E11 能在一般生活情境中，懂得運用文本習得的知識解決問題。 【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）。	
	貳、運動樂趣多 十. 和球做朋友	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	1. 知道教材示範繞球的動作。 2. 能盡力完成教材動作。 3. 能觀察他人活動的表現。 4. 能利用課餘時間，從事玩球運動。 5. 能知道並做出教材示範夾球的動作。 6. 能和同學互相合作完成活動。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。	
第十九週	壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 4a-I-1 能於引導下，使用	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	1. 知道健康中心的設備及器材的使用方法。 2. 能適時、適切使用健康中心的設備或器材，以維護健康。	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 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 【生涯規劃教育】 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。	

		適切的健康資訊、產品與服務。				<p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 E11 能在一般生活情境中，懂得運用文本習得的知識解決問題。</p> <p>【戶外教育】</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）。</p>	
	貳、運動樂趣多 十. 和球做朋友	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	<p>1. 能知道並做出教材示範夾球跳的動作。</p> <p>2. 能盡力完成教材動作。</p> <p>3. 能和同學互相合作完成活動。</p> <p>4. 能觀察他人活動的表現。</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>【品德教育】</p> <p>品 E1 良好生活習慣與德行。</p> <p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 E7 探究運動基本的保健。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>	
第二十週	壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	<p>1. 能知道學校護理師及醫師到校服務的工作內容。</p> <p>2. 能禮貌對待醫護人員，並事實表達謝意。</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>【家庭教育】</p> <p>家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。</p> <p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 E11 能在一般生活情境</p>	

						中，懂得運用文本習得的知識解決問題。 【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）。	
	貳、運動樂趣多 十. 和球做朋友	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	1. 能知道並做到教材示範滾接球的動作。 2. 能盡力完成教材動作。 3. 能和同學互相合作完成活動。 4. 能觀察他人活動的表現。 5. 能利用課餘時間，從事玩球運動。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。	
第二十一週	壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多	4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	1. 能知道健康檢查複檢（再檢查）怎麼做。 2. 能於日常生活中，做到守護身體健康的行為。	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 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 【生涯規劃教育】 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。 【閱讀素養教育】 閱 E11 能在一般生活情境中，懂得運用文本習得的知識解決問題。 【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）。	
	貳、運動樂趣多 十.和球做朋友	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	1. 能了解教材的活動關卡動作。 2. 能觀察他人活動的表現。 3. 能做出教材闖關活動的動作技巧。 4. 能在玩球的過程中，認識自己身體活動能力，並選擇自己適合的運動。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第二十二週	貳、運動樂趣多 十.和球做朋友	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	1. 能了解教材的活動關卡動作。 2. 能觀察他人活動的表現。 3. 能做出教材闖關活動的動作技巧。 4. 能在玩球的過程中，認識自己身體活動能力，並選擇自己適合的運動。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
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	壹、守護健康有一套 一. 飲食面面觀	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。	※能認識六大類食物及其功能。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	貳、運動歡暢樂趣多 六. 童玩真有趣	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。	Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	1. 能說出各種童玩的起源。 2. 能了解各種童玩的玩法及簡易的動作要領。 3. 能選擇適合自己的童玩遊戲。 4. 能了解沙包的玩法及簡易的動作要領。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
第二週	壹、守護健康有一套 一. 飲食面面觀	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。	※能認識六大類食物及其功能。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	貳、運動歡暢樂趣多 六. 童玩真有趣	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	1. 能了解沙包的玩法及簡易的動作要領。 2. 能做出拋接及投擲沙包的動作。 3. 能利用休閒時間，在學校或家裡和他人進行童玩遊戲。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	

		4c-I-1 認識與身體活動相關資源。		4. 能製作風車並了解風車的玩法。			
第三週	壹、守護健康有一套 一. 飲食面面觀	1a-I-1 認識基本的健康常識。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。	1. 能依照六大類食物的標準將食物分類。 2. 能記錄食用的食物，並完成分類。 3. 能養成均衡攝取六大類食物的習慣。 4. 了解食物得來不易，並養成不浪費的習慣。 5. 認識並做到珍惜食物的好行為。 6. 能養成珍惜食物的好習慣。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	貳、運動歡暢樂趣多 六. 童玩真有趣	2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	1. 能認真參與各項風車遊戲活動。 2. 能體驗團隊合作的樂趣，遵守遊戲規則。 3. 能製作紙飛機，並了解紙飛機的玩法。 4. 能在遊戲中與同學快樂互動、認真學習。 5. 能利用休閒時間，在學校或家裡和他人進行童玩遊戲。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
第四週	壹、守護健康有一套 一. 飲食面面觀	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2b-I-2 願意養成個人健康	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。	1. 能認識排便對健康的影響。 2. 能養成良好生活習慣，幫助排便順暢。 3. 透過活動知道自己理解或不理解的部分能針對不理解處提	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。 【品德教育】	

		<p>習慣。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>		<p>問或和同學想辦法解決。</p>		<p>品 E1 良好生活習慣與德行。</p>	
	<p>貳、運動歡暢樂趣多</p> <p>七. 反應高手</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p>	<p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p> <p>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>1. 能做出簡單急停動作。</p> <p>2. 能明白快速反應在生活中的運用。</p> <p>3. 能創造動作讓同組的學童模仿。</p> <p>4. 能模仿同學創造出來的動作。</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>【人權教育】</p> <p>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>	
第五週	<p>壹、守護健康有一套</p> <p>二. 歡喜做朋友</p>	<p>3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。</p>	<p>Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。</p>	<p>※可以從觀察他人互動的狀況猜測對方的人際互動，並能說出和好朋友一起分享的感覺和喜好。</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 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p>	
	<p>貳、運動歡暢樂趣多</p> <p>七. 反應高手</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>4d-I-1 願意從事規律身體活動。</p>	<p>Ab-I-1 體適能遊戲。</p> <p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>1. 能在遊戲中做出迅速起立及快跑動作。</p> <p>2. 能依指令迅速做出移動、蹲下、跳躍的動作。</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>【人權教育】</p> <p>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>	
第六週	<p>壹、守護健康有一套</p> <p>二. 歡喜做朋友</p>	<p>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。</p>	<p>Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。</p>	<p>1. 願意嘗試與不熟悉的人互動。</p> <p>2. 能在互動中留意社交的重要禮節。</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 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p>	
	<p>貳、運動歡暢樂趣多</p> <p>七. 反應高手</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>4d-I-1 願意從事規律身體</p>	<p>Ab-I-1 體適能遊戲。</p> <p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>1. 能依指令迅速做出折返動作。</p> <p>2. 能迅速做出起立與快跑動作。</p> <p>3. 能迅速做出移動、急停及轉向折返動作。</p> <p>4. 能在遊戲過程中，做出判斷與</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 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>	

		活動。		改變遊戲策略。 5. 能遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。			
第七週	壹、守護健康有一套 二. 歡喜做朋友	3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	※練習在生氣的狀況，依據引導能表達自己的感受，並想辦法解決問題。	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 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。	
	貳、運動歡暢樂趣多 八. 我有好身手	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	1. 能利用肢體支撐身體，表現簡單的平衡動作。 2. 能專注觀賞他人的動作表現，且樂於參與並完成連續動作。 3. 能靈活的表現出簡單的全身性身體活動，完成肌力訓練。 4. 能在遊戲活動中，表現出對肢體的控制能力。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第八週	壹、守護健康有一套 二. 歡喜做朋友	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	1. 能分工合作，一起完成一件任務，從中得到成就感。 2. 能根據自己的能力完成工作並充分練習。 3. 能了解分工合作的重要性。 4. 能演練不同情境中分工合作的行為。	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 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。	
	貳、運動歡暢樂趣多 八. 我有好身手	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	1. 能利用肢體學習金雞蛋及不倒翁的動作。 2. 培養觀察及動作模仿的能力並能專注觀賞他人的動作表現。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		

		<p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>4d-I-1 願意從事規律身體活動。</p>		<p>3. 利用活動訓練肢體的開展，並快樂參與遊戲及運動。</p> <p>4. 能利用肢體學習動物行走的動作。</p> <p>5. 培養觀察及動作模仿的能力，並能專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>6. 利用活動訓練肢體的伸展，並快樂參與遊戲及運動。</p>			
第九週	<p>壹、守護健康有一套</p> <p>三. 帶著眼耳鼻去旅行</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p>	<p>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p>	<p>※能知道眼睛在生活中的重要性。</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>【生命教育】</p> <p>生 E2 理解人的身體與心理面向。</p> <p>【戶外教育】</p> <p>戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 E3 知道常見事故傷害。</p> <p>安 E11 了解急救的重要性。</p> <p>安 E12 操作簡單的急救項目。</p>	
	<p>貳、運動歡暢樂趣多</p> <p>八. 我有好身手</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模</p>	<p>Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</p>	<p>1. 能利用肢體學習動物行走的動作。</p> <p>2. 培養觀察及動作模仿的能力，並能專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3. 利用活動訓練肢體的伸展，並快樂參與遊戲及運動。</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>		

		仿的能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。					
第十週	壹、守護健康有一套 三. 帶著眼耳鼻去旅行	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	※能知道眼睛在生活中的重要性。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。 【安全教育】 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。	
	貳、運動歡暢樂趣多 九. 跳躍大進擊	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	1. 能在移動時進行跳躍動作。 2. 能在移動過程中做出單、雙腳跳混合式的連續跳躍動作。 3. 和同學配合做出跳、碰動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的的需求。	
第十一週	壹、守護健康有一套 三. 帶著眼耳鼻去旅行	1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。	Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	1. 能知道眼睛的保健方式。 2. 能透過活動紀錄，了解自己做到了哪些愛眼行動。 3. 能於日常生活中舉例眼睛受傷時適	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知，培	

		3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。		用的處理技巧。 4. 能了解正確處理眼睛受傷的重要性，感受不當的處理方式對健康所造成的威脅。 5. 能於師長引導下，於生活中操作眼睛傷害事件急救的健康技能。		養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。 【安全教育】 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。	
	貳、運動歡暢樂趣多 九. 跳躍大進擊	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	1. 和同學配合做出波浪跳躍動作。 2. 能說出各種動物跳躍的特色。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
第十二週	壹、守護健康有一套 三. 帶著眼耳鼻去旅行	1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	1. 能知道耳朵在生活中的重要性與保健方式。 2. 能於日常生活中舉例說明，耳朵內有異物時適用的處理技巧。 3. 能了解正確處理耳朵內有異物的重要性，感受不當的處理方式對健康所造成的威脅。 4. 能在師長引導下，於生活中操作排除耳朵進水的健康技能。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。 【安全教育】 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。	
	貳、運動歡暢樂趣	1c-I-1 認識身體活動的基	Ab-I-1 體適能遊戲。	1. 能創造模仿各種動物跳躍的	1. 觀察評量	【人權教育】	

	多 九. 跳躍大進擊	本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	動作。 2. 能以跳躍動作完成猜拳遊戲。 3. 遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。	2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
第十三週	壹、守護健康有一套 三. 帶著眼耳鼻去旅行	1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	1. 能知道鼻子在生活中的重要性與保健方式。 2. 能於日常生活中舉例流鼻血時適用的處理技巧。 3. 能了解正確處理流鼻血的重要性，感受不當的處理方式對健康所造成的威脅。 4. 能於師長引導下，於生活中操作止住鼻血的健康技能。 5. 能知道眼、耳、鼻的重要性及保健方式。 6. 能確實愛護眼耳鼻，進而養成良好生活習慣。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。 【安全教育】 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。	
	貳、運動歡暢樂趣多 九. 跳躍大進擊	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	1. 能以跳躍動作完成猜拳遊戲。 2. 遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。 3. 能結合音樂音符、五線譜概念做出跳躍動作。 4. 能結合數學加減法運算，做出跳躍動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
第十四週	壹、守護健康有一套	2a-I-2 感受健康問題對自己	Db-I-2 身體隱私與身體界	1. 能以自己和對方都能接受的	1. 觀察評量	【性別平等教育】	

<p>套 四. 自我保護小勇士</p>	<p>己造成的威脅性。</p>	<p>線及其危害求助方法。</p>	<p>方式打招呼。 2. 能知道自己能接受和不能接受的身體碰觸部位。</p>	<p>2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量</p>	<p>性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。 【法治教育】 法 E8 認識兒少保護。</p>	
<p>貳、運動歡暢樂趣多 十. 手腳並用</p>	<p>1c-I-2 認識基本的運動常識。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。</p>	<p>Ha-I-1 網/牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。</p>	<p>1. 能知道手部向上拍氣球前進的相關動作。 2. 能運用不同手部部位進行向上拍氣球動作。 3. 能在一定時間內連續將氣球拍起，越多越好。 4. 能發揮創意，創造不同動作並實踐。 5. 能知道拍氣球接力相關動作。 6. 能知道如何和他人合作完成拍氣球接力。</p>	<p>1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量</p>	<p>【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。</p>	
<p>第十五週 壹、守護健康有一套 四. 自我保護小勇士</p>	<p>2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。</p>	<p>Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。</p>	<p>1. 能知道身體隱私處的部位，而且不能讓別人碰觸。 2. 能清楚描述身體碰觸帶給自己的感受。 3. 能知道遭受侵犯時，保護自己的方法。</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 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。 【法治教育】</p>	

						法 E8 認識兒少保護。	
	貳、運動歡暢樂趣多 十、手腳並用	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Ha-I-1 網/牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	1. 能知道拍氣球接力相關動作。 2. 能知道如何和他人合作完成拍氣球接力。 3. 能知道擊球過網的活動規則並遵守。 4. 能知道並完成擊球過網的相關動作。 5. 能知道如何和他人合作進行擊球過網。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。	
第十六週	壹、守護健康有一套 四、自我保護小勇士	1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	1. 能知道遭遇緊急情況時，如何自我保護並尋求協助。 2. 能演練遭遇緊急情況時尋求協助的方法。 3. 能分辨具威脅性的行為，並說出遭遇緊急情況時自我保護的方法。	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 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。 【法治教育】 法 E8 認識兒少保護。	
	貳、運動歡暢樂趣多 十、手腳並用	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。	Ha-I-1 網/牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 Hb-I-1 陣地攻守球類運動相關的簡易拍、拋、接、	1. 能知道擊球過網的活動規則並遵守。 2. 能知道並完成擊球過網的相關動作。 3. 能知道如何和他人合作進行擊球過網。 4. 能知道並完成相關的踢氣球	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 品 E3 溝通合作與和諧人際	

		作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。	動作。 5. 能於活動中展現踢氣球的技能。		關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。	
第十七週	壹、守護健康有一套 五. 抗病小高手	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	1. 能知道在學校身體不舒服時，會到健康中心請求協助、回家要告知家人。 2. 知道身體不舒服時的適切處理方式。 3. 感染傳染病時，能做到保護我自己的行為。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	貳、運動歡暢樂趣多 十. 手腳並用	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Hb-I-1 陣地攻守球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。	1. 能於活動中展現踢氣球的技能。 2. 能知道並完成跑跑踢踢的相關動作。 3. 能利用不同腳的部位完成踢擊動作。 4. 能穩定踢中擺動中不同種類的球。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。	
第十八週	壹、守護健康有一套 五. 抗病小高手	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	1. 能認識感染腸病毒期間的症狀。 2. 能遵守腸病毒糾察守則。 3. 能在日常生活中，自我要求做	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	

		2b-I-2 願意養成個人健康習慣。		到糾察守則的規範行為。			
	貳、運動歡暢樂趣多 十一. 大家來跳繩	1c-I-2 認識基本的運動常識。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	1. 能了解跳繩運動的好處及安全原則。 2. 能做出跳繩伸展操的動作。 3. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動，並認真學習。 4. 能利用課間及假日進行跳繩活動。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
	壹、守護健康有一套 五. 抗病小高手	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。	Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	1. 能了解生病期間的在家照護要點。 2. 能知道感染腸病毒期間適合進食的食物。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
第十九週	貳、運動歡暢樂趣多 十一. 大家來跳繩	1c-I-2 認識基本的運動常識。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	1. 能了解並說出跳繩一跳一迴旋的動作要領。 2. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動，並認真學習。 3. 能做出跳繩一跳一迴旋的基本動作技巧。 4. 能利用課間進行跳繩活動，進而養成規律運動的習慣。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
第二十週	壹、守護健康有一套 五. 抗病小高手	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 3a-I-2 能於引導下，於生	Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	1. 知道預防生病的好行為。 2. 實踐日常生活中預防生病的好行為。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	

		活中操作簡易的健康技能。					
	貳、運動歡暢樂趣多 十一. 大家來跳繩	2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	1. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動並認真學習。 2. 能利用課間進行跳繩活動，進而養成規律運動的習慣。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
第二十一週	貳、運動歡暢樂趣多 十一. 大家來跳繩	2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	1. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動並認真學習。 2. 能利用課間進行跳繩活動，進而養成規律運動的習慣。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【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。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	

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)