

屏東縣丹路國小 115 學年度第 1 學期 一年級健康與體育領域 課程進度表

| 週次 | 日期        | 課程規劃      |                                                                                                                                                                                                                           |                             | 議題融入<br>(含 7 個習慣)                                                   |
|----|-----------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------|
|    |           | 單元(主題)名稱  | 學習重點                                                                                                                                                                                                                      | 評量方式                        |                                                                     |
| 1  | 0831-0904 | 第一單元健康又安全 | <b>【學習表現】</b><br>1a- I -1 認識基本的健康常識。<br>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>2b- I -1 接受健康的生活規範。<br>4a- I -1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。<br><b>【學習內容】</b><br>Ca- I -1 生活中與健康相關的環境。<br>Db- I -1 日常生活中的性別角色。<br>Ba- I -1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 | 發表<br>觀察                    | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【性別平等教育】</b><br><b>【安全教育】</b><br><b>【人權教育】</b> |
| 2  | 0907-0911 | 第一單元健康又安全 | <b>【學習表現】</b><br>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>2b- I -1 接受健康的生活規範。<br><b>【學習內容】</b><br>Ba- I -1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。                                                                                                            | 實作<br>發表<br>總結性<br>評量       | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【安全教育】</b><br><b>【人權教育】</b>                    |
| 3  | 0914-0918 | 第二單元小心！危險 | <b>【學習表現】</b><br>1a- I -1 認識基本的健康常識。<br>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br><b>【學習內容】</b><br>Ba- I -1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。                                                                                                            | 發表<br>演練<br>實作              | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【安全教育】</b>                                     |
| 4  | 0921-0925 | 第二單元小心！危險 | <b>【學習表現】</b><br>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。<br>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>3b- I -3 能於生活中嘗試運用生活技能。<br>4b- I -1 發表個人對促進健康的立場。<br><b>【學習內容】</b><br>Db- I -2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。                                       | 實作<br>發表<br>演練<br>總結性<br>評量 | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【性別平等教育】</b><br><b>【人權教育】</b><br><b>【安全教育】</b> |

|   |           |           |                                                                                                                                                                                                                                                            |                             |                                   |
|---|-----------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|
| 5 | 0928-1002 | 第三單元健康超能力 | <b>【學習表現】</b><br>1a- I -2 認識健康的生活習慣。<br>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。<br>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>3a- I -1 嘗試練習簡易的健康相關技能。<br>3a- I -2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。<br><b>【學習內容】</b><br>Da- I -1 日常生活中的基本衛生習慣。                                               | 發表<br>演練<br>自評              | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【品德教育】</b>   |
| 6 | 1005-1009 | 第三單元健康超能力 | <b>【學習表現】</b><br>1a- I -2 認識健康的生活習慣。<br>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>2b- I -1 接受健康的生活規範。<br>2b- I -2 願意養成個人健康習慣。<br>4a- I -2 養成健康的生活習慣。<br><b>【學習內容】</b><br>Da- I -1 日常生活中的基本衛生習慣。<br>Ea- I -2 基本的飲食習慣。<br>Fa- I -2 與家人及朋友和諧相處的方式。                          | 發表<br>自評<br>觀察<br>演練        | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【家庭教育】</b>   |
| 7 | 1012-1016 | 第三單元健康超能力 | <b>【學習表現】</b><br>1a- I -2 認識健康的生活習慣。<br>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。<br>2b- I -1 接受健康的生活規範。<br>3a- I -2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。<br>4a- I -2 養成健康的生活習慣。<br><b>【學習內容】</b><br>Da- I -1 日常生活中的基本衛生習慣。<br>Db- I -1 日常生活中的性別角色。<br>Db- I -2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。 | 發表<br>實作<br>演練<br>總結性<br>評量 | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【性別平等教育】</b> |
| 8 | 1019-1023 | 第四單元跑跳動起來 | <b>【學習表現】</b><br>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。<br>1c- I -2 認識基本的運動常識。                                                                                                                                                                                              | 發表<br>自評<br>運動撲滿            | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【性別平等教育】</b> |

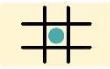
|    |                     |           |                                                                                                                                                                                                                                        |                        |                                |
|----|---------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------|
|    |                     |           | <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>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c- I -1 認識與身體活動相關資源。</p> <p>【學習內容】</p> <p>Bc- I -1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Cb- I -1 運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處。</p>                                    | 操作                     |                                |
| 9  | 1026-1030           | 第四單元跑跳動起來 | <p>【學習表現】</p> <p>1d- I -1 描述動作技能基本常識。</p> <p>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>【學習內容】</p> <p>Ga- I -1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>                                                                                                                       | 操作<br>發表               | <p>【7 個習慣】</p> <p>【性別平等教育】</p> |
| 10 | 1102-1106<br>(期中評量) | 第四單元跑跳動起來 | <p>【學習表現】</p> <p>1d- I -1 描述動作技能基本常識。</p> <p>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>【學習內容】</p> <p>Ga- I -1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>                                                                                                                       | 操作<br>發表<br>自評<br>運動撲滿 | <p>【7 個習慣】</p> <p>【性別平等教育】</p> |
| 11 | 1109-1113           | 第四單元跑跳動起來 | <p>【學習表現】</p> <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> <p>【學習內容】</p> <p>lc- I -1 民俗運動基本動作與遊戲。</p>                                                                                                                    | 操作<br>觀察<br>發表<br>運動撲滿 | <p>【7 個習慣】</p> <p>【安全教育】</p>   |
| 12 | 1116-1120           | 第五單元玩球趣味多 | <p>【學習表現】</p> <p>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>1c- I -2 認識基本的運動常識。</p> <p>1d- I -1 描述動作技能基本常識。</p> <p>3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>【學習內容】</p> <p>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。</p> | 操作<br>發表<br>實作<br>運動撲滿 | <p>【7 個習慣】</p> <p>【安全教育】</p>   |
| 13 | 1123-1127           | 第五單元玩球趣味多 | <p>【學習表現】</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>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> <p>4c- I -1 認識與身體活動相關資源。</p> <p>【學習內容】</p>                                                          | 操作<br>觀察<br>發表         | <p>【7 個習慣】</p> <p>【安全教育】</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。                                                                                                                                                                 |                        |                                 |
| 14 | 1130-1204 | 第五單元玩球趣味多 | <b>【學習表現】</b><br>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。<br>2c- I -2 表現認真參與的學習態度。<br>2d- I -2 接受並體驗多元性身體活動。<br>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。<br>4c- I -1 認識與身體活動相關資源。<br><b>【學習內容】</b><br>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。 | 發表<br>操作<br>自評<br>運動撲滿 | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【安全教育】</b> |
| 15 | 1207-1211 | 第五單元玩球趣味多 | <b>【學習表現】</b><br>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。<br>2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。<br>2c- I -2 表現認真參與的學習態度。<br><b>【學習內容】</b><br>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。                                           | 操作<br>自評<br>觀察         | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【安全教育】</b> |
| 16 | 1214-1218 | 第五單元玩球趣味多 | <b>【學習表現】</b><br>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。<br>2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。<br>2c- I -2 表現認真參與的學習態度。<br><b>【學習內容】</b><br>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。                                           | 操作<br>運動撲滿             | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【安全教育】</b> |
| 17 | 1221-1225 | 第六單元全身動一動 | <b>【學習表現】</b><br>1d- I -1 描述動作技能基本常識。<br>2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。<br>3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。<br>4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。<br><b>【學習內容】</b><br>Bd- I -1 武術模仿遊戲。                                                           | 操作<br>發表<br>運動撲滿       | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【人權教育】</b> |
| 18 | 1228-0101 | 第六單元全身動一動 | <b>【學習表現】</b><br>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。<br>2c- I -2 表現認真參與的學習態度。<br>2d- I -2 接受並體驗多元性身體活                                                                                                                              | 操作<br>觀察               | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【人權教育】</b> |

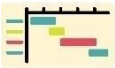
|    |                     |           |                                                                                                                                                                                                                                                |                                 |                              |
|----|---------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|------------------------------|
|    |                     |           | <p>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> <p>【學習內容】</p> <p>la- I -1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</p>                                                                                             |                                 |                              |
| 19 | 0104-0108           | 第六單元全身動一動 | <p>【學習表現】</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>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> <p>【學習內容】</p> <p>la- I -1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</p> | <p>操作</p> <p>發表</p> <p>運動撲滿</p> | <p>【7 個習慣】</p> <p>【人權教育】</p> |
| 20 | 0111-0115<br>(期末評量) | 第六單元全身動一動 | <p>【學習表現】</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>【學習內容】</p> <p>lb- I -1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>                                                              | <p>操作</p> <p>發表</p>             | <p>【7 個習慣】</p> <p>【人權教育】</p> |
| 21 | 0118-0120           | 第六單元全身動一動 | <p>【學習表現】</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>【學習內容】</p> <p>lb- I -1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>                                                              | <p>操作</p> <p>觀察</p> <p>運動撲滿</p> | <p>【7 個習慣】</p> <p>【人權教育】</p> |

領導力工具代號：

T1：優先順序表 

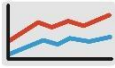
T2：蓮花圖 

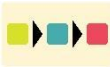
T3：目標計劃表 

T4：甘特圖 

T5：停步思考圖 

T6：優缺點分析圖 

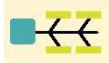
T7：線型圖 

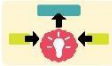
T8：流程圖 

T9：控制圈圖 

T10：維恩圖 

T11：腦力激盪圖 

T12：魚骨圖 

T13：統合綜效圖 

T14：長條圖 

T15：時間矩陣 

## 屏東縣丹路國小 115 學年度第 2 學期 一年級健康與體育領域 課程進度表

| 週次 | 日期        | 課程規劃        |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                   | 議題融入<br>(含 7 個習慣)               |
|----|-----------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|
|    |           | 單元(主題)名稱    | 學習重點                                                                                                                                                                                                                                                                  | 評量方式                              |                                 |
| 1  | 0211-0212 | 第一單元保護身體好健康 | <b>【學習表現】</b><br>1a- I -1 認識基本的健康常識。<br>1a- I -2 認識健康的生活習慣。<br>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>4a- I -2 養成健康的生活習慣。<br><b>【學習內容】</b><br>Da- I -2 身體的部位與衛生保健的重要性。                                                                                                           | 問答<br>發表<br>自評<br>總結性<br>評量       | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【安全教育】</b> |
| 2  | 0215-0219 | 第一單元保護身體好健康 | <b>【學習表現】</b><br>1a- I -1 認識基本的健康常識。<br>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>2a- I -2 感受健康問題對自己造成的威脅性。<br>2b- I -1 接受健康的生活規範。<br>2b- I -2 願意養成個人健康習慣。<br>3b- I -3 能於生活中嘗試運用生活技能。<br><b>【學習內容】</b><br>Ea- I -1 生活中常見的食物與珍惜食物。<br>Ea- I -2 基本的飲食習慣。<br>Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 | 問答<br>自評<br>觀察                    | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【品德教育】</b> |
| 3  | 0222-0226 | 第二單元健康飲食聰明吃 | <b>【學習表現】</b><br>1a- I -1 認識基本的健康常識。<br>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>3b- I -3 能於生活中嘗試運用生活技能。                                                                                                                                                                           | 問答<br>實踐<br>觀察<br>自評<br>實作<br>總結性 | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【品德教育】</b> |

|   |           |           |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                  |                              |
|---|-----------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------|
|   |           |           | <p>4a- I -2 養成健康的生活習慣。</p> <p>【學習內容】</p> <p>Ea- I -1 生活中常見的食物與珍惜食物。</p> <p>Ea- I -2 基本的飲食習慣。</p> <p>Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。</p>                                                                                                               | 評量                               |                              |
| 4 | 0301-0305 | 第三單元健康防護罩 | <p>【學習表現】</p> <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> <p>【學習內容】</p> <p>Fb- I -2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。</p> <p>Bb- I -1 常見的藥物使用方法與影響。</p>                                                                                            | 發表<br>演練<br>實作                   | <p>【7 個習慣】</p> <p>【品德教育】</p> |
| 5 | 0308-0312 | 第三單元健康防護罩 | <p>【學習表現】</p> <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> <p>2b- I -1 接受健康的生活規範。</p> <p>3a- I -1 嘗試練習簡易的健康相關技能。</p> <p>4b- I -1 發表個人對促進健康的立場。</p> <p>【學習內容】</p> <p>Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。</p> <p>Fb- I -2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。</p> | 檢核<br>問答<br>演練<br>實作<br>發表<br>自評 | <p>【7 個習慣】</p> <p>【品德教育】</p> |
| 6 | 0315-0319 | 第三單元健康防護罩 | <p>【學習表現】</p> <p>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>3b- I -1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。</p> <p>3b- I -3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p> <p>【學習內容】</p> <p>Fa- I -3 情緒體驗與分辨的方法。</p>                                                                                       | 觀察<br>發表<br>實作<br>總結性<br>評量      | <p>【7 個習慣】</p> <p>【生命教育】</p> |
| 7 | 0322-0326 | 第四單元玩球樂   | <p>【學習表現】</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</p>                                                                                                                                             | 操作<br>發表<br>運動<br>撲滿             | <p>【7 個習慣】</p>               |

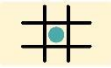
|    |                     |         |                                                                                                                                                                                                                       |                      |                              |
|----|---------------------|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------------|
|    |                     |         | <p>力。</p> <p>3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p> <p>【學習內容】</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>                                                    |                      |                              |
| 8  | 0329-0402           | 第四單元玩球樂 | <p>【學習表現】</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>3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>【學習內容】</p> <p>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。</p>          | 操作<br>發表             | <p>【7 個習慣】</p> <p>【人權教育】</p> |
| 9  | 0405-0409           | 第四單元玩球樂 | <p>【學習表現】</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>3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>【學習內容】</p> <p>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。</p>          | 操作<br>觀察<br>運動<br>撲滿 | <p>【7 個習慣】</p> <p>【人權教育】</p> |
| 10 | 0412-0416<br>(期中評量) | 第四單元玩球樂 | <p>【學習表現】</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>3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p> <p>【學習內容】</p> <p>Hc- I -1 標的性球類運動相關的簡易</p> | 操作<br>觀察<br>運動<br>撲滿 | <p>【7 個習慣】</p> <p>【人權教育】</p> |

|    |                     |           |                                                                                                                                                            |                      |                                 |
|----|---------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|---------------------------------|
|    |                     |           | 拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。                                                                                                                                   |                      |                                 |
| 11 | 0419-0423           | 第五單元伸展跑跳樂 | <b>【學習表現】</b><br>1c- I -2 認識基本的運動常識。<br>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。<br>4c- I -2 選擇適合個人的身體活動。<br><b>【學習內容】</b><br>Cb- I -1 運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處。                  | 問答<br>操作<br>運動<br>撲滿 | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【安全教育】</b> |
| 12 | 0426-0430           | 第五單元伸展跑跳樂 | <b>【學習表現】</b><br>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。<br>3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。<br><b>【學習內容】</b><br>Bc- I -1 各項暖身伸展動作。                                                    | 操作<br>運動<br>撲滿       | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【品德教育】</b> |
| 13 | 0503-0507           | 第五單元伸展跑跳樂 | <b>【學習表現】</b><br>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。<br>3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。<br><b>【學習內容】</b><br>Bc- I -1 各項暖身伸展動作。                                                    | 操作<br>運動<br>撲滿       | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【品德教育】</b> |
| 14 | 0510-0514           | 第五單元伸展跑跳樂 | <b>【學習表現】</b><br>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。<br>2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。<br>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。<br>4d- I -1 願意從事規律身體活動。<br><b>【學習內容】</b><br>lc- I -1 民俗運動基本動作與遊戲。 | 問答<br>操作<br>觀察       | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【品德教育】</b> |
| 15 | 0517-0521           | 第五單元伸展跑跳樂 | <b>【學習表現】</b><br>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。<br>4d- I -1 願意從事規律身體活動。<br><b>【學習內容】</b><br>Ab- I -1 體適能遊戲。<br>Ga- I -1 走、跑、跳與投擲遊戲。                                 | 操作                   | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【品德教育】</b> |
| 16 | 0524-0528           | 第五單元伸展跑跳樂 | <b>【學習表現】</b><br>3c- I -2 表現安全的身體活動行為。<br>4d- I -1 願意從事規律身體活動。<br><b>【學習內容】</b><br>Ab- I -1 體適能遊戲。<br>Ga- I -1 走、跑、跳與投擲遊戲。                                 | 操作<br>運動<br>撲滿       | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【品德教育】</b> |
| 17 | 0531-0604<br>(畢業考試) | 第六單元模仿趣味多 | <b>【學習表現】</b><br>1d- I -1 描述動作技能基本常識。<br>2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。                                                                                             | 認知<br>操作<br>養成       | <b>【7 個習慣】</b><br><b>【人權教育】</b> |

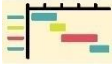
|    |                     |           |                                                                                                                                                         |                                  |                   |
|----|---------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------|
|    |                     |           | 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。<br>4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。<br>【學習內容】<br>Bd- I -1 武術模仿遊戲。                                                                       | 運動<br>撲滿                         |                   |
| 18 | 0607-0611           | 第六單元模仿趣味多 | 【學習表現】<br>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。<br>2d- I -1 專注觀賞他人的動作表現。<br>3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。<br>3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。<br>【學習內容】<br>1a- I -1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 認知<br>操作<br>養成<br>發表<br>運動<br>撲滿 | 【7 個習慣】<br>【人權教育】 |
| 19 | 0614-0618<br>(畢業典禮) | 第六單元模仿趣味多 | 【學習表現】<br>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。<br>2c- I -2 表現認真參與的學習態度。<br>3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。<br>4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。<br>【學習內容】<br>1b- I -1 唱、跳與模仿性律動遊戲。      | 操作<br>發表                         | 【7 個習慣】<br>【人權教育】 |
| 20 | 0621-0625<br>(期末評量) | 第六單元模仿趣味多 | 【學習表現】<br>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。<br>2c- I -2 表現認真參與的學習態度。<br>3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。<br>4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。<br>【學習內容】<br>1b- I -1 唱、跳與模仿性律動遊戲。      | 操作<br>發表                         | 【7 個習慣】<br>【人權教育】 |
| 21 | 0628-0630           | 第六單元模仿趣味多 | 【學習表現】<br>1c- I -1 認識身體活動的基本動作。<br>2c- I -2 表現認真參與的學習態度。<br>3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。<br>4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。<br>【學習內容】<br>1b- I -1 唱、跳與模仿性律動遊戲。      | 操作<br>發表<br>運動<br>撲滿             | 【7 個習慣】<br>【人權教育】 |

領導力工具代號：

T1：優先順序表 

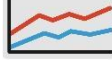
T2：蓮花圖 

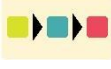
T3：目標計劃表 

T4：甘特圖 

T5：停步思考圖 

T6：優缺點分析圖 

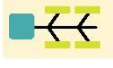
T7：線型圖 

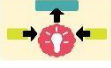
T8：流程圖 

T9：控制圈圖 

T10：維恩圖 

T11：腦力激盪圖 

T12：魚骨圖 

T13：統合綜效圖 

T14：長條圖 

T15：時間矩陣 