

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 學年度四年級健康與體育領域教學計畫表

第一學期							
教學進度	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	混齡模式 或備註 (無則免填)
		學習表現	學習內容				
第一週	壹、健康元氣站 一.戶外教學安全行	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。	Ba-II-1居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。	1.能知道戶外教學前準備物品的原因 2.能了解專心觀賞逃生影片的重要性 3.能認識遊覽車安全設備的所在位置及使用方式。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 安E2了解危機與安全。 【戶外教育】 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）。	
第二週	貳、揪團來運動 五.跳躍精靈	1c-II-1認識身體活動的動作技能。 3c-II-1表現聯合性動作技能。 3c-II-2透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。	Ga-II-1跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.能敏捷有效的完成跳躍動作。 2.學習立定跳遠的動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【品德教育】 品E3溝通合作與和諧人際關係。	
第三週	壹、健康元氣站 一.戶外教學安全行	1a-II-2了解促進健康生活的方法。	Ba-II-1居家、交通及戶外環境的	1.能知道戶外教學前準備物品的原因 2.能了解專心觀賞	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核	【安全教育】 安E2了解危機與安全。	

		2a-II-2注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	潛在危機與安全須知。	逃生影片的重要性 3.能認識遊覽車安全設備的所在位置及使用方式。	4.態度評量	【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）。	
第四週	貳、揪團來運動 五.跳躍精靈	1c-II-1認識身體活動的動作技能。 3c-II-1表現聯合性動作技能。 3c-II-2透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。	Ga-II-1跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.能敏捷有效的完成跳躍動作。 2.學習立定跳遠的動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【品德教育】 品E3溝通合作與和諧人際關係。	
第五週	壹、健康元氣站 一.戶外教學安全行	1b-II-2辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。	Ba-II-1居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。	1.能分辨戶外教學適合帶的物品。 2.能認識戶外教學必備物品的功能。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 安E2了解危機與安全。 【戶外教育】 戶E1善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。	
第六週	貳、揪團來運動 五.跳躍精靈	1c-II-1認識身體活動的動作技能。 1d-II-1認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-3表現	Ab-II-2體適能自我檢測方法。 Ga-II-1跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.活動中展現立定跳遠的技巧。 2.和他人合作練習完成活動。 3.順暢的進行助跑跨跳障礙物。	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E3溝通合作與和諧人際關係。	

		主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-1表現聯合性動作技能。 3c-II-2透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。					
第七週	壹、健康元氣站 一.戶外教學安全行	1a-II-2了解促進健康生活的方法。 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。	1.能知道遊覽車的逃生路線及逃生要領並演練。 2.能認識遊覽車安全設備的所在位置及使用方式。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 安E2了解危機與安全。 【戶外教育】 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）。	
第八週	貳、揪團來運動 五.跳躍精靈 六.健康體適能	1c-II-1認識身體活動的動作技能。 2c-II-3表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-1描述參與身體活動的感覺。 3c-II-1表現聯合性動作技能。	Ab-II-1體適能活動。 Ab-II-2體適能自我檢測方法。 Ga-II-1跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.找到自己助跑起跳距離與節奏。 2.能努力練習以求進步。 3.完成墊上跳遠動作。 4.能了解體適能對身體的重要性。 5.描述參與身體活動的感覺。 6.了解參與休閒體能活動時，身體需具備的能力。	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E3溝通合作與和諧人際關係。 【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。	

		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。		7.認識體適能檢測項目。			
第九週	壹、健康元氣站 一.戶外教學安全行	1b-II-2辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2b-II-1遵守健康的生活規範。	Ba-II-1居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。	1.能遵守戶外教學時的參觀規定。 2.能知道戶外教學場所可能潛藏的危險。 3.能知道遇到危機時的處理方式。 4.能知道注意安全的重要性。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 安E2了解危機與安全。 【戶外教育】 戶E1善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。	
第十週 (第一次定期評量)	貳、揪團來運動 六.健康體適能	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。 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。	Ab-II-1體適能活動。 Ab-II-2體適能自我檢測方法。	1.認識體適能檢測項目。 2.透過簡單暖身活動，伸展身體。 3.會了解自己及同學動作技能的正確性。 4.學習如何透過球來協助身體伸展活動。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 安E4探討日常生活應該注意的安全。 安E6了解自己的身體。	
第十一週	壹、健康元氣站 一.戶外教學安全行	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。	1.能認識簡易急救包的內容物及功能 2.能將戶外教學所學的知識應用在生活中。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 安E2了解危機與安全。 【戶外教育】 戶E1善用教室外、	

		3a-II-1演練基本的健康技能。 4a-II-2展現促進健康的行為。	Ba-II-2灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。	3.能知道小傷口的正確處理方法並演練。		戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。	
第十二週	貳、揪團來運動 六.健康體適能	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。 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。	Ab-II-1體適能活動。 Ab-II-2體適能自我檢測方法。	1.透過遊戲完成身體伸展活動。 2.能學習並表現出指定動作。 3.專注觀賞他人的動作表現。 4.能完成測試身體肌耐力動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 安E4探討日常生活應該注意的安全。 安E6了解自己的身體。	
第十三週	壹、健康元氣站 二.遠離菸酒檳	2a-II-2注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Bb-II-2吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。	1.能認識檳榔對健康的危害。 2.能了解檳榔對生活及環境的不良影響。	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E7認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。 【品德教育】 品E2自尊尊人與自愛愛人。	
第十四週	貳、揪團來運動 六.健康體適能 七.舞力四射	1c-II-1認識身體活動的動作技能。	Ab-II-2體適能自我檢測方法。	1.能說出自己參與活動練習的感覺。 2.能訂出提高體適	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核	【安全教育】 安E4探討日常生活應該注意的安全。	

		<p>2c-II-2表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>2c-II-3表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-II-1描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-II-1表現聯合性動作技能。</p> <p>4c-II-1了解影響運動參與的因素，選擇提高體適能的運動計畫與資源。</p> <p>4c-II-2了解個人體適能與基本運動能力表現。</p>	<p>Ib-II-1音樂律動與模仿性創作舞蹈。</p>	<p>能的運動計畫。</p> <p>3.能認真參與活動。</p> <p>4.能了解並說出身體活動的方法和運用。</p> <p>5.能認真參與練習，並和他人一同創作舞蹈動作。</p> <p>6.能確實利用身體各部位做出模仿及自行創作的肢體動作表現。</p> <p>7.能表現出聯合性、協調性的動作技能。</p> <p>8.能確實完成空間元素中身體造型、大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。</p>	<p>4.態度評量</p>	<p>安E6了解自己的身體。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品E3溝通合作與和諧人際關係。</p>	
第十五週	<p>壹、健康元氣站</p> <p>二.遠離菸酒檳</p>	<p>2a-II-2注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p>	<p>Bb-II-2吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。</p>	<p>1.能認識酒精對健康的危害。</p> <p>2.能認識酒精對行為的影響。</p>	<p>1.觀察評量</p> <p>2.口頭評量</p> <p>3.行為檢核</p> <p>4.態度評量</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人E7認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p> <p>【品德教育】</p>	

						品E2自尊尊人與自愛愛人。	
第十六週	貳、揪團來運動 七.舞力四射	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。 2c-II-2表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-II-3表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-1描述參與身體活動的感覺。 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.能了解並說出身體活動的方法和運用。 2.能認真參與練習，並和他人一同創作舞蹈動作。 3.能確實利用身體各部位做出模仿及自行創作的肢體動作表現。 4.能表現出聯合性、協調性的動作技能。 5.能確實完成空間元素中身體造型、大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。	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E3溝通合作與和諧人際關係。	
第十七週	壹、健康元氣站 二.遠離菸酒檳	2a-II-2注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	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。	◆能認識菸對健康的危害。	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E7認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。 【品德教育】 品E2自尊尊人與自愛愛人。	

第十八週	貳、揪團來運動 七.舞力四射	1c-II-1認識身體活動的動作技能。 2c-II-2表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-II-3表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 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。	Ib-II-1音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1.能了解並說出肢體活動的方法和運用。 2.能認真參與練習，並與他人友善互動、合作完成任務表現。 3.能確實利用身體各部位做出模仿及自行創作的肢體動作表現。 4.能表現出聯合性、協調性的動作技能。 5.能確實完成空間元素中身體造型、大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。	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E3溝通合作與和諧人際關係。	
第十九週	壹、健康元氣站 二.遠離菸酒檳	2a-II-2注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	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.能覺察生活周遭菸害的環境。 2.能了解倡導無菸環境的重要性。 3.能認識室內、室外全面禁菸的場所。	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E7認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。 【品德教育】 品E2自尊尊人與自愛愛人。	
第二十週	貳、揪團來運動 八.我是小勇士	1c-II-2認識身體活動的傷害和防護概念	Bd-II-2技擊基本動作。	1.能意識辨別身體重要器官部位防護的概念。 2.能主動參與身體	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	無	

		<p>1d-II-1認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2c-II-3表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-II-1描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-II-1表現聯合性動作技能。</p> <p>3c-II-2透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p>		<p>活動防護的概念。</p> <p>3.能主動參與身體防護的動作練習。</p> <p>4.能表現出聯合性完成立姿前撲護身倒法動作。</p>			
<p>第二十一週</p> <p>(第二次定期評量)</p>	<p>壹、健康元氣站</p> <p>二.遠離菸酒檳</p>	<p>1b-II-2辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。</p> <p>2a-II-1覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。</p> <p>2b-II-1遵守健康的生活規範。</p>	<p>Bb-II-2吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。</p> <p>Bb-II-3無菸家庭與校園的健康信念。</p>	<p>1.能演練拒絕菸、酒、檳榔的方式。</p> <p>2.能落實並倡導拒絕菸、酒、檳榔的行為。</p> <p>3.能知道戒除菸、酒、檳榔帶來的好處。</p> <p>4.能遵守拒絕菸、酒、檳榔的規範。</p> <p>5.能覺察菸、酒、檳榔對自己與他人的危害。</p>	<p>1.觀察評量</p> <p>2.口頭評量</p> <p>3.行為檢核</p> <p>4.態度評量</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人E7認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品E2自尊尊人與自愛愛人。</p>	

		<p>3b-II-2能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。</p> <p>4a-II-2展現促進健康的行為。</p> <p>4b-II-1清楚說明個人對促進健康的立場。</p>					
第二十二週	<p>壹、健康元氣站</p> <p>二.遠離菸酒檳</p>	<p>1b-II-2辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。</p> <p>2a-II-1覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。</p> <p>2b-II-1遵守健康的生活規範。</p> <p>3b-II-2能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。</p> <p>4a-II-2展現促進健康的行為。</p>	<p>Bb-II-2吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。</p> <p>Bb-II-3無菸家庭與校園的健康信念。</p>	<p>1.能演練拒絕菸、酒、檳榔的方式。</p> <p>2.能落實並倡導拒絕菸、酒、檳榔的行為。</p> <p>3.能知道戒除菸、酒、檳榔帶來的好處。</p> <p>4.能遵守拒絕菸、酒、檳榔的規範。</p> <p>5.能覺察菸、酒、檳榔對自己與他人的危害。</p>	<p>1.觀察評量</p> <p>2.口頭評量</p> <p>3.行為檢核</p> <p>4.態度評量</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人E7認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品E2自尊尊人與自愛愛人。</p>	

		4b-II-1清楚說明個人對促進健康的立場。					
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、健康新世界 一.風搖地動	2a-II-1覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。	Ba-II-3防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.能認識颱風可能造成的災害。 2.能了解颱風災情影響我們的生活及健康。 3.能運用資訊產品獲取颱風資訊。 4.能判讀颱風路徑預測圖資訊。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 安E1了解安全教育。 安E4探討日常生活應該注意的安全。 【防災教育】 防E5不同災害發生時的適當避難行為。	
第二週	貳、運動我最行 五、飛盤真好玩	1c-II-1認識身體活動的動作技能。 1d-II-1認識動作技能概念與動作練習的策略。	Ce-II-1其他休閒運動基本技能。	1.能了解飛盤運動。 2.能了解飛盤的種類。 3.了解自己及同學動作技能的正確性 4.能運用飛盤做出指定動作。 5.能了解如何利用反手握、正手握投擲飛盤。 6.能了解如何利用上手接、下手接、雙手夾接來接住飛盤。	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。	
第三週	壹、健康新世界	2b-II-1遵守	Ba-II-3防	1.能了解颱風來臨	1.觀察評量	【安全教育】	

	一.風搖地動	健康的生活規範。 3b-II-3運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	時的減災整備方法。 2.能認識防颱物資的用途。 3.能了解颱風天前往危險場域的風險。	2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	安E1了解安全教育。 安E4探討日常生活應該注意的安全。 【防災教育】 防E5不同災害發生時的適當避難行為。	
第四週	貳、運動我最行 五、飛盤真好玩	1c-II-1認識身體活動的動作技能。 2c-II-3表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3d-II-1運用動作技能的練習策略。	Ce-II-1其他休閒運動基本技能。	1.能運用飛盤做出指定動作。 2.能了解如何利用正手握及反手握投擲飛盤。 3.能認真參與活動。 4.能依據遊戲規則完成遊戲動作。 5.能表現主動參與活動。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【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。	
第五週	壹、健康新世界 一.風搖地動	2a-II-2注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Ba-II-3防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	◆能認識地震災害的種類及嚴重性。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 安E1了解安全教育。 安E4探討日常生活應該注意的安全。 【防災教育】 防E5不同災害發生時的適當避難行為。	
第六週	貳、運動我最行 五、飛盤真好玩 六、歡樂土風舞	2c-II-3表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-1表現	Ce-II-1其他休閒運動基本技能。 Ib-II-1音樂律動與模仿	1.能學習並表現出指定動作。 2.專注觀賞他人的動作表現。 3.能完成飛盤接力	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	

		<p>聯合性動作技能。</p> <p>3c-II-2透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p> <p>3d-II-1運用動作技能的練習策略。</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> <p>4d-II-1培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	性創作舞蹈。	<p>賽。</p> <p>4.了解影響運動參與的因素。</p> <p>5.會自己選擇適當的休閒運動。</p> <p>6.能認識具國家特色民俗的土風舞，並學習著用身體語言與人互動。</p> <p>7.能描述音樂律動性，認識模仿創作的技能概念及練習的策略。</p> <p>8.能主動參與，並樂於嘗試創作舞蹈四、善盡觀賞者的責任與角色，能與他人進行回饋。</p>		<p>戲權利的需求。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯E7培養良好的人際互動能力。</p>	
第七週	壹、健康新世界 一.風搖地動	<p>1b-II-2辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。</p> <p>3a-II-1演練基本的健康技能。</p>	Ba-II-3防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	<p>1.能演練並熟悉地震來臨時的避難步驟。</p> <p>2.能在不同的場域中操作防震避難動作。</p>	<p>1.觀察評量</p> <p>2.口頭評量</p> <p>3.行為檢核</p> <p>4.態度評量</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安E1了解安全教育。</p> <p>安E4探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>【防災教育】</p> <p>防E5不同災害發生時的適當避難行為。</p>	
第八週	貳、運動我最行	1d-II-1認識	1b-II-2土風	1.能認識具國家特	1.觀察評量		

	六、歡樂土風舞	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-2透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。	舞遊戲。	色民俗的土風舞。 2.能認真參與練習，並和他人友善互動，學習土風舞動作。 3.能確實利用身體各部位做出流暢性的土風舞動作及肢體表情。 4.透過土風舞遊戲，能彼此探索同儕的動作元素，展現最適宜的動作表現。	2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第九週	壹、健康新世界 一.風搖地動	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。	Ba-II-3防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.能了解獲取地震預警訊息的方法。 2.能認識緊急避難包的內容及功能。 3.能了解居家防災整備的注意事項。 4.能與家人共同討論並進行防颱、防震準備。 5.明白地震避難掩護動作對自己健康的重要性。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 安E1了解安全教育。 安E4探討日常生活應該注意的安全。 【防災教育】 防E5不同災害發生時的適當避難行為。	
第十週 (第一次定期評量)	貳、運動我最行 六、歡樂土風舞	1d-II-1認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-2表現增進團隊合作、友善的	Ib-II-2土風舞遊戲。	1.能認識具國家特色民俗的土風舞。 2.能認真參與練習，並和他人友善互動，學習土風舞動作。 3.能確實利用身體	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

		<p>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-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>3c-II-2透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。</p>		<p>各部位做出流暢性的土風舞動作及肢體表情。</p> <p>4.透過土風舞遊戲，能彼此探索同儕的動作元素，展現最適宜的動作表現。</p>			
第十一週	<p>壹、健康新世界</p> <p>二.逗陣來長大</p>	<p>1a-II-1認識身心健康基本概念與意義。</p>	<p>Aa-II-1生長發育的意義與成長個別差異。</p>	<p>1.能經由身體狀況的改變，體認人體成長的事實。</p> <p>2.能了解穿內衣、褲的必要性及內衣的選擇方式。</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>【性別平等教育】</p> <p>性E2覺知身體意象對身心的影響。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生E2理解人的身體與心理面向。</p>	
第十二週	<p>貳、運動我最行</p> <p>六、歡樂土風舞</p> <p>七、活力足球</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</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</p>	<p>1.能確實利用身體各部位做出流暢性的土風舞動作及肢體表情。</p> <p>2.透過土風舞遊戲，能彼此探索同儕的動作元素，展現最適宜的動作表現。</p> <p>3.能於活動中展現</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>		

		學習態度。 3c-II-1表現 聯合性動作 技能。	及人與人、 人與球關係 攻防概念。 Ib-II-2土風 舞遊戲。	出足球相關動作。			
第十三週	壹、健康新世界 二.逗陣來長大	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.能經由身體狀況 的改變，體認人體 成長的事實。 2.能知道每個人的 發育速度及進入青 春期的時間不同。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【性別平等教育】 性E2覺知身體意象 對身心的影響。 【生命教育】 生E2理解人的身體 與心理面向。	
第十四週	貳、運動我最行 七、活力足球	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。	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.能展現盤球繞物 的技巧。 2.能有節奏的完成 盤球活動。 3.會和他人合作練 習踢傳球動作。 4.會於活動中展現 踢傳技巧。 5.能和其他人一同合 作進行活動。 6.知道足球的基本 攻防概念。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第十五週	壹、健康新世界 二.逗陣來長大	1a-II-1認識 身心健康基 本概念與意 義。	Db-II-1男女 生殖器官的 基本功能與 差異。	◆能知道男、女生 殖器官的基本功能 與差異。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【性別平等教育】 性E2覺知身體意象 對身心的影響。 【生命教育】 生E2理解人的身體 與心理面向。	
第十六週	貳、運動我最行 七、活力足球	2d-II-2表現 觀賞者的角 色和責任。	Hb-II-1陣地 攻守性球類 運動相關的	1.和其他人一同合作 進行活動。 2.於活動中表現足	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核		

		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。	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。	球的基本技巧。 3.了解球王梅西的故事。 4.互相討論如何正向面對困難。	4.態度評量		
第十七週 畢業考	壹、健康新世界 二.逗陣來長大	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。	Da-II-2身體各部位的功能與衛生保健的方法。 Db-II-1男女生殖器官的基本功能與差異。	1.能知道月經及夢遺的形成原因及其意義。 2.對身體的成長發育有疑慮時，能依循正確管道獲取知識。 3.能認識生殖器官的清潔與保健方法。	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E2覺知身體意象對身心的影響。 【生命教育】 生E2理解人的身體與心理面向。	
第十八週	貳、運動我最行 八、跳高小子	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-2透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。	Ga-II-1跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.和同學一起合作進行活動。 2.於活動中體驗單腳抬跨動作。 3.學會側抬跨跳動作要領。 4.會順暢的完成側抬跨跳動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第十九週	壹、健康新世界 二.逗陣來長大	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。	Da-II-1良好的衛生習慣。 Fb-II-1自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。	1.能了解規律運動對生長發育的重要性。 2.能知道身體的流汗狀況及流汗後的處理方法。	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E2覺知身體意象對身心的影響。 【生命教育】 生E2理解人的身體與心理面向。	
第二十週 (第二次定期評量)	貳、運動我最行八、跳高小子	1c-II-1認識身體活動的動作技能。 1d-II-1認識動作技能概念與動作練習的策略。 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。	Ga-II-1跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.學會側抬跨跳動作要領。 2.會順暢完成側抬跨跳動作。 3.會有節奏的做出跳高助跑的動作。 4.知道剪式跳高的助跑動作要領。 5.能完成剪式跳高的落墊動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第二十一週	貳、運動我最行八、跳高小子	1c-II-1認識身體活動的動作技能。 1d-II-1認識動作技能概念與動作練習的策略。 3c-II-1表現聯合性動作	Ga-II-1跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.學會側抬跨跳動作要領。 2.會順暢完成側抬跨跳動作。 3.會有節奏的做出跳高助跑的動作。 4.知道剪式跳高的助跑動作要領。 5.能完成剪式跳高	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

		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。		的落墊動作。			
--	--	--	--	--------	--	--	--