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)

115學年度三年級健體領域教學計畫表

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	單元一對抗惡視力 活動1眼睛視茫茫	1a-II-2 了解促進健康的生活方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。	Da-II-1 良好的衛生習慣。 Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	1.覺察自己眼睛的狀況。 2.認識近視的成因。 3.了解近視的治療方式。 4.遵守眼睛用藥的規範。 5.認識促進保護眼睛的方法。 6.認識近視的治療方式。 7.知道近視對生活的影響。	1.發表：能分享眼睛看不清楚的經驗。 2.問答：能說出點散瞳劑的經驗。 3.問答：能說出治療近視的方式。 4.實作：能自製近視眼鏡，體驗近視的感覺。 5.問答：能說出視力檢查結果。 6.問答：能說出戴眼睛對生活帶來的不便感。	【家庭教育】 家E7 表達對家庭成員的關心與情感。	
第二週	單元一對抗惡視力 活動2護眼小專家	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 2a-II-2 遵守健康的生活規範。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 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.覺察到錯誤用眼習慣對視力的影響。 2.覺察近視對生活的影響。 3.認識促進保護眼睛的方法。 4.展現保護視力的方法。	1.發表：學生能說出自己生活中的用眼習慣。 2.自評：能做到愛護眼睛的行為。	【家庭教育】 家E7 表達對家庭成員的關心與情感。	
第三週	單元二安全小達人 活動1居家安全	3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境潛在危機的警覺	1.分辨安全與不安全的居家環境。 2.了解出居家安全的注	問答：能分辨居家環境的安全與不安全。	【安全教育】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。	

	面面觀	情境。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	與安全須知。	意事項。 3.與家人共同維護居家安全。		安E5 了解日常生活危害安全的事件。	
第四週	單元二安全小達人 活動2交通安全我最行	3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境潛在危機的警覺與安全須知。	1.分辨安全與不安全的居家環境。 2.了解出居家安全的注意事項。 3.察覺道路環境的潛在危險。 4.了解穿越道路的知識與自我保護方法。 5.身體力行穿越道路的自我保護技能。	1.問答：能分辨道路環境的安全與不安全。 2.發表：能提出穿越道路的安全注意事項。 3.發表：能提出避開內輪差的方式。 4.實作：能標示出內輪差及安全區域。 5.實作：能身體力行穿越道路的正確方法。	**【安全教育】** 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安E5 了解日常生活危害安全的事件。	
第五週	單元二安全小達人 活動3戶外安全有妙招	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境潛在危機的警覺與安全須知。	1.辨別戶外環境的危險因子。 2.了解戶外環境的安全注意事項。 3.與家人共同維護居家安全。 4.了解穿越道路的知識與自我保護方法。 5.了解戶外環境的安全注意事項。	1.問答：能分辨戶外環境的危險因子。 2.發表：能提出戶外環境的安全注意事項。 3.實作：能模擬演練戶外安全突發狀況的因應方式。 4.自評：能與家人共同維護居家安全。 5.發表：能提出居家安全防護的措施。 6.實作：能檢查自己家中環境的安全。 7.發表：分辨居家環境的安全與不安全、提出戶外環境的安全注意事項。 8.自評：自我檢核穿越道路的安全注意事項。	**【安全教育】** 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安E5 了解日常生活危害安全的事件。	
第六週	單元三急救小尖兵 活動1傷口處理DIY	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 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	Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理。 Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局的認識。 Fb-II-3 正確的	1.學習正確處理傷口的方法。 2.學習有效止血的方法。 3.學習扭傷的處理方法。	1.發表：能分享自己的受傷經驗。 2.演練：能正確操作傷口處理的方法。 3.問答：能正確說出扭傷時的處理方法。 4.演練：能正確演練扭傷的照護方法。	**【家庭教育】** 家E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 **【安全教育】** 安E12 操作簡單的急救項目。 安E14 知道通報緊急事件的方式。	

		本的健康技能。 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。	就醫習慣。				
第七週	單元三急救小尖兵 活動1傷口處理DIY	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 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。 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。	Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理。 Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局的認識。 Fb-II-3 正確的就醫習慣。	1.學習扭傷的處理方法。 2.學習燙傷的處理方法。 3.正確使用醫療服務。 4.正確選購醫藥材。	1.問答：能正確說出扭傷時的處理方法。 2.演練：能正確做出燙傷的處理步驟。 3.發表：能說出開放性傷口在何種狀況下必須就醫治療。 4.問答：購買藥品和醫療材料和買日常生活用品時，選購方式有何不同？	【家庭教育】 家E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 【安全教育】 安E12 操作簡單的急救項目。 安E14 知道通報緊急事件的方式。	
第八週	單元三急救小尖兵 活動2英勇救援隊	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 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。 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。	Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理。 Fb-II-3 正確的就醫習慣。	1.知道尋求救援的方法。 2.演練各項急救方法。	1.問答：可說出發生急難時應撥打的求救號碼。包括：１１０、１１９、１１２。 2.演練：可模擬演練撥打求救電話的應答方式。 3.演練：能在遊戲中做出正確的急救步驟。 4.問答：能在遊戲中正確地回答急救問題。	【家庭教育】 家E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 【安全教育】 安E12 操作簡單的急救項目。 安E14 知道通報緊急事件的方式。	
第九週	單元四戰勝病魔王 活動1腸胃拉警報	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。	Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。	1.了解上吐下瀉和肚子痛發生的原因。 2.認識病毒性腸胃炎和症狀。 3.理解病毒性腸胃炎的傳染方式。 4.了解病毒性腸胃炎的照護及預防方法。	1.發表：學生分享肚子痛的經驗。 2.觀察：肚子痛的部位和痛感的方式。 3.問答：如何預防感染腸胃炎？	【家庭教育】 家E7 表達對家庭成員的關心與情感。 家E12 規劃個人與家庭的生活作息。	

第十週	單元四戰勝病魔王 活動2眼睛生病了	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。	Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。	1.分析眼睛又紅又癢的可能原因。 2.認識急性結膜炎和症狀。 3.知道急性結膜炎的傳染方式。 4.了解急性結膜炎的照護及預防方法。	1.問答：去游泳後為何眼睛會又紅又癢？ 2.發表：哪些公共場所容易因接觸而造成感染急性結膜炎？ 3.自評：是否經常洗手，注意個人衛生習慣。	**【家庭教育】** 家E7 表達對家庭成員的關心與情感。 家E12 規劃個人與家庭的生活作息。	
第十一週	單元四戰勝病魔王 活動3流感不要來	1a-II-2 認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。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Da-II-1 良好的衛生習慣。 Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	1.認識傳染病主要的四種傳染途徑。 2.分辨一般感冒和流行性感冒的症狀差異。 3.了解流行性感冒的主要症狀和照顧方式。	1.問答：病毒性腸胃炎和急性結膜炎的傳染途徑？ 2.問答：流感的主要症狀？ 3.自評：是否已接種接種疫苗。	**【家庭教育】** 家E7 表達對家庭成員的關心與情感。 家E12 規劃個人與家庭的生活作息。	
第十二週	單元五健康好體能 活動1樂跑健康行	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	Ab-II-1 體適能活動。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.體驗各種不同形式的跑步遊戲。 2.討論運動後的保健。	1.實作：學會各種增加跑步速度的要訣。 2.檢測：能正確的完成60公尺跑。 3.自評：能在運動後進行保健動作。	**【安全教育】** 安E6 了解自己的身體。	
第十三週	單元五健康好體能 活動2身體真奇妙、活動3安全活動停看聽	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。 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比	Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。 Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。	1.認識瑜伽。 2.練習簡易瑜伽動作。 3.練習親子瑜伽動作。 4.進行緩和結束動作 1.學習選擇正確且適合運動的場地。 2.判斷運動場地的安全性，並分辨潛在危機。 3.學習如何處理危險場地。	**活動2** 1.實作：能做出簡單的瑜伽動作。 2.問答：能說出活動時身體的感覺。 **活動3** 1.實作：能學會評估運動場地的安全，並發現潛在危機。 2.問答：能正確回答發現危險運動場地或設施的處理方式。	**【安全教育】** 安E7 探究運動基本的保健。	

		賽規則。					
第十四週	單元六躍動活力秀 活動1支撐躍動	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善互動行為。 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.表現靜態和動作的支撐性動作。 2.利用體操器材表現支撐與平衡的聯合性動作能力。 3.利用分組合作完成支撐性創意動作的學習任務。 4.能利用練習策略進行課後自主學習。	1.問答：能說出支撐動作的技能概念。 2.實作：能表現支撐與平衡的聯合性動作能力。	**【安全教育】** 安E6 了解自己的身體。	
第十五週	單元六躍動活力秀 活動2你踢我防	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。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	Bd-II-2 技擊基本動作。	1.認識跆拳道基本步法和腿法的技能概念。 2.表現跆拳道基本步法和腿法的動作技能。 3.利用器材和分組練習，表現步法和腿法的聯合性動作技能。 4.願意在課後進行自己的體能練習。	1.問答：能說出跆拳道基本步法的技能概念。 2.實作：能表現跆拳道基本步法的聯合性動作技能。 3.實作：能與他人完成簡易攻防的聯合性動作技能。 4.行為：能在課後進行相關體能活動。	**【安全教育】** 安E4 探討日常生活應該注意的安全。	
第十六週	單元六躍動活力秀 活動3舞動活力	1c-II-2 認識身體活動的動作技能。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1.認識律動性的動作概念。 2.描述參與律動性身體活動的感覺。 3.表現基本舞蹈創作的聯合性動作技能。	1.問答：能說出律動性的動作概念。 2.實作：能表現基本舞蹈創作的聯合性動作技能。	**【安全教育】** 安E4 探討日常生活應該注意的安全。	
第十七週	單元七運動合作樂 活動1拋準動動腦	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體	Hc-II-1 標的性相關的拋球、擲球、滾球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。	1.能用正確的動作拋球，並控制球的力道與方向。 2.在遊戲過程中，能思考基本的策略，並表現合作的精神。 3.能利用課餘時間，發展學習成果，進行自創的拋球遊戲。	1.實作：能控制拋球的力道與方向。 2.討論：能思考遊戲策略，並與同學討論。 3.觀察：能和同學合作進行活動。	**【安全教育】** 安E4 探討日常生活應該注意的安全。	

		活動。					
第十八週	單元七運動合作樂 活動2趣味排球	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 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.能做出擊球、拋接球動作。 2.討論過程相互合作、不謾罵批評，能友善互動。 3.能思考策略，並運用於遊戲中。	1.實作：能正確擊球與拋接球。 2.討論：能和同學討論並思考遊戲策略。 3.觀察：能和同學合作進行活動。	**【安全教育】** 安E4 探討日常生活應該注意的安全。	
第十九週	單元八一起來打球 活動1傳球達陣	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 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。	Hb-II-1 攻守入侵性運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。	1.能正確的用雙手傳接地板球，並控制球的力道與方向。 2.在遊戲過程中，能運用所學的技能，並思考不同的策略，表現合作的精神。 3.觀察同學的動作並進行反思。	1.實作：能控制傳球的力道、方向與位置。 2.討論：能與同學討論遊戲策略及方法。 3.觀察：能和同學合作進行活動。	**【安全教育】** 安E4 探討日常生活應該注意的安全。	
第二十週	單元八一起來打球 活動2傳球搬運工	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。 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。	Hb-II-1 攻守入侵性運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。	1.能正確的做出胸前雙手傳接球動作。 2.能觀察同學的動作並反思，並能利用課餘時間練習。 3.能思考不同策略，並運用於遊戲中。	1.實作：能控制傳球的力道、方向與位置。 2.討論：能和同學討論並思考遊戲策略。 3.觀察：能和同學討論並思考遊戲策略。	**【安全教育】** 安E4 探討日常生活應該注意的安全。	
第二十一週	單元八一起來打球 活動3傳球高射砲、活動4打擊高手	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	Hb-II-1 攻守入侵性運動相關的拍球、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	1.能正確的做出雙手傳高球及過頂傳球的動作。 2.結合跑壘進行遊戲，並讓學生思考。 3.能思考不同策略，並運用於遊戲中。	1.實作：能控制傳球的力道、方向與位置。 2.討論：能和同學討論並思考遊戲策略。 3.觀察：能和同學合作進行活動。	**【安全教育】** 安E4 探討日常生活應該注意的安全。	

		策略。 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	人、人與球關係攻防概念。				
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	單元一成長時光機 活動1我從哪裡來、活動2成長的奧妙	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。	Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。	1.能認識新生命的誕生過程。 2.能了解各項身體的特徵是遺傳的結果。 3.能體會媽媽生產的辛勞並心存感激，進而懂得愛護自己的身體。 4.能體會媽媽生產的辛勞並心存感激，進而懂得愛護自己的身體。 5.能知道身體是按照頭部、軀幹、四肢的順序發展。 6.能了解生長速度有個別差異，明白每個人都是獨特的個體。	1.問答：能說出自己的生命來自父母。 2.問答：能說出自己身上遺傳自爸爸和媽媽的特徵。 3.發表：能提出減輕父母辛勞的方法。 4.實作：能寫下「感謝的話」和「愛護自己的健康行動」表達對父母或照顧者的心意。 5.實作：能完成採訪父母或家人的任務。 6.問答：能說出身體是按照頭部、軀幹、四肢的順序發展。 7.自評：能關心自己生長發育的情形。	**【生命教育】** 生E2 理解人的身體與心理面向。	
第二週	單元一成長時光機 活動1我從哪裡來、活動2成長的奧妙	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。	Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。	1.能認識新生命的誕生過程。 2.能了解各項身體的特徵是遺傳的結果。 3.能體會媽媽生產的辛勞並心存感激，進而懂	1.問答：能說出自己的生命來自父母。 2.問答：能說出自己身上遺傳自爸爸和媽媽的特徵。 3.發表：能提出減輕父母	**【生命教育】** 生E2 理解人的身體與心理面向。	

				得愛護自己的身體。 4.能體會媽媽生產的辛勞並心存感激，進而懂得愛護自己的身體。 5.能知道身體是按照頭部、軀幹、四肢的順序發展。 6.能了解生長速度有個別差異，明白每個人都是獨特的個體。	辛勞的方法。 4.實作：能寫下「感謝的話」和「愛護自己的健康行動」表達對父母或照顧者的心意。 5.實作：能完成採訪父母或家人的任務。 6.問答：能說出身體是按照頭部、軀幹、四肢的順序發展。 7.自評：能關心自己生長發育的情形。		
第三週	單元一成長時光機 活動3一生的變化	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。	1.能關懷和照顧家中的老年人。 2.能以健康的態度面對老化。 3.能了解人的一生各階段的變化。 4.能了解人的一生各階段的變化。 5.能關懷和照顧家中的老年人。 6.能以健康的態度面對老化。	1.問答：能說出老年人在外觀和生理上的特徵。 2.問答：能說出人生各階段的變化。 3.問答：能說出人生各階段的變化。 4.自評：能對老年人表現出尊重和關懷。 5.自評：能對老年人表現出尊重和關懷。 6.實作：能擬定並執行關懷爺爺奶奶的任務。	**【生命教育】** 生E2 理解人的身體與心理面向。 **【家庭教育】** 家E7 表達對家庭成員的關心與情感。	
第四週	單元二健康滿點 活動1腸胃舒服沒煩惱	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感和嚴重性。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。	Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。 Fb-II-3 正確就醫習慣。	1.促進消化道健康。 2.知道在肚子痛時正確就醫。 3.知道生活習慣與疾病的關係。 4.培養促進消化道健康的習慣。	1.問答：能用具體的用語說出肚子痛的感覺。 2.自評：能判斷肚子痛的類型及程度。 3.問答：能說出三個以上肚子痛的可能原因。 4.問答：能說出家人在社區中常去的診所或醫師名稱。 5.操作：能依照消化道器官的位置從腹腔外側找出對應區域。 6.觀察：觀察自己糞便的狀態。 7.自評：有良好的飲食習	**【家庭教育】** 家E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。	

					慣。 8.認知：說出消化道細菌與免疫力的關係。 9.發表：說出自己促進消化道健康的飲食習慣。 問答：能說出情緒、睡眠、運動等習慣對消化道健康的影響。 10.自評：執行促進消化道健康的良好習慣。		
第五週	單元二健康滿點 活動2健康好厝邊	4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。	Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。	1.認識用藥五問的原則。 2.認識「用藥五不五要」原則。 3.認識社區藥局。	1.問答：能說出「用藥五問」的原則。 2.自評：能在購買藥品時使用「用藥五問」的原則。 3.問答：說出「用藥五不五要」原則。 4.自評：生活用藥時使用「用藥五不五要」原則。 5.查詢：利用網路查詢社區藥局並記錄下來。	**【資訊教育】** 資E2 使用資訊科技解決生活中簡單的問題。	
第六週	單元三驚險一瞬間 活動1火災真可怕	1a-II-2 了解促進健康的生活方法。 3a-II-1 演練基本的健康技能。	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.認識火災發生。 2.培養對火災的警覺性。 3.演練火場逃生技巧。 4.演練報案技巧。	1.問答：知道造成火災的可能原因。 2.問答：能說出火場逃生須知。 3.實作：操作火場逃生動作。 4.實作：能說出報案的三點訊息。	**【防災教育】** 防E5 不同災害發生時的適當避難行為。	
第七週	單元三驚險一瞬間 活動2防火大作戰	1a-II-2 了解促進健康的生活方法。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 4b-II-2 使用事實證據來支持促進健康的立場。	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.認識居家防火安全措施。 2.願意改善家中不安全的防火項目。 3.認識滅火器的使用方法。 4.能向他人倡導滅火器和住警器的重要性。	1.問答：能說居家防火措施狀況。 2.問答：能說出家中電器的使用狀況。 3.問答：能說明滅火器的使用方法。	**【防災教育】** 防E5 不同災害發生時的適當避難行為。 防E9 協助家人定期檢查急救包及防災器材的期限。	

第八週	單元四垃圾變少了 活動1垃圾大麻煩、活動2垃圾分類小達人	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 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。	Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。 Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。	1.分析日常垃圾的來源。 2.了解垃圾對環境的汙染。 3.覺察垃圾造成環境汙染後，對人類健康的危害。 4.分析是否有使用一次性餐具和包裝的習慣。 5.了解使用一次性餐具和包裝方便性背後的危機。 6.觀察一個活動（野餐）思考如何減少垃圾的產生。	1.觀察：可可家的年夜飯產生哪些垃圾？ 2.發表：分享自己家是何準備年夜飯的菜餚？說出可可家的年夜飯產生哪些垃圾？ 3.問答：自己每天會製造哪些垃圾？怎麼減少呢？ 4.分享：自己或家裡是否有習慣使用一次性餐具或包裝？ 5.討論：規畫活動時，如何減少使用一次性餐具和包裝？如何減少 垃圾產生？ 6.問答：減少產生垃圾的方法。 7.自評：垃圾減量生活的實踐方式。	**【環境教育】** 環E3 了解人與自然和諧共生，進而保護重要棲地。 環E6 覺知人類過度的物質需求會對未來世代造成衝擊。 環E10 覺知人類的行為是導致氣候變遷的原因。	
第九週	單元四垃圾變少了 活動2垃圾分類小達人	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 4b-II-2 使用事實證據來支持自己促進健康的立場。	Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。	1.知道要做垃圾分類的原因。 2.了解垃圾分類的方式。 3.認識回收標誌和塑膠分類辨識碼。 4.學會回收垃圾的處理和分類。 5.了解回收垃圾可作為資源再利用。 6.了解垃圾中的成分對健康造成的影響。 7.了解垃圾分類的方式。 8.認識回收標誌和塑膠分類辨識碼。 9.學會回收垃圾的處理和分類。 10.了解回收垃圾可作為資源再利用。	1.問答：減少產生垃圾的方法。 2.發表：分享倒垃圾的經驗。 3.觀察：生活用品是否有回收標誌？ 4.實作：可回收垃圾的處理方式和分類。 5.發表：分享家裡實施資源再利用的妙招。	**【環境教育】** 環E6 覺知人類過度的物質需求會對未來世代造成衝擊。	

第十週	單元五運動補給站 活動1我是飛毛腿	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 3d-II-1 運動技能的練習策略。	Ab-II-1 體適能活動。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.學習站立式起跑與起跑後的加速要領和腿部推蹬動作。 2.進行加速度遊戲、點將短賽跑。	1.問答：能說出站立式起跑的要領。 2.實作：能正確做出站立式起跑的動作。 3.觀察：能與他人合作進行遊戲。 4.問答：能說出站立式起跑的要領。 5.實作：能正確做出站立式起跑的動作。 6.觀察：能與他人合作進行遊戲。	**【安全教育】** 安E7 探究運動基本的保健。	
第十一週	單元五運動補給站 活動2同心協力	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。	Cb-II-2 學校運動賽會。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.學會接力跑的動作技巧，並與他人合作完成目標。 2.明瞭運動精神的意義。	1.實作：能正確做出傳接棒技巧。 2.觀察：能與他人合作接力。 3.觀察：能在競賽中展現運動家精神。 4.實作：能正確做出傳接棒技巧。 5.觀察：能與他人合作接力。 6.觀察：能在競賽中展現運動家精神。	**【安全教育】** 安E7 探究運動基本的保健。	
第十二週	單元五運動補給站 活動3繩的力量、活動4社區運動資源	4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。 4c-II-1 了解影響運動參與的因素，選擇提高體適能的運動計畫與資源。 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	Cb-II-4 社區運動活動空間與場域。 Ic-II-1 民俗運動基本動作與串接。	1.學會跳繩後迴旋跳、開合跳及蹲跳等個人跳法。 2.學會團體跳繩基本技巧。 3.能和同學共同合作學習。 4.認識並能評估社區的運動環境。 5.了解正確的運動消費概念。	1.實作：跳繩後迴旋跳、開合跳及蹲跳均能連續8下以上。 2.實作：能與同學進行團體跳繩遊戲。 3.觀察：在團體跳繩中，尊重甩繩及合作同學。 4.發表：能分享社區的運動資源，以及參與經驗。 5.問答：能說明運動消費的相關概念。 6.自評：能實踐正確運動消費的概念。	**【安全教育】** 安E7 探究運動基本的保健。	

		戲的合作和競爭策略。					
第十三週	單元六歡樂運動會 活動1迎接運動會	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。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。	Cb-II-2 學校性運動賽會。	1.認識運動會的儀式與相關活動。 2.透過團體合作與分工，解決運動會準備活動的問題。 3.認識運動會相關比賽規則。 4.能利用練習策略進行運動會的準備活動。	1.問答：能說出運動會的儀式、相關活動與訊息。 2.觀察：能與他人合作擬定運動會準備計畫。 3.問答：能說出運動會比賽規則的內容。 4.學習單：能完成運動會準備練習活動單。	**【法治教育】** 法E3 利用規則來避免衝突。 **【閱讀素養教育】** 閱E2 認識與領域相關的文本類型與寫作題材。	
第十四週	單元六歡樂運動會 活動2前滾翻	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。	Ia-II-1 滾翻支撐、平衡與擺盪動作。	1.認識使用墊子的安全注意事項與前滾翻的技能概念。 2.認識前滾翻的技能概念。 3.表現前滾翻的聯合性動作技能。 4.透過前滾翻練習活動，表現正確安全的身體活動習慣。	1.問答：能說出前滾翻的技能概念。 2.觀察：能遵守上課的安全規範。 3.實作：表現前滾翻的聯合性動作技能。 4.實作：表現前滾翻的聯合性動作技能。 5.實作：透過前滾翻練習活動，表現正確安全的身體活動習慣。	**【品德教育】** 品E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第十五週	單元六歡樂運動會 活動3海洋之舞	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。 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-2 土風舞遊戲。 Cb-II-2 學校性運動賽會。	1.認識海洋之歌原住民族舞蹈的概念與練習基本舞步動作組合。 2.正確表現海洋之歌的舞步和舞序。	1.實作：能正確做出海洋之舞基本舞步動作組合。 2.實作：能正確表現海洋之歌的舞步和舞序。	**【安全教育】** 安E7 探究運動基本的保健。	
第十六週	單元六歡樂運動會 活動3海洋之舞	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。	Ib-II-2 土風舞遊戲。 Cb-II-2 學校性運動賽會。	1.認識海洋之歌原住民族舞蹈的概念與練習基本舞步動作組合。 2.正確表現海洋之歌的舞步和舞序。 3.正確表現海洋之歌的	1.實作：能正確做出海洋之舞基本舞步動作組合。 2.實作：能正確表現海洋之歌的舞步和舞序。 3.實作：能正確表現海洋之歌的舞步和舞序。	**【安全教育】** 安E7 探究運動基本的保健。	

		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。		舞步和舞序。 4.欣賞原住民族舞蹈的美感特色。 5能利用練習策略進行海洋之歌動作的練習。 6.認識運動會時應表現的團體規範。	4.實作：能說出原住民族舞蹈的特色。 5.學習單：能完成運動會準備練習活動單。 6.行為：能完成運動會中與運動會後班級任務與遵守團體規範。		
第十七週	單元七一起來PLAY 活動1足下傳球真功夫、活動2射門大進擊	1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 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.能運用腳足內側及足背進行流暢的移動傳接球動作。 2.在遊戲過程中，能探索出不同的破解方法，展現出合作的精神。 3.能利用課餘時間，練習學習過的技巧。 4.能運用腳足內側及足背進行射門動作。 5.在遊戲過程中，能探索出不同的破解方法，展現出合作的精神。 6.能利用課餘時間，練習學習過的技巧。	1.實作：能控制移動傳接球的力道與方向。 2.討論：能思考遊戲策略，並與同學討論。 3.觀察：能和同學合作進行活動。 4.實作：能控制移動傳接球的力道與方向。 5.討論：能思考遊戲策略，並與同學討論。 6.觀察：能和同學合作進行活動。	**【品德教育】** 品E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第十八週	單元七一起來PLAY 活動3桌球乒乓碰	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。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	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.熟練向上拍擊動作。 2.能遵守比賽規則與規範。 3.能運用拍擊動作，進行簡易比賽。	1.實作：桌球向上拍擊能連續8下以上。 2.實作：能與同學進行簡易桌球賽。 3.觀察：能遵守規範並發揮運動精神。 4.實作：桌球向上拍擊能連續8下以上。 5.實作：能與同學進行簡易桌球賽。 6.觀察：能遵守規範並發揮運動精神。	**【品德教育】** 品E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第十九週	單元七一起來PLAY 活動4你丟我閃	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3d-II-1 運用動作技能的練習策	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	1.能正確做出擲、接球及閃躲動作。 2.能與同學合作練習及遊戲。 3.能利用課餘時間，進	1.實作：能正確做出擲、接球及閃躲動作。 2.實作：能享受、合作，和同學進行練習與遊戲。 3.觀察：利用課餘時間進	**【品德教育】** 品E3 溝通合作與和諧人際關係。	

		略。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。	行躲避球練習或遊戲。	行相關練習或遊戲，並完成運動記錄。 4.實作：能正確做出擲、接球及閃躲動作。 5.實作：能享受、合作，和同學進行練習與遊戲。 6.觀察：利用課餘時間進行相關練習或遊戲，並完成運動記錄。		
第二十週	單元八水中悠游 活動1海中浮潛真有趣、活動2泳池安全擺第一	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。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。	Cc-II-1 水域休閒運動基本技能。 Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。	1.能學習從事浮潛活動安全注意事項。 2.了解各項浮潛的用具使用方法。 3.能利用課餘時間，自行從事浮潛活動，並與同學分享。 4.學習游泳池安全規範並確實遵守。 5.說明不遵守規範所造成的危害，並請學生反思。	1.實作：能藉由浮潛三寶的圖片或實物讓學生認識。 2.討論：浮潛三寶的重要性及浮潛的安全注意事項。 3.觀察：能觀賞浮潛的圖片或影片。 4.實作：能確實遵守泳池的安全規範。 5.討論：能和同學討論並思考不遵守規範的後果。 6.觀察：觀察同學實際上課狀況，並作記錄。	**【海洋教育】** 海E3 具備從事多元水域休閒活動的知識與技能。 海E9 透過肢體、聲音、圖像及道具等，進行以海洋為主題之藝術表現。	
第二十一週	單元八水中悠游 活動3雙腳打水我最行	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 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。 4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。 Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲。	1.學習雙腳打水的動作要點，循序漸進的練習。 2.透過遊戲，能夠了解打水動作的正確性。 3.能思考策略，並運用於遊戲中。	1.實作：能正確的作出雙腳打水的動作。 2.討論：能和同學討論打水技巧的改進方法並運用在遊戲中。 3.觀察：能和同學合作進行。 4.實作：能正確的作出雙腳打水的動作。 5.討論：能和同學討論打水技巧的改進方法並運用在遊戲中。 6.觀察：能和同學合作進行。	**【安全教育】** 安E7 探究運動基本的保健。	

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(未實施者無須填列)：
   (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；學校實施混齡教學第四學年度起應至少擇**二個**部定領域辦理，其中一領域務必為**社會或自然科學**領域，另一領域不限制。實施未滿四學年度之學校，則應至少擇一個部定領域辦理，且領域選擇不限制。另實施混齡教學全體學校，應至少擇一門統整性主題/專題/議題探究課程辦理混齡教學。
   (3) 上開部定與校訂課程以每週固定排課，或不得少於該領域或課程全學年度總節數之三分之二為限。
   (4) 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)
   (5) 混齡教育請依照單元架構繪製課程架構表(詳見p.20混齡課程範例1-1)