

113 學年度一年級健體領域/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 | 壹、快樂上學去 一. 新生進行曲 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 | Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 | 1. 於走路上學情境中，了解交通安全的重要性，並且認識穿越馬路的安全常識。 2. 能體會走路安全的重要性，並願意遵守過馬路的注意事項。 3. 於生活中，嘗試自我覺察並修正個人不當的交通行為。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。 | |
| | 貳、運動樂趣多 六. 小小探險家 融入職業試探 | 1c-I-2 認識基本的運動常識。 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-2 利用學校或社區資源從事身體活動。 | Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 | 1. 能利用學校運動空間，從事身體活動，增進健康。 2. 認識校園遊戲設施的名稱。 3. 分辨學校空間、設備的安全性。 4. 能遵守遊戲規則，並與同學互助合作。 5. 能討論並正確的使用學校空間及設備，達到安全和快樂的目的。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第二週 | 壹、快樂上學去 一. 新生進行曲 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 | Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 | 1. 於走路上學情境中，了解交通安全的重要性，並且認識穿越馬路的安全常識。 2. 能體會走路安全的重要性，並願意遵守過馬路的 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全 | |

| | | | | | | | |
|-----|--|---|---|---|---|---|--|
| | | | | <p>注意事項。</p> <p>3. 於生活中，嘗試自我覺察並修正個人不當的交通行為。</p> | | <p>的事件。</p> | |
| | <p>貳、運動樂趣多 六. 小小探險家 融入職業試探</p> | <p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p> | <p>Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> <p>Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。</p> | <p>1. 能利用學校運動空間，從事身體活動，增進健康。</p> <p>2. 認識校園遊戲設施的名稱。</p> <p>3. 分辨學校空間、設備的安全性。</p> <p>4. 能遵守遊戲規則，並與同學互助合作。</p> <p>5. 能討論並正確的使用學校空間及設備，達到安全和快樂的目的。</p> | <p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p> | <p>【人權教育】</p> <p>人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。</p> <p>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p> | |
| 第三週 | <p>壹、快樂上學去 一. 新生進行曲</p> | <p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>2b-I-1 接受健康的生活規範。</p> <p>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p> | <p>Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> | <p>1. 於上學情境中，了解注意交通安全是健康生活的一環，並認識交通安全常識。</p> <p>2. 於生活中，嘗試自我覺察並修正個人不當的交通行為。</p> <p>3. 養成遵守乘車注意事項的好習慣。</p> | <p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p> | <p>【安全教育】</p> <p>安 E2 了解危機與安全。</p> <p>安 E8 了解校園安全的意義。</p> <p>安 E10 關注校園安全的事件。</p> | |
| | <p>貳、運動樂趣多 六. 小小探險家 融入職業試探</p> | <p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p> | <p>Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> <p>Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。</p> | <p>1. 能分辨學校空間、設備的安全性。</p> <p>2. 能討論並正確的使用學校空間及設備，達到安全和快樂的目的。</p> <p>3. 能遵守遊戲規則，並與同學互助合作。</p> <p>4. 能正確操作各項遊戲設施。</p> | <p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p> | <p>【人權教育】</p> <p>人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。</p> <p>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p> | |

| | | | | | | | |
|-----|---------------------|--|------------------------------------|--|--|--|--|
| 第四週 | 壹、快樂上學去 一. 新生進行曲 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。 | Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 | 1. 列舉校園內適合遊戲的地方，並認識安全遊戲常識。 2. 能體會遊戲安全的重要性，且願意遵守注意事項。 3. 在校園中，嘗試運用做決定的技巧選擇適合遊戲的地方。 4. 於生活中，嘗試自我察覺並修正個人不當的遊戲行為。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。 | |
| | 貳、運動樂趣多 六. 小小探險家 | 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。 | Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 | 1. 能遵守遊戲規則，並與同學互助合作。 2. 能正確的操作各項遊戲設施。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第五週 | 壹、快樂上學去 一. 新生進行曲 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。 | Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 | 1. 於放學情境中，了解注意交通安全是健康生活的一環，並且認識放學的安全常識。 2. 能體會交通安全的重要性，並且願意遵守注意事項。 3. 於生活中，嘗試自我覺察並修正個人不當的行為。 4. 養成遵守交通注意事項的好習慣。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。 | |
| | 貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈 | 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。 | Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 | 1. 能利用呼拉圈做各種身體的伸展活動，並能簡單運用身體操作呼拉圈。 2. 能表現認真參與活動的 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 | |

| | | | | | | | |
|-----|-------------------------------------|--|--|---|--|--|--|
| | | 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識,處理練習或遊戲問題。 | | 積極態度。 3. 能與同學培養默契合作完成動作。 4. 維護自己與尊重他人的身體自主權。 | | 【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。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 | |
| 第六週 | 壹、快樂上學去 二. 健康小達人 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 | 1. 能知道身體部位名稱。 2. 能知道保持身體乾淨的重要性。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |
| | 貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 | Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 | 1. 能完成搖動呼拉圈的動作。 2. 能在運動過程中,避免運動傷害。 3. 平時能利用呼拉圈做運動。 4. 能利用呼拉圈選擇適合自己的身體活動。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【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。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 | |
| 第七週 | 壹、快樂上學去 二. 健康小達人 融入失智症 | 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 | 1. 能知道保持身體乾淨的重要性。 2. 能知道正確洗手的方法。 3. 能培養良好的衛生習慣。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |
| | 貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈 | 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-1 專注觀賞他 | Cb-I-2 班級體育活動。 | 1. 能運用身體做出指定動作。 2. 能表現認真參與活動的積極態度。 3. 能與同學培養默契合作 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 | |

| | | | | | | | |
|-----|-------------------------------------|--|--|---|--|--|--|
| | | 人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | | 完成動作。 4. 能注意同學的動作，學習、了解如何完成指示動作。 | | 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 | |
| 第八週 | 壹、快樂上學去 二. 健康小達人 融入失智症 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 | 1. 能知道正確洗臉的方法。 2. 能知道正確洗澡的方法。 3. 能培養良好的衛生習慣。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |
| | 貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈 | 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-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 | 1. 能運用身體做出指定動作。 2. 能表現認真參與活動的積極態度。 3. 能注意同學的動作，了解如何完成指示動作。 4. 能與同學培養默契合作完成動作。 5. 能利用呼拉圈完成各項指示動作。 6. 能認真觀察並公正評判同學的動作。 7. 能遵守遊戲規則，並和同學合作完成遊戲。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【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。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 | |
| 第九週 | 壹、快樂上學去 二. 健康小達人 融入失智症 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。 | 1. 能認識正確上廁所的方法。 2. 能了解並做到上廁所的禮儀。 3. 能認識正確上廁所的方法。 4. 能了解並做到上廁所的 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |

| | | | | | | | |
|-----|--|---|---|---|--|--|--|
| | | 4a-I-2 養成健康的生活習慣。 | | 禮儀。 5. 能培養良好的衛生習慣。 | | | |
| | 貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來 | 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-1 專注觀賞他人的動作表現。 | Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 1. 在遊戲中表達出對肢體各部位的認識，並能靈活操作身體表現動作。 2. 能主動參與各種身體活動。 3. 能專注欣賞他人優良動作表現。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【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。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 | |
| 第十週 | 壹、快樂上學去 三. 我長大了 融入性剝削防治教育 | 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 | Fa-I-1 認識與喜歡自己的方法。 | ※從自己能完成來得到自我悅納感，知道自己做得好，也能自己做。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【閱讀素養教育】 閱 E8 低、中年級以紙本閱讀為主。 閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。 閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。 | |
| | 貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參 | Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 | 1. 做出簡單的動作與同學打招呼。 2. 能在運動過程中，避免 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 | 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主 | |

| | | | | | | | |
|------|--|---|---|---|--|---|--|
| | | 與的學習態度。 | | 運動傷害。 3. 與同學培養默契，完成動作。 4. 維護自己與尊重他人的身體的主權。 5. 能表現認真參與活動的積極態度。 | 4. 態度評量 | 權。 【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。 人E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 【生涯規劃教育】 涯E7 培養良好的人際互動能力。 | |
| 第十一週 | 壹、快樂上學去 三. 我長大了 融入性剝削防治教育 | 3b-I-2 能於引導下,表現簡易的人際溝通互動技能。 | Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。 | ※能和同儕一起玩一起學習,喜歡共好的感受。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【閱讀素養教育】 閱E8 低、中年級以紙本閱讀為主。 閱E12 培養喜愛閱讀的態度。 閱E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。 | |
| | 貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來 | 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-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。 | Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 1. 能自己做出課本圖示的動作。 2. 能與同學一起合作發揮創意,運用身體表演造型動作。 3. 能說出最喜歡同學表演的造型動作。 4. 能與同學一起合作,運用身體表演動作。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【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。 人E8 了解兒童對遊戲 | |

| | | | | | | | |
|------|---|--|----------------------------|--|---|---|--|
| | | | | | | <p>權利的需求。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p> | |
| 第十二週 | <p>壹、快樂上學去</p> <p>三. 我長大了</p> <p>融入性剝削防治教育</p> | <p>3b-I-2 能於引導下, 表現簡易的人際溝通互動技能。</p> | <p>Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。</p> | <p>※觀察事件與他人動作及表情猜測對方的情緒狀態。</p> | <p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p> | <p>【性別平等教育】</p> <p>性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。</p> <p>性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p> <p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 E8 低、中年級以紙本閱讀為主。</p> <p>閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。</p> <p>閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。</p> | |
| | <p>貳、運動樂趣多</p> <p>八. 快樂動起來</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-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> | <p>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p> | <p>1. 在遊戲中表現出對肢體各部位完整概念。</p> <p>2. 能主動參與各種身體活動。</p> <p>3. 能專注欣賞他人優良動作表現。</p> | <p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> <p>3. 行為檢核</p> <p>4. 態度評量</p> | <p>【性別平等教育】</p> <p>性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p> <p>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p> | |
| 第十三週 | <p>壹、快樂上學去</p> <p>三. 我長大了</p> | <p>3b-I-1 能於引導下, 表現簡易的自我</p> | <p>Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。</p> | <p>1. 能用言語或表情表達自己的感受讓其他人知道。</p> | <p>1. 觀察評量</p> <p>2. 口頭評量</p> | <p>【性別平等教育】</p> <p>性 E10 辨識性別刻板</p> | |

| | | | | | | | |
|------|---------------------|---|---------------------|---|--|--|--|
| | 融入性剝削防治教育 | 調適技能。 3b-I-2 能於引導下,表現簡易的人際溝通互動技能。 | | 2. 在表達感受後,也能做些什麼來緩和感受或改善狀況。 | 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【閱讀素養教育】 閱 E8 低、中年級以紙本閱讀為主。 閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。 閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。 | |
| | 貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來 | 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-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識,處理練習或遊戲問題。 | Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 1. 在活動中表現出對肢體部位的認識,並能完成閃躲動作。 2. 遵守規則並表現出積極參與的態度。 3. 能專注欣賞他人身體動作表現。 4. 能靈活運用肢體,表現出閃躲及移動身體的動作。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【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。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 | |
| 第十四週 | 壹、快樂上學去 四. 活力加油站 | 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。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 | Ea-I-2 基本的飲食習慣。 | 1. 能連結生活經驗,發覺早餐的重要性。 2. 願意養成吃早餐的習慣。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |
| | 貳、運動樂趣多 | 1c-I-1 認識身體活 | Bc-I-1 各項暖身伸展 | 1. 認識操場、跑道與使用 | 1. 觀察評量 | 【人權教育】 | |

| | | | | | | | |
|------|---------------------|---|--|---|--|--|--|
| | 九. 快樂走跑跳 | 動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 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。 | 動作。 Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 規則。 2. 遵守操場跑道使用規則,並和他人一同跑步。 3. 了解暖身運動的重要性。 4. 認識並做出各項暖身伸展動作。 5. 認識走、跑動作。 6. 能做出及變換走、跑動作。 | 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 人 E3 了解每個人需求的不同,並討論與遵守團體的規則。 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第十五週 | 壹、快樂上學去 四. 活力加油站 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 | Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 | 1. 能說出常見的早餐種類。 2. 能接納並嘗試不同的早餐。 3. 能覺察珍惜食物的重要性。 4. 能設計一份自己可以吃得完的早餐。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |
| | 貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳 | 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。 | Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1. 模仿做出各種型態走、跑的動作。 2. 做出各種型態走、跑的動作。 3. 專注欣賞他人動作表現。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E3 了解每個人需求的不同,並討論與遵守團體的規則。 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第十六週 | 壹、快樂上學去 四. 活力加油站 | 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。 | Ea-I-2 基本的飲食習慣。 | ※能認識選擇健康食物的原則。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |
| | 貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 | Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1. 做出原地跳與連續前進跳的動作。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 | 【人權教育】 人 E3 了解每個人需求 | |

| | | | | | | | |
|------|-----------------------|--|---------------------|--|--|---|--|
| | | 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | | 2. 遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。 3. 能利用下課時間練習走、跑、跳運動或遊戲。 | 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 的不同，並討論與遵守團體的規則。 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第十七週 | 壹、快樂上學去 四. 活力加油站 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 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。 | Ea-I-2 基本的飲食習慣。 | 1. 能認識少糖、不油炸的食物種類。 2. 能做到良好的用餐行為。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |
| | 貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1. 在遊戲中做出變換走、跑、跳的動作。 2. 遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。 3. 能在行進中選擇或轉換走、跑、跳運動。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第十八週 | 壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多 | 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。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 | Ca-I-1 生活中與健康相關的环境。 | 1. 在學校發生事情能主動尋求協助。 2. 學習解決問題的能力。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【家庭教育】 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 【生涯規劃教育】 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。 【閱讀素養教育】 閱 E11 能在一般生活情境中，懂得運用文本習得的知識解決問題。 【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)。 | |
| | 貳、運動樂趣多 十. 和球做朋友 | 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。 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。 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。 | Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 | 1. 知道教材示範繞球的動作。 2. 能盡力完成教材動作。 3. 能觀察他人活動的表現。 4. 能利用課餘時間，從事玩球運動。 5. 能知道並做出教材示範夾球的動作。 6. 能和同學互相合作完成活動。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 | |
| 第十九週 | 壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 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。 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。 | 1. 知道健康中心的設備及器材的使用方法。 2. 能適時、適切使用健康中心的設備或器材，以維護健康。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【家庭教育】 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 【生涯規劃教育】 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。 【閱讀素養教育】 閱 E11 能在一般生活情境中，懂得運用文本習得的知識解決問題。 【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)。 | |
| | 貳、運動樂趣多 十. 和球做朋友 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1d-I-1 描述動作技 | Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 | 1. 能知道並做出教材示範夾球跳的動作。 2. 能盡力完成教材動作。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |

| | | | | | | | |
|------|-----------------------|--|---|---|--|--|--|
| | | 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。 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。 | | 3.能和同學互相合作完成活動。 4.能觀察他人活動的表現。 | 4. 態度評量 | 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 | |
| 第二十週 | 壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Ca-I-1 生活中與健康相關的环境。 | 1. 能知道學校護理師及醫師到校服務的工作內容。 2. 能禮貌對待醫護人員，並事實表達謝意。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【家庭教育】 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 【生涯規劃教育】 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。 【閱讀素養教育】 閱 E11 能在一般生活情境中，懂得運用文本習得的知識解決問題。 【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)。 | |
| | 貳、運動樂趣多 十. 和球做朋友 | 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。 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。 3c-I-2 表現安全的 | Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 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. 能知道並做到教材示範滾接球的動作。 2. 能盡力完成教材動作。 3. 能和同學互相合作完成活動。 4. 能觀察他人活動的表現。 5. 能利用課餘時間，從事玩球運動。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。 【生涯規劃教育】 | |

| | | 身體活動行為。 | | | | 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 | |
|-------|-----------------------|--|---|--|--|--|---------|
| 第二十一週 | 壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多 | 4a-I-1 能於引導下,使用適切的健康資訊、產品與服務。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。 | Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 | 1. 能知道健康檢查複檢(再檢查)怎麼做。 2. 能於日常生活中,做到守護身體健康的行為。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【家庭教育】 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 【生涯規劃教育】 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。 【閱讀素養教育】 閱 E11 能在一般生活情境中,懂得運用文本習得的知識解決問題。 【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)。 | |
| | 貳、運動樂趣多 十. 和球做朋友 | 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。 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。 | Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 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. 能了解教材的活動關卡動作。 2. 能觀察他人活動的表現。 3. 能做出教材闖關活動的動作技巧。 4. 能在玩球的過程中,認識自己身體活動能力,並選擇自己適合的運動。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | | |
| 第二十二週 | 總複習 | | | 總複習 | | | |
| 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 |
| | | 學習表現 | 學習內容 | | | | |

| | | | | | | | (無則免填) |
|-----|---|---|---|--|--|---|--------|
| 第一週 | 壹、守護健康有一套 一. 飲食面面觀 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 | ※能認識六大類食物及其功能。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 六. 童玩真有趣 | 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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。 | Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。 | 1. 能說出各種童玩的起源。 2. 能了解各種童玩的玩法及簡易的動作要領。 3. 能選擇適合自己的童玩遊戲。 4. 能了解沙包的玩法及簡易的動作要領。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第二週 | 壹、守護健康有一套 一. 飲食面面觀 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 | ※能認識六大類食物及其功能。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 六. 童玩真有趣 融入消費者保護 | 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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。 | 1. 能了解沙包的玩法及簡易的動作要領。 2. 能做出拋接及投擲沙包的動作。 3. 能利用休閒時間，在學校或家裡和他人進行童玩遊戲。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |

| | | | | | | | |
|-----|----------------------------------|---|---|---|--|--|--|
| | | 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。 | | 4. 能製作風車並了解風車的玩法。 | | | |
| 第三週 | 壹、守護健康有一套 一. 飲食面面觀 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 3b-I-1 能於引導下, 表現簡易的自我調適技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。 | Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 | 1. 能依照六大類食物的標準將食物分類。 2. 能記錄食用的食物, 並完成分類。 3. 能養成均衡攝取六大類食物的習慣。 4. 了解食物得來不易, 並養成不浪費的習慣。 5. 認識並做到珍惜食物的好行為。 6. 能養成珍惜食物的好習慣。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為, 減少資源的消耗。 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 六. 童玩真有趣 融入消費者保護 | 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1 應用基本動作常識, 處理練習或遊戲問題。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。 | Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。 | 1. 能認真參與各項風車遊戲活動。 2. 能體驗團隊合作的樂趣, 遵守遊戲規則。 3. 能製作紙飛機, 並了解紙飛機的玩法。 4. 能在遊戲中與同學快樂互動、認真學習。 5. 能利用休閒時間, 在學校或家裡和他人進行童玩遊戲。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E3 了解每個人需求的不同, 並討論與遵守團體的規則。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第四週 | 壹、守護健康有一套 一. 飲食面面觀 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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。 | Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。 | 1. 能認識排便對健康的影響。 2. 能養成良好生活習慣, 幫助排便順暢。 3. 透過活動知道自己理解或不理解的部分能針對不理解處提問或和同學想辦法解決。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為, 減少資源的消耗。 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |

| | | | | | | | |
|-----|--|--|---|--|--|----------------------------------|--|
| | 貳、運動歡暢樂趣多 七. 反應高手 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 | Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 1. 能做出簡單急停動作。 2. 能明白快速反應在生活中的運用。 3. 能創造動作讓同組的學童模仿。 4. 能模仿同學創造出來的動作。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第五週 | 壹、守護健康有一套 二. 歡喜做朋友 融入生命教育 | 3b-I-1 能於引導下, 表現簡易的自我調適技能。 | Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。 | ※可以從觀察他人互動的狀況猜測對方的人際互動, 並能說出和好朋友一起分享的感覺和喜好。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 七. 反應高手 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 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. 能在遊戲中做出迅速起立及快跑動作。 2. 能依指令迅速做出移動、蹲下、跳躍的動作。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第六週 | 壹、守護健康有一套 二. 歡喜做朋友 融入生命教育 | 3b-I-2 能於引導下, 表現簡易的人際溝通互動技能。 | Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。 | 1. 願意嘗試與不熟悉的人互動。 2. 能在互動中留意社交的重要禮節。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 七. 反應高手 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 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. 能依指令迅速做出折返動作。 2. 能迅速做出起立與快跑動作。 3. 能迅速做出移動、急停及轉向折返動作。 4. 能在遊戲過程中, 做出判斷與改變遊戲策略。 5. 能遵守遊戲規則, 並和他人一同合作遊戲。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第七週 | 壹、守護健康有 | 3b-I-1 能於引導 | Fa-I-2 與家人及朋友 | ※練習在生氣的狀況, 依 | 1. 觀察評量 | 【性別平等教育】 | |

| | | | | | | | |
|-----|---------------------------------|---|-----------------------|---|--|--|--|
| | 一套 二. 歡喜做朋友 融入生命教育 | 下,表現簡易的自我調適技能。 3b-I-2 能於引導下,表現簡易的人際溝通互動技能。 | 和諧相處的方式。 | 據引導能表達自己的感受,並想辦法解決問題。 | 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 八. 我有好身手 | 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-1 專注觀賞他人的動作表現。 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. 能利用肢體支撐身體,表現簡單的平衡動作。 2. 能專注觀賞他人的動作表現,且樂於參與並完成連續動作。 3. 能靈活的表現出簡單的全身性身體活動,完成肌力訓練。 4. 能在遊戲活動中,表現出對肢體的控制能力。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | | |
| 第八週 | 壹、守護健康有一套 二. 歡喜做朋友 | 3b-I-2 能於引導下,表現簡易的人際溝通互動技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 | Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。 | 1. 能分工合作,一起完成一件任務,從中得到成就感。 2. 能根據自己的能力完成工作並充分練習。 3. 能了解分工合作的重要性。 4. 能演練不同情境中分工合作的行為。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 八. 我有好身手 | 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-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 | 1a-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 1. 能利用肢體學習金雞蛋及不倒翁的動作。 2. 培養觀察及動作模仿的能力並能專注觀賞他人的動作表現。 3. 利用活動訓練肢體的開展,並快樂參與遊戲及運動。 4. 能利用肢體學習動物行 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | | |

| | | | | | | | |
|-----|--------------------------------------|---|------------------------|--|--|---|--|
| | | 作常識,處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。 | | 走的動作。 5. 培養觀察及動作模仿的能力,並能專注觀賞他人的動作表現。 6. 利用活動訓練肢體的伸展,並快樂參與遊戲及運動。 | | | |
| 第九週 | 壹、守護健康有一套 三. 帶著眼耳鼻去旅行 融入交通安全教育 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 | ※能知道眼睛在生活中的重要性。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知,培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。 【安全教育】 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 八. 我有好身手 | 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-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. 能利用肢體學習動物行走的動作。 2. 培養觀察及動作模仿的能力,並能專注觀賞他人的動作表現。 3. 利用活動訓練肢體的伸展,並快樂參與遊戲及運動。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | | |

| | | | | | | | |
|------|---|---|---|---|--|--|--|
| 第十週 | 壹、守護健康有一套 三. 帶著眼耳鼻去旅行 融入交通安全教育 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 | ※能知道眼睛在生活中的重要性。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。 【安全教育】 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 九. 跳躍大進擊 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | Ab-I-1 體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1. 能在移動時進行跳躍動作。 2. 能在移動過程中做出單、雙腳跳混合式的連續跳躍動作。 3. 和同學配合做出跳、碰動作。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第十一週 | 壹、守護健康有一套 三. 帶著眼耳鼻去旅行 融入交通安全教育 | 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-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡 | Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 | 1. 能知道眼睛的保健方式。 2. 能透過活動紀錄，了解自己做到了哪些愛眼行動。 3. 能於日常生活中舉例眼睛受傷時適用的處理技巧。 4. 能了解正確處理眼睛受 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。 【安全教育】 | |

| | | | | | | | |
|------|--------------------------|--|---|---|--|---|--|
| | | 易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。 | | 傷的重要性，感受不當的處理方式對健康所造成的威脅。 5. 能於師長引導下，於生活中操作眼睛傷害事件急救的健康技能。 | | 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 九. 跳躍大進擊 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 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。 | Ab-I-1 體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1. 和同學配合做出波浪跳躍動作。 2. 能說出各種動物跳躍的特色。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第十二週 | 壹、守護健康有一套 三. 帶著眼耳鼻去旅行 | 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-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 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。 | Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 | 1. 能知道耳朵在生活中的重要性與保健方式。 2. 能於日常生活中舉例說明，耳朵內有異物時適用的處理技巧。 3. 能了解正確處理耳朵內有異物的重要性，感受不當的處理方式對健康所造成的威脅。 4. 能在師長引導下，於生活中操作排除耳朵進水的健康技能。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。 【安全教育】 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 九. 跳躍大進擊 | 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。 | 1. 能創造模仿各種動物跳躍的動作。 2. 能以跳躍動作完成猜拳遊戲。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |

| | | | | | | | |
|------|--|--|---|--|--|---|--|
| | | 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。 | | 3. 遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。 | | | |
| 第十三週 | 壹、守護健康有一套 三. 帶著眼耳鼻去旅行 | 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-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 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。 | Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 | 1. 能知道鼻子在生活中的重要性與保健方式。 2. 能於日常生活中舉例流鼻血時適用的處理技巧。 3. 能了解正確處理流鼻血的重要性，感受不當的處理方式對健康所造成的威脅。 4. 能於師長引導下，於生活中操作止住鼻血的健康技能。 5. 能知道眼、耳、鼻的重要性及保健方式。 6. 能確實愛護眼耳鼻，進而養成良好生活習慣。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 【戶外教育】 戶 E3 善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。 【安全教育】 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 九. 跳躍大進擊 | 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。 | Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1. 能以跳躍動作完成猜拳遊戲。 2. 遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。 3. 能結合音樂音符、五線譜概念做出跳躍動作。 4. 能結合數學加減法運算，做出跳躍動作。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第十四週 | 壹、守護健康有一套 四. 自我保護小勇士 融入性剝削防 | 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 | Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。 | 1. 能以自己和對方都能接受的方式打招呼。 2. 能知道自己能接受和不能接受的身體碰觸部位。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 | |

| | | | | | | | |
|------|--------------------------------------|--|---|--|--|---|--|
| | 治教育 | | | | | 人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。 【法治教育】 法 E8 認識兒少保護。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 十. 手腳並用 | 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。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識,處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。 | 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。 | 1. 能知道手部向上拍氣球前進的相關動作。 2. 能運用不同手部部位進行向上拍氣球動作。 3. 能在一定時間內連續將氣球拍起,越多越好。 4. 能發揮創意,創造不同動作並實踐。 5. 能知道拍氣球接力相關動作。 6. 能知道如何和他人合作完成拍氣球接力。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。 | |
| 第十五週 | 壹、守護健康有一套 四. 自我保護小勇士 融入性剝削防治教育 | 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 | Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。 | 1. 能知道身體隱私處的部位,而且不能讓別人碰觸。 2. 能清楚描述身體碰觸帶給自己的感受。 3. 能知道遭受侵犯時,保護自己的方法。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。 【法治教育】 法 E8 認識兒少保護。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 十. 手腳並用 | 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。 2c-I-2 表現認真參 | 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 | 1. 能知道拍氣球接力相關動作。 2. 能知道如何和他人合作完成拍氣球接力。 3. 能知道擊球過網的活動 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛 | |

| | | | | | | | |
|------|---|---|--|---|--|---|--|
| | | 與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識,處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。 | 準確性控球動作。 | 規則並遵守。 4. 能知道並完成擊球過網的相關動作。 5. 能知道如何和他人合作進行擊球過網。 | | 愛人。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。 | |
| 第十六週 | 壹、守護健康有一套 四. 自我保護小勇士 融入性剝削防治教育 | 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。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 | Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。 | 1. 能知道遭遇緊急情況時,如何自我保護並尋求協助。 2. 能演練遭遇緊急情況時尋求協助的方法。 3. 能分辨具威脅性的行為,並說出遭遇緊急情況時自我保護的方法。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 【人權教育】 人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。 【法治教育】 法 E8 認識兒少保護。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 十. 手腳並用 | 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。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識,處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。 | 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。 Hb-I-1 陣地攻守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. 能知道擊球過網的活動規則並遵守。 2. 能知道並完成擊球過網的相關動作。 3. 能知道如何和他人合作進行擊球過網。 4. 能知道並完成相關的踢氣球動作。 5. 能於活動中展現踢氣球的技能。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。 | |
| 第十七週 | 壹、守護健康有一套 五. 抗病小高手 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 | Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 | 1. 能知道在學校身體不舒服時,會到健康中心請求協助、回家要告知家人。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |

| | | | | | | | |
|------|------------------------|---|---|---|--|---|--|
| | | | Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。 | 2. 知道身體不舒服時的適切處理方式。 3. 感染傳染病時，能做到保護人我的行為。 | 4. 態度評量 | | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 十. 手腳並用 | 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。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。 | Hb-I-1 陣地攻守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. 能於活動中展現踢氣球的技能。 2. 能知道並完成跑跑踢踢的相關動作。 3. 能利用不同腳的部位完成踢擊動作。 4. 能穩定踢中擺動中不同種類的球。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。 | |
| 第十八週 | 壹、守護健康有一套 五. 抗病小高手 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 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。 | Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 | 1. 能認識感染腸病毒期間的症狀。 2. 能遵守腸病毒糾察守則。 3. 能在日常生活中，自我要求做到糾察守則的規範行為。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 十一. 大家來跳繩 | 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-1 表現基本動作與模仿的能力。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 | Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。 | 1. 能了解跳繩運動的好處及安全原則。 2. 能做出跳繩伸展操的動作。 3. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動，並認真學習。 4. 能利用課間及假日進行跳繩活動。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第十九週 | 壹、守護健康有 | 1a-I-2 認識健康的 | Fb-I-2 兒童常見疾病 | 1. 能了解生病期間的在家 | 1. 觀察評量 | 【品德教育】 | |

| | | | | | | | |
|-------|------------------------|--|--|---|--|--|--|
| | 一套 五. 抗病小高手 | 生活習慣。 3a-I-2 能於引導下,於生活中操作簡易的健康技能。 | 的預防與照顧方法。 | 照護要點。 2. 能知道感染腸病毒期間適合進食的食物。 | 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 十一. 大家來跳繩 | 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-1 表現基本動作與模仿的能力。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 | Ab-I-1 體適能遊戲。 Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。 | 1. 能了解並說出跳繩一跳一迴旋的動作要領。 2. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動,並認真學習。 3. 能做出跳繩一跳一迴旋的基本動作技巧。 4. 能利用課間進行跳繩活動,進而養成規律運動的習慣。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E3 了解每個人需求的不同,並討論與遵守團體的規則。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第二十週 | 壹、守護健康有一套 五. 抗病小高手 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 3a-I-2 能於引導下,於生活中操作簡易的健康技能。 | Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。 | 1. 知道預防生病的好行為。 2. 實踐日常生活中預防生病的好行為。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 | |
| | 貳、運動歡暢樂趣多 十一. 大家來跳繩 | 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 | Ab-I-1 體適能遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。 | 1. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動並認真學習。 2. 能利用課間進行跳繩活動,進而養成規律運動的習慣。 | 1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量 | 【人權教育】 人 E3 了解每個人需求的不同,並討論與遵守團體的規則。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 | |
| 第二十一週 | 總複習 | | | 總複習 | | | |

備註：

1. 該學期之課程計畫需經學年會議或領域教學研究會討論,並經課發會審議通過。
2. 議題融入填表說明：
 - (1) 議題融入欄位請依實際情形填入適當的週次。
 - (2) 法律規定教育議題：性別平等教育、家庭教育、家庭暴力防治、性侵害防治教育、環境教育。

- (3) 課綱十九項議題：性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育。
- (4) 縣訂議題：失智症。
- (5) 其他議題：性剝削防治教育、職業試探、交通安全、媒體素養、消費者保護、食農教育、高齡教育。

3. 混齡教育實施說明(未實施者毋須填列)：

- (1) 混齡教育實施年段以同一學習階段安排為優先，或依課程規劃經校內課程發展委員會決議實際實施混齡教學年級。
- (2) 學校實施三年內至少擇一部定領域；實施四年以上至少擇二部定領域（其中一部定領域必須為語文、數學、社會與自然科學等領域），應每週固定排課或不得少於該領域全學年度節數之三分之二。
- (3) 混齡型態得參考以下型態，並納入該領域/科目學習與教學重點、教學進度及評量方式總表：
 - a. 全班教學(使用同一份教材)
 - b. 平行課程(各年級使用各自的教材)
 - c. 螺旋課程(學習共同主題，各年級難度不同)
 - d. 課程輪替(全班一起同一份教材，但有設計輪流實施，今年上 A 年級課程，明年上 B 年級的課程)
 - e. 科目交錯(同一節課，A、B 年級分別上不同科目)
- (4) 混齡教育請依照單元架構繪製課程架構表(詳見 p. 16 混齡課程範例 1-1)