

貳、部定課程各年級各領域/科目課程計畫

一、普通班-國小（表七-1）

115 學年度 三 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 飲食聰明選 第一課 吃出健康	1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 2b-Ⅱ-2 願意改善個人的健康習慣。 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. 認識健康餐盤原則，了解六大類食物每日適當攝取量。	發表實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	第四單元 與繩球同行 第一課 隔繩對戰	1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 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. 認識擊球的動作要領。 2. 願意遵守活動規則。 3. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 4. 透過活動探索運動潛能與表現正確的擊球技能。 5. 運用合作與競爭策略完成排球活動。	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 飲食聰明選 第一課	1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 2b-Ⅱ-2 願意改善個人的健康習慣。 3b-Ⅱ-3 運用基本的	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. 覺察個人生活中的飲食是否符合健康餐盤原則。	發表實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	

	吃 出 健 康	生活技能，因應不同的生活情境。					
	第 四 單 元 與 繩 球 同 行 第 一 課 隔 繩 對 戰	1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 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. 認識擊球的動作要領。 2. 願意遵守活動規則。 3. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 4. 透過活動探索運動潛能與表現正確的擊球技能。 5. 運用合作與競爭策略完成排球活動。	操作 運動 撲滿	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第 三 週	第 一 單 元 飲 食 聰 明 選 第 一 課 吃 出 健 康	1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 2b-Ⅱ-2 願意改善個人的健康習慣。 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. 願意改善個人飲食習慣。 2. 運用生活技能「自我健康管理與監督」，改進飲食習慣。 3. 在生活中落實健康餐盤原則。	實作 發表	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	第 四 單 元 與 繩 球 同 行 第 二 課 玩 球 完 勝	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。	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. 認識滾球、拋球、擲球的動作要領。 2. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3. 表現滾球、拋球、擲球的動作技能。 4. 運用合作與競爭策略完成標的性球類活動。	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 飲 食 聰 明 選 第 二 課 飲 食 學 問 大	2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 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。	Ea-Ⅱ-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。 Ea-Ⅱ-3 飲食選擇的影響因素。	1. 覺察影響個人飲食選擇的因素。 2. 覺察不同的家庭飲食型態。	發表 實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	第 四 單 元	1c-Ⅱ-1 認識身體活	Hc-Ⅱ-1 標的性球類運動相關的拋球、擲	1. 認識滾球、拋球、擲球	操作	【人權教育】	

	元與繩球同行 第二課玩球完勝	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。	球、滾球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。	的動作要領。 2. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3. 表現滾球、拋球、擲球的動作技能。 4. 運用合作與競爭策略完成標的性球類活動。	運動撲滿	人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。	
第五週	第一單元飲食聰明選 第二課飲食學問大	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 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。	Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。 Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。	1. 覺察影響個人飲食選擇的因素。 2. 覺察個人飲食習慣是否健康。 3. 運用生活技能「做決定」，做出健康飲食的選擇。	發表演練	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	第四單元與繩球同行 第三課跳繩妙變化	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。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	Ic-II-1 民俗運動基本動作與串接。	1. 認識兩跳一迴旋、一跳一迴旋的動作概念。 2. 認識單腳跳繩的動作概念。 3. 認識跳繩的練習策略。 4. 表現兩跳一迴旋、一跳一迴旋的動作。 5. 表現單腳跳繩的動作變化。 6. 表現單腳跳繩的串接動作。 7. 課後參與跳繩活動，增進體適能。	操作發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第六週	第一單元飲食聰明選 第二課飲食學問大	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 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	Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。 Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。	1. 運用生活技能「批判性思考」，分析、判斷食品廣告內容。	實作總結性評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	

		康的行為。					
	第四單元與繩球同行 第三課跳繩妙變化	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。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	1c-II-1 民俗運動基本動作與串接。	1. 認識兩跳一迴旋、一跳一迴旋的動作概念。 2. 認識單腳跳繩的動作概念。 3. 認識跳繩的練習策略。 4. 表現兩跳一迴旋、一跳一迴旋的動作。 5. 表現單腳跳繩的動作變化。 6. 表現單腳跳繩的串接動作。 7. 課後參與跳繩活動，增進體適能。	操作運動撲滿	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第七週	第二單元生命的樂章 第一課生長圓舞曲	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。 Da-II-1 良好的衛生習慣的建立。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	1. 認識生命的開始和誕生。 2. 覺察身體的特徵是遺傳的結果。	發表實作	【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。	
	第五單元跑接樂悠游 第一課飛盤擲接樂	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。 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。	Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。	1. 認識不同高度的飛盤接盤動作要領。 2. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3. 透過活動探索運動潛能與表現正確的飛盤反手投擲、接盤動作。	操作發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第八週	第二單元生命的樂章 第一課	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。	Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。 Da-II-1 良好的衛生習慣的建立。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	1. 認識生長發育的變化與意義。	發表實作	【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。	

	生長圖 舞曲	3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。					
	第五單元跑接樂悠游 第一課飛盤擲接樂	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。 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。	Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。	1. 認識不同高度的飛盤接盤動作要領。 2. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3. 透過活動探索運動潛能與表現正確的飛盤反手投擲、接盤動作。	操作運動撲滿	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
	第二單元生命的樂章 第一課生長圖舞曲	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。 Da-II-1 良好的衛生習慣的建立。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	1. 了解促進生長發育的健康行動。 2. 了解良好的衛生習慣。 3. 運用生活技能「解決問題」，解決健康行動未達成的問題。 4. 透過實踐紀錄，支持自己促進生長發育的立場。	發表實作	【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。	
第九週	第五單元跑接樂悠游 第二課伸展跑步趣	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 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。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	Bc-II-1 暖身、伸展動作原則。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 認識暖身、伸展的動作原則和重要性。 2. 認識跑步擺臂、站立式起跑的動作要領。 3. 表現各式暖身、伸展動作。 4. 透過活動探索運動潛能與表現正確的跑步姿勢。 5. 運用跑步的練習策略。 6. 描述參與跑步活動的感覺。 7. 課後持續練習，增進跑步動作的熟練度。	操作發表	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。	
第	第二單	1a-II-1 認識身心健	Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。	1. 覺察每個人生長發育的	演練	【人權教育】	

十週	元 生 命 的 樂 章 第 一 課 生 長 圓 舞 曲	康基本概念與意義。 3b-Ⅱ-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 3b-Ⅱ-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	Da-Ⅱ-1 良好的衛生習慣的建立。 Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	速度不同。 2. 運用生活技能「同理心」和「人際溝通」，演練與朋友溝通的情境。	發表	人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。	
	第 五 單 元 跑 接 樂 悠 游 第 二 課 伸 展 跑 步 趣	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 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。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。	Bc-Ⅱ-1 暖身、伸展動作原則。 Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 認識暖身、伸展的動作原則和重要性。 2. 認識跑步擺臂、站立式起跑的動作要領。 3. 表現各式暖身、伸展動作。 4. 透過活動探索運動潛能與表現正確的跑步姿勢。 5. 運用跑步的練習策略。 6. 描述參與跑步活動的感覺。 7. 課後持續練習，增進跑步動作的熟練度。	操作 運動 撲滿	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。	
第十一週	第 二 單 元 生 命 的 樂 章 第 二 課 人 生 進 行 曲	1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。 3b-Ⅱ-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。	Aa-Ⅱ-2 人生各階段發展的順序與感受。 Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	1. 認識人生各階段的特徵。 2. 分辨家人所處的人生階段。 3. 透過行動對家人表達愛。 4. 運用生活技能「人際溝通」，演練與家人溝通的情境。	演練 總結 性評 量	【家庭教育】 家 E3 察覺家庭中不同角色，並反思個人在家庭中扮演的角色。	
	第 五 單 元 跑 接 樂 悠 游 第 三 課 跑 步 接	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	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 認識接力跑的概念。 2. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3. 表現跑步傳物的動作。 4. 運用合作策略完成接力	操作 發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	

	力傳寶	合作和競爭策略。		活動。			
第十二週	第三單元快樂的社區第一課社區新體驗	2b-II-1 遵守健康的生活規範。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。	1. 認識社區健康活動。 2. 參與社區健康活動。	發表實作	【環境教育】 環 E1 參與戶外學習與自然體驗，覺知自然環境的美、平衡、與完整性。	
	第五單元跑接樂悠游第三課跑步接力傳寶	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。	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 認識接力跑的概念。 2. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3. 表現跑步傳物的動作。 4. 運用合作策略完成接力活動。	操作發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第十三週	第三單元快樂的社區第二課社區環保	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。	Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。	1. 認識社區環境汙染問題。 2. 注意病媒對健康的危害。 3. 願意以實際行動改善社區汙染問題。	發表實作	【環境教育】 環 E16 了解物質循環與資源回收利用的原理。	
	第五單元跑接樂悠游第三課跑步接力傳寶	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。	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 認識接力跑的概念。 2. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3. 表現跑步傳物的動作。 4. 運用合作策略完成接力活動。	操作運動撲滿	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第十四週	第三單元快樂的社區第二課社區環保	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。	Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。	1. 願意以實際行動改善社區汙染問題。	發表實作	【環境教育】 環 E16 了解物質循環與資源回收利用的原理。	
	第五單元跑接	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。	Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。	1. 認識戶外戲水安全守則。	發表操作	【海洋教育】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域	

	樂悠游 第 四 課 安 全 漂 浮游	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。		2. 認識水上救生祕訣。 3. 認識漂浮的動作要領。 4. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 5. 表現扶牆屈膝漂浮、抱膝式水母漂動作。 6. 表現漂浮後站立動作。 7. 表現俯伸漂動作。 8. 表現蹬地漂浮、蹬牆漂浮動作。		安全。	
第十五週	第 三 單 元 快 樂 的 社 區 第 二 課 社 區 環 保	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。	Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。	1. 認識社區環境汙染問題。 2. 注意病媒對健康的危害。	實作發表	【環境教育】 環 E4 覺知經濟發展與工業發展對環境的衝擊。	
	第 五 單 元 跑 接 樂悠游 第 四 課 安 全 漂 浮游	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-1 運用動作技能的練習策略。	Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。	1. 認識戶外戲水安全守則。 2. 認識水上救生祕訣。 3. 認識漂浮的動作要領。 4. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 5. 表現扶牆屈膝漂浮、抱膝式水母漂動作。 6. 表現漂浮後站立動作。 7. 表現俯伸漂動作。 8. 表現蹬地漂浮、蹬牆漂浮動作。	操作運動撲滿	【海洋教育】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。	
第十六	第 三 單 元 快 樂 的 社 區	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	Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。	1. 認識社區環境汙染問題。 2. 注意病媒對健康的危	實作發表	【環境教育】 環 E4 覺知經濟發展與工業發展對環境的衝擊。	

週	第二課 社區環保	康的行為。		害。 3. 願意以實際行動改善社區汙染問題。			
	第六單元 滾翻躍動舞 歡樂第一課 拳腳見功夫	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。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	Bd-II-1 武術基本動作。	1. 認識踢腿、蹬腿的動作概念。 2. 認識武術的動作練習策略。 3. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 4. 表現踢腿、蹬腿動作。 5. 表現踢腿後站獨立式的動作。 6. 運用衝拳、劈掌、踢腿動作，配合弓箭式和獨立式，表現武術招式。	操作發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第十七週	第三單元 快樂的社區 第三課 社區藥師好朋友	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。 3a-II-1 演練基本的健康技能。	Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。	1. 了解並遵守安全用藥原則。	發表實作	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	
	第六單元 滾翻躍動舞 歡樂第一課 拳腳見功夫	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。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	Bd-II-1 武術基本動作。	1. 認識踢腿、蹬腿的動作概念。 2. 認識武術的動作練習策略。 3. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 4. 表現踢腿、蹬腿動作。 5. 表現踢腿後站獨立式的動作。	操作運動撲滿	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	

				6. 運用衝拳、劈掌、踢腿動作，配合弓箭式和獨立式，表現武術招式。			
第十八週	第三單元 快樂的社區 第三課 社區藥師好朋友	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。 3a-II-1 演練基本的健康技能。	Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。	1. 了解並遵守安全用藥原則。 2. 認識衛生所服務。	實作發表	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	
	第六單元 滾翻躍動舞 歡樂 第二課 搖滾翻轉樂	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。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	1a-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 認識滾翻的動作概念。 2. 認識滾翻動作的練習策略。 3. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 4. 表現圓背團身、圓背前後搖動作。 5. 表現圓背前撐起身、後點地動作。 6. 表現前滾翻、後滾翻動作。 7. 表現連續滾翻的聯合技能。 8. 分享滾翻動作在生活中的應用。	操作發表	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。	
第十九週	第三單元 快樂的社區 第三課 社區藥師好朋友	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。 3a-II-1 演練基本的健康技能。	Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。	1. 了解藥物的保存方法。 2. 了解並演練過期藥品處理原則。	發表演練	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	

	第六單元 單元滾翻躍動舞歡樂 第二課 搖滾翻轉樂	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。 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. 認識滾翻的動作概念。 2. 認識滾翻動作的練習策略。 3. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 4. 表現圓背團身、圓背前後搖動作。 5. 表現圓背前撐起身、後點地動作。 6. 表現前滾翻、後滾翻動作。 7. 表現連續滾翻的聯合技能。 8. 分享滾翻動作在生活中的應用。	操作運動撲滿	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。	
第廿週	第三單元 快樂的社區 第三課 社區藥師好朋友	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。 3a-Ⅱ-1 演練基本的健康技能。	Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。	1. 了解中藥用藥安全原則。 2. 認識社區藥局服務。 3. 在生活中運用社區藥局服務。	發表實作	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	
	第六單元 單元滾翻躍動舞歡樂 第三課 歡欣土風舞	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-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 Ib-Ⅱ-2 土風舞遊戲。	1. 在兔子舞遊戲中，表現不同方向的跳躍動作。 2. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3. 與同學合作完成兔子舞。	操作發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第廿一	第三單元 快樂的社區	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。	Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。	1. 了解藥物過敏症狀和藥物過敏處理方法。 2. 了解避免再次藥物過敏	發表總結性評量	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	

週	第三課 社區藥師好朋友	3a-Ⅱ-1 演練基本的健康技能。		的方法。			
	第六單元 滾翻舞躍動舞歡樂 第三課 歡欣土風舞	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。	1b-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 1b-Ⅱ-2 土風舞遊戲。	1. 認識聖誕鈴聲土風舞的基本舞步。 2. 表現聖誕鈴聲土風舞的基本舞步。 3. 與同學合作完成聖誕鈴聲土風舞。 4. 參與並欣賞聖誕節主題的肢體創作。	操作運動撲滿	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
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 流感我不怕 第一課 認識流感	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-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。 Fb-Ⅱ-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	1. 認識流行性感冒的症狀和傳染方式。 2. 注意流行性感冒帶來的威脅感與嚴重性。 3. 透過身體的症狀，檢視個人健康狀態。	發表實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	第四單元 球力全開 第一課 地板桌球	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。	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. 認識拍擊球的動作要領。 2. 描述自己和同學拍擊球動作的正確性。 3. 願意遵守活動規則。 4. 表現拍擊球動作。 5. 運用合作與競爭策略完	操作發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	

				成活動。			
第二週	第一單元 流感我不怕 第一課 認識流感	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-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。 Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	1. 了解流行性感冒的自我照護方法。 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 E1 良好生活習慣與德行。	
	第四單元 球力全開 第一課 地板桌球	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。	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. 認識桌球拍的種類與持拍方式。 2. 主動參與、樂於嘗試活動。 3. 表現桌球持拍帶球移動。 4. 表現桌球持拍擊球動作。	操作 發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第三週	第一單元 流感我不怕 第二課 遠離流感	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。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。 Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	1. 了解預防流行性感冒的方法。 2. 展現預防流行性感冒的方法。	實作 發表	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	第四單元 球力全開 第一課 地板桌球	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。	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. 願意遵守活動規則。 2. 表現桌球持拍擊球動作。 3. 運用合作與競爭策略完成活動。	操作 運動 撲滿	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第四週	第一單元 流感我不怕 第二課 遠離流	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。 3b-II-3 運用基本的	Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。 Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	1. 覺察自我健康狀態，認識健康行為的維持原則。 2. 運用生活技能「自我健康管理」，預防生病。	實作 發表	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	

	感	生活技能，因應不同的生活情境。					
	第四單元 球力全開 第二課 躲避球攻防	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-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. 認識躲避球胸前傳球、過頂傳球、單手肩上傳球、閃躲動作要領。 2. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3. 表現躲避球胸前傳球、過頂傳球、單手肩上傳球和攻擊的動作。 4. 練習觀察球的動向並閃躲，運用躲避球防守策略完成活動。	操作發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
	第一單元 流感我不怕 第二課 遠離流感	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。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。 Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	1. 了解口罩的健康安全消費訊息與方法。 2. 運用生活技能「做決定」，選擇適合的口罩，預防流感。	實作發表	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
第五週	第四單元 球力全開 第二課 躲避球攻防	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-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. 表現躲避球胸前傳球、過頂傳球、單手肩上傳球和攻擊的動作。 3. 練習觀察球的動向並閃躲，運用躲避球防守策略完成活動。 4. 運用躲避球攻擊策略完成活動。	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 流感我不怕	2b-II-1 遵守健康的生活規範。 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. 認識傳染病。 2. 建立防疫觀念，預防傳染病和防止傳染病擴散。	實作總結性評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	

	第三課 預防傳染病大作戰			3. 傳染病流行時，遵守家庭的防疫行動。 4. 傳染病流行時，遵守學校的防疫行動。 5. 傳染病流行時，遵守政府的防疫行動。 6. 正向面對傳染病流行對生活的改變。 7. 反省並表現促進健康的行為。			
	第四單元 球力全開 第二課 躲避球攻防	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-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. 練習觀察球的動向並閃躲，運用躲避球防守策略完成活動。 2. 運用躲避球攻擊策略完成活動。 3. 課後持續練習，增進躲避球閃躲、傳接球的熟練度。	操作運動撲滿	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第七週	第二單元 愛護眼耳口 第一課 近視不要來	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。 2b-Ⅱ-2 願意改善個人的健康習慣。	Da-Ⅱ-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	1. 認識假性近視的成因。 2. 認識近視的成因。 3. 覺察造成近視的行為，以及近視對生活的影響。	發表實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	第四單元 球力全開 第三課 跑擲大作戰	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。	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. 願意遵守活動規則。 2. 表現傳接球後跑動踩壘的動作。 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，增進傳接球、跑動踩壘的熟練度。	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	第二單元	1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。	Da-Ⅱ-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	1. 了解保健眼睛的方法。	發表	【品德教育】	

八週	元 愛 護 眼 耳 口 第 一 課 近 視 不 要 來	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。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。	法。	2. 願意改進錯誤用眼習慣。 3. 在生活中展現保健眼睛的行為。	實作	品 E1 良好生活習慣與德行。	
	第 四 單 元 球 力 全 開 第 三 課 跑 擲 大 作 戰	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。	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. 願意遵守活動規則。 2. 表現傳接球後跑動踩壘的動作。 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，增進傳接球、跑動踩壘的熟練度。	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。	
第九週	第 二 單 元 愛 護 眼 耳 口 第 二 課 健 康 好 聽 力	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。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	1. 認識中耳炎的症狀。 2. 認識中耳炎的預防方法。 3. 演練看診時與醫師溝通的注意事項，了解與醫師良好溝通對健康的幫助。	演練實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	第 四 單 元 球 力 全 開 第 三 課 跑 擲 大 作 戰	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。	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. 願意遵守活動規則。 2. 表現傳接球後跑動踩壘的動作。 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，增進傳接球、跑動踩壘的熟練度。	操作運動撲滿	【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。	
第十週	第 二 單 元 愛 護 眼 耳 口 第 二 課 健 康 好 聽 力	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。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	1. 覺察生活中可能造成聽力損傷的行為。 2. 了解保健耳朵的方法。 3. 在生活中展現保健耳朵的行為。	發表實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	

	第五單元 蹦蹦跳跳好體能 第一課 活力體適能	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 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。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	Ab-Ⅱ-1 體適能活動。	1. 認識增進體適能的動作。 2. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3. 透過體適能活動，探索個人體適能能力，並表現正確的體適能活動技巧。 4. 課後持續練習，增進個人體適能。	操作運動撲滿	【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 愛護眼耳口 第三課 牙齒要保護	1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 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。	Da-Ⅱ-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	1. 認識乳齒和恆齒。 2. 認識不同種類牙齒的名稱和功能。	發表實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	第五單元 蹦蹦跳跳好體能 第二課 金銀島探險	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。	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 嘗試起跳腳、落地腳不同組合的跳躍方式，探索跳躍能力。 2. 運用各種跳躍練習策略，探索起跳腳、起跳位置。 3. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 4. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 5. 了解個人的跳躍能力，完成跳躍活動。 6. 運用合作策略完成跳躍活動。	操作發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第十二週	第二單元 愛護眼耳口	1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 3a-Ⅱ-1 演練基本的健康技能。	Da-Ⅱ-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	1. 了解牙線的使用方法。 2. 演練使用牙線潔牙。 3. 在生活中使用牙線保健	演練實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	

週	第三課 牙齒要 保護	3a-II-2 能於生活中 獨立操作基本的健康 技能。		牙齒。			
	第五單 元 蹦蹦 跳跳 好體能 第二課 金銀島 探險	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。	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 運用各種跳躍練習策 略，探索起跳腳、起跳位 置。 2. 團隊合作完成活動，並 與同學友善互動。 3. 在活動中表現主動參 與、樂於嘗試的學習態 度。 4. 了解個人的跳躍能力， 完成跳躍活動。 5. 運用合作策略完成跳躍 活動。	操作 發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關 係。	
第十三週	第二單 元 愛護 眼耳口 第三課 牙齒要 保護	1a-II-2 了解促進健 康生活的方法。 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。	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	認識牙線使用對健康維護 的重要性。	發表 總結 性評 量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
	第五單 元 蹦蹦 跳跳 好體能 第二課 金銀島 探險	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。	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 了解個人的跳躍能力， 完成跳躍活動。 2. 找到出發點，走固定步 數後運用慣用腳起跳。 3. 團隊合作完成活動，並 與同學友善互動。 4. 課後持續練習，了解個 人跳躍能力表現。	操作 運動 撲滿	【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 安心 又安全 第一課	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-1 覺察健康受 到個人、家庭、學校	Fa-II-3 情緒的類型與調適方法。	1. 認識霸凌的定義和類 型。 2. 覺察被霸凌者可能產生 的情緒和霸凌行為可能對	發表 實作	【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。	

	安 心 校 園	等因素之影響。 3b-Ⅱ-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。		別人造成的影響。			
	第 五 單 元 蹦 跳 好 體 能 第 三 課 看 我 好 身 手	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。	Ia-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 認識雙手支撐的動作要領。 2. 認識正握單槓支撐的動作要領。 3. 認識正握單槓擺盪的動作要領。 4. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 5. 表現雙手支撐的動作。 6. 參與並欣賞雙手支撐跳起的創意動作。 7. 在平衡木上表現「腳比頭高」的動作造型。 8. 表現正握單槓支撐、正握單槓擺盪的動作。	操作 運動 撲滿	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第 十 五 週	第 三 單 元 安 心 又 安 全 第 一 課 安 心 校 園	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-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 3b-Ⅱ-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。	Fa-Ⅱ-3 情緒的類型與調適方法。	1. 了解情緒調適的方法，認識情緒調適對健康的重要性。 2. 透過校園霸凌情境，學習生活技能「情緒調適」和面對霸凌的做法。	發表 演練	【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。	
	第 六 單 元 武 現 韻 律 風 第 一 課 學 校 運 動 會	1c-Ⅱ-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 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。	Cb-Ⅱ-1 運動安全規則、運動增進生長知識。 Cb-Ⅱ-2 學校運動賽會。 Ib-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 Ib-Ⅱ-2 土風舞遊戲。	1. 認識模仿鴨子的動作。 2. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3. 表現模仿鴨子的動作。 4. 與同學合作完成鴨子舞。	操作 發表	【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）。	

第十六週	第三單元 安心又安全 第二課 安全向前行	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。 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。	1. 了解過馬路的安全注意事項。 2. 注意未遵守交通安全可能發生的危險。	發表自評	【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。	
	第六單元 武現韻律風 第一課 學校運動會	1c-Ⅱ-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 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。	Cb-Ⅱ-1 運動安全規則、運動增進生長知識。 Cb-Ⅱ-2 學校運動賽會。 1b-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 1b-Ⅱ-2 土風舞遊戲。	1. 認識拔河運動安全規則。 2. 運動會時表現加油者的角色，設計創意加油方式。 3. 合作設計趣味運動競賽，表現樂於嘗試的學習態度。	操作運動撲滿	【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）。	
第十七週	第三單元 安心又安全 第二課 安全向前行	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。 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。	1. 了解過馬路的安全注意事項。 2. 注意未遵守交通安全可能發生的危險。 3. 演練安全過馬路的方法。 4. 過馬路時遵守交通安全守則。	發表演練	【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。	
	第六單元 武現韻律風 第二課 大展武威	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。	1. 認識各式基本步樁的動作概念。 2. 認識步樁轉換的動作概念。 3. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 4. 表現各式基本步樁的動作。 5. 表現步樁轉換的動作技巧。	操作運動撲滿	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	

				6. 運用步樁轉換的技巧，演練連環招式。 7. 演練連環招式擊標靶。 8. 完成練武計畫，分享練武的好處。			
第十八週	第三單元 安心又安全 第二課 安全向前行	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。 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。	1. 了解乘坐機車的安全注意事項。 2. 了解搭乘公車的安全注意事項。 3. 注意未遵守交通安全可能發生的危險。 4. 乘坐機車、搭乘公車時遵守交通安全守則。	發表實作	【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。	
	第六單元 武現韻律風 第三課 與毬子同樂	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。	Ic-II-1 民俗運動基本動作與串接。	1. 表現用手拋接毬和用板子拍接毬的動作。 2. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3. 認識內踢、外拐的動作要領。 4. 表現內踢、外拐的動作。 5. 表現踢毬、拋接毬的串接動作。	操作發表	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第十九週	第三單元 安心又安全 第三課 戶外安全	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。 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. 了解預防中暑的方法。 2. 了解預防蚊蟲叮咬的方法。 3. 了解避免被蜂螫的方法。 4. 了解避免被時咬的方法。 5. 了解不能隨意食用野生菇類。	演練發表	【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。	

				6. 了解土石流可能造成的災害。 7. 了解避免被雷擊的方法。 8. 注意未遵守居家與戶外安全守則可能發生的危險。 9. 願意遵守居家與戶外安全守則。			
	第六單元 武現韻律風 第三課 與毬子同樂	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。	Ic-II-1 民俗運動基本動作與串接。	1. 表現用手拋接毬和用板子拍接毬的動作。 2. 在活動中表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3. 認識內踢、外拐的動作要領。 4. 表現內踢、外拐的動作。 5. 表現踢毬、拋接毬的串接動作。	操作運動撲滿	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第廿週	第三單元 安心又安全 第四課 居家安全	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。 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. 了解居家安全的注意事項。 2. 注意未遵守居家與戶外安全守則可能發生的危險。 3. 願意遵守戶外安全守則。	發表實作	【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。	
	第六單元 武現韻律風 第四課 水舞	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。 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. 認識水舞基本舞步。 2. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。 3. 表現水舞基本舞步。 4. 與同學合作完成水舞。	操作發表	【國際教育】 國 E5 發展學習不同文化的意願。	

第廿一週	第三單元 安心又安全 第四課 居家安全	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。 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. 了解居家安全的注意事項。 2. 注意未遵守居家與戶外安全守則可能發生的危險。 3. 願意遵守戶外安全守則。	發表總結性評量	【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。	
	第六單元 武現韻律風 第四課 水舞	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。 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. 與同學發揮創意改編水舞。 2. 團隊合作完成活動，並與同學友善互動。	操作運動撲滿	【國際教育】 國 E5 發展學習不同文化的意願。	