

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)

113 學年度 四 年級 健康與體育 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	壹、健康元氣站 一.戶外教學安全行	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。	1.能知道戶外教學前準備物品的原因 2.能了解專心觀賞逃生影片的重要性 3.能認識遊覽車安全設備的所在位置及使用方式。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 【戶外教育】	
	貳、揪團來運動 五.跳躍精靈	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。	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.能敏捷有效的完成跳躍動作。 2.學習立定跳遠的動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【品德教育】	
第二週	壹、健康元氣站 一.戶外教學安全行	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。	1.能知道戶外教學前準備物品的原因 2.能了解專心觀賞逃生影片的重要性 3.能認識遊覽車安全設備的所在位置及使用方式。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 【戶外教育】	
	貳、揪團來運動 五.跳躍精靈	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。	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1.能敏捷有效的完成跳躍動作。 2.學習立定跳遠的動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【品德教育】	
第三週	壹、健康元氣站 一.戶外教學安全行	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。	1.能分辨戶外教學適合帶的物品。 2.能認識戶外教學必備物品的功能。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 【戶外教育】	

	貳、揪團來運動 五. 跳躍精靈	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-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。 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。	Ab-Ⅱ-2 體適能自我檢測方法。 Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 活動中展現立定跳遠的技巧。 2. 和他人合作練習完成活動。 3. 順暢的進行助跑跨跳障礙物。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】	
第四週	壹、健康元氣站 一. 戶外教學安全行	1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 1b-Ⅱ-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。	Ba-Ⅱ-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。	1. 能知道遊覽車的逃生路線及逃生要領並演練。 2. 能認識遊覽車安全設備的所在位置及使用方式。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【安全教育】 【戶外教育】	
	貳、揪團來運動 五. 跳躍精靈 六. 健康體適能	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 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。 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。	Ab-Ⅱ-1 體適能活動。 Ab-Ⅱ-2 體適能自我檢測方法。 Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 找到自己助跑起跳距離與節奏。 2. 能努力練習以求進步。 3. 完成墊上跳遠動作。 4. 能了解體適能對身體的重要性。 5. 描述參與身體活動的感覺。 6. 了解參與休閒體能活動時，身體需具備的能力。 7. 認識體適能檢測項目。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】 【安全教育】	
第五週	壹、健康元氣站 一. 戶外教學安全行	1b-Ⅱ-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2b-Ⅱ-1 遵守健康的生活規範。	Ba-Ⅱ-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。	1. 能遵守戶外教學時的參觀規定。 2. 能知道戶外教學場所可能潛藏的危險。 3. 能知道遇到危機時的處理方式。 4. 能知道注意安全的重要性。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【安全教育】 【戶外教育】	
	貳、揪團來運動 六. 健康體適能	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 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。	Ab-Ⅱ-1 體適能活動。 Ab-Ⅱ-2 體適能自我檢測方法。	1. 認識體適能檢測項目。 2. 透過簡單暖身活動，伸展身體。 3. 會了解自己及同學動作技能的正確性。 4. 學習如何透過球來協助身體伸展活動。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【安全教育】	

第六週	壹、健康元氣站 一. 戶外教學安全行	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。	1. 能認識簡易急救包的內容物及功能 2. 能將戶外教學所學的知識應用在生活中。 3. 能知道小傷口的正確處理方法並演練。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【安全教育】 【戶外教育】	
	貳、揪團來運動 六. 健康體適能	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 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。	Ab-II-1 體適能活動。 Ab-II-2 體適能自我檢測方法。	1. 透過遊戲完成身體伸展活動。 2. 能學習並表現出指定動作。 3. 專注觀賞他人的動作表現。 4. 能完成測試身體肌耐力動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【安全教育】	
第七週	壹、健康元氣站 二. 遠離菸酒檳	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。	1. 能認識檳榔對健康的危害。 2. 能了解檳榔對生活及環境的不良影響。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【人權教育】 【品德教育】	
	貳、揪團來運動 六. 健康體適能 七. 舞力四射	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。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 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。 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。 4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	Ab-II-2 體適能自我檢測方法。 Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1. 能說出自己參與活動練習的感覺。 2. 能訂出提高體適能的運動計畫。 3. 能認真參與活動。 4. 能了解並說出身體活動的方法和運用。 5. 能認真參與練習，並和他人一同創作舞蹈動作。 6. 能確實利用身體各部位做出模仿及自行創作的肢體動作表現。 7. 能表現出聯合性、協調性的動作技能。 8. 能確實完成空間元素中身體造型、大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【安全教育】 【品德教育】	
第八週	壹、健康元氣站 二. 遠離菸酒檳	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。	1. 能認識酒精對健康的危害。 2. 能認識酒精對行為的影響。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【人權教育】 【品德教育】	

	貳、揪團來運動 七. 舞力四射	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 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。	1b-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1. 能了解並說出身體活動的方法和運用。 2. 能認真參與練習，並和他人一同創作舞蹈動作。 3. 能確實利用身體各部位做出模仿及自行創作的肢體動作表現。 4. 能表現出聯合性、協調性的動作技能。 5. 能確實完成空間元素中身體造型、大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】	
第九週	壹、健康元氣站 二. 遠離菸酒檳	2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Bb-Ⅱ-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。 Bb-Ⅱ-3 無菸家庭與校園的健康信念。	◆能認識菸對健康的危害。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【人權教育】 【品德教育】	
	貳、揪團來運動 七. 舞力四射	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。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 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。	1b-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1. 能了解並說出肢體活動的方法和運用。 2. 能認真參與練習，並與他人友善互動、合作完成任務表現。 3. 能確實利用身體各部位做出模仿及自行創作的肢體動作表現。 4. 能表現出聯合性、協調性的動作技能。 5. 能確實完成空間元素中身體造型、大小、高低水平及路線軌跡的動作探索與創作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【品德教育】	
第十週	壹、健康元氣站 二. 遠離菸酒檳	2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Bb-Ⅱ-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。 Bb-Ⅱ-3 無菸家庭與校園的健康信念。	1. 能覺察生活周遭菸害的環境。 2. 能了解倡導無菸環境的重要性。 3. 能認識室內、室外全面禁菸的場所。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【人權教育】 【品德教育】	

	貳、揪團來運動 八.我是小勇士	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念 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。 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。 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。	Bd-II-2 技擊基本動作。	1.能意識辨別身體重要器官部位防護的概念。 2.能主動參與身體活動防護的概念。 3.能主動參與身體防護的動作練習。 4.能表現出聯合性完成立姿前撲護身倒法動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第十一週	壹、健康元氣站 二.遠離菸酒檳	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 4a-II-2 展現促進健康的行為。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。	Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。 Bb-II-3 無菸家庭與校園的健康信念。	1.能演練拒絕菸、酒、檳榔的方式。 2.能落實並倡導拒絕菸、酒、檳榔的行為。 3.能知道戒除菸、酒、檳榔帶來的好處。 4.能遵守拒絕菸、酒、檳榔的規範。 5.能覺察菸、酒、檳榔對自己與他人的危害。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【人權教育】 【品德教育】	
	貳、揪團來運動 八.我是小勇士	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念 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。 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。	Bd-II-2 技擊基本動作。	1.能意識辨別身體重要部位防護的概念。 2.能主動參與身體防護的翻滾動作練習。 3.能表現出聯合性動作，完成護身迴旋倒法動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第十二週	壹、健康元氣站 三.嗶嗶！別越界	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。	Dd-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。	1.能藉由情境了解身體界線的定義。 2.能認識自己的身體界線，並知道在人際互動中必須遵守身體界線。	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】 【生命教育】	

	貳、揪團來運動 八.我是小勇士 九.排球小子	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念 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。 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。	Bd-II-2 技擊基本動作。 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.能意識辨別身體重要部位防護的概念。 2.能主動參與身體防護的翻滾動作練習。 3.能表現出聯合性動作，完成護身迴旋倒法動作。 4.完成單手連續擊球。 5.能完成雙手控球的動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【品德教育】	
第十三週	壹、健康元氣站 三.嘿！別越界	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 3a-II-1 演練基本的健康技能。	Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	1.能知道身體界線被越界時，身體可能產生的反應。 2.能清楚、適當的表達自己的身體界線。	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】 【生命教育】	
	貳、揪團來運動 九.排球小子	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。 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。	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.正確完成低手接擊球的動作。 2.能運用低手動作完成擊反彈球。 3.能運用低手動作完成對牆擊球。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【品德教育】	
第十四週	壹、健康元氣站 三.嘿！別越界	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 3a-II-1 演練基本的健康技能。	Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	1.能知道受到侵犯時的求助方法。 2.能透過演練，做出拒絕侵犯身體的行為。 3.能知道與同學溝通互動時的技巧。 4.能與同學良好的溝通、互動。	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】 【生命教育】	
	貳、揪團來運動 九.排球小子	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。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	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.能自拋自接低手擊球動作。 2.和同學合作完成你拋我接低手擊球動作。 3.和同學合作完成移位擊球。 4.和他人合作進行排球遊戲。 5.比賽中展現相關排球技巧。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【品德教育】	

第十五週	壹、健康元氣站 三. 嘩嘩！別越界	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。	Db-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	1. 能知道性別刻板印象有哪些例子。 2. 能知道每個人都有權利選擇自己喜歡的事情。 3. 能知道自己的特質。	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】 【生命教育】	
	貳、揪團來運動 十. 歡樂棒球	1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。	Hd-II-1 守備/跑分性球類運動相關的拋接球、傳接球、擊球、踢球、跑動踩壘之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。	1. 能描述自己或同學動作技能的正確性。 2. 能做出樂樂棒球的基本動作，如傳接球、打擊及跑壘等動作，並應用於比賽中。 3. 能做出接平飛球、滾地球、高飛球的動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第十六週	壹、健康元氣站 三. 嘩嘩！別越界	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。	Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	1. 能知道尊重個人特質，可以破除性別刻板印象。 2. 能透過遊戲，分辨人際互動時的正確方法。	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】 【生命教育】	
	貳、揪團來運動 十. 歡樂棒球	1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 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。	Hd-II-1 守備/跑分性球類運動相關的拋接球、傳接球、擊球、踢球、跑動踩壘之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。	1. 能做出樂樂棒球的基本動作，如傳接球、打擊及跑壘等動作，並應用於比賽中。 2. 能努力練習並與他人合作，討論戰術、分配任務，學會溝通與合作等生活技巧。 3. 能做出樂樂棒球的基本動作，如傳接球、打擊及跑壘等動作，並應用於比賽中。 4. 能了解守備跑分性運動的基本攻防概念與人、球、空間三者的關係。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第十七週	壹、健康元氣站 四. 我愛地球	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。	Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。	1. 能認識無包裝、適度包裝及過度包裝的定義。 2. 能覺察過度包裝可能產生的資源浪費與對環境的影響。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【環境教育】	

	貳、揪團來運動 十. 歡樂棒球 十一. 功夫小子養成班	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。 2d-Ⅱ-3 參與並欣賞多元性身體活動。 4c-Ⅱ-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	Bd-Ⅱ-1 武術基本動作。 Cb-Ⅱ-4 社區運動活動空間與場域。	1. 能利用課餘時間邀請同學或家人進行棒壘球的運動。 2. 了解武術禮節及基本手勢動作。 3. 學會基本樁步的動作。 4. 能專注欣賞並主動學習他人優良動作表現。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第十八週	壹、健康元氣站 四. 我愛地球	2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 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。 4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。	Eb-Ⅱ-1 健康安全消費的訊息與方法。	1. 能認識塑化劑進入人體的途徑。 2. 能覺察塑化劑對身體健康的危害。 3. 能認識減少塑化劑進入人體的方法，並採取行動。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【環境教育】	
	貳、揪團來運動 十一. 功夫小子養成班	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。	Bd-Ⅱ-1 武術基本動作。	1. 能在活動中知道武術基本樁步連續動作要領。 2. 能靈活操作身體，認真做出各種武術動作。 3. 能知道動作要領並有方法的練習動作。 4. 認真做出各種武術動作，並和他人一同合作完成遊戲。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第十九週	壹、健康元氣站 四. 我愛地球	2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Ca-Ⅱ-2 環境汙染對健康的影響。 Eb-Ⅱ-1 健康安全消費的訊息與方法。	1. 能認識生活中的塑膠製品。 2. 能認識塑膠垃圾對環境造成的影響。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【環境教育】	
	貳、揪團來運動 十一. 功夫小子養成班	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。 4d-Ⅱ-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	Bd-Ⅱ-1 武術基本動作。	1. 能專注學習並主動嘗試克服困難完成武術動作。 2. 能應用身體方面的協調能力，順暢的完成武術連續動作。 3. 能規律運動並分享運動心得。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第二十週	壹、健康元氣站 四. 我愛地球	2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3b-Ⅱ-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	Ca-Ⅱ-2 環境汙染對健康的影響。 Eb-Ⅱ-1 健康安全消費的訊息與方法。	1. 能認識不同的減塑妙招。 2. 能在生活中實踐減塑行為。 3. 能向家人推廣實踐減塑行為的立場。 4. 能設計愛地球的標語並繪製圖案。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【環境教育】	

	貳、揪團來運動 十二.旋轉之美	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-1 民俗運動基本動作與串接。	1.能認識扯鈴的淵源以及發展，並欣賞扯鈴表演藝術。 2.能主動參與各項練習及遊戲，表現積極的學習態度。 3.能做出各項扯鈴動作，並應用於展演活動中。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第二十一週	壹、健康元氣站 四.我愛地球	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 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。 4a-II-2 展現促進健康的行為。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。	Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。 Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。	1.能覺察環境汙染對健康的影響。 2.能針對生活中的環境汙染擬定解決方法。 3.能記錄自己用餐的環保行為及完成愛地球宣言。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【環境教育】	
	貳、揪團來運動 十二.旋轉之美	3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	1c-II-1 民俗運動基本動作與串接。	1.能主動參與各項扯鈴練習，並表現出積極的學習態度。 2.能做出各項扯鈴動作，並應用於展演活動中。 3.能分組進行一小段展演，發揮創意編排表演的能力。 4.能知道提升體適能的方法及益處。	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	休業式						
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	壹、健康新世界 一.風搖地動	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.能認識颱風可能造成的災害。 2.能了解颱風災情影響我們的生活及健康。 3.能運用資訊產品獲取颱風資訊。 4.能判讀颱風路徑預測圖資訊。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 【防災教育】	

	貳、運動我最行 五、飛盤真好玩	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。	Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。	1. 能了解飛盤運動。 2. 能了解飛盤的種類。 3. 了解自己及同學動作技能的正確性 4. 能運用飛盤做出指定動作。 5. 能了解如何利用反手握、正手握投擲飛盤。 6. 能了解如何利用上手接、下手接、雙手夾接來接住飛盤。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【人權教育】 【生涯規劃教育】	
第二週	壹、健康新世界 一. 風搖地動	2b-II-1 遵守健康的生活規範。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1. 能了解颱風來臨時的減災整備方法。 2. 能認識防颱物資的用途。 3. 能了解颱風天前往危險場域的風險。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【安全教育】 【防災教育】	
	貳、運動我最行 五、飛盤真好玩	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。	1. 能運用飛盤做出指定動作。 2. 能了解如何利用正手握及反手握投擲飛盤。 3. 能認真參與活動。 4. 能依據遊戲規則完成遊戲動作。 5. 能表現主動參與活動。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【人權教育】 【生涯規劃教育】	
第三週	壹、健康新世界 一. 風搖地動	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	◆能認識地震災害的種類及嚴重性。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【安全教育】 【防災教育】	
	貳、運動我最行 五、飛盤真好玩 六、歡樂土風舞	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。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 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。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。 Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1. 能學習並表現出指定動作。 2. 專注觀賞他人的動作表現。 3. 能完成飛盤接力賽。 4. 了解影響運動參與的因素。 5. 會自己選擇適當的休閒運動。 6. 能認識具國家特色民俗的土風舞，並學習著用身體語言與人互動。 7. 能描述音樂律動性，認識模仿創作的技能概念及練習的策略。 8. 能主動參與，並樂於嘗試創作舞蹈四、善盡觀賞者的責任與角色，能與他人進行回饋。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【人權教育】 【生涯規劃教育】	

第四週	壹、健康新世界 一.風搖地動	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。	Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.能演練並熟悉地震來臨時的避難步驟。 2.能在不同的場域中操作防震避難動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 【防災教育】	
	貳、運動我最行 六、歡樂土風舞	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 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。	Ib-II-2 土風舞遊戲。	1.能認識具國家特色民俗的土風舞。 2.能認真參與練習，並和他人友善互動，學習土風舞動作。 3.能確實利用身體各部位做出流暢性的土風舞動作及肢體表情。 4.透過土風舞遊戲，能彼此探索同儕的動作元素，展現最適宜的動作表現。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第五週	壹、健康新世界 一.風搖地動	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-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1.能了解獲取地震預警訊息的方法。 2.能認識緊急避難包的內容及功能。 3.能了解居家防災整備的注意事項。 4.能與家人共同討論並進行防颱、防震準備。 5.明白地震避難掩護動作對自己健康的重要性。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 【防災教育】	
	貳、運動我最行 六、歡樂土風舞	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。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 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。	Ib-II-2 土風舞遊戲。	1.能認識具國家特色民俗的土風舞。 2.能認真參與練習，並和他人友善互動，學習土風舞動作。 3.能確實利用身體各部位做出流暢性的土風舞動作及肢體表情。 4.透過土風舞遊戲，能彼此探索同儕的動作元素，展現最適宜的動作表現。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第六週	壹、健康新世界 二.逗陣來長大	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。	Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。	1.能經由身體狀況的改變，體認人體成長的事實。 2.能了解穿內衣、褲的必要性及內衣的選擇方式。	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】 【生命教育】	

	貳、運動我最行 六、歡樂土風舞 七、活力足球	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。 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。	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。 Ib-II-2 土風舞遊戲。	1. 能確實利用身體各部位做出流暢性的土風舞動作及肢體表情。 2. 透過土風舞遊戲，能彼此探索同儕的動作元素，展現最適宜的動作表現。 3. 能於活動中展現出足球相關動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第七週	壹、健康新世界 二. 逗陣來長大	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。	Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。	1. 能經由身體狀況的改變，體認人體成長的事實。 2. 能知道每個人的發育速度及進入青春期的時間不同。	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】 【生命教育】	
	貳、運動我最行 七、活力足球	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。	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. 能展現盤球繞物的技巧。 2. 能有節奏的完成盤球活動。 3. 會和他人合作練習踢傳球動作。 4. 會於活動中展現踢傳技巧。 5. 能 and 他人一同合作進行活動。 6. 知道足球的基本攻防概念。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第八週	壹、健康新世界 二. 逗陣來長大	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。	Db-II-1 男女生殖器官的基本功能與差異。	◆能知道男、女生殖器官的基本功能與差異。	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】 【生命教育】	
	貳、運動我最行 七、活力足球	2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 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. 和他人一同合作進行活動。 2. 於活動中表現足球的基本技巧。 3. 了解球王梅西的故事。 4. 互相討論如何正向面對困難。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		

第九週	壹、健康新世界 二. 逗陣來長大	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。 Db-II-1 男女生殖器官的基本功能與差異。	1. 能知道月經及夢遺的形成原因及其意義。 2. 對身體的成長發育有疑慮時，能依循正確管道獲取知識。 3. 能認識生殖器官的清潔與保健方法。	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】 【生命教育】	
	貳、運動我最行 八、跳高小子	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 和同學一起合作進行活動。 2. 於活動中體驗單腳抬跨動作。 3. 學會側抬跨跳動作要領。 4. 會順暢的完成側抬跨跳動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第十週	壹、健康新世界 二. 逗陣來長大	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Da-II-1 良好的衛生習慣。 Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。	1. 能了解規律運動對生長發育的重要性。 2. 能知道身體的流汗狀況及流汗後的處理方法。	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】 【生命教育】	
	貳、運動我最行 八、跳高小子	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。 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。	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 學會側抬跨跳動作要領。 2. 會順暢完成側抬跨跳動作。 3. 會有節奏的做出跳高助跑的動作。 4. 知道剪式跳高的助跑動作要領。 5. 能完成剪式跳高的落墊動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第十一週	壹、健康新世界 二. 逗陣來長大	2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	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。 Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。	1. 能透過遊戲自我檢視身體清潔情形。 2. 能自我檢視身體的成長及身體清潔情形。 3. 能訂定運動計畫，培養規律運動的習慣。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【性別平等教育】 【生命教育】	
	貳、運動我最行 八、跳高小子 九、武術高手	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-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	Bd-II-1 武術基本動作。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 能完成剪式跳高。 2. 能与他人合作完成個人紀錄。 3. 了解拳、掌手勢的動作及應用。 4. 學會創意武術動作。 5. 能專注欣賞並主動學習他人優良動作表現。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		

第十二週	壹、健康新世界 三. 消費停看聽	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。	1. 能了解什麼是必要、需要和想要。 2. 能知道正確的消費觀念。 3. 能藉由日常的購物行為，分辨必要、需要和想要的概念。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【家庭教育】	
	貳、運動我最行 九、武術高手	1c-II-1 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。	Bd-II-1 武術基本動作。	1. 能說出正確的武術動作名稱。 2. 能完成正確完成武術的連續動作。 3. 能在活動中表現認真參與的態度。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第十三週	壹、健康新世界 三. 消費停看聽	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。	1. 能了解消費時應兼顧「安全、健康、營養、衛生」的原則。 2. 能辨別不同材質的水杯及其使用方式對健康的影響。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【家庭教育】	
	貳、運動我最行 九、武術高手	1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	Bd-II-1 武術基本動作。	1. 能專注學習並說明正確的武術動作及要領。 2. 能應用身體方面的協調能力，順暢的完成武術連續動作。 3. 能規律運動並分享運動心得。 4. 能明瞭自己及他人動作的正確性與否。 5. 能專注學習並主動嘗試克服困難完成武術動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第十四週	壹、健康新世界 三. 消費停看聽	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。	1. 能了解消費時應兼顧「安全、健康、營養、衛生」的原則。 2. 能辨別購買加熱食品時需考量的項目。 3. 能認識加熱食品的優、缺點。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【家庭教育】	
	貳、運動我最行 十、羽球同樂	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	Ab-II-1 體適能活動。 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. 透過體能活動，增進各項體適能，並和同學合作進行練習。 2. 學會正確的握拍及持球方式。 3. 透過羽球活動，學會正確的握拍方法及向上擊球動作技能。 4. 能遵守活動規則，並和同學合作進行練習。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		

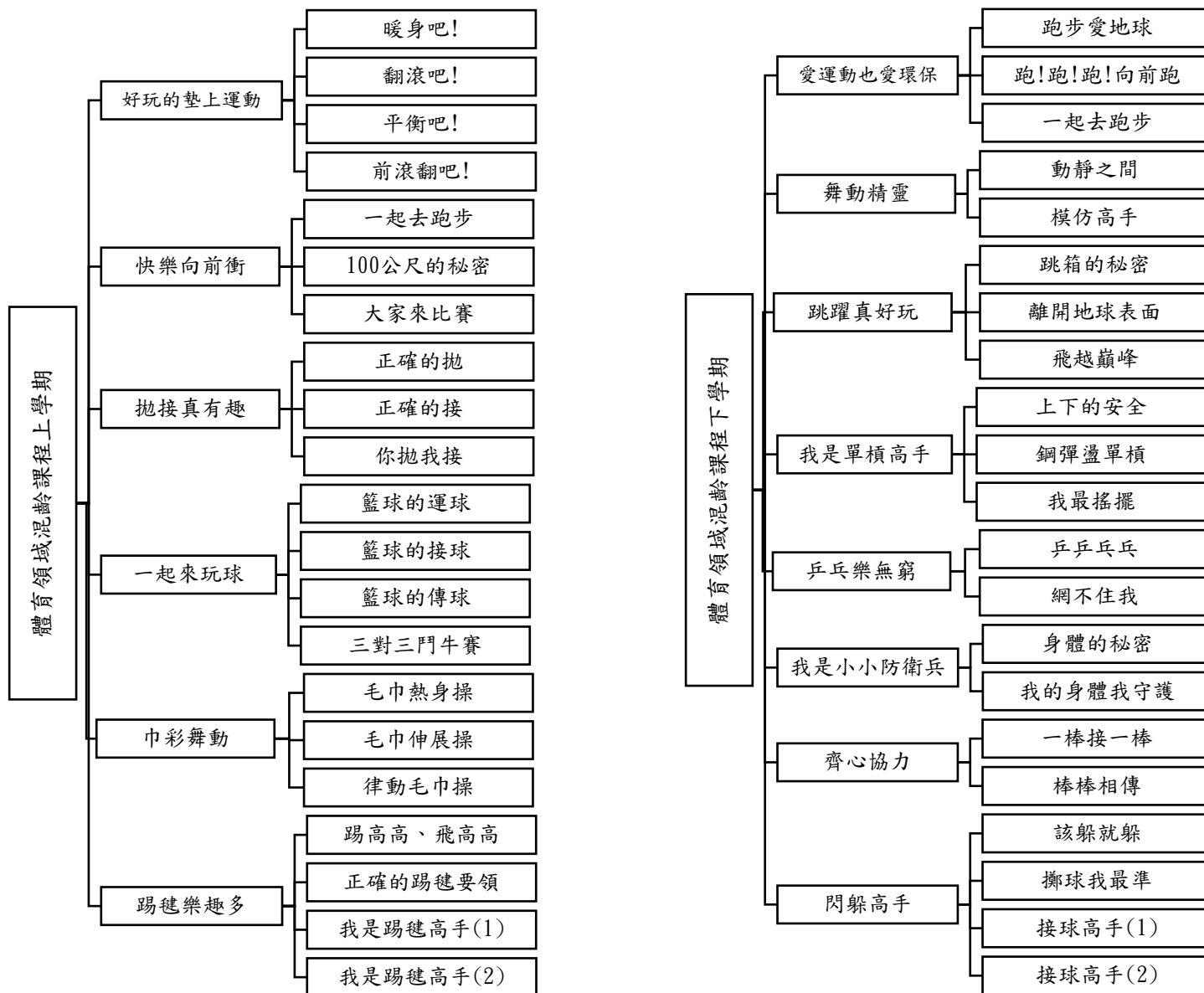
第十五週	壹、健康新世界 三. 消費停看聽	1b-Ⅱ-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊產品與服務。 4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。	Eb-Ⅱ-1 健康安全消費的訊息與方法。	1. 能知道日常生活中的消費陷阱。 2. 能連結生活中安全消費與消費訊息之間的關係。 3. 能於生活中落實安全消費的行為。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【家庭教育】	
	貳、運動我最行 十、羽球同樂	3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-Ⅱ-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	Ha-Ⅱ-1 網/牆性球類運動相關的拋接球、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. 能學會正確發高遠球的動作，並可以將球打高、打遠。 2. 能學會正確的正手拍、反手拍擊球的動作，應用到比賽中。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第十六週	壹、健康新世界 三. 消費停看聽	1b-Ⅱ-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。	Eb-Ⅱ-1 健康安全消費的訊息與方法。	◆能於生活中落實「安全、健康、營養、衛生」消費的行為。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【家庭教育】	
	貳、運動我最行 十、羽球同樂 十一、功夫小將領	2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-Ⅱ-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	Bd-Ⅱ-2 技擊基本動作。 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. 能學會正確正手拍、反手拍擊球動作，並應用於比賽中。 2. 能遵守柔道運動的禮節起源及學習尊重運動場地及選手。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第十七週	壹、健康新世界 四. 知己知彼	1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。	Fa-Ⅱ-1 自我價值提升的原則。	1. 能透過與同學合作，發揮自己的才能。 2. 能發覺自己具備的特質。 3. 能透過同學的描述，發現自己潛藏的特質。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【生涯規劃教育】	

	貳、運動我最行 十一、功夫小將領	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。	Bd-II-2 技擊基本動作。 Cb-II-4 社區運動活動空間與場域。	1. 能主動參與龍蝦運動的練習，並樂於嘗試。 2. 透過動作探索，表現出正確的防護動作。 3. 熟悉自然體立姿，做好攻守有利的基本姿勢。 4. 做出移動步法，讓重心保持穩定。 5. 認識安全的運動學習場域。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量		
第十八週	壹、健康新世界 四. 知己知彼	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。	Fa-II-1 自我價值提升的原則。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	1. 能藉由自我觀察與同學的彼此觀察肯定自己。 2. 能透過與家人互動，了解家人眼中的自己。 3. 能發覺家人的陪伴與支持的重要性。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【生涯規劃教育】	
	貳、運動我最行 十一、功夫小將領 十二、水中蛟龍	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 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。	Bd-II-2 技擊基本動作。 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. 學習欣賞柔道比賽，善盡觀賞者角色責任。 2. 嘗試欣賞多元技擊性運動，學習選手對運動的堅持與尊重。 3. 選擇安全並合適的戶外戲水活動。 4. 辨別戲水時的危險情境，並學會游泳的安全技能。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【海洋教育】	
第十九週	壹、健康新世界 四. 知己知彼	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	Fa-II-1 自我價值提升的原則。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	1. 能分享與家人溝通及相處的經驗。 2. 能學習與家人良好溝通與相處的技巧。 3. 能透過經驗與分享，發覺自己的進步與提升。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【生涯規劃教育】	
	貳、運動我最行 十二、水中蛟龍	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。	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. 練習在水中做出漂浮的動作。 2. 學會做出漂浮後站起的動作。 3. 學會各種水中漂浮及水中站立的動作。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【海洋教育】	

第二十週	壹、健康新世界 四. 知己知彼	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 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。	Fa-II-1 自我價值提升的原則。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	1. 能透過經驗與分享，發覺自己的進步與提升。 2. 能了解自己的特質，並持續發展。 3. 能記錄自己成長的經驗，體認成長的事實。 4. 能感謝家人、師長與朋友的陪伴與鼓勵。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【生涯規劃教育】	
	貳、運動我最行 十二、水中蛟龍	3c-II-1 表現聯合性動作技能。 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。	Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲。	◆學會打水前進的動作並發揮合作精神。	1. 觀察評量 2. 口頭評量 3. 行為檢核 4. 態度評量	【海洋教育】	
第二十一週	休業式						

屏東縣 113 學年度東寧國小育英分校混齡課程計畫

屏東縣 113 學年度東寧國小育英分校中年級體育混齡課程架構表



屏東縣 113 學年度上學期東寧國小育英分校中年級體育領域混齡教學計畫表

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	準備週						
第二週	貳、運動真快樂 五.好玩的墊上運動	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 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。	1a-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 能完成指定動作的學習。 2. 表現認真參與及友善互動的學習態度。 3. 專注觀賞他人的動作表現。 4. 在活動過程中，能知道如何保護自己。 5. 透過簡單暖身活動，伸展身體。 6. 會欣賞並支持同學的表現。	● 口語評量 ■ 低組：能說出防護身體的方法有哪些。 ■ 高組：1. 能說出身體活動的傷害有哪些及防護身體的方法有哪些。2. 能適時提出問題並和老師同學討論。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能完成指定項目練習。 ■ 高組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能協助低組同儕共同完成指定項目練習。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組

第三週	貳、運動真快樂 五.好玩的墊上運動	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。	1a-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 透過簡單暖身活動，伸展身體。 2. 會欣賞並支持同學的表現。 3. 透過簡單暖身活動，伸展身體。 4. 學習如何安全的進行墊上活動。	● 口語評量 ■ 低組：能說出防護身體的方法有哪些。 ■ 高組：1. 能說出身體活動的傷害有哪些及防護身體的方法有哪些。2. 能適時提出問題並和老師同學討論。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能完成墊上指定項目練習。 ■ 高組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能協助低組同儕共同完成墊上指定項目練習。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
-----	----------------------	--	-----------------------	--	--	--	-----------------

第四週	貳、運動真快樂 五.好玩的墊上運動	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。	1a-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 完成指定動作的學習。 2. 專注觀賞他人的動作表現。 3. 能學習並表現出指定動作。 4. 專注觀賞他人的動作表現。	● 口語評量 ■ 低組：能說出同儕示範的動作名稱是什麼。 ■ 高組：1. 能說出同儕示範的動作名稱是什麼及動作是否正確。 2. 能適時提出問題並和老師同學討論。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。 2. 能完成指定項目練習。 ■ 高組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。 2. 能協助低組同儕共同完成指定項目練習。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
-----	----------------------	---	-----------------------	--	---	--	-----------------

第五週	貳、運動真快樂 五.好玩的墊上運動	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	1a-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 掌握動作要領，完成滾翻前的動作。 2. 學習過程中能掌握動作要領，完成斜坡前滾翻動作。 3. 能做出斜坡前滾翻動作。 4. 能做出前滾翻動作。 5. 能說出自己練習動作的心得。 6. 能說出同學表現的優點。	● 口語評量 ■ 低組：能說出前滾翻的要領有哪些。 ■ 高組：1. 能說出前滾翻的要領有哪些及注意事項有哪些。2. 能適時提出問題並和老師同學討論。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能完成前滾翻練習。 ■ 高組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能協助低組同儕共同完成前滾翻練習。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
-----	----------------------	--	-----------------------	---	---	--	-----------------

第六週	貳、運動真快樂 六. 快樂向前衝	1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 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。	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 能努力體驗不同擺臂動作跑步。 2. 能練習正確擺臂動作。 3. 能和同學合作學習正確的跑步動作。 4. 能於活動中展現正確的跑步動作。	● 口語評量 ■ 低組：能說出正確跑步的要領有哪些。 ■ 高組：1. 能說出正確跑步的要領有哪些及注意事項有哪些。2. 能適時提出問題並和老師同學討論。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能完成正確跑步的練習。 ■ 高組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能指導低組同儕正確跑步的要領及注意事項。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
-----	---------------------	--	----------------------	--	---	--	-------------------------

第七週	貳、運動真快樂 六. 快樂向前衝	2c-Ⅱ-1 遵守上課 規範和運動比賽規 則。 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。	Cb-Ⅱ-3 奧林匹克 運動會的起源與訴 求 Ga-Ⅱ-1 跑、跳與 行進間投擲的遊 戲。	1. 學習跑步後的保健事項。 2. 讓學童能了解奧林匹克的由來 與訴求。 3. 鼓勵學童學習奧林匹克運動的 精神。	● 口語評量 ■ 低組：能說出奧林匹克運動會的起源與訴求。 ■ 高組：1. 能說出奧林匹克運動會的起源與訴求。2. 能適時提出問題並和老師同學討論。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能完成正確跑步的練習。 ■ 高組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能指導低組同儕正確跑步的要領及注意事項。	◎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。 性 E4 認識身體界 限與尊重他人的 身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和 諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互 尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
-----	---------------------	--	--	---	--	--	-----------------

第八週	貳、運動真快樂 六. 快樂向前衝	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活動。	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 可以和他人分組合作進行班級100公尺比賽。 2. 可以利用課餘時間練習。	● 口語評量 ■ 低組：能說出100公尺的正確跑步的要領有哪些。 ■ 高組：1. 能說出100公尺的正確跑步的要領有哪些及注意事項有哪些。2. 能適時提出問題並和老師同學討論。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能完成100公尺跑步的練習。 ■ 高組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能指導低組同儕共同完成100公尺比賽及注意事項。	◎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。 性E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
-----	---------------------	---	----------------------	--	---	--	-----------------

第九週	貳、運動真快樂 七. 拋接真有趣	1d- II-1 認識動作 技能概念與動作練習的策略。	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. 積極體驗拋球活動。 2. 可以和他人合作完成活動。 3. 順利完成拋球動作。 4. 完成高低遠近不同的拋接。	● 口語評量 ■ 低組：能說出拋球的施作要領。 ■ 高組：1. 能說出拋球的施作要領。2. 能適時提出問題並和老師同學討論。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：能敏捷有效的完成拋球的動作。 ■ 高組：1. 能敏捷有效的完成拋球的動作。2. 能透過練習，修正自己的動作，讓自己拋球的動作更完美。	◎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。 性 E4 認識身體界 限與尊重他人的 身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和 諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互 尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
-----	---------------------	--------------------------------	--	--	---	--	-----------------

第十週	貳、運動真快樂 七. 拋接真有趣	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。	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. 完成拋接練習。 2. 能他人合作練習拋接。	● 口語評量 ■ 低組：1. 能說出拋接的施作要領。2. 能說出和他人合作拋接時所要注意的事項及要領。 ■ 高組：1. 能說出拋接的施作要領。2. 能說出和他人合作拋接時所要注意的事項及要領。3. 能適時提出問題並和老師同學討論。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能敏捷有效的完成拋接動作。2. 能順暢的完成和他人合作拋接。 ■ 高組：1. 能敏捷有效的完成拋接動作。2. 能順暢的完成和他人合作拋接。3. 能透過練習，修正自己的動作，讓自己的動作更為標準。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
-----	---------------------	---	--	-----------------------------	--	--	-----------------

第十一週	貳、運動真快樂 七. 拋接真有趣	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。	IIa-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. 會和他人合作進行拋接球。 2. 於活動中展現出拋接球動作。	● 口語評量 ■ 低組：1. 能說出拋接的施作要領。2. 能說出和他人合作拋接時所要注意的事項及要領。 ■ 高組：1. 能說出拋接的施作要領。2. 能說出和他人合作拋接時所要注意的事項及要領。3. 能適時提出問題並和老師同學討論。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能敏捷有效的完成拋接動作。2. 能順暢的完成和他人合作拋接。 ■ 高組：1. 能敏捷有效的完成拋接動作。2. 能順暢的完成和他人合作拋接。3. 能透過練習，修正自己的動作，讓自己的動作更為標準。	◎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。 性 E4 認識身體界 限與尊重他人的 身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和 諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互 尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
------	---------------------	---	---	-------------------------------------	--	--	-----------------

第十二週	貳、運動真快樂 八. 一起來玩球	1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	Hb-Ⅱ-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳球、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. 能熟知傳接球的動作要領，並於活動中正確應用。 2. 能主動參與傳接球活動，增進身體基本運動能力，養成運動習慣。 3. 運用遊戲的合作和競爭策略，學會籃球的各種技巧。	● 口語評量 ■ 低組：1. 能說出身體的重要部位有哪些。 2. 能說出籃球接傳球的動作要領。 ■ 高組：1. 能說出身體的重要部位有哪些。 2. 能說出籃球接傳球的動作要領，並以自身經驗和大家分享。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能完成身體防護的閃躲動作練習。 2. 能完成籃球接傳球的動作。 ■ 高組：1. 能完成身體防護的閃躲動作練習。 2. 能完成籃球接傳球的動作。 3. 能透過練習，修正自己的動作，讓自己的動作更為標準。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
------	---------------------	---	--	--	---	--	-------------------------

第十三週	貳、運動真快樂 八. 一起來玩球	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。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	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。	◆運用遊戲的合作和競爭策略，學會籃球的各種技巧。	● 口語評量 ■ 低組：1. 能說出身體的重要部位有哪些。2. 能說出籃球接傳球的動作要領。 ■ 高組：1. 能說出身體的重要部位有哪些。2. 能說出籃球接傳球的動作要領，並以自身經驗和大家分享。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能完成身體防護的閃躲動作練習。2. 能完成籃球接傳球的動作。 ■ 高組：1. 能完成身體防護的閃躲動作練習。2. 能完成籃球接傳球的動作。3. 能透過練習，修正自己的動作，讓自己的動作更為標準。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
------	---------------------	--	---	--------------------------	---	--	-------------------------

第十四週	貳、運動真快樂 八. 一起來玩球	1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 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。	Hb-Ⅱ-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳球、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. 能熟知運球的動作要領，並於活動中正確應用。 2. 能主動參與傳接球與運球活動，增進身體基本運動能力，養成運動習慣。 3. 能在遊戲及活動中，遵守上課規則及比賽規範。 4. 能運用遊戲的合作和競爭策略，學會籃球的各種技巧。	● 口語評量 ■ 低組：1. 能說出籃球運球的動作要領。 ■ 高組：1. 能說出籃球運球的動作要領並以自身經驗和大家分享。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能完成籃球運球的基本動作。 ■ 高組：1. 能完成籃球運球的基本動作。2. 能透過練習，修正自己的動作，讓自己的動作更為標準。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
------	---------------------	---	---	--	--	--	-----------------

第十五週	貳、運動真快樂 八. 一起來玩球	2c-Ⅱ-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	Hb-Ⅱ-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋接球、傳球、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. 能在遊戲及活動中，遵守上課規則及比賽規範。 2. 能運用遊戲的合作和競爭策略，學會籃球的各種技巧。 3. 能主動參與傳接球與運球活動，增進身體基本運動能力，養成運動習慣。	● 口語評量 ■ 低組：1. 能說出籃球運、接傳球的動作要領。 ■ 高組：1. 能說出籃球運、接傳球的動作要領並以自身經驗和大家分享。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能完成籃球運、接傳球的基本動作。 ■ 高組：1. 能完成籃球運、接傳球的基本動作。2. 能透過練習，修正自己的動作，讓自己的動作更為標準。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
------	---------------------	---	--	---	---	--	-------------------------

第十六週	貳、運動真快樂 九. 巾彩舞動	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。	Bc-Ⅱ-1 暖身、伸展動作原則。	1. 在遊戲中認識並體會毛巾多用途的樂趣。 2. 學會利用毛巾做出伸展肢體的動作。 3. 運用身體部位接毛巾。	● 口語評量 ■ 低組：1. 能說出毛巾伸展操的動作要領。 ● 高組：1. 能說出毛巾伸展操的動作要領。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能完成毛巾伸展操的基本動作。 ■ 高組：1. 能完成毛巾伸展操的基本動作。 2. 能透過練習，修正自己的動作，讓自己的動作更為標準。	◎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，不受性別的限制。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
------	--------------------	--	-------------------	---	--	---	-----------------

第十七週	貳、運動真快樂 九. 巾彩舞動	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。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	Bc-Ⅱ-1 暖身、伸展動作原則。 Ib-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1. 能舞動毛巾做出有節奏性的律動動作。 2. 能主動積極表現基本的舞蹈動作。 3. 能與同學合作做出聯合性的舞蹈動作。	● 口語評量 ■ 低組：1. 能說出毛巾伸展操的動作要領。 ● 高組：1. 能說出毛巾伸展操的動作要領。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能完成毛巾伸展操的基本動作。 ■ 高組：1. 能完成毛巾伸展操的基本動作。 2. 能透過練習，修正自己的動作，讓自己的動作更為標準。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
------	--------------------	--	---	--	--	--	-----------------

第十八週	貳、運動真快樂 九. 巾彩舞動	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。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。	Ib-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1.能進行巾舞門系列動作展演。 2.能與同學合作重組編舞。 3.能進行巾舞門系列動作展演。	● 口語評量 ■ 低組：1.能說出毛巾伸展操的動作要領。 ● 高組：1.能說出毛巾伸展操的動作要領。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1.能完成毛巾伸展操的基本動作。 ■ 高組：1.能完成毛巾伸展操的基本動作。 2.能配合音樂創造出新的毛巾伸展操動作。	◎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，不受性別的限制。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
------	--------------------	--	----------------------	---	--	---	-----------------

第十九週	貳、運動真快樂 十. 踢毽樂趣多	1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 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。 Ic-Ⅱ-1 民俗運動基本動作與串接。	1. 能了解毽子的由來。 2. 能認識其他用腳踢的活動。 3. 能了解接毽動作的要領與技巧。 4. 能學會接毽的基本動作及接毽拳遊戲。	● 口語評量 ■ 低組：1. 能說出踢毽子的動作要領。 ● 高組：1. 能說出踢毽子的動作要領。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能完成踢毽子的基本動作。 ■ 高組：1. 能完成踢毽子的基本動作。2. 能透過練習，修正自己的動作，讓自己的動作更為標準。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
------	---------------------	--	---	---	--	--	-----------------

第二十週	貳、運動真快樂 十. 踢毽樂趣多	2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 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。 Ic-Ⅱ-1 民俗運動基本動作與串接。	1. 在欣賞及觀摩活動中，表現出尊重的態度。 2. 能學會踢毽基本動作與踢毽遊戲的動作技巧。 3. 能學會踢毽的動作技巧，並應用於遊戲活動中。 4. 能主動參與踢毽活動，增進身體基本運動能力，培養運動習慣。	● 口語評量 ■ 低組：1. 能說出踢毽子的動作要領。 ● 高組：1. 能說出踢毽子的動作要領。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能完成踢毽子的基本動作。 ■ 高組：1. 能完成踢毽子的基本動作。2. 能透過練習，修正自己的動作，讓自己的動作更為標準。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
------	---------------------	---	--------------------------------------	--	---	--	-----------------

第二十一週	貳、運動真快樂 十. 踢毽樂趣多	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。	Ab-Ⅱ-1 體適能活動。 Ic-Ⅱ-1 民俗運動基本動作與串接。	1. 能學會踢毽的動作技巧，並應用於遊戲活動中。 2. 能主動參與踢毽活動，增進身體基本運動能力，培養運動習慣。	● 口語評量 ■ 低組：1. 能說出踢毽子的動作要領。 ■ 高組：1. 能說出踢毽子的動作要領。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能完成踢毽子的基本動作。 ■ 高組：1. 能完成踢毽子的基本動作。2. 能透過練習，修正自己的動作，讓自己的動作更為標準。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
-------	---------------------	--	--------------------------------------	---	---	--	-----------------

第二十二週	貳、運動真快樂 十. 踢毽樂趣多	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。	Ab-Ⅱ-1 體適能活動。 Ic-Ⅱ-1 民俗運動基本動作與串接。	1. 能學會踢毽的動作技巧，並應用於遊戲活動中。 2. 能主動參與踢毽活動，增進身體基本運動能力，培養運動習慣。	● 口語評量 ■ 低組：1. 能說出踢毽子的動作要領。 ■ 高組：1. 能說出踢毽子的動作要領。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能完成踢毽子的基本動作。 ■ 高組：1. 能完成踢毽子的基本動作。2. 能透過練習，修正自己的動作，讓自己的動作更為標準。	◎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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 ◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替 合班同質性分組
-------	---------------------	--	--------------------------------------	---	---	--	-----------------

屏東縣 113 學年度下學期東寧國小育英分校中年級體育領域混齡教學計畫表

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	貳、運動樂無窮 五、愛運動也愛環保	2d-Ⅱ-1 描述參與身體活動的感覺。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 4d-Ⅱ-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	Ab-Ⅱ-1 體適能活動。 Cd-Ⅱ-1 戶外休閒運動基本技能。	1. 知道騎自行車及慢跑運動的基本動作及益處。 2. 知道騎自行車的安全配備及裝備。 3. 知道如何正確且安全的學會騎自行車。	● 口語評量 ■ 低組：能說出正確慢跑的要領至少二項。 ■ 高組：1. 能說出正確慢跑的要領至少三項。2. 能說出慢跑對身體的益處。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注聽講並積極參與動作練習。 ● 操作評量 ■ 低組：能掌握正確慢跑的要領。 ■ 高組：能掌握正確慢跑的要領，並確實練習。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎安全教育 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 ◎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。	課程輪替、 合班同質性分組

第二週	貳、運動樂無窮 五、愛運動也愛環保	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 4d-Ⅱ-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	Ab-Ⅱ-1 體適能活動。 Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 知道慢跑運動的基本動作及練習策略。 2. 透過慢跑練習，提升心肺功能，增進健康體適能。 3. 知道慢跑運動的基本動作及益處。 4. 培養認真參與及遵守團隊規範的運動精神。	● 口語評量 ■ 低組：能說出正確慢跑的要領至少二項。 ■ 高組：1. 能說出正確慢跑的要領至少三項。2. 能說出慢跑對身體的益處。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注聽講並積極參與動作練習。 ● 操作評量 ■ 低組：能掌握正確慢跑的要領。 ■ 高組：能掌握正確慢跑的要領，並確實練習。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎安全教育 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 ◎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。	課程輪替、 合班同質性分組
第三週	貳、運動樂無窮 五、愛運動也愛環保	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 4d-Ⅱ-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	Ab-Ⅱ-1 體適能活動。 Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 知道慢跑運動的基本動作及練習策略。 2. 透過慢跑練習，提升心肺功能，增進健康體適能。 3. 知道慢跑運動的基本動作及益處。 4. 培養認真參與及遵守團隊規範的運動精神。	● 口語評量 ■ 低組：能說出正確慢跑的要領至少二項。 ■ 高組：1. 能說出正確慢跑的要領至少三項。2. 能說出慢跑對身體的益處。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注聽講並積極參與動作練習。 ● 操作評量 ■ 低組：能掌握正確慢跑的要領。 ■ 高組：能掌握正確慢跑的要領，並確實練習。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎安全教育 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 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。	課程輪替、 合班同質性分組
第四週	貳、運動樂無窮 六、舞動精靈	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的	1b-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1. 能認識多種動物的形態。 2. 能做出多種動物的動作特徵。 3. 能欣賞同學間的創作。	● 口語評量 ■ 低組：能說出他人所模仿的動物動作。 ■ 高組：能說出他人所模仿的動物動作，並說明動作的特徵。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎安全教育	課程輪替、 合班同質性分組

		學習態度。 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。			● 態度評量 ■ 低組：能認真練習。 ■ 高組：能認真練習。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能隨著音樂隨意擺動身體。 ■ 高組：1. 能確實跟著音樂節奏。2. 能聽教師哨音變換舞蹈動作。	安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 ◎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。	
第五週	貳、運動樂無窮六、舞動精靈	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。 4c-Ⅱ-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	Ib-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1. 能做到每個動物的律動方式。 2. 能主動積極參與學習。 3. 能配合音樂完成動作律動。 4. 能確實做到執行單一身體部位的活動或聯合性的動作。 5. 能主動積極表現基本的律動。 6. 能與同學合作完成主題聯想任務。	● 口語評量 ■ 低組：能說出他人所模仿的動物動作。 ■ 高組：能說出他人所模仿的動物動作，並說明動作的特徵。 ● 態度評量 ■ 低組：能認真練習。 ■ 高組：能認真練習。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能隨著音樂隨意擺動身體。 ■ 高組：1. 能確實跟著音樂節奏。2. 能聽教師哨音變換舞蹈動作。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎安全教育 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	課程輪替、 合班同質性分組
第六週	貳、運動樂無窮七、跳躍真好玩	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2d-Ⅱ-1 描述參與	Ia-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 透過討論活動，克服進行跳箱運動時的恐懼。 2. 了解跳箱運動會運用身體哪些部位的肌力。 3. 透過簡單的遊戲來活動身體，熟悉跳箱運動。	● 口語評量 ■ 低組：能說出跳箱心得至少一項。 ■ 高組：能說出跳箱心得至少二項。 ● 態度評量 ■ 低組：能認真練習。 ■ 高組：能認真練習。 ● 操作評量	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎安全教育 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。	課程輪替、 合班同質性分組

		身體活動的感覺。		4. 表現認真參與及友善互動的學習態度。 5. 專注觀賞他人的動作表現。	■ 低組：能依據跳箱要領，完成跳箱動作。 ■ 高組：能依據跳箱要領，完成跳箱動作，並隨著練習，修正自己的動作。	安 E5 了解日常生活危害安全的事件。 安 E9 學習相互尊重的精神。	
第七週	貳、運動樂無窮七、跳躍真好玩	1c-Ⅱ-1 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。	Ia-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 學習做出指定的動作。 2. 做出全身聯合性的動作。	● 口語評量 ■ 低組：能說出跳箱心得至少一項。 ■ 高組：能說出跳箱心得至少二項。 ● 態度評量 ■ 低組：能認真練習。 ■ 高組：能認真練習。 ● 操作評量 ■ 低組：能依據跳箱要領，完成跳箱動作。 ■ 高組：能依據跳箱要領，完成跳箱動作，並隨著練習，修正自己的動作。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替、 合班同質性分組
第八週	貳、運動樂無窮七、跳躍真好玩	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 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。 4c-Ⅱ-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	Ia-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 能說出參與跳箱練習動作的感覺。 2. 能說出他人動作表現的優點。 3. 能完成跳箱動作。	● 口語評量 ■ 低組：能說出跳箱心得至少一項。 ■ 高組：能說出跳箱心得至少二項。 ● 態度評量 ■ 低組：能認真練習。 ■ 高組：能認真練習。 ● 操作評量 ■ 低組：能依據跳箱要領，完成跳箱動作。 ■ 高組：能依據跳箱要領，完成跳箱動作，並隨著練習，修正自己的動作。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替、 合班同質性分組

第九週	貳、運動樂無窮 八、我是單槓高手	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。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 清楚動作要領並表現正確動作。 2. 表現認真參與及友善互動的學習態度。 3. 專注觀賞他人的動作表現。 4. 能清楚動作要領，並做出正確的動作。	● 口語評量 ■ 低組：能說出上下單槓的心得至少一項。 ■ 高組：能說出上下單槓的心得至少二項。 ● 態度評量 ■ 低組：能認真練習。 ■ 高組：能認真練習。 ● 操作評量 ■ 低組：能依據上下單槓要領，完成上下單槓動作。 ■ 高組：能依據上下單槓要領，完成上下單槓動作，並隨著練習，修正自己的動作。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替、 合班同質性分組
第十週	貳、運動樂無窮 八、我是單槓高手	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。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 清楚動作要領並表現正確動作。 2. 表現認真參與及友善互動的學習態度。 3. 專注觀賞他人的動作表現。 4. 能清楚動作要領，並做出正確的動作。	● 口語評量 ■ 低組：能說出上單槓擺動的心得至少一項。 ■ 高組：能說出上單槓擺動的心得至少二項。 ● 態度評量 ■ 低組：能認真練習。 ■ 高組：能認真練習。 ● 操作評量 ■ 低組：能依據上單槓擺動要領，完成上單槓擺動。 ■ 高組：能依據上單槓擺動要領，完成上單槓擺動，並隨著練習，修正自己的動作。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替、 合班同質性分組

第十一週	貳、運動樂無窮 八、我是單槓高手	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。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1. 清楚動作要領並表現正確動作。 2. 表現認真參與及友善互動的學習態度。 3. 專注觀賞他人的動作表現。 4. 能清楚動作要領，並做出正確的動作。	● 口語評量 ■ 低組：能說出上單槓擺動的心得至少一項。 ■ 高組：能說出上單槓擺動的心得至少二項。 ● 態度評量 ■ 低組：能認真練習。 ■ 高組：能認真練習。 ● 操作評量 ■ 低組：能依據上單槓擺動要領，完成上單槓擺動。 ■ 高組：能依據上單槓擺動要領，完成上單槓擺動，並隨著練習，修正自己的動作。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替、 合班同質性分組
第十二週	貳、運動樂無窮 九、乒乓樂無窮	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。	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. 透過桌球遊戲及活動，認識桌球的動作技能及練習策略。 2. 能遵守活動規則，並和同學合作進行練習。 3. 學會桌球運動的技巧及比賽規則，以精進桌球技能。	● 口語評量 ■ 低組：能說出持桌球拍的要領至少一項。 ■ 高組：能說出持桌球拍的要領至少二項。 ● 態度評量 ■ 低組：能認真練習。 ■ 高組：能認真練習。 ● 操作評量 ■ 低組：能持桌球拍原地拍球不落地 30 次。 ■ 高組：能持桌球拍原地拍球不落地 50 次，並隨著練習，修正自己的動作。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替、 合班同質性分組

第十三週	貳、運動樂無窮 九、兵乒樂無窮	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活動。	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. 能學會桌球運動的技巧及比賽規則，以精進桌球技能。 2. 能認真參與學習提升體適能，並養成喜愛運動的習慣。	● 口語評量 ■ 低組：能說出持拍球過網的要領至少一項。 ■ 高組：能說出拍球過網的要領至少二項。 ● 態度評量 ■ 低組：能認真練習。 ■ 高組：能認真練習。 ● 操作評量 ■ 低組：能連續拍球過網成功 10 次。 ■ 高組：能連續拍球過網成功 20 次，隨著練習，修正自己的動作。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替、 合班同質性分組
第十四週	貳、運動樂無窮 十、我是小小防衛兵	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-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	Bd-II-2 技擊基本動作。	1. 能辨別身體重要器官部位的防護概念。 2. 能學習防護動作的技能概念及練習策略。 3. 能主動參與練習，並保持樂於嘗試的學習態度。 4. 能表現出聯合性的動作反應。 5. 能在不同的危險情境下，即刻反應護身倒法動作來保護身體的重要部位。	● 口語評量 ■ 低組：能說出如何保護身體的方法至少一項。 ■ 高組：能說出如何保護身體的方法至少二項。 ● 態度評量 ■ 低組：能認真練習。 ■ 高組：能認真練習。 ● 操作評量 ■ 低組：能完成保護身體的動作。 ■ 高組：能完成保護身體的動作，隨著練習修正自己的動作。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替、 合班同質性分組

第十五週	貳、運動樂無窮 十、我是小小防衛兵	1c-Ⅱ-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。	Bd-Ⅱ-2 技擊基本動作。	1. 辨別身體重要器官部位的防護概念。 2. 能學習防護動作的技能概念及練習策略。 3. 能主動參與練習，並保持樂於嘗試的學習態度。 4. 能表現出聯合性的動作反應。	● 口語評量 ■ 低組：能說出如何保護身體的方法至少一項。 ■ 高組：能說出如何保護身體的方法至少二項。 ● 態度評量 ■ 低組：能認真練習。 ■ 高組：能認真練習。 ● 操作評量 ■ 低組：能完成保護身體的動作。 ■ 高組：能完成保護身體的動作，隨著練習修正自己的動作。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替、 合班同質性分組
------	----------------------	--	----------------	---	--	---	------------------

第十六週	貳、運動樂無窮 十一、齊心協力	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。 2d-Ⅱ-2 表現觀賞者的角色和責任。 3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。	Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 可以學會接棒的動作要領。 2. 可以和他人合作完成接力練習。 3. 可以順利合作完成接力練習。	● 口語評量 ■ 低組：能說出接棒的要領至少一項。 ■ 高組：能說出接棒的要領至少二項。 ● 態度評量 ■ 低組：能認真練習。 ■ 高組：能認真練習。 ● 操作評量 ■ 低組：能完成交接棒的正確動作。 ■ 高組：能完成交接棒的正確動作，隨著練習修正自己的動作。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替、 合班同質性分組
------	--------------------	---	----------------------	---	--	---	------------------

第十七週	貳、運動樂無窮 十一、齊心協力	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-1 運用動作技能的練習策略。 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。	Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1. 學會過彎跑步的動作並完成彎道跑。 2. 能和其他人順利合作進行接力。 3. 能於活動中展現接力動作及彎道跑技巧。 4. 能正向樂觀的處理接力時可能發生的狀況。	● 口語評量 ■ 低組：能說出跑步中交接棒的要領至少一項。 ■ 高組：能說出跑步中交接棒的要領至少二項。 ● 態度評量 ■ 低組：能認真練習。 ■ 高組：能認真練習。 ● 操作評量 ■ 低組：能完成跑步中交接棒的正確動作。 ■ 高組：能完成跑步中交接棒的正確動作，並隨著練習修正自己的動作。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替、 合班同質性分組
------	--------------------	---	--	--	---	---	------------------

第十八週	貳、運動樂無窮 十二、閃躲高手	1d-Ⅱ-2描述自己或他人動作技能的正確性。 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。 3d-Ⅱ-1運用動作技能的練習。	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. 學會相關的閃躲動作。 2. 運用閃躲動作完成闖關。 3. 於活動中展現閃躲的技巧。 4. 和他人互相合作進行演練。	● 口語評量 ■ 低組：能說出防護身體的方法有哪些。 ■ 高組：1. 能說出身體活動的傷害有哪些及防護身體的方法有哪些。2. 能適時提出問題並和老師同學討論。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能完成指定項目練習。 ■ 高組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能協助低組同儕共同完成指定項目練習。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替、 合班同質性分組
------	--------------------	--	---	--	---	---	------------------

第十九週	貳、運動樂無窮 十二、閃躲高手	2c-Ⅱ-1遵守上課規範和運動比賽規則。 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。 3d-Ⅱ-1運用動作技能的練習。	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. 知道如何擊地、高飛傳接球。 2. 會使用球擊中目標物。 3. 於活動中展現投擲與閃躲技巧。 4. 能修正閃躲動作並表現出來。 5. 了解躲避球比賽進行方式。 6. 知道如何展現運動家精神。	● 口語評量 ■ 低組：能說出擲球的要領有哪些。 ■ 高組：1. 能說出擲球的要領有哪些。2. 能適時提出問題並和老師同學討論。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能完成指定項目練習。 ■ 高組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能協助低組同儕共同完成指定項目練習。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替、 合班同質性分組
------	--------------------	--	---	---	--	---	------------------

第二十週	貳、運動樂無窮 十二、閃躲高手	2c-Ⅱ-1遵守上課規範和運動比賽規則。 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。 3d-Ⅱ-1運用動作技能的練習。	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. 知道如何擊地、高飛傳接球。 2. 會使用球擊中目標物。 3. 於活動中展現投擲與閃躲技巧。 4. 能修正閃躲動作並表現出來。 5. 了解躲避球比賽進行方式。 6. 知道如何展現運動家精神。	● 口語評量 ■ 低組：能說出接球的要領有哪些。 ■ 高組：1. 能說出接球的要領有哪些。2. 能適時提出問題並和老師同學討論。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 能完成指定項目練習。 ■ 高組：1. 能確實完成暖身運動，伸展身體。2. 自己完成指定項目練習後，還能協助低組同儕共同完成指定項目練習。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重的精神。	課程輪替、 合班同質性分組
------	--------------------	--	---	---	---	---	------------------

第二十一週	貳、運動樂無窮 十二、閃躲高手	2c-Ⅱ-1遵守上課 規範和運動比賽規 則。 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。 3d-Ⅱ-1運用動作 技能的練習。	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. 知道如何擊地、高飛傳接 球。 2. 會使用球擊中目標物。 3. 於活動中展現投擲與閃躲技 巧。 4. 能修正閃躲動作並表現出 來。 5. 了解躲避球比賽進行方式。 6. 知道如何展現運動家精神。	● 口語評量 ■ 低組：能說出接球的要 領有哪些。 ■ 高組：1. 能說出接球的 要領有哪些。2. 能適時 提出問題並和老師同學 討論。 ● 態度評量 ■ 低組：能專注聽講。 ■ 高組：能專注課堂學習 並積極參與討論。 ● 操作評量 ■ 低組：1. 能確實完成暖 身運動，伸展身體。2. 能完成指定項目練習。 ■ 高組：1. 能確實完成暖 身運動，伸展身體。2. 自己完成指定項目練 習後，還能協助低組同 儕共同完成指定項目 練習。	◎品德教育 品 E3 溝通合作與和 諧人際關係。 ◎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。 安 E9 學習相互尊重 的精神。	課程輪替、 合班同質性分組
-------	--------------------	---	--	--	--	--	------------------

備註：

1. 從學校角度提出該學期欲強化學生核心素養所對應的學習內容、學習表現，請另外以螢光色劃記(以學校本位視實際規劃辦理)。
2. 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。
3. 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。

4. 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)