

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 A)

113 學年度 六 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 一.環境體檢大行動 | 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 | Ca-III-2 環境污染的來源與形式。 | ◆能認識生活中常見的污染形式及來源。 | 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 E15 覺知能資源過度利用會導致環境污染與資源耗竭的問題。 | |
| | 貳、體育 五.海陸任遨遊 | 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 | Ab-III-1 身體組成與體適能之基本概念。 Ab-III-2 體適能自我評估原則。 Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。 Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。 | 1.認識三項全能的比賽內容、器材與安全事項。 2.完成簡易三項全能接力活動。 3.了解三項全能運動所需的體適能。 4.了解自身體適能的狀態。 5.學會評估運動強度、認識身體活動金字塔。 6.選擇適合自己的運動項目，並依所需的體適能安排運動計畫。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |

| | | | | | | | |
|-----|-------------------|---|-------------------------|--|--------------------------------------|---|--|
| | | <p>2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特色。</p> <p>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p> <p>4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。</p> <p>4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。</p> | | 7.完成 TABATA、循環訓練等運動模式。 | | | |
| 第二週 | 壹、健康 一.環境體檢大行動 | <p>1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。</p> <p>2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> | Ca-III-2 環境污染的來源與形式。 | ◆能認識生活中常見的污染形式及來源。 | 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 E15 覺知能資源過度利用會導致環境污染與資源耗竭的問題。 | |
| | 貳、體育 五.海陸任遨遊 | 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 | Ab-III-1 身體組成與體適能之基本概念。 | 1.認識三項全能的比賽內容、器材與安全事項。 2.完成簡易三項全能接力 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 | | |

| | | | | | | | |
|--|--|---|--|--|--------|--|--|
| | | <p>1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。</p> <p>1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。</p> <p>2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p> <p>2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特色。</p> <p>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p> <p>4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。</p> <p>4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。</p> | <p>Ab-III-2 體適能自我評估原則。</p> <p>Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。</p> <p>Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。</p> <p>Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。</p> | <p>活動。</p> <p>3.了解三項全能運動所需的體適能。</p> <p>4.了解自身體適能的狀態。</p> <p>5.學會評估運動強度、認識身體活動金字塔。</p> <p>6.選擇適合自己的運動項目，並依所需的體適能安排運動計畫。</p> <p>7.完成 TABATA、循環訓練等運動模式。</p> | 4.態度評量 | | |
|--|--|---|--|--|--------|--|--|

| | | | | | | | |
|-----|-------------------|---|--|--|--------------------------------------|---|--|
| 第三週 | 壹、健康 一.環境體檢大行動 | 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 | Ca-III-2 環境污染的來源與形式。 | 1.能認識生活中常見的污染形式及來源。 2.能覺察環境污染對健康的影響。 | 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 E15 覺知能資源過度利用會導致環境污染與資源耗竭的問題。 | |
| | 貳、體育 五.海陸任遨遊 | 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特色。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。 | Ab-III-1 身體組成與體適能之基本概念。 Ab-III-2 體適能自我評估原則。 Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。 | 1.了解三項全能運動所需的體適能。 2.了解自身體適能的狀態。 3.學會評估運動強度、認識身體活動金字塔。 4.選擇適合自己的運動項目，並依所需的體適能安排運動計畫。 5.完成 TABATA、循環訓練等運動模式。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |

| | | | | | | | |
|-----|---------------------------|--|---|---|--------------------------------------|---|--|
| | | 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 | | | | | |
| 第四週 | 壹、健康 一.環境體檢大行動 | 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 3b-III-4 能於不同的生活情境中運用生活技能。 | Ca-III-1 健康環境的交互影響因素。 | ◆能針對不同汙染形式，發想解決方法，並實行適當的保健行為。 | 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 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。 | |
| | 貳、體育 五.海陸任遨遊 六.飛越極限 | 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特色。 | Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。 Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。 Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。 | 1.進行修改式三項全能活動。 2.介紹運動對健康的好處。 3.分享挑戰三項全能活動的感想。 4.選擇適合自己的運動項目，並依所須的體適能安排運動計畫。 5.了解瞬發力與跳躍高度及遠度的關係。 6.了解剪式跳高及跳遠技術的動作要素與要領。 7.表現良好的跳高動作。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |

| | | | | | | | |
|-----|-------------------|---|--------------------------|---|--------------------------------------|---|--|
| | | 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 | | | | | |
| 第五週 | 壹、健康 一.環境體檢大行動 | 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。 4b-III-2 使用適切的事證來支持自己健康促進的立場。 | Ca-III-3 環保行動的參與及綠色消費概念。 | ◆能公開參與生活中的環保行動，並堅持自己的健康立場。 | 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 E15 覺知能資源過度利用會導致環境污染與資源耗竭的問題。 | |
| | 貳、體育 六.飛越極限 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特色。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 | Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。 | 1.了解瞬發力與跳躍高度及遠度的關係。 2.了解剪式跳高及跳遠技術的動作要素與要領。 3.表現良好的跳高動作。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |
| 第六週 | 壹、健康 一.環境體檢大行動 | 4b-III-1 公開表達 | Ca-III-3 環保行動 | 1.能了解綠色消費 3R3E 原 | 1.觀察評量 | 【環境教育】 | |

| | | | | | | | |
|-----|------------------|---|--|---|--------------------------------------|---|--|
| | 動 | 個人對促進健康的觀點與立場。 4b-III-2 使用適切的事證來支持自己健康促進的立場。 | 的參與及綠色消費概念。 | 則的概念，並於生活中實踐。 2.能完成綠色消費改善計畫，培養符合綠色消費的習慣。 3.能完成環境汙染改善計畫，建立健康的生活環境。 | 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。 | |
| | 貳、體育 六.飛越極限 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 | Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。 | 1.了解跳遠技術的動作要素與要領。 2.表現良好的跳遠動作。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |
| 第七週 | 壹、健康 二.人生製造公司 | 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 | Aa-III-1 生長發育的影響因素與促進方法。 Aa-III-2 人生各階段的成長、轉變與自我悅納。 | 1.能對人生各階段充滿好奇且願意從健康的角度去探索。 2.能了解影響生長發育的因素及促進健康的原則。 3.能認識人生各階段生長發育的轉變。 4.能了解不同人生階段的身心需求及社會互動。 5.能分析不同人生階段的差異性。 | 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。 生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象，思考生命的價值。 | |

| | | | | | | | |
|-----|--------------------------|---|---|--|--------------------------------------|---|--|
| | | 3b-III-1 獨立演練大部分的自我調適技能。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。 | | | | | |
| | 貳、體育 六.飛越極限 七.力拔山河 | 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 | Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。 Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。 | 1.了解傷口處理、簡易貼紮、固定的方式。 2.了解運動傷害對運動員的影響、同理受傷運動員的感受。 3.了解跳遠技術的動作要素與要領。 4.表現良好的跳遠動作。 5.能了解拔河的历史由來、裝備。 6.能做出平躺抱膝、弓箭步、站立體側彎、上臂伸展的伸展運動。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |
| 第八週 | 壹、健康 二.人生製造公司 | 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。 | Aa-III-1 生長發育的影響因素與促進方法。 Aa-III-2 人生各階段的成長、轉變與自我悅納。 | 1 能認識人生各階段生長發育的轉變。 2.能了解不同人生階段的身心需求及社會互動。 3.能分析不同人生階段的差異性。 4.能分析家庭環境是否做到長者友善規畫。 | 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。 生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象，思考生命的價值。 | |

| | | | | | | | |
|-----|------------------|---|---|---|---|--|--|
| | | <p>2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>3b-III-1 獨立演練大部分的自我調適技能。</p> <p>4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。</p> | | | | | |
| | 貳、體育 七.力拔山河 | <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>4d-III-2 養成規律運動習慣，維持動態生活。</p> | Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。 | <p>1.能做出雙手互推、深蹲、手推車、拉輪胎、兩人背對背，以增強肌耐力。</p> <p>2.能做出單手互拉、雙手拔河、握力器、壓寶特瓶，以增強握力。</p> <p>3.能在家中持續練習，增強肌耐力及握力。</p> <p>4.能了解握繩、預備姿勢及正確的拔河姿勢。</p> <p>5.透過固定拉拔、四人對拉，來熟練拔河的動作。</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> | | |
| 第九週 | 壹、健康 二.人生製造公司 | <p>1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> <p>1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。</p> <p>2a-III-3 體察健康</p> | <p>Aa-III-1 生長發育的影響因素與促進方法。</p> <p>Aa-III-2 人生各階段的成長、轉變與自我悅納。</p> | <p>1.能接納自己的成長變化，並關心家人的身心健康狀況。</p> <p>2.能覺察影響人生各階段情緒的因素及困擾。</p> <p>3.能覺察影響人生各階段情緒的因素及困擾。</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>生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象，思考生命的價值。</p> | |

| | | | | | | | |
|-----------------------------|-----------------------------|--|---------------------------------|--|---|--|--|
| | | <p>行動的自覺利益與障礙。</p> <p>2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>3b-III-1 獨立演練大部分的自我調適技能。</p> <p>4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。</p> | | <p>4.能運用正向思考模式解決人生各階段的成長困擾。</p> | | | |
| | <p>貳、體育</p> <p>七.力拔山河</p> | <p>2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。</p> <p>3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略</p> <p>4c-III-1 選擇及應用與運動相關的科技資訊、媒體、產品與服務。</p> | <p>Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。</p> | <p>1.能了解裁判手勢舉繩、拉緊、調整中心線、預備、開始、結束的意義。</p> <p>2.能安全的進行拔河比賽。</p> <p>3.能透過比賽討論戰術、培養團隊默契，相互加油打氣。</p> <p>4.能在家中持續練習，增強肌耐力及握力。</p> <p>5.能搜尋拔河相關影片、資料，學習拔河的技巧。</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>第十週</p> <p>(第一次定期評量)</p> | <p>壹、健康</p> <p>二.人生製造公司</p> | <p>1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。</p> <p>2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。</p> | <p>Aa-III-3 面對老化現象與死亡的健康態度。</p> | <p>1.能了解死亡對情緒及生活造成的影響。</p> <p>2.能正向面對死亡，接受生命的無常。</p> <p>3.能學會因應死亡的影響及排解憂慮的方法。</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>生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象，思考生命的價值。</p> | |

| | | | | | | | |
|------|------------------|---|------------------------------|--|--------------------------------------|---|--|
| | | 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。 | | | | | |
| | 貳、體育 八.腿上乾坤 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 | Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 | 1.能了解如何利用腳停球及內側、外側等方式傳球。 2.能運用足球做出指定動作。 3.能透過觀摩他人或自己察覺，學習到正確傳球及射門動作。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |
| 第十一週 | 壹、健康 二.人生製造公司 | 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。 | Aa-III-3 面對老化現象與死亡的健康態度。 | 1.能接納自己的成長變化。 2.能選擇有益身心健康的具體行動。 3.能體悟老化現象對生活的不便。 4.能提倡促進身心健康及生命價值的方法。 | 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。 生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象，思考生命的價值。 | |
| | 貳、體育 八.腿上乾坤 | 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 | Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 | 1.能透過觀摩他人或自己察覺，學習到正確傳球及射門動作。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 | | |

| | | | | | | | |
|------|-----------------|--|--|--|--------------------------------------|----------------------------------|--|
| | | 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 | | 2.能認真、積極參與活動，並與同學討論戰術。 | 4.態度評量 | | |
| 第十二週 | 壹、健康 三.勇闖飲食島 | 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 | Ea-III-2 兒童及青少年飲食問題與健康影響。 | 1.能理解生活習慣之選擇與青少年飲食不均的態樣相關性 2.能察知青少年飲食不均的態樣對健康的影響。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | 【多元文化教育】 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。 | |
| | 貳、體育 八.腿上乾坤 | 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 | Ab-III-1 身體組成與體適能之基本概念。 Cb-III-1 運動安全教育運動精神與運動營養知識。 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 | 1.能利用比賽結果反思自己不足的技能並討論出解決方案。 2.能規畫一個週期的運動方案並積極落實。 3.世界盃球員、介紹球員身體組成（Power、speed、肌耐力）。 4.透過比賽，演練進攻防守策略。 5.能在比賽中表現穩定身體控制與協調力。 6.能在比賽中表現合作與團隊精神。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |

| | | | | | | | |
|------|------------------|--|---|---|--------------------------------------|----------------------------------|--|
| 第十三週 | 壹、健康 三.勇闖飲食島 | 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 | Ea-III-2 兒童及青少年飲食問題與健康影響。 | ◆能理解生活習慣之選擇與青少年飲食不均的態樣相關性。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | 【多元文化教育】 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。 | |
| | 貳、體育 九.勇闖籃球殿堂 | 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 3d-III-2 演練比賽 | Cb-III-2 區域性運動賽會與現代奧林匹克運動會。 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 | 1.能依個人能力，了解並積極正確做出不同的運球方式。 2.能知道3對3籃球賽起源與發展現況，並對規則有基本的認識。 3.能依個人能力了解並積極正確做出不同的運球方式。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |

| | | | | | | | |
|------|------------------|---|--|---|--------------------------------------|----------------------------------|--|
| | | 中的進攻和防守策略。 | | | | | |
| 第十四週 | 壹、健康 三.勇闖飲食島 | 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。 | Ea-III-1 個人的營養與熱量之需求。 Ea-III-3 每日飲食指南與多元飲食文化。 | 1.能理解兒童期需要的營養與熱量。 2.能理解六大類食物的代換分量。 3.能自我反省並修正飲食習慣，持續促進健康。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | 【多元文化教育】 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。 | |
| | 貳、體育 九.勇闖籃球殿堂 | 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 4c-III-1 選擇及應用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。 | Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 | 1.能知道並做出正確的傳球及行進運球動作。 2.能正向的與隊友討論，發展傳球比賽中的進攻和防守策略，並運用在比賽中。 3.能使用 3C 用品，透過網路比較自己投籃與上籃動作的正確性。 4.能在投籃大賽，透過小組合作與分配，提高運動技能學習效能。 | 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 三.勇闖飲食島 | 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之 | Ea-III-3 每日飲食指南與多元飲食文化。 | 1.能主動了解多元飲食文化的由來與特色。 2.能知道選擇正確飲食的方法，有助於發育和成長。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | 【多元文化教育】 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。 | |

| | | | | | | | |
|------|-----------------------------|---|------------------------------|---|---|----------------------------------|--|
| | | <p>影響。</p> <p>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。</p> <p>4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。</p> | | 3.能表現對多元飲食的尊重與接納。 | | | |
| | <p>貳、體育</p> <p>九.勇闖籃球殿堂</p> | <p>1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。</p> <p>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>4c-III-1 選擇及應用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。</p> | Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 | <p>1.能使用 3C 用品，透過網路比較自己投籃與上籃動作的正確性。</p> <p>2.能在投籃大賽，透過小組合作與分配，提高運動技能學習效能。</p> <p>3.能在 3 對 3 比賽中，演練討論的進攻及防守策略。</p> <p>4.透過循環比賽，找出比賽策略的問題並解決。</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> | | |
| 第十六週 | <p>壹、健康</p> <p>三.勇闖飲食島</p> | 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。 | Ea-III-3 每日飲食指南與多元飲食文化。 | <p>1.能表現對多元飲食文化的尊重與接納。</p> <p>2.能運用營養知識對多元飲食文化進行分析和批判，並做出調整飲食均衡</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> | 【多元文化教育】 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。 | |

| | | | | | | | |
|------|--------------------|---|--|---|--------------------------------------|---|--|
| | | 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。 | | 的決策。 3.能檢視自己飲食習慣的成因，反思後改進。 4.能在多元飲食文化中兼顧均衡飲食。 | | | |
| | 貳、體育 十.平衡木上的不倒翁 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 | Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。 | 1.能認識訓練平衡的設施、場域。 2.能做出教師指導的靜態平衡動作，運用肢體展現，從中觀察、欣賞、分享。 3.能嘗試練習不同方法，讓個人或與同伴運用身體做出動態平衡。 4.能從練習當中意識到身體在空間中的變化。 5.學童有能力解決練習時所面臨的問題。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |
| 第十七週 | 壹、健康 四.守護青春 | 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 3a-III-2 能於不同的生活情境中，主動表現基礎健康技能。 | Db-III-3 性騷擾與性侵害的自我防護。 | 1.能認識性剝削、性騷擾的定義。 2.能覺察個資外洩的嚴重性。 3.能分辨性剝削及性騷擾的樣態。 | 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 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。 | |

| | | | | | | | |
|--------------------|---|-----------------------------|--|--------------------------------------|--|--|--|
| | | 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。 | | | | 【人權教育】 人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人 品 E6 同理分享。 【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。 生 E2 理解人的身體與心理面向。 | |
| 貳、體育 十.平衡木上的不倒翁 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習 | Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。 | 1.能嘗試練習不同方法，讓個人或與同伴運用身體做出動態平衡。 2.能從練習當中意識到身體在空間中的變化。 3.學童有能力解決練習時所面臨的問題。 4.能完成教師給予在平衡木上的任務動態平衡。 5.能表現出勇於挑戰、積極投入的態度。 6.能展現肢體動作的穩定度、控制協調能力。 7.學童有能力解決練習時 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | | |

| | | | | | | | |
|------|--------------------|--|----------------------------|---|--------------------------------------|---|--|
| | | 或比賽的問題。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 | | 所面臨的問題。 | | | |
| 第十八週 | 壹、健康 四.守護青春 | 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 3a-III-2 能於不同的生活情境中，主動表現基礎健康技能。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。 | Db-III-3 性騷擾與性侵害的自我防護。 | 1.能認識性侵害的定義。 2.能澄清性侵害及性騷擾的迷思。 3.能學會因應性騷擾、性侵害及性剝削的方法。 4.能於不同生活情境表現自我保護的技能。 5.能認識身體自主權的概念。 6.能表達對身體自主權的重視。 | 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。 【人權教育】 人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人 品 E6 同理分享。 【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。 生 E2 理解人的身體與心理面向。 | |
| | 貳、體育 十.平衡木上的不倒翁 | 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 | Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。 | 1.能完成教師給予在平衡木上的任務動態平衡。 2.能表現出勇於挑戰、積極 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 | | |

| | | | | | | | |
|------|----------------|--|-----------------------------|--|---|---|--|
| | | <p>2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>4d-III-3 宣導身體活動促進身心健康的效益。</p> | | <p>投入的態度。</p> <p>3.能展現肢體動作的穩定度、控制協調能力。</p> <p>4.學童有能力解決練習時所面臨的問題。</p> <p>5.能在比賽中表現出運動家精神，並遵守比賽規範。</p> <p>6.競賽中能展現穩定的平衡動作及協調能力。</p> <p>7.在練習的過程中，能解決在平衡木上所遇到的動作挑戰。</p> <p>8.能給予伙伴鼓勵與陪伴。</p> | 4.態度評量 | | |
| 第十九週 | 壹、健康 四.守護青春 | <p>1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。</p> <p>2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>3a-III-2 能於不同的生活情境中，主動表現基礎健康技能。</p> <p>4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。</p> | Db-III-5 友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。 | <p>1.能認識維繫友誼與合宜表達情感的正確方式。</p> <p>2.能學習預防及因應網路霸凌的方法。</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 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。</p> <p>性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 E2 自尊尊人與自</p> | |

| | | | | | | | |
|------|------------------|--|---|--|--------------------------------------|---|--|
| | | | | | | 愛愛人 品 E6 同理分享。 【生命教育】 生 E1 探討生活議 題，培養思考的適當情 意與態度。 生 E2 理解人的身體 與心理面向。 | |
| | 貳、體育 十一.好球強強滾 | 1c-III-1 了解運動 技能要素和基本運 動規範。 2c-III-2 表現同理 心、正向溝通的團 隊精神。 3c-III-1 表現穩定 的身體控制和協調 能力。 3d-III-3 透過體驗 或實踐，解決練習 或比賽的問題。 | Cb-III-2 區域性運 動賽會與現代奧林 匹克運動會。 Cb-III-3 各項運動 裝備、設施、場域。 Hc-III-1 標的性球 類運動基本動作及 基礎戰術。 | 1.認識法式滾球的由來與 賽事。 2.學習法式滾球運動的精 神與規範。 3.認識法式滾球的場地。 4.透過遊戲體驗，解決練習 與比賽的問題。 5.能表現出穩定的身體控 制與協調能力。 6.能在遊戲中表現合作與 團隊精神。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |
| 第二十週 | 壹、健康 四.守護青春 | 1a-III-2 描述生活 行為對個人與群體 健康的影響。 2a-III-2 覺知健康 問題所造成的威脅 感與嚴重性。 4b-III-3 公開提倡 促進健康的信念或 | Db-III-4 愛滋病傳 染途徑與愛滋關 懷。 | 1.能認識愛滋病及其傳染 途徑。 2.能覺察愛滋病對身體健 康的威脅及嚴重性。 3.能認識愛滋病的症狀及 預防愛滋病的方法。 | 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。 【人權教育】 | |

| | | | | | | | |
|------------------|---|--|---|--------------------------------------|--|--|--|
| | | 行為。 | | | | 人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人 品 E6 同理分享。 【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。 生 E2 理解人的身體與心理面向。 | |
| 貳、體育 十一.好球強強滾 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 | Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。 | 1.透過遊戲體驗，解決練習與比賽的問題。 2.能表現出穩定的身體控制與協調能力。 3.能在遊戲中表現合作與團隊精神。 4.了解法式滾球進攻、防守的比賽規則。 5.學習法式滾球的運動技能，表現穩定的身體控制與協調能力。 6.在賽事中體驗、思考並解決問題。 | 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 (第二次定期評量) | 壹、健康 四.守護青春 | 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。 | Db-III-4 愛滋病傳染途徑與愛滋關懷。 | 1.能展現對愛滋病患者的同理及關懷。 2.能自我檢核網路使用習慣。 3.能分辨性騷擾的樣態。 4.能認識愛滋病及其傳染途徑。 | 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。 【人權教育】 人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人 品 E6 同理分享。 【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。 生 E2 理解人的身體與心理面向。 | |
| | 貳、體育 十一.好球強強滾 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。 2c-III-2 表現同理 | Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。 | 1.了解法式滾球進攻、防守的比賽規則。 2.學習法式滾球的運動技能，表現穩定的身體控制與協調能力。 3.在賽事中體驗、思考並解決問題。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |

| | | 心、正向溝通的團隊精神。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 4d-III-3 宣導身體活動促進身心健康的效益。 | | 4.透過比賽，演練進攻、防守策略。 5.能在比賽中表現穩定身體控制與協調力。 6.能在比賽中表現合作與團隊精神。 7.向家人宣導法式滾球運動，共同參與體驗促進健康。 | | | |
|-------|-------------------|--|------------------------|---|--------------------------------------|---|-----------------------|
| 第二十二週 | 休業式 | | | | | | |
| 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 一.天生我才必有用 | 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 2b-III-3 擁有執行健康生活行動的信心與效能感。 | Fa-III-1 自我悅納與潛能探索的方法。 | 1.從生理、心理、家庭、社會等面向認識自我概念。 2.能覺察自我概念是正向或負向，具備正向的自我效能感。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E5 探索自己的價值觀。 涯 E6 覺察個人的優勢能力。 | |
| | 貳、體育 五.身體書法家 | 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感 | Ib-III-1 模仿性與主題式創作舞。 | 1.學習與欣賞舞蹈創作的美感，發現身體活動、發展與書法文化素養的連結性。 2.能分組嘗試練習用身體 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |

| | | | | | | | |
|-----|-------------------|--|------------------------|---|--------------------------------------|---|--|
| | | 體驗。 | | 各部位書寫各種書法字體，認識身體活動對身體發展的關係。 | | | |
| 第二週 | 壹、健康 一.天生我才必有用 | 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。 | Fa-III-1 自我悅納與潛能探索的方法。 | 1.能理解自我悅納的定義。 2.能自我覺察並省思自己的弱點，嘗試以正面態度接納限制，進行補償轉移達到自我悅納。 3.能按照步驟練習自我調適達到自我悅納。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E5 探索自己的價值觀。 涯 E6 覺察個人的優勢能力。 | |
| | 貳、體育 五.身體書法家 | 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特色。 3c-III-3 表現動作創作與展演的能力。 | Ib-III-1 模仿性與主題式創作舞。 | 1.各組學童能討論出場方式、表演位置，並練習各組創作表，在討論與參與練習中，表現積極參與與正向溝通的合作精神。 2.能說明與解釋小組的身體活動特色與書法展現。 3.在討論與參與練習中，表現積極參與與正向溝通的合作精神。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |
| 第三週 | 壹、健康 一.天生我才必有用 | 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。 3b-III-3 能於引導 | Fa-III-1 自我悅納與潛能探索的方法。 | 1.能理解潛能的定義。 2.能藉由「特質」、「興趣」、「職業」進行潛能探索。 3.能認識自己擅長的能力與不擅長的能力，進而評估適合的職業。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E5 探索自己的價值觀。 涯 E6 覺察個人的優 | |

| | | | | | | | |
|-----|---------------------------|---|---|---|--------------------------------------|--|--|
| | | 下，表現基本的決策與批判技能。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。 | | | | 勢能力。 | |
| | 貳、體育 五.身體書法家 六.鈴上雲霄 | 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特色。 3c-III-3 表現動作創作與展演的能力。 4d-III-3 宣導身體活動促進身心健康的效益。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 | Ib-III-1 模仿性與主題式創作舞。 Ic-III-1 民俗運動組合動作與遊戲。 | 1.能從展演歷程中，分享舞蹈欣賞與創作的美感體驗。 2.能與小組成員完成展演，表現小組的創作成果。 3.欣賞者能回饋並以多元視角評析各組表演的身體活動特色。 4.利用身體書法家活動與家人互動，宣導身體活動促進健康的效益。 5.能了解扯鈴的歷史由來。 6.能說出並做出正確的扯鈴動作及名稱。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |
| 第四週 | 壹、健康 一.天生我才必有用 | 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。 | Fa-III-1 自我悅納與潛能探索的方法。 | 1.能藉由「特質」、「興趣」、「職業」進行潛能探索。 2.能將「興趣」納入選擇「職業」的考量，並嘗試規劃未來職業藍圖。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E5 探索自己的價值觀。 | |

| | | | | | | | |
|-----|----------------|---|------------------------------|--|--------------------------------------|--|--|
| | | 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。 | | 3.能了解從事合適工作對於提升自我悅納的重要性。 4.能省思並回答關於自我悅納的問題。 5.能規畫充實職業需具備技能的方法。 | | 涯 E6 覺察個人的優勢能力。 | |
| | 貳、體育 六.鈴上雲霄 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 | Ic-III-1 民俗運動組合動作與遊戲。 | 1.能做出指定的扯鈴動作。 2.能了解扯鈴的招式動作，並分析與他人的差異。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |
| 第五週 | 壹、健康 二.解癮密碼 | 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 | Bb-III-3 媒體訊息對青少年吸菸、喝酒行為的影響。 | 1.能覺察媒體隱含的菸酒訊息及影響。 2.能進行媒體識讀及判斷。 | 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。 | |

| | | | | | | | |
|-----|----------------|---|--|--|--------------------------------------|--|--|
| | | 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。 | | | | | |
| | 貳、體育 六.鈴上雲霄 | 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 4c-III-1 選擇及應用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 4d-III-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。 | Ic-III-1 民俗運動組合動作與遊戲。 Ic-III-2 民俗運動簡易性表演。 | 1.能做出指定的扯鈴動作。 2.能了解扯鈴的招式動作，並分析與他人的差異。 3.欣賞扯鈴比賽中的優美動作。 4.能效仿扯鈴比賽中的優美動作與隊形。 5.能利用基本扯鈴動作編排一場表演。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |
| 第六週 | 壹、健康 二.解癮密碼 | 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。 | Bb-III-3 媒體訊息對青少年吸菸、喝酒行為的影響。 | 1.能了解電子煙對身體的影響。 2.能進行媒體識讀及判斷。 3.能具備破除健康迷思的技能。 4.能覺察媒體隱含的菸酒 | 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。 | |

| | | | | | | | |
|-----|----------------|---|---|--|--------------------------------------|--|--|
| | | 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。 | | 訊息及影響 5.能了解菸酒媒體廣告的規定。 6.能為維護健康採取相對應的行動。 | | | |
| | 貳、體育 七.排球高手 | 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 | Cb-III-2 區域性運動賽會與現代奧林匹克運動會。 Ha-III-1 網/ 牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 | 1.能對室內夏季奧運會排球賽事有基本的認識。 2.能積極正確做出低手與低手發球動作，並透過競爭和學習策略，改善個人技能表現。 3.能透過小組比賽並討論，演練排球比賽中的進攻和防守策略。 4.能利用同儕觀察意見修正自己的高手傳接球動作。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |
| 第七週 | 壹、健康 二.解癮密碼 | 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-III-2 獨立演練 | Bb-III-2 成癮性物質的特性及其危害。 Bb-III-4 拒絕成癮物質的健康行動策略。 | 1.能覺察使用成癮性藥物受個人、家庭、學校與社區等因素影響。 2.能在引導下演練拒絕成癮性物質的技能。 | 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。 | |

| | | | | | | | |
|-----|----------------|--|--|--|---|--|--|
| | | <p>大部分的人際溝通互動技能。</p> <p>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。</p> <p>4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。</p> | | | | | |
| | 貳、體育 七.排球高手 | <p>1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。</p> <p>2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。</p> <p>3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。</p> | Ha-III-1 網/ 牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 | <p>1.能與同學討論如何改善比賽高手傳接球的技巧，接納他人不同想法，並正向溝通有效策略，解決比賽的問題。</p> <p>2.能判斷來球時應該做高手或低手動作。</p> <p>3.能知道並做出輪轉方向及位置。</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> | | |
| 第八週 | 壹、健康 二.解癮密碼 | <p>2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。</p> <p>2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通互動技能。</p> | <p>Bb-III-2 成癮性物質的特性及其危害。</p> <p>Bb-III-4 拒絕成癮物質的健康行動策略。</p> | <p>1.能了解成癮性物質的特徵及危害。</p> <p>2.能覺察成癮性物質引發的多重問題。</p> <p>3.能了解成癮性物質的治療方式。</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> | 【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。 | |

| | | | | | | | |
|-----|---|--|--|---|---|---|--|
| | | <p>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。</p> <p>4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。</p> | | | | | |
| | <p>貳、體育</p> <p>七.排球高手</p> <p>八.桌球精靈</p> | <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> <p>2d-III-2 分辨運動賽事中選手和觀眾的角色和責任。</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>4c-III-1 選擇及應用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> | <p>Ha-III-1 網/ 牆性球類運動基本動作及基礎戰術。</p> | <p>1.能在排球比賽與隊友討論攻擊與防守策略，並在戰術板上畫出，透過返回比賽驗證。</p> <p>2.能判斷位置並做出高手傳接球動作。</p> <p>3.能知道正式比賽，球場上各角色所擔任的工作。</p> <p>4.能使用數位手持裝置拍攝比賽影片供討論參考。</p> <p>5.能在排球比賽與隊友討論攻擊與防守策略，使並在戰術板上畫出，透過返回比賽驗證。</p> <p>6.能了解如何利用桌球拍做出正手擊球、發球。</p> <p>7.能運用桌球拍做出指定動作。</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> | | |
| 第九週 | <p>壹、健康</p> <p>二.解癮密碼</p> | <p>2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之</p> | <p>Bb-III-2 成癮性物質的特性及其危害。</p> <p>Bb-III-4 拒絕成癮</p> | <p>1.能在引導下演練拒絕成癮性物質的技能。</p> <p>2.能在生活中展現拒絕成癮性物質的具體行為，進</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</p> | |

| | | | | | | | |
|----------------|--|---|---|--|--|------------------|--|
| | | <p>影響。</p> <p>2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通互動技能。</p> <p>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。</p> <p>4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。</p> | 物質的健康行動策略。 | <p>行宣示行動。</p> <p>3.能分辨菸酒產品對自我形象的影響。</p> <p>4.能對成癮行為提出具體改善建議。</p> | | 經驗，並知道如何尋求救助的管道。 | |
| 貳、體育 八.桌球精靈 | <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。</p> <p>3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p> <p>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技</p> | Ha-III-1 網/ 牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 | <p>1.能了解如何利用桌球拍做出正手擊球、發球。</p> <p>2.能運用桌球拍做出指定動作。</p> <p>3.能透過觀摩他人或自己察覺學習到正確的擊球、正手、反手擊球及發球動作。</p> <p>4.能認真並積極參與活動並與同學討論戰術。</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> | | | |

| | | | | | | | |
|------------------|-----------------|---|--|--|--------------------------------------|---------------------------|--|
| | | 能學習效能。 | | | | | |
| 第十週 (第一次定期評量) | 壹、健康 三.健康新攻略 | 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。 | Fb-III-2 臺灣地區常見傳染病預防與自我照顧方法。 | 1.能認識臺灣常見的八種傳染病特性傳染途徑及好發季節。 2.能了解傳染病會對自己及他人健康造成影響與危害。 | 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、體育 八.桌球精靈 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 | Bc-III-2 運動與疾病保健、終身運動相關知識。 Ha-III-1 網/ 牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 | 1.能了解如何利用桌球拍做出正手擊球、發球。 2.能運用桌球拍做出指定動作。 3.能透過觀摩他人或自己察覺學習到正確的擊球、正手、反手擊球及發球動作。 4.能認真並積極參與活動並與同學討論戰術。 5.能利用比賽結果反思自己不足的技能，並討論出解決方案。 6.能規畫一個週期的運動方案並積極落實。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |

| | | | | | | | |
|------|-----------------------------|--|--|--|--------------------------------------|---------------------------|--|
| | | 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 | | | | | |
| 第十一週 | 壹、健康 三.健康新攻略 | 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。 | Fb-III-2 臺灣地區常見傳染病預防與自我照顧方法。 | 1.能認識臺灣常見的八種傳染病特性傳染途徑及好發季節。 2.能了解傳染病會對自己及他人健康造成影響與危害。 | 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、體育 八.桌球精靈 九.角力主角我來當 | 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 | Bc-III-2 運動與疾病保健、終身運動相關知識。 Ha-III-1 網/ 牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 | 1.能了解終身運動的重要性。 2.能利用比賽結果反思自己不足的技能，並討論出解決方案。 3.能規畫一個週期的運動方案並積極落實。 4.認識角力運動項目的設施、場域。 5.認識角力運動。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |
| 第十二週 | 壹、健康 三.健康新攻略 | 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家 | Fb-III-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。 | 1.能認識臺灣常見的六種慢性病特性及引發因素。 2.能知道慢性病會對身體健康造成影響。 | 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。 | |

| | | | | | | | |
|------|-------------------|---|----------------------------|--|--------------------------------------|---------------------------|--|
| | | 庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。 | | | | | |
| | 貳、體育 九.角力主角我來當 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 | Bd-III-2 技擊組合動作與應用。 | 1.能認識不同的角力運動招式。 2.能從體驗、練習當中意識到運動技能的要素。 3.學童能解決練習時所面臨的問題。 4.能完成自由式角力基本動作練習。 5.練習時表現出勇於挑戰、積極投入的態度。 6.能展現角力基本動作技能的純熟度。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | |
| 第十三週 | 壹、健康 三.健康新攻略 | 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。 3a-III-2 能於不同的生活情境中，主動表現基礎健康技能。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。 | Fb-III-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。 | 1.能了解預防性健康自我照護的原則。 2.能認識實行預防性健康自我照護的方法及好處。 3.能養成預防性健康自我照護的良好習慣應對不同傳染病。 | 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、體育 九.角力主角我來當 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要 | Bd-III-2 技擊組合動作與應用。 | 1.能完成自由式角力基本動作的練習。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 | | |

| | | | | | | | |
|------|----------------------------|--|----------------------------|---|---|---------------------------|--|
| | | <p>領。</p> <p>2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。</p> <p>2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p> <p>3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動計畫。</p> | | <p>2.練習時表現出勇於挑戰、積極投入的態度。</p> <p>3.能展現角力基本動作技能的純熟度。</p> <p>4.學童能解決練習時所面臨的問題。</p> <p>5.能從優秀運動員的故事中學習到運動家精神。</p> <p>6.透過國際賽影片賞析了解選手的責任及觀眾的角色。</p> <p>7.能與家人一同關心角力運動延伸的協調技能將帶來健康效益。</p> | <p>3.行為檢核</p> <p>4.態度評量</p> | | |
| 第十四週 | <p>壹、健康</p> <p>三.健康新攻略</p> | <p>1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。</p> <p>3a-III-2 能於不同的生活情境中，主動表現基礎健康技能。</p> <p>4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。</p> | Fb-III-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。 | <p>1.能養成預防性健康自我照護的良好習慣預防不同慢性病。</p> <p>2.能在生活中實踐健康照護並增進自我健康管理。</p> <p>3.能主動關心、督促親友改善生活習慣。</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> | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |
| | <p>貳、體育</p> <p>十.百發百中</p> | 1d-III-1 了解運動 | Hc-III-1 標的性球 | 1.能了解拋球、擲球及滾球 | 1.觀察評量 | | |

| | | | | | | | |
|------|---------------------------|--|------------------------------------|---|---|--|--|
| | | <p>技能的要素和要領。</p> <p>2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。</p> <p>2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> | <p>類運動基本動作及基礎戰術。</p> | <p>的使用時機，並在比賽中表現出良好的動作技巧。</p> <p>2.與同學溝通討論擬定比賽策略，並加以實踐解決比賽遇到的問題。</p> | <p>2.口頭評量</p> <p>3.行為檢核</p> <p>4.態度評量</p> | | |
| 第十五週 | <p>壹、健康</p> <p>四.迎向未來</p> | <p>1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。</p> <p>2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>2b-III-3 擁有執行健康生活行動的信心與效能感。</p> <p>3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通</p> | <p>Db-III-5 友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。</p> | <p>1.能了解人際關係及畢業焦慮帶來的影響。</p> <p>2.能具備因應人際互動及畢業焦慮的正確判斷。</p> <p>3.能察覺消極解決方式所引發的問題。</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 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p> | |

| | | | | | | | |
|------|----------------|--|-----------------------------|--|---|---------------------------------|--|
| | | <p>互動技能。</p> <p>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判的技能。</p> <p>3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。</p> | | | | | |
| | 貳、體育 十.百發百中 | <p>1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。</p> <p>1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。</p> <p>2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。</p> <p>3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。</p> | Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。 | <p>1.了解穩定性對於標的性球類運動的重要性。</p> <p>2.藉由溝通、討論擬定比賽策略並在比賽中實踐及修正。</p> <p>3.了解木球的揮桿及比賽方式。</p> <p>4.解決在各項木球活動中遇到問題。</p> <p>5.表現良好的木球擊球動作。</p> <p>6.檢視自己揮桿動作的技能表現。</p> <p>7.了解終身運動的意義及選擇終身運動的原則。</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> | | |
| 第十六週 | 壹、健康 四.迎向未來 | 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 | Db-III-5 友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。 | <p>1.能具備改善人際關係及負面情緒的信心。</p> <p>2.能因應生活情境運用人</p> | <p>1.觀察評量</p> <p>2.口頭評量</p> <p>3.行為檢核</p> | 【人權教育】 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他 | |

| | | | | | | | |
|----------------------------|---|---|--|--------------------------------------|--------|--|--|
| | | 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-III-3 擁有執行健康生活行動的信心與效能感。 3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通互動技能。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判的技能。 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。 | | 際互動技巧。 | 4.態度評量 | 人的權利。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 | |
| 貳、體育 十.百發百中 十一.水中樂逍遙 | 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 1d-III-1 了解運動 | Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。 Gb-III-2 手腳聯合動作、藉物游泳前進、游泳前進 15 公尺（需換氣三次以上）與簡易性游泳比賽。 | 1.了解木球的揮桿及比賽方式。 2.解決在各項木球活動中遇到問題。 3.表現良好的木球擊球動作。 4.檢視自己揮桿動作的技能表現。 5.了解終身運動的意義及選擇終身運動的原則。 6.能完成活力存摺。 7.能學會換氣節奏：韻律呼吸複習、水中轉頭換氣、 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | | |

| | | | | | | | |
|------|----------------|---|-----------------------------|---|---|--|--|
| | | <p>技能的要素和要領。</p> <p>2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p> <p>4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。</p> | | <p>岸邊划手換氣、行進間划手換氣。</p> <p>8.能學會持浮板打水划手換氣。</p> <p>9.能擬定運動計畫，持續增強游泳技能。</p> <p>10.能透過游泳接力賽，表現個人運動技能。</p> | | | |
| 第十七週 | 壹、健康 四.迎向未來 | <p>1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。</p> <p>2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>2b-III-3 擁有執行健康生活行動的信心與效能感。</p> <p>3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通互動技能。</p> <p>3b-III-3 能於引導</p> | Db-III-5 友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。 | <p>1.能認同維繫友誼及面對畢業分離的正確態度。</p> <p>2.能具備尊重及讚賞他人的表達技巧。</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 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p> | |

| | | | | | | | |
|------|------------------|--|---|--|---|--|--|
| | | <p>下，表現基本的決策與批判的技能。</p> <p>3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。</p> | | | | | |
| | 貳、體育 十一.水中樂逍遙 | <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> <p>2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。</p> <p>4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。</p> | Gb-III-2 手腳聯合動作、藉物游泳前進、游泳前進 15 公尺（需換氣三次以上）與簡易性游泳比賽。 | <p>1.能學會換氣節奏：韻律呼吸複習、水中轉頭換氣、岸邊划手換氣、行進間划手換氣。</p> <p>2.能學會持浮板打水划手換氣。</p> <p>3.能擬定運動計畫，持續增強游泳技能。</p> <p>4.能透過游泳接力賽，表現個人運動技能。</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> | | |
| 第十八週 | 壹、健康 四.迎向未來 | <p>2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。</p> | Fa-III-4 正向態度與情緒、壓力的管理技巧。 | <p>1.能學習轉換畢業分離焦慮的方法。</p> <p>2.能察覺分離焦慮的影響及轉換情緒的重要性。</p> <p>3.能表達轉換畢業焦慮的具體行動及信心。</p> <p>4.能表達有效解決生活困</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 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p> | |

| | | | | | | | |
|------------------|--|----------------------|--|--------------------------------------|--|--|--|
| | | | | 擾的的做法。 5.能表達促進友誼及自我認同的觀點。 | | | |
| 貳、體育 十一.水中樂逍遙 | 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 | Cc-III-1 水域休閒運動進階技能。 | 1.能認識水球運動的歷史、玩法及比賽規則。 2.能進行水球基礎動作：水中傳接球、水中運球、水中射門。 3.能進行水球比賽，並相互討論戰術，相互鼓勵、安慰提醒。 4.能透過影片欣賞，了解水球比賽。 5.能在課餘時間持續練習游泳。 6.能運用資訊科技，欣賞學習水球比賽。 | 1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量 | | | |

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)