

十、混齡教育實施計畫（如附件；無則免附）

1. 請實施混齡教育學校依據課程計畫實施情形撰寫本案表件(每一領域/科目需撰寫一份)。
2. 請合併貴校實施規劃表合併一份檔案上傳，欄位不足請自行增列。

實施領域	健康與體育
學生年級及人數	1-6 年級；26 位學生
混齡模式	<input type="checkbox"/> 全班教學 <input type="checkbox"/> 平行課程 <input checked="" type="checkbox"/> 螺旋課程 <input type="checkbox"/> 課程輪替 <input type="checkbox"/> 科目交錯
每班授課 教師人數	1
授課教師基本教學節數計算方式	以實際授課節數計算(2 節)
備註	<p>學校以學期或學年為單位實施混齡教學計畫，得依據國民小學與國民中學混齡教學及混齡編班實施辦法第七點規定，編排實施教師授課節數：</p> <p>一、由教師一人實施者，每節混齡教學節數至少以一點五倍計算實際授課節數；其合計不足一節者，以一節計算。</p> <p>二、由教師二人以上實施協同教學者，各該教師混齡教學節數，均以實際授課節數計算。</p>

1. 請實施混齡教育學校依據課程計畫實施情形撰寫本案表件(每一領域/科目需撰寫一份)。
2. 請合併貴校實施規劃表合併一份檔案上傳，欄位不足請自行增列。

實施領域	英語
學生年級及人數	中年級；7位學生
混齡模式	<input type="checkbox"/> 全班教學 <input type="checkbox"/> 平行課程 <input checked="" type="checkbox"/> 螺旋課程 <input type="checkbox"/> 課程輪替 <input type="checkbox"/> 科目交錯
每班授課教師人數	1
授課教師基本教學節數計算方式	以實際授課節數計算(2節)
備註	<p>學校以學期或學年為單位實施混齡教學計畫，得依據國民小學與國民中學混齡教學及混齡編班實施辦法第七點規定，編排實施教師授課節數：</p> <p>一、由教師一人實施者，每節混齡教學節數至少以一點五倍計算實際授課節數；其合計不足一節者，以一節計算。</p> <p>二、由教師二人以上實施協同教學者，各該教師混齡教學節數，均以實際授課節數計算。</p>

1. 請實施混齡教育學校依據課程計畫實施情形撰寫本案表件(每一領域/科目需撰寫一份)。
2. 請合併貴校實施規劃表合併一份檔案上傳，欄位不足請自行增列。

實施領域	校訂課程(A類)
學生年級及人數	1-6年級；26位學生
混齡模式	<input type="checkbox"/> 全班教學 <input type="checkbox"/> 平行課程 <input checked="" type="checkbox"/> 螺旋課程 <input type="checkbox"/> 課程輪替 <input type="checkbox"/> 科目交錯
每班授課教師人數	1
授課教師基本教學節數計算方式	以實際授課節數計算(2節)
備註	<p>學校以學期或學年為單位實施混齡教學計畫，得依據國民小學與國民中學混齡教學及混齡編班實施辦法第七點規定，編排實施教師授課節數：</p> <p>一、由教師一人實施者，每節混齡教學節數至少以一點五倍計算實際授課節數；其合計不足一節者，以一節計算。</p> <p>二、由教師二人以上實施協同教學者，各該教師混齡教學節數，均以實際授課節數計算。</p>

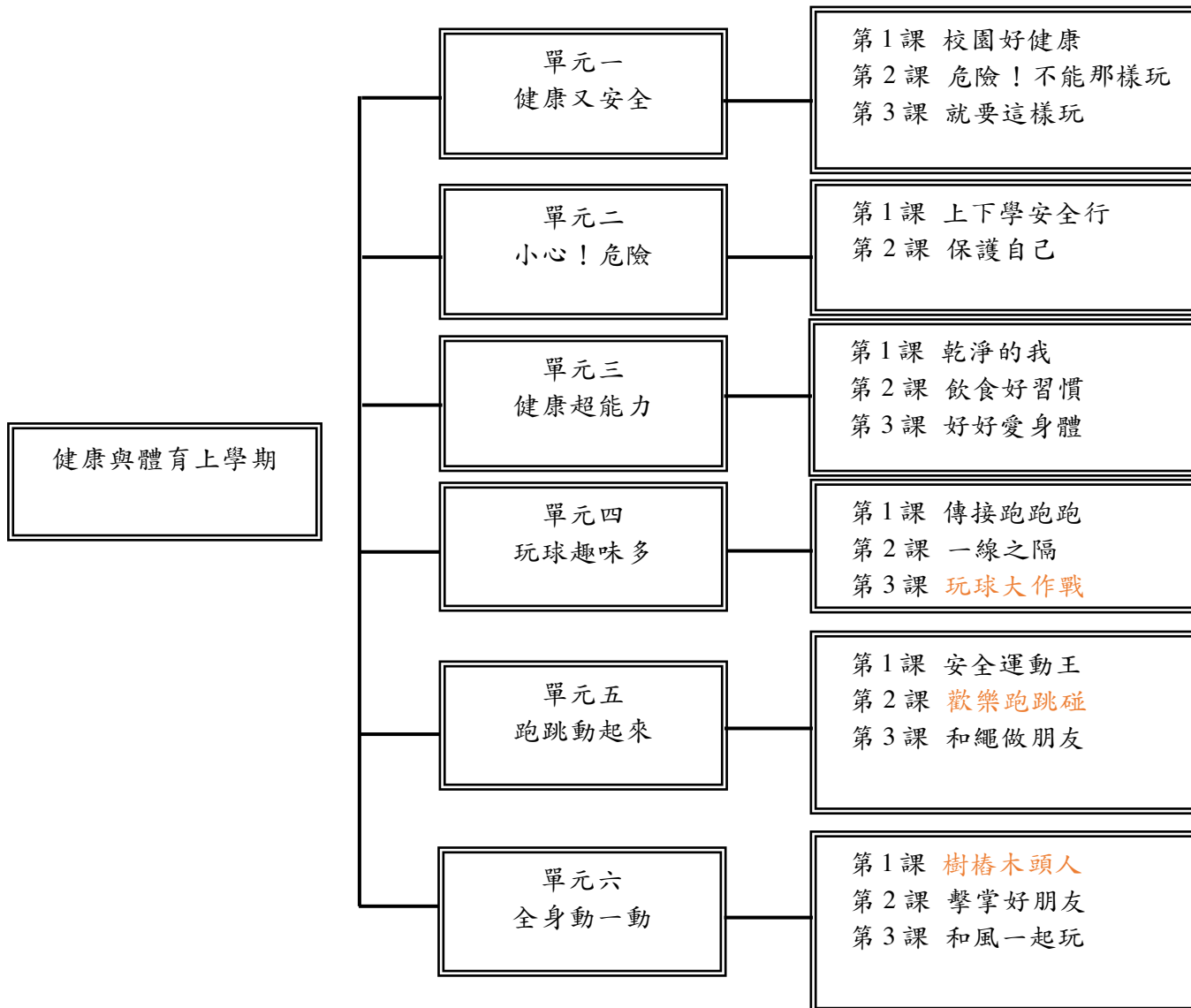
貳、部定課程各年級各領域/科目課程計畫

一、普通班-國小(表七之一)

混齡課程計畫

(佳平校區：健康與體育)

低年級健康與體育課程架構表



健康與體育領域教學計畫表（體育混齡課程）

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
		學習表現	學習內容				
第一週	第一單元健康又安全/第1課校園好健康	1a-I-1 認識基本的健康常識。 4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。	《活動1》認識師長 1.配合課本第8頁，請學生說出學校的師長及其負責的工作。 2.教師補充說明校園中和健康生活相關的師長扮演的角色。 《活動2》參觀健康中心 1.教師詢問學生：學校的健康中心裡有哪些師長？他們在做什麼呢？ 2.教師帶領學生參觀健康中心。	評量方式：發表 教學資源 1.教師課前協同健康中心護理師安排學生的參觀活動，並提醒學生遵守參觀時的注意事項，例如：排隊守秩序、不喧嘩、不亂摸設備等。	【性別平等教育】 性E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。	
第一週	第四單元玩球趣味多/第1課傳接跑跑跑	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-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。	Hd-I-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。	《活動1》繞圈跑步 1.教師介紹「同心圓」場地，包括：起點、終點、跑道等。 2.全班在「同心圓」內場排成兩排，從起點開始，沿著跑道慢跑1-2圈，抵達終點後，回到內場成集合隊形。 《活動2》球不落地 1.全班分成兩人一組，兩兩在跑道上面對面站立，排好隊後準備進行「球不落地」活動。 2.「球不落地」動作要領：在球不離開身體的狀況下，兩人近距離傳接一顆球，以連續五次順利傳接，不讓球掉落為目標。 《活動3》拋拋接接	● 態度評量 ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。 ● 操作評量 ■ 低組：能積極的進行反覆練習。 ■ 高組：能具備檢核動作正確性的依據。		合班同質性分組

				<p>1.2 人一組相距約 2 公尺，進行傳接球練習，傳接方式如下：</p> <p>(1) 站著傳接：兩人站在跑道內傳接球。</p> <p>(2) 一蹲一站傳接：一人蹲在內圈，一人站在跑道上傳接球。</p> <p>(3) 遠距離站姿練習：兩人隔著同心圓跑道站立，距離約 5 公尺傳接球。</p> <p>《活動 4》球友呼拉圈</p> <p>1.2 人一組，討論如何運用一個呼拉圈和一顆球設計出傳接球活動，討論後，立即實地嘗試。</p> <p>2. 練習後，進行分組表演及觀摩，教師觀察學生的優點及創意，並多加鼓勵。</p> <p>3. 教師請學生思考還有哪些創意玩法？可以在課後和同伴討論練習。</p>			
第二週	第一單元健康又安全/第 2 課 危險！不能那樣玩	<p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>2b-I-1 接受健康的生活規範。</p>	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	<p>《活動 1》我的遊戲基地</p> <p>1. 教師詢問學生：校園中哪些地方適合玩遊戲？</p> <p>2. 學生分組上臺發表討論的結果。</p> <p>《活動 2》檢視遊戲器材</p> <p>1. 教師展示不符合規定或破損的遊戲場所、遊樂器材的照片或課本第 11 頁圖片，並引導學生討論：損壞的遊戲器材可能發生危險，找一找，下面遊戲器材有哪些不安全的地方？</p> <p>2. 教師逐步引導學生辨識安全與危險設施的差別後提問：你</p>	<p>評量方式：發表</p> <p>教學資源</p> <p>1. 教師課前可先確認學校的遊戲場所是否安全、器材設施是否完善。</p> <p>2. 教師準備不符合規定或破損的遊戲設施照片。</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>	

				<p>是否在遊戲場看過不符合規定或破損的現象，發現問題時會離開還是繼續使用？教師請選擇離開的學生說出理由，藉此提醒選擇繼續使用的學生安全的重要性。</p>		
<p>第二週</p>	<p>第四單元玩球 趣味多/第1課 傳接跑跑跑</p>	<p>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-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。</p>	<p>Hd-I-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。</p>	<p>《活動5》拋擲通關 1.全班平分為三隊，各隊從第一關開始挑戰，每人都完成後，才能挑戰下一關。教師說明三個關卡的配置與通關規則。 《活動6》全班接球回家 1.教師說明「全班接球回家」的活動規則： (1)在「同心圓場地」外圈10公尺處放置一個呼拉圈，全班派一人持球站在「同心圓場地」內圈擔任擲球者，全班擔任傳球者，在「同心圓場地」外圈散開站立。 (2)擲球者將球擲出同心圓跑道外，傳球者在球落地之前接球，接球後往呼拉圈方向傳球，合作用接龍的方式把球送進呼拉圈。 (3)完成上述動作後，換下一位擲球者擲出下一球讓全班練習，依此類推。 2.學生合作把10顆球送入呼拉圈後，教師引導學生發表一起完成活動的心得，思考合作密切與否對完成任務的影響。 《活動7》分組接球回家 1.4人一組，進行「分組接球回家」活動，各組派1人擔任</p>	<p>● 態度評量</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。 <p>● 操作評量</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：能積極的進行反覆練習。 ■ 高組：能具備檢核動作正確性的依據。 	<p>合班同質性分組</p>

				<p>內圈的擲球者，其餘3人在外圈散開擔任傳球者。</p> <p>2.擲球者須將球擲出跑道外，若在跑道內則為失誤球。規則與「全班接球回家」相同，但可以等球落地彈起後再接球，各組用接龍的方式將球送進呼拉圈。</p> <p>3.活動結束後，教師引導學生討論人多接球和人少接球在活動進行時的差異處。</p>			
第三週	第一單元健康又安全/第2課 危險！不能那樣玩	<p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>2b-I-1 接受健康的生活規範。</p>	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	<p>《活動3》危險來找碴</p> <p>1.教師展示課本第12-13頁，請學生思考：下面哪些是危險的遊戲行為？你會怎麼提醒同學避免危險呢？</p> <p>2.教師提問：想一想，如果你看到同學做出危險的遊戲行為，你會怎麼說、怎麼做呢？</p> <p>3.教師提醒：不但要在正確的地方玩遊戲，還要表現正確又安全的遊戲行為呵！</p>	<p>評量方式：觀察</p> <p>教學資源</p> <p>1.教師蒐集各項遊戲器材圖片與安全使用規範資料。</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>	
第三週	第四單元玩球趣味多/第2課 一線之隔	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</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、力量及準確性控制動作。	<p>《活動1》擊掌說你好</p> <p>1.聽教師哨音，兩組同時起步，沿著場地邊線往中線方向走，遇到中線轉彎，沿著中線前進，遇到同學互相擊掌打招呼。</p> <p>《活動2》球球撞星球</p> <p>1.教師將在場地上畫一條白線，在白線前方空地畫出星星、月亮和太陽的圖形。</p> <p>2.聽教師哨音後，各組第一位開始擲球，擲中星星、月亮和太陽任何一個即可得一分，未擲中則不算得分。</p>	<p>● 態度評量</p> <p>■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。</p> <p>■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。</p> <p>● 操作評量</p> <p>■ 低組：做出簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作。</p> <p>■ 高組：能表現出動</p>		合班同質性分組

				<p>《活動3》你拋我接</p> <p>1.活動規則如下：</p> <p>(1)一組學生持球，一組不持球，持球組的第一位學生 A，聽教師哨音後，將球拋擲過網，球網對面第一位學生 B 則在球落地一次後接住球，學生 A、B 繞到隊伍後方重新排隊。</p> <p>(2)持球組第二位學生 C 以同樣方式將球拋擲過網，傳給對面第二位學生 D，學生 D 在球落地前接住球，學生 C、D 繞到隊伍後方重新排隊。</p> <p>《活動4》拋擲過繩小體驗</p> <p>1.學生熟練在三公尺的距離徒手拋接球後，教師引導學生擲球過繩，增加拋接球難度。</p> <p>2.三人一組，其中兩人各自拿著繩子的一端，一起將繩舉高，一人持球準備將球丟過繩，丟球姿勢不限定，單手、雙手、拋球、擲球皆可。</p> <p>3.活動進行方式：</p> <p>(1)兩人討論將繩舉至身體的哪個部位，例如：膝蓋、腰部、耳朵、頭頂等。</p> <p>(2)持球者思考能順利丟球過繩的方法後，練習丟球過繩。</p> <p>4.每人輪流當持球者丟球，教師鼓勵學生多多體驗各種不同的擲球方式與高度。</p>	<p>作協調、力量及準確性的控制。</p>		
第四週	第一單元健康又安全/第3課就要這樣玩	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	<p>《活動1》遊戲場停看聽</p> <p>1.教師引導學生思考：學校外還有許多遊戲場所，使用器材時，有哪些注意事項呢？</p>	<p>評量方式：發表</p> <p>教學資源</p>	【安全教育】安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	

		2b-I-1 接受健康的生活規範。		<p>2.教師拿出事先準備的告示牌、警語照片或課本第 14-15 頁圖片，說明進入遊戲場所前必須了解的注意事項。</p> <p>3.教師提醒學生下次到遊戲場所時，先確認告示牌或警告標誌，仔細閱讀內容再使用。</p>	<p>1.教師課前到學校附近的公園、社區中各地方拍攝遊戲器材與告示牌上注意事項的照片。</p>	【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
第四週	第四單元玩球 趣味多/第 2 課 一線之隔	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</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、力量及準確性控制動作。	<p>《活動 5》傳接好夥伴</p> <p>1.學生兩人一組，在大型垃圾袋四個角各打一個結。</p> <p>2.教師引導學生，學生兩人一組，分別用雙手各持兩角，讓垃圾袋形成容器狀，進行兩人持袋折返接力活動。</p> <p>3.教師提醒每組回到起點將球交給下一組時，只要將兩手打開，把袋面張平稍微傾斜，就可以把球順利傳給下一組。</p> <p>《活動 6》傳球接龍</p> <p>1.全班分組進行兩人持袋接力傳球遊戲，傳球時依《活動 5》的傳球技巧，在原地把球傳給下一組，每組可排成不同的隊形。</p> <p>2.隊形和規則說明如下：</p> <p>(1)直線組：8 人，兩人一小組排成直線，由排頭第一組開始，依序將袋上的球傳給第二小組，傳到最後一個小組再回傳。</p> <p>(2)三角形組：6 人或 12 人，6 人三組站三個頂點，12 人六組則在邊線再各站一組，由上方第一小組先開始，依序將袋上的球傳給第二小組，傳回原來第一小組後再反方向進行。</p>	<p>● 態度評量</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。 <p>● 操作評量</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：做出簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作。 ■ 高組：能表現出動作協調、力量及準確性的控制。 		合班同質性分組

				(3)圓形組：12 人一組，兩兩相對排成同心圓，由第一小組先開始，將袋上的球傳給第二小組，依序傳回到原來第一小組後再反方向進行。			
第五週	第一單元健康又安全/第 3 課就要這樣玩	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1 接受健康的生活規範。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	《活動 2》檢視遊戲器材 1.教師提問：除了遵守使用遊戲器材安全規則之外，還要怎麼做，才能安全的玩遊戲呢？ 2.學生討論時，教師可適時說明安全遊戲行為和遊戲器材的安全使用方法。 3.教師提醒：使用遊戲器材時遵守規範、正確使用，才能安全玩。	評量方式：發表、紙筆測驗	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
第五週	第四單元球類遊戲不思議/第 3 課玩球大作戰	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 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。 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。	Hb-I-1 陣地攻守性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。	《活動 1》上下左右傳 1.教師說明「上下左右傳」活動規則： (1)4 人一組，至起點排成一縱隊，第一人持球。 (2)練習「從上面傳」給下一人，最後一人將球放到終點球籃中。 (3)傳完 6 顆，則一輪結束。 (4)以此類推，練習從下面傳、從左邊傳、從右邊傳球。 《活動 2》傳球接力賽 1.教師說明「傳球接力賽」活動規則：請學生根據《活動 1》的練習經驗，用各組合作得最順暢的傳球方向，把球全部傳到終點球籃內，最快完成的組別獲勝。 《活動 3》拋傳搶分賽 1.教師說明「拋傳搶分賽」活動規則：	● 態度評量 ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。 ■ 高組：表現願意合作學習並處理練習或遊戲時出現的問題。 ● 操作評量 ■ 低組：做出簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作。 ■ 高組：能表現出動作協調、力量及準確性的控制。	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	合班同質性分組

				<p>(1)4人一組，以小呼拉圈為起點，排成一縱隊。</p> <p>(2)以「向左拋傳」或「向右拋傳」的方式傳球給下一人。</p> <p>(3)傳至最後一人時，最後一人向前滾球給第一人。</p> <p>(4)第一人先將球給第二人，再到前面的大呼拉圈拿一個角錐，放到自己組的小呼拉圈中。</p> <p>(5)第一人到隊伍的後面排隊，接著排頭再進行傳球。</p> <p>(6)如果大呼拉圈裡的角錐沒了，可以到別組的呼拉圈拿角錐。</p> <p>(7)時間結束後，小呼拉圈內角錐最多的組別獲勝。</p>			
第六週	第二單元小心！危險/第1課上下學安全行	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p>	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	<p>《活動1》行路安全要注意</p> <p>1.教師提問：你平常是怎麼來學校的？搭公車、父母開車接送、乘坐機車還是走路？有沒有發生過危險的事？怎麼發生的？</p> <p>2.教師引導學生觀察課本圖示，並說出走路時的安全注意事項。</p> <p>《活動2》遵守交通規則</p> <p>1.教師帶領學生認識「行人專用號誌」，過馬路時看到「小綠人」可以走，但走到一半看到「小綠人」跑很快時，要盡快通過馬路；看到「小紅人」則不能過馬路。</p> <p>2.教師說明有時候綠燈過馬路，也可能被車撞，你知道要怎麼過馬路才安全呢？帶領學</p>	<p>評量方式：發表</p> <p>教學資源</p> <p>1.課前請學生先觀察學校與自己家之間的道路狀況。</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p>	□ —

				<p>生認識「行人安全過馬路5步驟」。</p> <p>3.進行危險判斷遊戲，請學生聽到教師所念的行為時，各自判斷其為安全行為或危險行為，若為安全行為比○，若為危險行為比×。</p>			
第六週	<p>第四單元球類遊戲不思議/第3課玩球大作戰</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</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>	<p>Hb-I-1 陣地攻守性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。</p>	<p>《活動4》傳球變化多</p> <p>1.教師說明並示範持球、胸前傳球、地板傳球、過頂傳球動作要領。</p> <p>《活動5》三角傳接賽</p> <p>1.教師說明「三角傳接賽」活動規則：</p> <p>(1)3人一組，圍成三角形，各相距約3公尺。</p> <p>(2)用三種傳球方式傳球，第一圈用胸前傳球，第二圈用地板傳球，第三圈用過頂傳球，以此類推。</p> <p>(3)在時間內傳完最多圈的組別獲勝。</p> <p>《活動6》二對一傳接攻防戰</p> <p>1.教師說明「二對一傳球攻防戰」活動規則：</p> <p>(1)3人一組，2人傳球，1人防守。</p> <p>(2)傳球的人練習傳接球，試著不讓防守的人碰到球。</p> <p>(3)如果防守的人碰到球，就和傳球的人交換位置。</p> <p>2.活動結束後，教師帶領學生思考：怎麼傳接球才不容易讓球被碰到呢？例如：</p> <p>(1)靈活運用不同的傳球方法，讓防守的人不容易攔截。</p>	<p>● 態度評量</p> <p>■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。</p> <p>■ 高組：表現願意合作學習並處理練習或遊戲時出現的問題。</p> <p>● 操作評量</p> <p>■ 低組：做出簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作。</p> <p>■ 高組：能表現出動作協調、力量及準確性的控制。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>	<p>合班同質性分組</p>

				(2)加快傳球的速度。 (3)找到防守的空隙趁機傳球，例如：對方沒有防守上面，就可以用過頂傳球；對方只注意左邊，就從右邊傳球。			
第七週	第二單元小心！危險/第1課上下學安全行	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	《活動3》乘坐機車的安全 1.教師帶領學生閱讀課本第24頁，詢問學生兩張圖中乘坐機車的行為有什麼不同？哪一張圖是安全的乘坐機車行為？ 2.教師請學生發表乘坐機車時，沒戴好安全帽或沒坐穩可能發生的危險。 3.教師說明乘坐機車的安全注意事項。 《活動4》乘坐汽車安全 1.教師帶領學生閱讀課本第25頁，詢問學生哪張圖是乘坐汽車的安全行為？ 2.教師請學生發表乘坐汽車時沒繫安全帶可能發生的危險，或開車門時沒注意後方來車可能發生的危險。 3.教師說明乘坐汽車的安全注意事項。	評量方式：發表、自評 教學資源 1.教師準備安全帽數頂。	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	-
第七週	第四單元球類遊戲不思議/第3課玩球大作戰	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 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。 3c-I-2 表現安全的身體活動行	Hb-I-1 陣地攻守性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。	《活動4》傳球變化多 1.教師說明並示範持球、胸前傳球、地板傳球、過頂傳球動作要領。 《活動5》三角傳接賽 1.教師說明「三角傳接賽」活動規則： (1)3人一組，圍成三角形，各相距約3公尺。 (2)用三種傳球方式傳球，第一圈用胸前傳球，第二圈用地	● 態度評量 ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。 ● 操作評量 ■ 低組：做出簡易拋、	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	合班同質性分組

		為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。		板傳球，第三圈用過頂傳球，以此類推。 (3)在時間內傳完最多圈的組別獲勝。 《活動 6》二對一傳接攻防戰 1.教師說明「二對一傳球攻防戰」活動規則： (1)3 人一組，2 人傳球，1 人防守。 (2)傳球的人練習傳接球，試著不讓防守的人碰到球。 (3)如果防守的人碰到球，就和傳球的人交換位置。 2.活動結束後，教師帶領學生思考：怎麼傳接球才不容易讓球被碰到呢？例如： (1)靈活運用不同的傳球方法，讓防守的人不容易攔截。 (2)加快傳球的速度。 (3)找到防守的空隙趁機傳球，例如：對方沒有防守上面，就可以用過頂傳球；對方只注意左邊，就從右邊傳球。	接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作。 ■ 高組：能表現出動作協調、力量及準確性的控制。		
第八週	第二單元小心！危險/第 2 課保護自己	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-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	《活動 1》別人和我的身體碰觸 1.配合課本情境請學生分辨碰觸發生時的感覺。 《活動 2》我的身體界限 1.教師展示男、女生正反面圖和禁止標誌貼紙，請兩位學生上臺，將貼紙貼在禁止別人觸摸的部位，再請同學比較貼紙的部位有何異同。 2.教師配合課本說明泳衣遮住部位就是身體的隱私處，是不可任意碰觸的身體界限，身	評量方式：發表、互評 教學資源 1.教師請學生在上課前，觀察自己或他人一天當中會遇到的身體碰觸情境。 2.教師準備男、女生正反面圖，和禁止標誌或紅色圓圈貼紙。	【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。 【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。	□ —

				體界限由自己決定，覺得碰觸不舒服，就應該相信自己的感覺立刻拒絕。 《活動3》尊重身體自主權 1.教師請學生宣誓自己的身體自主權：身體是我的，除非我願意，沒有人可以隨便碰觸！		【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。	
第八週	第五單元跑跳動起來/第1課安全運動王	1c-I-2 認識基本的運動常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。	Cb-I-1 運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處。	《活動1》運動安全穿搭 1.全班到操場集合，分組討論並互相檢查服裝穿著。 《活動2》運動場地仔細選 1.教師請學生打開課本第97頁，觀察圖片裡有哪些運動項目與場地？教師引導學生覺察運動項目不同，適合的場地也不同。	● 態度評量 ■ 低組：認識基本的運動常識。 ■ 高組：認識身體活動相關資源。		合班同質性分組
第九週		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-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	第二單元小心！危險 第2課保護自己 《活動4》應該怎麼做？ 1.配合課本情境，引導學生認識「性騷擾」。 2.教師提問：如果你是小玉，你會怎麼做呢？因尊重長輩而默默忍受，還是大聲拒絕並趕快跑開？請學生自由發表。 3.教師說明在不喜歡的碰觸可能發生之前，就要表達拒絕。 《活動5》適當與不適當的要求與碰觸 1.教師發問，請學生思考問題中的情境，能接受的碰觸就比○，不能接受的碰觸就比×，每一題結束後，全班共同討論可能發生的後果，並發展共識。	評量方式：發表、演練 教學資源 1.準備演練情境之相關道具。	【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。 【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。	

				2.請學生上臺模擬上述情境，並運用《活動4》學過的拒絕方法進行演練。			
第九週	第五單元跑跳動起來/第1課安全運動王	1c-I-2 認識基本的運動常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。	Cb-I-1 運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處。	《活動3》運動安全穿搭 1.全班到操場集合，分組討論並互相檢查服裝穿著。 《活動4》運動安全放大鏡 1. 學生觀察課本第98-99頁，找出正確的 2. 安全運動情境。	● 態度評量 ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。		合班同質性分組
第十週	第二單元小心！危險/第2課保護自己	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-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	《活動6》超級智多星 1.教師說明遇到危險情況時保護自己的方法。 2.請學生分組針對下列情境演練求助的訣竅。 3.教師針對各組的演練進行講評與指導，另可讓各組交換情境再演練一次。	評量方式： 發表 演練 紙筆測驗	【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。 【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。 【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	
第十週	第五單元跑跳動起來/第2課歡樂跑跳碰	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。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	《活動1》跑出救火線 1.5人一組，以不同跑步方式繞圓盤，練習繞物向前跑、繞物抬腿跑、繞物側併跑。 《活動2》緊急救援 1.教師說明「緊急救援」活動	● 態度評量 ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願		合班同質性分組

		3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。		<p>規則：</p> <p>(1)5人一組，一次兩組同時在場上競賽繞物向前跑，跑向終點的大火處即停止。</p> <p>(2)一人跑完後，下一人再出發，先完成的組別獲勝。</p> <p>《活動3》取水大作戰</p> <p>1.教師說明「取水大作戰」活動規則：</p> <p>(1)5人一組，一次兩組同時在場上競賽繞物抬腿跑前進，到水庫（大呼拉圈）取水（小皮球）。</p> <p>(2)取出水（小皮球）後再將水（小皮球）放至自己組的儲水桶（小呼拉圈），下一人即可出發。</p> <p>(3)當水庫（大呼拉圈）裡的水（小皮球）全部被拿走後，可至對方的儲水桶（小呼拉圈）取水（小皮球）。</p> <p>(4)時間結束後，儲水桶（小呼拉圈）中最多水（小皮球）的組別獲勝。</p>	<p>意合作學習。</p> <p>● 操作評量</p> <p>■ 低組：能透過觀察活動學習新經驗。</p> <p>■ 高組：依據指令正確表現基本動作與模仿的能力。</p>		
第十一週	第三單元健康超能力/第1課 乾淨的我	<p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p> <p>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。</p> <p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。</p>	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	<p>《活動1》誰是整潔小超人？</p> <p>1.教師請學生閱讀課本第38-39頁，並思考：你覺得誰的儀容整潔，是你心目中的整潔小超人呢？教師介紹各清潔用具的功能，並說明儀容整潔的重要性。</p> <p>《活動2》我的健康超能力</p> <p>(一)</p> <p>1.潔牙好時機：</p> <p>(1)教師詢問學生平日潔牙的時機。</p>	<p>評量方式：發表、操作、自評</p> <p>教學資源</p> <p>1.教師準備《帥帥王子不洗澡》繪本動畫。</p>		

		3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。		(2)教師引導學生唸順口溜：什麼時候要刷牙，三餐飯後和睡前，上下左右裡外刷，牙齒乾淨又健康。 2.洗臉有方法： (1)教師帶領學生練習正確的臉部清潔動作。 (2)教師引導學生唸順口溜：眼睛鼻子小嘴巴，額頭臉頰到下巴，耳朵裡外擦一擦，前頸後頸也要擦。			
第十一週	第五單元跑跳動起來/第2課 歡樂跑跳碰	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。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	《活動4》跳越身體長 1.教師說明「跳越身體長」活動規則： (1)2人一組，用繩子互相幫對方測量手臂長度。 (2)將量好的長度用粉筆標示在地上。 (3)試著用不同的跳躍方式跳過手臂長度。 《活動5》運氣大挑戰 1.教師說明「運氣大挑戰」活動規則： (1)2人一組，各自抽兩張身體部位卡，抽到的身體部位就是要挑戰跳越的距離。 (2)請同伴用繩子幫忙你測量兩個身體部位之間的距離，並用粉筆標示在地上。 (3)嘗試跳過地上標示的長度，成功跳越即過關。 《活動6》跨越河溝 1.教師提問：可以用哪些跳躍動作跳越河溝呢？讓學生探索各種跳越河溝的方式。 2.教師指導學生在河溝場地練	● 態度評量 ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。 ● 操作評量 ■ 低組：能透過觀察活動學習新經驗。 ■ 高組：依據指令正確表現基本動作與模仿的能力。		合班同質性分組

				<p>習各式跳躍動作，例如：併腿跳、單腳跨跳、單腳連續跳、助跑再跳等。</p> <p>《活動 7》越過河溝闖五關</p> <p>1.教師說明「越過河溝闖五關」活動規則：4 人一組，依序完成各關卡，內容如下：</p> <p>(1)第一關：併腿跳。</p> <p>(2)第二關：單腳跨跳。</p> <p>(3)第三關：單腳連續跳。</p> <p>(4)第四關：助跑再跳。</p> <p>(5)第五關：自由跳（發明創意跳法跳越河溝）。</p> <p>2.教師帶領學生討論以下問題：</p> <p>(1)哪一關最容易？哪一關最難？</p> <p>(2)你一共過了幾關？成功的心情如何？沒通過的關卡為什麼會失敗？</p>			
第十二週	第三單元健康超能力/第 1 課 乾淨的我	<p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p> <p>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。</p> <p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。</p> <p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p>	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	<p>《活動 3》我的健康超能力 (二)</p> <p>1.我會自己梳頭髮：</p> <p>(1)教師請學生上臺，表演平日梳頭髮的方式。</p> <p>(2)教師手持圓頭梳毛的梳子示範梳頭髮的方法。</p> <p>2.檢查指甲：</p> <p>(1)教師隨機檢查學生的指甲，讓學生觀察合格者和不合格者的指甲。</p> <p>(2)請學生發表合格者和不合格者指甲的差異。</p> <p>(3)教師使用指甲剪示範，說明指甲應順著指尖形狀修剪。</p>	<p>評量方式：操作、自評</p> <p>教學資源</p> <p>1.教師準備指甲剪。</p> <p>2.師生各自準備圓頭梳毛的梳子。</p>		

				<p>3.進行「請你跟我這樣做」活動：</p> <p>(1)兩人一組，一人先表演洗臉、梳頭髮和檢查指甲，另一人必須像照鏡子一樣，做出相同的動作，分項完成後，針對動作的正確性互相評分。</p> <p>(2)兩人交換角色，重複洗臉、梳頭髮和檢查指甲的動作。</p>		
第十二週	第五單元跑跳動起來/第2課 歡樂跑跳碰	<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>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</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>《活動8》跳跳遊臺灣</p> <p>1.教師說明「跳跳遊臺灣」活動規則：5人一組，依序完成各關卡，內容如下：</p> <p>(1)第一關：金門—臺北，單腳跳接雙腳落地連續跳進呼拉圈。</p> <p>(2)第二關：臺北—龜山島，併腿連續跳進呼拉圈。</p> <p>(3)第三關：龜山島—綠島，單腳連續跳跨紙棒。</p> <p>(4)第四關：綠島—高雄，向前跑兩步，第三步向上跳高並在空中拍手。</p> <p>(5)第五關：高雄—澎湖，在樓梯上側邊併跳。</p> <p>2.活動結束後，教師帶領學生討論以下問題：</p> <p>(1)你蒐集到哪些字？把這些字拼成一句話，這句話是什麼？</p> <p>(2)哪一個關卡最難？請成功的同學分享過關的方法。</p> <p>(3)第二次挑戰時，你們這組每關的創意跳法是什麼？</p>	<p>● 態度評量</p> <p>■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。</p> <p>■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。</p> <p>● 操作評量</p> <p>■ 低組：完成走跑跳與投擲的動作。</p> <p>■ 高組：藉由觀察修正，走跑跳與投擲的動作。</p>	合班同質性分組

				(4)你和同伴合作完成任務的感覺如何呢？			
第十三週	第三單元健康超能力/第1課 乾淨的我	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 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。	《活動4》洗手好時機 1.教師說明洗手的時機，例如：吃東西前、上廁所後、擤鼻涕後、看病前後、遊戲後、運動後、回家後、玩玩具後等。 《活動5》洗洗手 1.教師播放洗手歌，帶領學生跟著唱。教師示範說明洗手五步驟。	評量方式：問答、操作 教學資源 1.教師準備溼紙巾、肥皂、手帕或毛巾。 2.學生攜帶手帕或毛巾。		
第十三週	第五單元跑跳動起來/第3課 和繩做朋友	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	《活動1》握繩做操 1.教師講解每組動作，同時請一位學生進行演練示範，並適時提醒動作要領。示範完成後，教師吹哨喊口令，帶領全班學生練習。 《活動2》四肢動一動 1.雙腳開立，雙手握繩兩臂屈肘預備： (1)口令1、2時，同時左足向前踢。 (2)口令3、4時，同時右足向前踢。 (3)口令5、6時，同時右足向右侧踢。 (4)口令7、8時，同時左足向左側踢，反覆做2個八拍口令後結束。	● 態度評量 ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。 ● 操作評量 ■ 低組：認識民俗運動基本動作與遊戲。 ■ 高組：能熟練民俗運動基本動作與遊戲。		合班同質性分組
				教學資源			

				<p>《活動3》前後左右彎</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 雙手平舉向前彎。 2. 雙手平舉向後彎。 3. 雙手張開向右（左）彎。 <p>《活動4》腿部伸展</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 前拉腿。 2. 後拉腿。 3. 弓步伸展。 <p>《活動5》繩索體操展演</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 三人一組，討論還有哪些繩和腳的創意動作，教師指導學生可以從學過的動作加以變化。 <p>《活動6》單手甩繩</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 2人一組，教師吹哨喊口令，指導學生進行空迴旋練習，進行方式如下： <ol style="list-style-type: none"> (1) 轉動全臂。 (2) 轉動前臂。 <p>《活動7》雙手甩繩</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生雙手拿跳繩握把，用腳踩住繩將繩撐開後，讓腳在繩前，動作說明如下： <ol style="list-style-type: none"> (1) 往前甩繩。 (2) 往後甩繩。 <p>《活動8》甩繩展演</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 四人一組，討論能還有哪些有趣的甩繩動作，教師可提示討論有困難的小組，可以運用之前練習的身體伸展動作，加上各種不同甩繩的方向，就可以變化出各種有趣的創意甩繩動作。 2. 各組決定好創意的甩繩動作後，依序上臺表演，教師提醒臺下學生專心欣賞。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師準備每人一條跳繩，或請學生自行攜帶跳繩。 2. 室內或室外的平坦地面。 	
--	--	--	--	--	---	--

第十四週	第三單元健康超能力/第1課乾淨的我	<p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p> <p>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。</p> <p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。</p> <p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p>	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	<p>《活動6》身體香噴噴</p> <p>1.教師配合課本第46-47頁，以布偶示範說明洗澡的步驟。</p> <p>2.教師帶領學生分組練習，請學生依照洗澡的步驟演練一遍。</p> <p>《活動7》頭髮香噴噴</p> <p>1.教師配合課本第48-49頁，以布偶示範說明洗頭髮的步驟。</p> <p>2.教師帶領學生分組練習，請學生依照洗頭髮的步驟演練一遍。</p>	<p>評量方式：發表</p> <p>教學資源</p> <p>1.教師準備布偶劇道具。</p>		
第十四週	第五單元跑跳動起來/第3課和繩做朋友	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p>	Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	<p>《活動1》握繩做操</p> <p>1.教師講解每組動作，同時請一位學生進行演練示範，並適時提醒動作要領。示範完成後，教師吹哨喊口令，帶領全班學生練習。</p> <p>《活動2》四肢動一動</p> <p>1.雙腳開立，雙手握繩兩臂屈肘預備：</p> <p>(1)口令1、2時，同時左足向前踢。</p> <p>(2)口令3、4時，同時右足向前踢。</p> <p>(3)口令5、6時，同時右足向右侧踢。</p> <p>(4)口令7、8時，同時左足向左侧踢，反覆做2個八拍口令後結束。</p> <p>《活動3》前後左右彎</p> <p>1 雙手平舉向前彎。</p>	<p>● 態度評量</p> <p>■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。</p> <p>■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。</p> <p>● 操作評量</p> <p>■ 低組：認識民俗運動基本動作與遊戲。</p> <p>■ 高組：能熟練民俗運動基本動作與遊戲。</p>		合班同質性分組

			<p>2.雙手平舉向後彎。</p> <p>3.雙手張開向右（左）彎。</p> <p>《活動4》腿部伸展</p> <p>1.前拉腿。</p> <p>2.後拉腿。</p> <p>3.弓步伸展。</p> <p>《活動5》繩索體操展演</p> <p>1.三人一組，討論還有哪些繩和腳的創意動作，教師指導學生可以從學過的動作加以變化。</p> <p>《活動6》單手甩繩</p> <p>1.2人一組，教師吹哨喊口令，指導學生進行空迴旋練習，進行方式如下：</p> <p>(1)轉動全臂。</p> <p>(2)轉動前臂。</p> <p>《活動7》雙手甩繩</p> <p>1.學生雙手拿跳繩握把，用腳踩住繩將繩撐開後，讓腳在繩前，動作說明如下：</p> <p>(1)往前甩繩。</p> <p>(2)往後甩繩。</p> <p>《活動8》甩繩展演</p> <p>1.四人一組，討論能還有哪些有趣的甩繩動作，教師可提示討論有困難的小組，可以運用之前練習的身體伸展動作，加上各種不同甩繩的方向，就可以變化出各種有趣的創意甩繩動作。</p> <p>2.各組決定好創意的甩繩動作後，依序上臺表演，教師提醒臺下學生專心欣賞。</p>		
--	--	--	---	--	--

<p>第十五週</p>	<p>第三單元健康超能力/第2課 飲食好習慣</p>	<p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 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。</p>	<p>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。</p>	<p>《活動1》健康白開水 1.教師說明：人體由大量的水組成，維持我們的生命，並幫助新陳代謝、排除毒物、調節體溫，是生活中的重要角色。 2.教師提問：你平常會在什麼時候喝水呢？ 《活動2》白開水、飲料比一比 1.教師提問：口渴時，你會喝什麼來解渴呢？ 2.教師說明白開水的優點和含糖飲料的缺點： (1)白開水的優點：不含糖、對身體有害的物質最少、能真正解渴。 (2)含糖飲料的缺點：含大量的糖分、色素、香料、容易造成肥胖和齲齒、需花錢購買。</p>	<p>評量方式：問答、自評</p> <p>教學資源 1.教師準備布偶劇道具。</p>	<p>【家庭教育】 家E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作。</p>	
<p>第十五週</p>	<p>第六單元全身動一動/第1課 樹樁木頭人</p>	<p>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-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p>	<p>Bd-I-2 技擊模仿遊戲。</p>	<p>《活動1》單手出拳 1.教師示範並說明「單手出拳」動作要領。 《活動2》連續出拳 1.依據《活動1》的活動要領進行本活動，由單拳出擊變成連續出擊。 2.教師提問：要如何連續出拳呢？請試著做做看。 《活動3》進擊挑戰 1.教師說明「進擊挑戰」活動規則：全班分成4~5組，依序完成各關卡，內容如下： (1)第一關：右手連續出拳5次。 (2)第二關：左、右手交替出拳5次。</p>	<p>● 態度評量 ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。</p> <p>● 操作評量 ■ 低組：。 ■ 高組：。</p> <p>● 操作評量 ■ 低組：認識技擊運動基本動作與遊戲。 ■ 高組：能熟練技擊運動基本動作與遊</p>		<p>合班同質性分組</p>

				<p>(3)第三關：創意出拳，例如：右手出拳2次，再轉身，右手出拳2次。</p> <p>2.學生帶著第162頁學習單闖關，完成後關主蓋章。</p> <p>《活動4》進擊與閃躲</p> <p>1.教師說明活動情境：想像樹是你的對手，繩子是他的攻擊動作，試著向對手出拳並閃躲對手攻擊。</p> <p>2.教師說明並示範原地、行進間的「徒手進擊、低身閃躲」動作，提醒學生閃躲時要看著對手，低身過繩。</p> <p>《活動5》勇闖樹人樁</p> <p>1.教師說明「勇闖樹人樁」活動規則：全班分成5組，依序完成各關卡，內容如下：</p> <p>(1)第一關：左手連續出拳3次。在橡皮筋繩之間，低身閃躲再出拳，自然的移到第二個樹人樁。</p> <p>(2)第二關：右手連續出拳3次。在橡皮筋繩之間，低身閃躲再出拳，自然的移到第三個樹人樁。</p> <p>(3)第三關：左、右手交替出拳6次。</p>	戲。。		
第十六週	第三單元健康超能力/第2課 飲食好習慣	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1 接受健康的生活規範。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	<p>《活動3》飯前要洗手</p> <p>1.教師請學生閱讀課本第52-53頁，討論吃飯前需要做什麼？為什麼飯前需要洗手？洗手對健康有什麼影響？</p> <p>2.教師請學生一起演練洗手五步驟。</p> <p>《活動4》吃飯的時候</p>	<p>評量方式：操作、觀察、自評</p> <p>教學資源</p> <p>1.教師準備布偶劇道具。</p>	【家庭教育】 家E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作。	

		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。		<p>1.教師透過布偶劇演出情境。</p> <p>2.教師提問：你們覺得小康吃飯的表現好嗎？不好的地方在哪裡？會影響健康嗎？會影響他人用餐嗎？小康要怎麼改進呢？</p> <p>《活動 5》溫馨用餐</p> <p>1.教師將學生分組，組員分別扮演爸爸、媽媽、小孩、爺爺、奶奶等不同角色，演出全家人在用餐時間會做的事。</p> <p>2.教師詢問學生在家中用餐的情形，鼓勵學生利用全家聚餐的時刻和家人說說學校的生活，藉以增加親子間的親密感。</p>			
第十六週	第六單元全身動一動/第 2 課大樹愛遊戲	<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-2 接受並體驗多元性身體活動。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>4c-I-1 認識與身體活動相關資源。</p> <p>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	<p>《活動 1》看見一棵樹</p> <p>1.教師指導學生拉開彼此間的距離，在不會干擾他人的空間活動，運用肢體站出一個「大」字，即兩腳分開站立、兩手左右側平舉，表現出一棵樹的姿態。</p> <p>《活動 2》大樹變變變</p> <p>1.教師引領全班思考，模仿樹的姿態做出三種不同的支撐及平衡造型。例如：</p> <p>(1)兩腳站立動作，變成單腳站立（另一腳屈膝或直膝高舉至腰部的高度），靜止 5 秒。</p> <p>(2)兩腳站立動作，變成單腳站立，兩手由側平舉變為向上高舉，靜止 5 秒。</p>	<p>● 態度評量</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。 <p>● 操作評量</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：願意觀察與學習滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲的活動。 ■ 高組：能學會動作與說出滾翻、支撐、平衡、懸垂等活動名稱。 	【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。	合班同質性分組

第十七週		<p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p> <p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>2b-I-1 接受健康的生活規範。</p> <p>2b-I-2 願意養成個人健康習慣。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>	<p>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Ea-I-2 基本的飲食習慣。</p> <p>Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。</p>	<p>第三單元健康超能力</p> <p>第2課飲食好習慣</p> <p>《活動6》飯後不劇烈運動</p> <p>1.教師請學生思考：飯後可以做什麼活動？不能做什麼活動？</p> <p>2.教師提問：你平常飯後會做哪些活動？</p> <p>3.教師說明：飯後可以進行散步、聊天、聽音樂等活動，避免做過於劇烈的活動，以免影響消化作用，造成腸胃的負擔。</p> <p>《活動7》飯後要潔牙</p> <p>1.教師提問：飯後除了不能劇烈運動外，還要注意什麼呢？</p> <p>2.教師帶領學生複習潔牙的時機（餐後和睡前潔牙）。</p> <p>3.教師請學生對著鏡子張開嘴，檢查牙齒是否乾淨？有沒有齲齒？</p>	<p>評量方式：問答、發表、自評</p> <p>教學資源</p> <p>1.教師請學生各自準備一面鏡子。</p>	<p>【家庭教育】</p> <p>家E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作。</p>	
第十七週	第六單元全身動一動/第1課 樹樁木頭人	<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-2 接受並體驗多元性身體活動。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p>	<p>Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</p>	<p>《活動3》大樹合體</p> <p>1.教師引領全班做出不同的支撐及平衡的創意新造型，例如：一手兩腳站在地上的大樹、頭部比兩腳低的大樹等。</p> <p>2.全班分成兩組，輪流進行大樹造型表演並互相觀摩創意。</p> <p>3.教師指導學生兩人一組進行「我們的大樹」合體新造型活動，兩人透過討論、試做、修改等過程合作表現創意造型。</p> <p>造型提示：</p> <p>(1)一人坐姿一人立姿。</p>	<p>● 態度評量</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。 <p>● 操作評量</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：願意觀察與學習滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲的活動。 ■ 高組：能學會動作 	<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>	合班同質性分組

		4c-I-1 認識與身體活動相關資源。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。		(2)兩人三點站立。 (3)兩人兩點站立。 4.教師進一步引導學生思考，3或4人一組進行大樹合體新造型活動。造型提示可由教師或學生自訂。 《活動4》風雨過後 1.教師帶領全班複習「大樹合體」造型活動。 2.教師引領學生思考：合體的大樹受到強風的吹襲，造成身體的擺動、扭轉、樹枝斷裂，各自被強風吹走。最後風雨停了，樹枝停住不動。這些動態的現象，如何用身體動作表現出來呢？請學生分組做做看，最後的大樹造型最好能鮮明有創意。	與說出滾翻、支撐、平衡、懸垂等活動名稱。		
第十八週	第三單元健康超能力/第3課好好愛身體	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 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-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。 Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	《活動1》食物的旅行 1.教師提問：我們每天吃進去的食物最後會變成什麼排出體外呢？ 2.教師透過圖解並搭配童詩的敘述，簡單說明食物的消化過程。 《活動2》排便好輕鬆 1 教師說明幫助排便的好習慣： (1)多吃蔬菜和水果。 (2)少吃油炸物。 (3)多喝白開水。 (4)常運動。 (5)每天定時排便。	評量方式：問答、自評 教學資源 1.教師準備布偶劇道具。 2.教師準備消化系統圖、食物圖片。	【性別平等教育】 性E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 性E6 了解圖像、語言與文字的性別意涵，使用性別平等的語言與文字進行溝通。	
第十八週	第六單元全身動一動/第2課拳掌好朋友	1d-I-1 描述動作技能基本常識。	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	《活動1》掌碰掌	● 態度評量 ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學	【人權教育】 人E5 欣賞、包容個別差異並尊	合班同質性分組

		<p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>		<p>1.學生依照「弓步口訣」調整步伐一兩腳前後站，前腳彎曲、後腳伸直。</p> <p>2.學生反覆演練遊戲活動，但須限定學生每次打招呼的對象是不同的同學。</p> <p>《活動2》拳碰掌</p> <p>1.進行方式同《活動1》，教師讓學生在範圍內自由走動，當教師喊出「很高興見到你！」時，學生立即和距離最近的同學相對，一人出手掌、一人握拳，拳、掌相碰並貼住不動。</p> <p>《活動3》拳掌合一</p> <p>1.教師指導學生用武術的動作打招呼，這種打招呼的方式等同於武術中敬禮和回禮的動作。</p> <p>2.教師指導學生兩腳併立，一手握拳、拳心向下；一手豎掌、指尖向上。兩手合一與胸同高，以友善的眼神看著對方。</p> <p>《活動4》騎馬原地跳</p> <p>1.教師課前規畫統整教學，指導學生完成簡易的紙鏢製作。</p> <p>2.教師指導學生馬步動作。</p> <p>3.教師帶領學生練習騎馬式原地跳。</p> <p>《活動5》流星趕月拳</p> <p>1.延續學過的弓步與馬步，加上手握流星鏢，體驗左右連續出拳的動作。</p> <p>2.為增加活動多樣性，可改變演練隊形，例如：單橫排、雙</p>	<p>習。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。 <p>● 操作評量</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：能描述與運用1~2種武術動作技能。 ■ 高組：能熟練與運用1~2種武術動作技能。 	<p>重自己與他人的權利。</p>	
--	--	---	--	--	---	-------------------	--

				橫排、圓形、方形等，亦可進行分組表演觀摩等活動。			
第十九週	第三單元健康超能力/第3課好好愛身體	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 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-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。 Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	《活動3》廁所標誌 1.教師說明生活中男廁、女廁一般都是分開的，接著揭示不同的廁所標誌，說明標誌的性別意涵和使用對象： (1)男廁：男生可以使用。 (2)女廁：女生可以使用。 (3)親子廁所：家長、小朋友可以使用。在親子廁所裡，家長可以幫嬰兒換尿布，或幫助小朋友上廁所。 (4)無障礙廁所：每個人都可以使用，但應禮讓行動不方便的人優先使用。 《活動4》上廁所時要注意 1.教師說明上廁所關門是保護自己身體隱私的做法，進廁所前敲門是尊重他人身體隱私的做法。 2.教師配合課本第60-61頁說明如廁禮儀和流程。	評量方式：發表、演練 教學資源 1.教師蒐集各種不同的廁所標誌。	【性別平等教育】 性E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 性E6 了解圖像、語言與文字的性別意涵，使用性別平等的語言與文字進行溝通。	
第十九週	第六單元全身動一動/第2課拳掌好朋友	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。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	《活動1》掌碰掌 1.學生依照「弓步口訣」調整步伐一兩腳前後站，前腳彎曲、後腳伸直。 2.學生反覆演練遊戲活動，但須限定學生每次打招呼的對象是不同的同學。 《活動2》拳碰掌 1.進行方式同《活動1》，教師讓學生在範圍內自由走動，當教師喊出「很高興見到你！」時，學生立即和距離最近的同	● 態度評量 ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。 ● 操作評量 ■ 低組：能描述與運用1~2種武術動作技能。 ■ 高組：能熟練與運	【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。	合班同質性分組

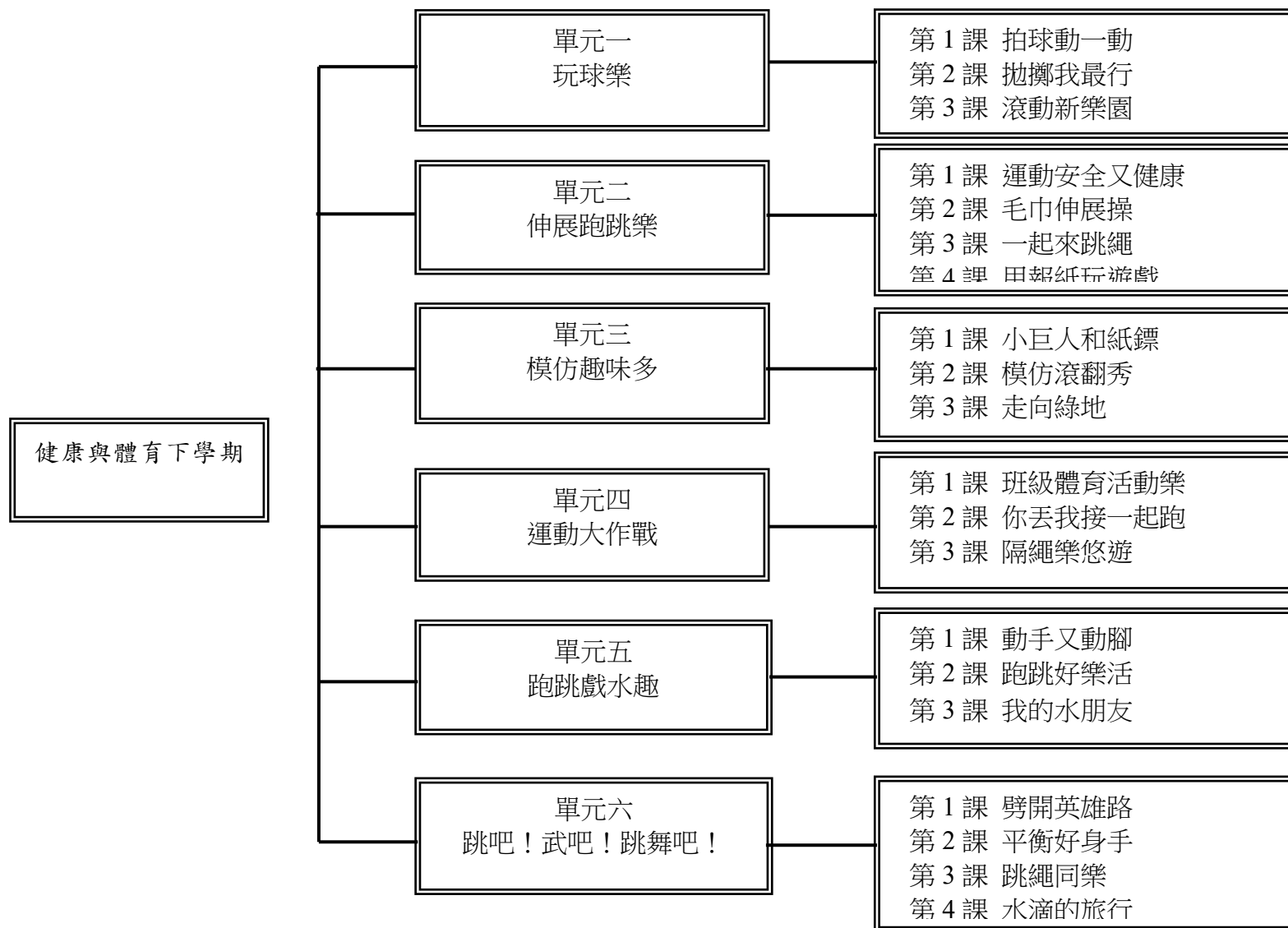
				<p>學相對，一人出手掌、一人握拳，拳、掌相碰並貼住不動。</p> <p>《活動 3》拳掌合一</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師指導學生用武術的動作打招呼，這種打招呼的方式等同於武術中敬禮和回禮的動作。 2.教師指導學生兩腳併立，一手握拳、拳心向下；一手豎掌、指尖向上。兩手合一與胸同高，以友善的眼神看著對方。 <p>《活動 4》騎馬原地跳</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師課前規畫統整教學，指導學生完成簡易的紙鏢製作。 2.教師指導學生馬步動作。 3.教師帶領學生練習騎馬式原地跳。 <p>《活動 5》流星趕月拳</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.延續學過的弓步與馬步，加上手握流星鏢，體驗左右連續出拳的動作。 2.為增加活動多樣性，可改變演練隊形，例如：單橫排、雙橫排、圓形、方形等，亦可進行分組表演觀摩等活動。 	用 1~2 種武術動作技能。		
第廿週	第三單元健康超能力/第 3 課 好好愛身體	<p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p> <p>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。</p> <p>2b-I-1 接受健康的生活規範。</p> <p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操</p>	<p>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Db-I-1 日常生活中的性別角色。</p> <p>Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。</p>	<p>《活動 5》上完廁所後要注意</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師配合課本第 62-63 頁說明如廁禮儀和流程。 (1)上完廁所後要沖水。 (2)整理服裝，確認服裝穿戴整齊再離開廁所間，並輕輕關門。 (3)離開前要用肥皂仔細清洗雙手。 	評量方式：演練、發表	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。</p> <p>性 E6 了解圖像、語言與文字的性別意涵，使</p>	

		<p>作簡易的健康技能。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>		<p>2.教師加強說明使用小便斗和坐式馬桶的注意事項。</p> <p>3.教師提醒學生廁所設置的「緊急求救鈴」，平時不能隨便按，發生緊急狀況時，才能按鈴求救。</p>		<p>用性別平等的語言與文字進行溝通。</p>	
<p>第廿週</p>	<p>第六單元全身動一動/第3課和風一起玩</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>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>《活動1》抓一把風來玩</p> <p>1.教師可帶領學生到戶外感覺風的吹拂，並告訴學生，今天要抓一把風來玩。發給每人一個塑膠袋，引導學生探索各種讓袋子充滿空氣的方法。</p> <p>2.教師提醒學生持塑膠袋跑步裝風時，應由慢速跑再變化為快速跑，以達到充分暖身的效果，並可體驗不同速度帶來的效果。</p> <p>3.請學生觀察塑膠袋中充滿空氣和沒有空氣時的差別，並請學生發表其特徵，例如：沒有空氣時顯得又皺又軟；充滿空氣時變得又圓又鼓等。</p> <p>《活動2》兔子氣球圓滾滾</p> <p>1.請學生深呼吸，想像氣球充入過多的空氣時爆炸的瞬間，身體要一瞬間張到最大，而後放鬆。</p> <p>2.教學後，請學生分組表演，互相觀摩，並檢視學生是否能配合呼吸，運用肢體做出收縮與伸展的姿態，對表現優良的學生給予鼓勵。</p> <p>《活動3》氣球飄起來</p> <p>1.請學生模仿已被吹漲的各式氣球，例如：圓形、愛心或長形等，由教師來吹動這些人體</p>	<p>● 態度評量</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。 <p>● 操作評量</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：大方展現有關唱、跳與模仿性律動遊戲。 ■ 高組：從自我觀察中發現唱、跳與模仿性律動遊戲的個體差異。 	<p>【人權教育】</p> <p>人E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。</p>	<p>合班同質性分組</p>

				<p>氣球，引導學生想像和感受體內充滿氣體時，身體像氣球在輕飄的感覺。</p> <p>2.教師引導學生思考：充滿空氣的氣球可能會飄到什麼地方？</p> <p>3.學生回答並經過師生的討論、歸納後，教師請學生模仿被吹漲的氣球，用肢體模擬情境。</p>			
第廿一週	第三單元健康超能力/第3課好好愛身體	<p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p> <p>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。</p> <p>2b-I-1 接受健康的生活規範。</p> <p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>	<p>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Db-I-1 日常生活中的性別角色。</p> <p>Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。</p>	<p>《活動6》姿勢一級棒</p> <p>1.教師配合課本第64-65頁，示範正確的坐姿、站姿和睡姿。</p> <p>《活動7》天天都健康</p> <p>1.教師請學生閉眼回想昨天做了哪些事，做這些事時，做到了哪些健康好習慣？</p>	<p>評量方式：演練、紙筆測驗</p> <p>教學資源</p> <p>1.教師準備示範睡姿用的軟墊和枕頭。</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。</p> <p>性E6 了解圖像、語言與文字的性別意涵，使用性別平等的語言與文字進行溝通。</p>	
第廿二週	第六單元全身動一動/第3課和風一起玩	<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>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>《活動4》風車繞圈轉</p> <p>1.教師帶領學生操作紙風車，學生拿著風車到戶外，探索讓風車轉動的方法。</p> <p>《活動5》學學風車轉</p> <p>1.展示說明轉動式的童玩，引導學生認知轉動的特徵，並以肢體模仿物體轉動。</p> <p>2.教師引導學生以身體部位轉動繞圈，例如：手指、手臂、小腿。</p>	<p>● 態度評量</p> <p>■ 低組：遵守規則表現認真參與的學習。</p> <p>■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。</p> <p>● 操作評量</p> <p>■ 低組：大方展現有關唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。</p>	合班同質性分組

			<p>3.教師引導學生在不同速度的節奏中轉動身體的各部位，例如：從慢到快或從快到慢，體驗轉速不同時的身體感覺。</p> <p>《活動 6》人體風車</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師引導學生嘗試用肢體模仿低、中、高不同水平高度轉動的風車，並請表現優秀的學生示範表演。 2.在教師的指令下，配合音樂節奏或鈴鼓聲，讓學生練習模仿風車不同的轉速，例如：靜止（無風）、慢轉（微風）和快轉（強風）等。 3.全班分成兩人一組，一人當風車，一人當吹動風車的人，輪流練習肢體的轉動與吹氣。 <p>《活動 7》風車繞轉</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師引導學生用不同水平模仿單人風車做 360 度的轉動，例如：蹲著、跪著、站著原地繞轉。 <p>《活動 8》雙人風車秀</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.兩人一組合作創作一個風車造型，在教師引導下，依序模仿風車的靜止、慢轉和快轉等動作。教師提醒學生創作時要相互合作，共同完成人體風車作品。 2.教師找表現不錯的組別示範表演，其他同學亦可跟著模仿學習。 	<p>■ 高組：從自我觀察中發現唱、跳與模仿性律動遊戲的個體差異。</p>		
--	--	--	---	---------------------------------------	--	--

低年級健康與體育領域下學期課程架構表



低年級健康與體育領域下學期教學計畫表（體育混齡課程）

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
		學習表現	學習內容				
第一週	單元一玩球樂 第一課拍球樂 一動	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。 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。	Hb-I-1 陣地攻守性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. 認識拍球的動作要領。 2. 認真參與學習活動，並遵守活動規則。 3. 完成各式原地和行進間的拍球活動。 4. 透過團體討論，處理拍球遊戲的問題。 5. 願意在學校利用課間進行遊戲活動。	● 態度評量 ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。 ● 操作評量 ■ 低組：簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調。 ■ 高組：能表現出動作協調、力量及準確性的控制。	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。	合班同質性分組
第二週	單元一玩球樂 第二課拋擲我最行	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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處	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. 認識拋擲球的動作要領。 2. 認真參與學習活動，並遵守活動規則。 3. 完成拋擲球準確性控球活動。 4. 透過團體討論，處理拋擲球遊戲的問題。	● 態度評量 ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：表現安全的身體活動行為並願意合作學習。 ● 操作評量 ■ 低組：簡易拋、擲、滾之手眼動作協調。 ■ 高組：能表現出動	【品德教育】 品 EJU7 欣賞感恩。	合班同質性分組

		理練習或遊戲問題。			作協調、力量及準確性的控制。		
第三週	單元一玩球樂 第三課滾動新樂園	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。 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。	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. 認識滾球的動作要領。 2. 認真參與學習活動，並遵守活動規則。 3. 完成滾球準確性控球活動。 4. 透過團體討論，處理滾球遊戲的問題。 5. 願意在學校利用課間進行遊戲活動。	● 態度評量 ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 ● 操作評量 ■ 低組：簡易拋、擲、滾之手眼動作協調。 ■ 高組：能表現出動作協調、力量及準確性的控制。		合班同質性分組
第四週	單元二伸展跑 跳樂 第一課運動安全又健康	1c-I-2 認識基本的運動常識。 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。	Cb-I-1 運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處。	1. 認識運動場地的安全注意事項。 2. 選擇安全的遊戲場所運動。 3. 認識正確與安全的運動方式。 4. 認識運動的好處。 5. 能於引導下，嘗試促進個人運動安全的方法。	● 態度評量 ■ 低組：能專注課堂學習。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：認識基本的運動常識。 ■ 高組：認識基本的運動常識並選擇適合個人的身體活動。		合班同質性分組
第五週	單元二伸展跑 跳樂	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	1. 利用毛巾進行上肢伸展動作。	● 態度評量 ■ 低組：能專注課堂	【生命教育】	合班同質性分組

	第二課毛巾伸展操	作。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。		2. 利用毛巾進行身體伸展動作。 3. 利用毛巾進行下肢伸展動作。 4. 認真參與活動，進行毛巾伸展操。 5. 願意在從事運動前、後進行伸展操活動。	學習。 ■ 高組：能專注課堂學習並表現安全的身體活動行為。 ● 操作評量 ■ 低組：認識基本的運動常識。 ■ 高組：認識基本的運動常識並模仿的能力。	生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。	
第六週	單元二伸展跑 跳樂 第三課一起來 跳繩	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 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-1 願意從事規律身體活動。	1c-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	1. 認識跳繩擺盪的特性及跳躍過繩的要領。 2. 與同伴互相配合跳躍過繩。 3. 表現認真參與及互助合作的學習態度。 4. 嘗試練習自己甩繩並跳躍過繩的動作。 5. 願意利用課餘時間練習跳繩。	● 態度評量 ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：認真參與學習活動並表現安全的身體活動行為。 ● 操作評量 ■ 低組：認識跳繩擺盪的特性及跳躍過繩的要領。 ■ 高組：練習自己甩繩並跳躍過繩的動作。	【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。	合班同質性分組
第七週	單元二伸展跑 跳樂 第四課用報紙 玩遊戲	3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	1. 利用報紙練習快速跑。 2. 利用紙棒進行跑、跳動作練習。 3. 利用紙棒進行拋擲動作練習。 4. 願意在課後從事身體活動。	● 態度評量 ■ 低組：能專注課堂學習。 ■ 高組：能專注課堂學習並表現安全的身體活動行為。 ● 操作評量 ■ 低組：能完成走、	【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。	合班同質性分組

					跑、跳與投擲遊戲。 ■ 高組：能完成走、跑、跳與投擲遊戲並團體合作。		
第八週	單元三模仿趣味多 第一課小巨人和紙鏢	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。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	1. 認識弓步、馬步和進攻、防守的基本概念。 2. 在遊戲中表現和諧的人際互動，並學習遵守團體規範。 3. 表現弓步、馬步和進攻、防守的動作技巧，以增進個人運動技能。 4. 願意在學校利用課間進行弓步、馬步和進攻、防守的動作練習。	● 態度評量 ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：認真參與學習活動並表現安全的身體活動行為。 ● 操作評量 ■ 低組：認識弓步、馬步和進攻、防守的基本概念。 ■ 高組：表現弓步、馬步和進攻、防守的動作技巧。	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E7 探究運動基本的保健。	合班同質性分組
第九週	單元三模仿趣味多 第二課模仿滾翻秀	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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	1a-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	1. 認識支撐、身體滾翻、身體平衡的基本動作要領。 2. 專注觀賞他人的表現，並嘗試分享觀察到的動作形態。 3. 嘗試以模仿的動作來表現支撐的技巧。 4. 嘗試運用支撐技巧創意發想模仿動作。 5. 嘗試以身體伸展或蜷曲的動作，做出滾動式的移動。 6. 觀察並模仿，表現滾翻的動作概念。 7. 在遊戲中挑戰滾翻技巧，熟練滾翻動作。 8. 嘗試以猴子行走的動作通過	● 態度評量 ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：認真參與學習活動並表現安全的身體活動行為。 ● 操作評量 ■ 低組：認識支撐、身體滾翻、身體平衡的基本動作要領。 ■ 高組：在遊戲中挑戰滾翻技巧，熟練滾翻動作。		合班同質性分組

				平衡木。 9. 結合滾翻及平衡的動作，體驗多元性身體活動。			
第十週	單元三模仿趣味多 第三課走向綠地	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。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	1b-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	1. 嘗試透過五官探索，觀察並以身體詮釋生物特徵。 2. 在遊戲中表現正向的學習態度、和諧的人際互動。 3. 利用身體各個部位結合動作力量的變化，嘗試模仿大自然的動作。 4. 願意在課後進行觀察、聯想與模仿的遊戲。	● 態度評量 ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：認真參與學習活動並表現安全的身體活動行為。 ● 操作評量 ■ 低組：在遊戲中表現正向的學習態度、和諧的人際互動。 ■ 高組：利用身體各個部位結合動作力量的變化，嘗試模仿大自然生物的動作。		合班同質性分組
第十一週	單元四運動大作戰 第一課班級體育活動樂	4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Cb-I-2 班級體育活動。	1. 分享個人運動經驗，發表自己最喜歡的運動項目。 2. 認識各項班級體育活動。 3. 擬定班級體育計畫，選擇適合班級一起進行的運動項目，並確實執行。	發表		合班
第十二週	單元四運動大作戰 第二課你丟我接一起跑	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。	Hd-I-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	1. 在簡易運動場地練習跑壘。 2. 在簡易運動場地進行傳接。 3. 在簡易運動場地進行跑壘和傳接的綜合型遊戲。 4. 學習進行守備／跑分性球類運動時，依個人能力不同充分合作。	● 態度評量 ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	【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。	合班同質性分組

		3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。			<ul style="list-style-type: none"> ● 操作評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：簡易拋、擲、滾之手眼動作協調。 ■ 高組：能表現出動作協調、力量及準確性的控制。 		
第十三週	單元四運動大 作戰 第三課隔繩樂 悠遊	2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 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。	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。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在持物擊氣球活動中與同伴互相合作。 2. 徒手擊氣球，並與同伴互相合作維持球不落地。 3. 嘗試以各種方式讓球過繩。 4. 進行簡易擊中目標遊戲，嘗試擊中繩後目標。 5. 表現正向的學習態度、和諧的人際互動。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 態度評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 ● 操作評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：簡易拋、接、控、擊、持拍及拍擲、傳、滾之手眼動作協調。 ■ 高組：能表現出動作協調、力量及準確性的控制。 		合班同質性分組
第十四週	單元五跑跳戲 水趣 第一課動手又 動腳	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-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。	Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識攀岩運動，了解攀岩須全身充分協調並有良好的肌力。 2. 描述參與休閒運動後的感受。 3. 透過入門遊戲，展現並提升手腳協調、支撐與攀爬能力。 4. 能遵守安全規範並積極參與活動，促進對戶外休閒運動的興趣。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 態度評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 ● 操作評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：認識攀岩運動，了解攀岩須全身充分協調並有良好的肌力。 		合班同質性分組

					<ul style="list-style-type: none"> ■ 高組：透過入門遊戲，展現並提升手腳協調、支撐與攀爬能力。 		
第十五週	單元五跑跳戲水趣 第二課跑跳好樂活	<p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解併腿跳和跨跳的動作要領。 2. 做出併腿跳和跨跳的動作。 3. 積極參與學習活動並欣賞他人的表現。 4. 覺察起跑時的姿勢對跑步的影響。 5. 能掌握起跑的動作要領，順利完成遊戲任務。 6. 能快速起跑並運用語文造句能力，完成遊戲任務。 7. 能做出簡易的投擲動作並描述動作技能。 8. 能發現投擲不同物品時，身體動作與力量的改變。 9. 掌握投擲動作要領，做出投擲各種物品的動作。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 態度評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 ● 操作評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：做出併腿跳和跨跳的動作。 ■ 高組：能掌握起跑的動作要領，順利完成遊戲任務。 		合班同質性分組
第十六週	單元五跑跳戲水趣 第三課我的水朋友	<p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p>	Gb-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻律呼吸與藉物漂浮。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 說出在陸地與水中的身體感受。 2. 閉氣與同伴在水中進行遊戲。 3. 掌握韻律呼吸要領，與同伴在水中進行遊戲。 4. 在水中閉氣並藉物漂浮。 5. 願意利用課餘時間前往泳池從事親水活動。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 態度評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 ● 操作評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：在陸地與水中的身體感受。 ■ 高組：在陸地與水中的身體感受，閉氣與同伴在水中進行遊戲。 		合班同質性分組

第十七週	單元六跳吧！武吧！跳舞吧！第一課劈開英雄路	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	1. 學會弓步劈掌和馬步劈掌。 2. 學會獨立式和仆腿式站法。 3. 體驗一套完整武術動作。 4. 與同伴友善互動並認真學習。	<ul style="list-style-type: none"> ● 態度評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 ● 操作評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：學會弓步劈掌和馬步劈掌。 ■ 高組：體驗一套完整武術動作。 		合班同質性分組
第十八週	單元六跳吧！武吧！跳舞吧！第二課平衡好身手	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。	1a-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	1. 認識支撐、平衡遊戲的基本動作元素。 2. 能於引導下，嘗試練習支撐、平衡遊戲動作並能體驗多元性的身體活動。 3. 3. 願意在遊戲中快樂互動，認真學習。	<ul style="list-style-type: none"> ● 態度評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 ● 操作評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：認識支撐、平衡遊戲的基本動作元素。 ■ 高組：認識支撐、平衡遊戲的基本動作元素並能體驗多元性的身體活動。 	【安全教育】安 E9 學習相互尊重的精神。	合班同質性分組
第十九週	單元六跳吧！武吧！跳舞吧！第三課跳繩同樂	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。	1c-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	1. 學會雙人跳繩的起跳時機。 2. 練習雙人跳繩的動作技巧。 3. 培養認真參與及互助合作的學習態度。	<ul style="list-style-type: none"> ● 態度評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 	【安全教育】安 E6 了解自己的身體。	合班同質性分組

		3c-I-2 表現安全的身體活動行為。			<ul style="list-style-type: none"> ● 操作評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：學會雙人跳繩的起跳時機。 ■ 高組：練習雙人跳繩的動作技巧。 		
第二十 ~ 二十一週	單元六跳吧！ 武吧！跳舞吧！ 第四課水滴的旅行	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。 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。	1b-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	1. 說出水滴的形狀與特徵。 2. 利用移動性動作，模仿水滴的跳躍及流動。 3. 做出不同的跳躍動作串聯組合。 4. 做出群體中聚集與散開的動作。 5. 表現認真參與的態度，並與同伴合作。 6. 做出雲的形狀與造型變化。 7. 模仿漩渦移動的特性。 8. 做出不同高低水平的移動動作或造型。	<ul style="list-style-type: none"> ● 態度評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：認真參與學習活動，並遵守活動規則。 ■ 高組：應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 ● 操作評量 <ul style="list-style-type: none"> ■ 低組：利用移動性動作，模仿水滴的跳躍及流動。 ■ 高組：做出不同的跳躍動作串聯組合。 	【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。	合班同質性分組

混齡課程計畫

統整性主題

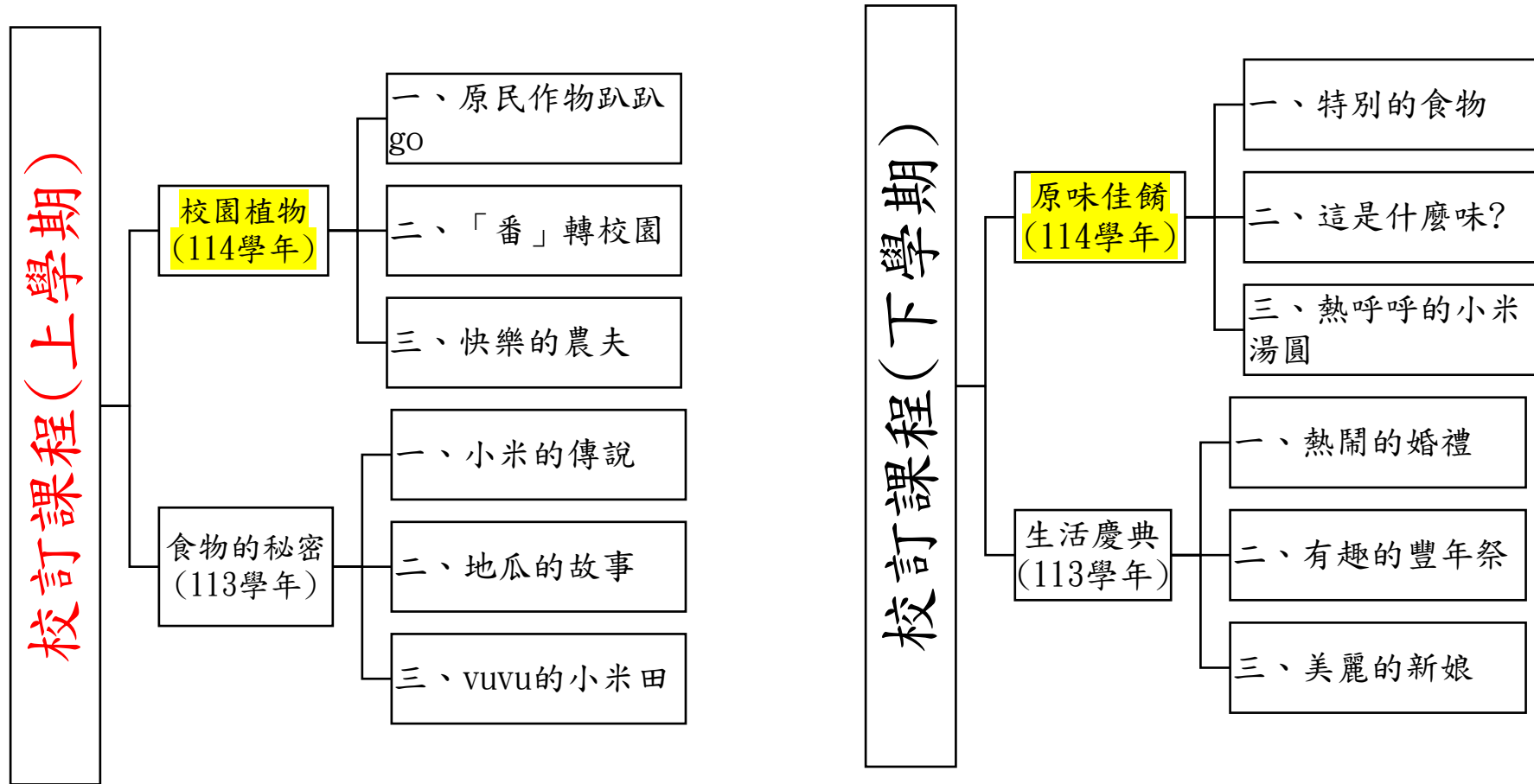
(佳平校區：食農教育)

武潭國小 113 學年度彈性課程架構(低年級)

佳平校區

低年級 (上學期)(每週4節)					
A. 統整性主題/專題/議題探究課程		B. 社團活動與技藝課程	C. 特殊需求領域課程	D. 其他類課程	
民族教育	議題			學校行事	班級課程
食農教育(21)-混齡	性別平等教育(4) 家暴防治教育(3) 性侵害防治教育(3) 交通安全(2) 防災教育(2) 國際教育(4) 健康管理與營養教育(3)			國民體育日(3) 校慶運動會(11) 校外教學(7)	節慶好好玩(21節)
21節	21節	-	-	21節	21節

佳平校訂課程架構表(低年級)



課程名稱	彈性領域課程 民族/食農教育		實施年級	一/二年級(上)
課程目標	<p>1. 藉由校園植物探索，進而了解認識原住民基本農作物。</p> <p>2. 透過文本探討，更加明瞭原住民文化的本質。</p> <p>3. 認識瞭解原住民重要傳說故事及節慶儀典，體現排灣族傳統文化的傳承與意義。</p>			
核心素養 具體內涵	<p>國-E-C1 閱讀各類文本，從中培養是非判斷的能力，以了解自己與所處社會的關係，培養同理心與責任感，關懷自然生態與增進公民意識。</p> <p>生-E-A1 透過自己與外界的連結，產生自我感知並能對自己有正向的看法，進而愛惜自己，同時透過對生活事物的探索與探究，體會與感受學習的樂趣，並能主動發現問題及解決問題，持續學習。</p> <p>生活-E-B3 感受與體會生活中人、事、物的真、善與美，欣賞生活中美的多元形式與表現，在創作中覺察美的元素，逐漸發展美的敏覺。</p> <p>原-E-A3 以原住民族文化主體性的觀點，培養使用族語的能力，藉此充實文化經驗，並認識民族文化精神及內涵，培養創新思維。</p> <p>原-J-A1 具備積極主動學習族語的能力與興趣，展現原住民族文化主體性，並主動融入族語社群，認識族語文化的內涵，發展傳承家族與民族文化精神。</p> <p>藝-E-A1 參與藝術活動，探索生活美感。</p>			
議題融入	<p>課綱十九項議題：<input type="checkbox"/>性別平等 <input type="checkbox"/>人權 <input type="checkbox"/>環境 <input type="checkbox"/>海洋 <input type="checkbox"/>品德 <input checked="" type="checkbox"/>生命 <input type="checkbox"/>法治 <input type="checkbox"/>科技 <input type="checkbox"/>資訊 <input type="checkbox"/>能源 <input type="checkbox"/>安全 <input type="checkbox"/>防災</p> <p><input type="checkbox"/>家庭教育 <input type="checkbox"/>生涯規劃 <input type="checkbox"/>多元文化 <input checked="" type="checkbox"/>閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>國際教育 <input checked="" type="checkbox"/>原住民族教育</p> <p>縣訂議題：<input type="checkbox"/>失智症</p> <p>其他議題：<input type="checkbox"/>性剝削防治教育 <input type="checkbox"/>職業試探 <input type="checkbox"/>交通安全 <input type="checkbox"/>媒體素養 <input type="checkbox"/>消費者保護 <input checked="" type="checkbox"/>食農教育 <input type="checkbox"/>高齡教育</p>			
學習重點	學習 表現	<p>國語 3-I-4 利用注音讀物，學習閱讀，享受閱讀樂趣。</p> <p>生活 1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物的感受與想法。</p> <p>生活 D-I-4 共同工作並相互協助。</p>		

		5-IV-4 能樂於了解並尊重他人的生活經驗，促進相互分享與社會共有、共榮、共好。 3-II-3 能為不同對象、空間或情境，選擇音樂、色彩、布置、場景等，以豐富美感經驗。		
	學習內容	生活 C-I-1 事物特性與現象的探究。 生活 4-I-3 運用各種表現與創造的方法與形式，美化生活、增加生活的趣味。 原 Bg- I -1 常見的農作物名稱。 原 Bg- II -2 部落農耕的故事。 Ba-IV-2 歲時祭儀活動的意義。 A-III-2 生活物品、藝術作品與流行文化的特質。		
表現任務	1. 能認識原住民基本農作物。 2. 能完成製作部落甜點美食。 3. 能與同儕合作討論，共同演出一齣戲劇及製作道具。			
教學資源	校區/社區作物耕作區、網路媒材、族語教師、部落文化專長指導員			
114 學年度 教學進度	單元名稱	單元內容與學習活動	節數	混齡模式與備註 (無則免填)
第(1)週 - 第(7)週	校園植物/原民作物趴趴 GO	一、校園原民作物探索 1. 透過實地觀察，能辨認作物外觀，並記錄畫出作物的莖、葉形、葉脈、有沒有開花…等 2. 芋頭、地瓜、玉米、月桃葉… 二、學習單分享 1. 小組討論 2. 心得分享 三、校園植物寫生～校園一景	7 節	合班同質性分組

第(8)週 - 第(14)週	校園植物/「番」轉校園	<p>一、認識地瓜(番薯)</p> <ol style="list-style-type: none"> 外觀辨識，認識根、莖、葉、花、果實、種子 了解種類、繁殖方式、生活中的應用… <p>二、影片欣賞</p> <ol style="list-style-type: none"> 【種地瓜】除草～提蔓～摘心～施肥 心得分享 <p>三、甜蜜蜜～製作拔絲地瓜</p>	7 節	合班同質性分組
第(15)週 - 第(21)週	校園植物/快樂的農夫	<p>一、文本閱讀(2上-9快樂的農夫)</p> <ol style="list-style-type: none"> 從文本中學習農夫的態度 介紹排灣族的傳統農作物(小米、紅藜、地瓜…) <p>二、影片欣賞</p> <p>網路搜尋排灣族傳統農作物，有其基本概念</p> <p>三、小組討論</p> <ol style="list-style-type: none"> 合班同質性分組 每組討論一種作物 完成學習單並上台分享 	7 節	合班同質性分組
113 學年度 教學進度	單元名稱	單元內容與學習活動	節數	混齡模式與備註 (無則免填)
第(1)週 - 第(7)週	食物秘密/小米的傳說	<p>一、小米的文化傳承</p> <ol style="list-style-type: none"> 小米的傳說故事 播種到祭祀的禁忌 	7 節	合班同質性分組

		二、小米收穫祭 1. 祭儀緣起 2. 影片欣賞 三、「畫」說小米～ 畫出印象最深刻的畫面（故事、慶典…）		
第(8)週 - 第(14)週	食物秘密/地瓜的故事	一、神話故事探究 二、地瓜跟原住民的關係 三、觀察地瓜生長～ 1. 分組進行觀察記錄 2 將地瓜放在少量水中，觀察生長情形，每隔幾天記錄一次 3. 比賽哪組地瓜成長最快最好 4. 小組上台分享	7 節	合班同質性分組
第(15)週 - 第(21)週	食物秘密/Vu Vu 的小米田	一、文本閱讀(2 下-12 Vu Vu 的小米田) 1. 小米對排灣族是非常重要的農作物 2. 認識排灣族人如何與大自然和諧共生 二、延伸活動～傳說故事 1. Vu Vu 和麻雀的約定 2. 風中的小米田 3. 神鳥西雷克 三、Vu Vu 的小米田(戲劇) 1. 分組分配角色 2. 製作道具	7 節	合班同質性分組

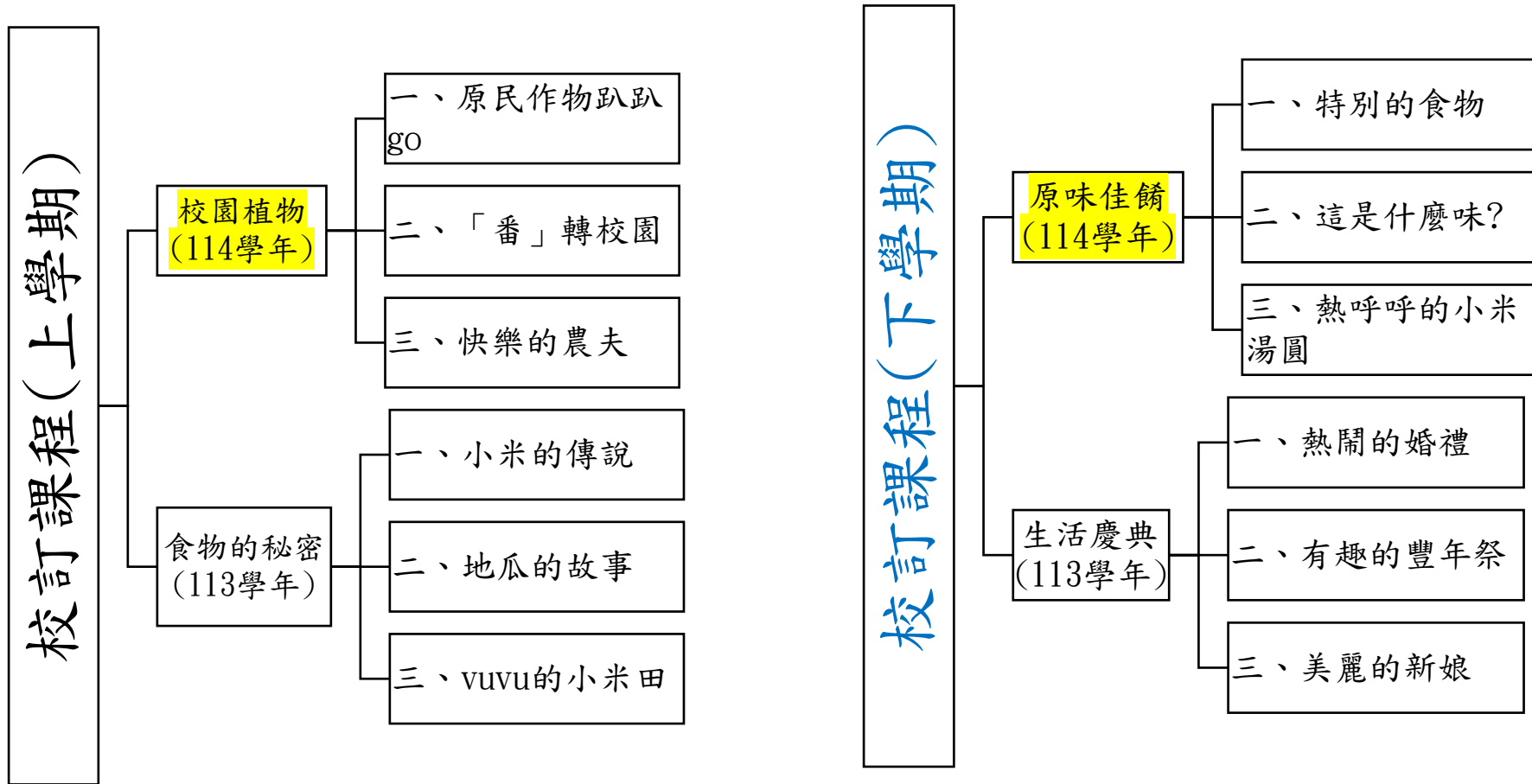
		3. 排演練習 4. 上台演出		
--	--	--------------------	--	--

武潭國小 113 學年度彈性課程架構(低年級)

佳平校區

低年級 (下學期)(每週4節)					
A. 統整性主題/專題/議題探究課程		B. 社團活動與技藝課程	C. 特殊需求領域課程	D. 其他類課程	
民族教育	議題			學校行事	班級課程
食農教育(21)- 混齡	性別平等教育(4) 家暴防治教育(3) 性侵害防治教育(3) 交通安全(2) 防災教育(2) 國際教育(4) 健康管理與營養教育(3)			學習成果發表(6) 校外教學(7) 兒童節活動(4) 感恩日活動(4)	節慶好好玩(21節)
21節	21節			21節	21節

佳平校訂課程架構表(低年級)



課程名稱	彈性領域課程 民族/食農教育		實施年級	一/二年級(下)
課程目標	1. 學習採集作物與處理食材的方法。 2. 能辨別日常食物的氣味並認識危險植物。 3. 認識原住民重要節慶儀典，體現排灣族傳統文物的意義與美感。			
核心素養 具體內涵	國-E-C1 閱讀各類文本，從中培養是非判斷的能力，以了解自己與所處社會的關係，培養同理心與責任感，關懷自然生態與增進公民意識。 生-E-A1 透過自己與外界的連結，產生自我感知並能對自己有正向的看法，進而愛惜自己，同時透過對生活事物的探索與探究，體會與感受學習的樂趣，並能主動發現問題及解決問題，持續學習。 生活-E-B3 感受與體會生活中人、事、物的真、善與美，欣賞生活中美的多元形式與表現，在創作中覺察美的元素，逐漸發展美的敏覺。 原-E-A3 以原住民族文化主體性的觀點，培養使用族語的能力，藉此充實文化經驗，並認識民族文化精神及內涵，培養創新思維。 原-J-A1 具備積極主動學習族語的能力與興趣，展現原住民族文化主體性，並主動融入族語社群，認識族語文化的內涵，發展傳承家族與民族文化精神。 藝-E-A1 參與藝術活動，探索生活美感。			
議題融入	課綱十九項議題： <input type="checkbox"/> 性別平等 <input type="checkbox"/> 人權 <input type="checkbox"/> 環境 <input type="checkbox"/> 海洋 <input type="checkbox"/> 品德 <input type="checkbox"/> 生命 <input type="checkbox"/> 法治 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 能源 <input type="checkbox"/> 安全 <input type="checkbox"/> 防災 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 多元文化 <input checked="" type="checkbox"/> 閱讀素養 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input checked="" type="checkbox"/> 原住民族教育 縣訂議題： <input type="checkbox"/> 失智症 其他議題： <input type="checkbox"/> 性剝削防治教育 <input type="checkbox"/> 職業試探 <input type="checkbox"/> 交通安全 <input type="checkbox"/> 媒體素養 <input type="checkbox"/> 消費者保護 <input checked="" type="checkbox"/> 食農教育 <input type="checkbox"/> 高齡教育			
學習重點	學習 表現	國語 3-I-4 利用注音讀物，學習閱讀，享受閱讀樂趣。 生活 1-I-1 探索並分享對自己及相關人、事、物的感受與想法。		

		<p>生活 D-I-4 共同工作並相互協助。</p> <p>5-IV-4 能樂於了解並尊重他人的生活經驗，促進相互分享與社會共有、共榮、共好。</p> <p>3-II-3 能為不同對象、空間或情境，選擇音樂、色彩、布置、場景等，以豐富美感經驗。</p>		
	學習內容	<p>生活 C-I-1 事物特性與現象的探究。</p> <p>生活 4-I-3 運用各種表現與創造的方法與形式，美化生活、增加生活的趣味。</p> <p>原 Bg-I-1 常見的農作物名稱。</p> <p>原 Bg-II-2 部落農耕的故事。</p> <p>Ba-IV-2 歲時祭儀活動的意義。</p> <p>A-III-2 生活物品、藝術作品與流行文化的特質。</p>		
表現任務	<p>1. 能熟悉並實地操作採集作物與處理食材。</p> <p>2. 製作以黏土製成的傳統食材，學會包覆食物的技巧。</p> <p>3. 能配合音樂旋律和正確舞步與他人共同進行活動。</p> <p>4. 能與他人合作討論製作創意小轎子。</p>			
教學資源	校區/社區作物耕作區、網路媒材、族語教師、部落文化專長指導員			
112 學年度 教學進度	單元名稱	單元內容與學習活動	節數	混齡模式與備註 (無則免填)
第(1)週 - 第(7)週	原味佳餚/特別的食物	<p>一、外觀辨別</p> <p>3. 認識芋頭</p> <p>4. 它有毒嗎?</p> <p>二、採集與食用</p> <p>3. 芋頭在哪裡?</p> <p>4. 芋頭怎麼吃?</p>	7 節	合班同質性分組

		<p>三、食物收藏</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. vuvu 的保存法 <ol style="list-style-type: none"> ① 芋頭乾的製作 ② 醃生豬肉(酸肉) 		
<p>第(8)週 - 第(14)週</p>	<p>原味佳餚/這是甚麼味?</p>	<p>一、食物的味道(酸甜苦辣鹹)</p> <p>二、原住民常見食物</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生提出想法,老師統整與歸納 2. 依據學生對食物探索的需求,擇選其中的食物項目,進行的學習與應用。 <p>三、創意調味</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 食材 A 加食材 B 等於? 2. 我的特調風味 	<p>7 節</p>	<p>合班同質性分組</p>
<p>第(15)週 - 第(21)週</p>	<p>原味佳餚/熱呼呼的小米湯圓</p>	<p>一、文本閱讀(2 上-12 熱呼呼的小米湯圓)</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. 來學食物的族語名稱 4. 介紹排灣族的飲食文化 <p>二、影片欣賞</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 網路搜尋排灣族小米湯圓製作過程 <p>三、來做其納夫(勞作/黏土)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 用黏土捏塑長條形 2. 選擇包覆用的材料(紙張/葉子/繩子) 3. 比比看,誰是巧手達人? <p>飲食習慣-愉悅的進食(禮儀)</p>	<p>7 節</p>	<p>合班同質性分組</p>

113 學年度 教學進度	單元名稱	單元內容與學習活動	節數	混齡模式與備註 (無則免填)
第(1)週 - 第(7)週	生活慶典/熱鬧的婚禮	一、認識排灣族傳統婚禮的禮聘 1. 物品篇(禮刀 鐵鍋 鐵耙 琉璃項鍊 陶壺) 2. 食材篇(檳榔 小米/酒 祈納福 黑豬) 二、動手做聘禮 1. 繪圖：陶壺、琉璃項鍊 2. 勞作：刀、耙、檳榔 三、最圓滿的祝福 大家來跳傳統四步舞(圍舞)	7 節	合班同質性分組
第(8)週 - 第(14)週	生活慶典/有趣的豐年祭	一、部落祭典看什麼？ 1. 傳統競技 2. 慶豐收的歌 3. 勇士舞 二、部落祭典吃什麼？ 1. 「大」a-vai(小米糕) 2. 小米酒與連杯(longalj) 飲食習慣-分享與感恩	7 節	合班同質性分組
第(15)週 - 第(20)週	生活慶典/美麗的新娘	一、文本閱讀(1 上-6 姐姐做新娘) 3. 介紹婚儀禮俗 4. 認識新娘的裝扮 二、影片欣賞	6 節	合班同質性分組

		<ol style="list-style-type: none">1. 網路搜尋排灣族傳統結婚儀式 <p>三、來做新娘轎(勞作)</p> <ol style="list-style-type: none">1. 請學生討論轎子的形式與裝飾的想法，並嘗試製作。2. 作品欣賞與操作		
--	--	---	--	--