

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)

114 學年度四年級健康領域教學計畫表

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.安全生活小當家	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。 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.能知道居家環境容 易發生危險的情況。 2.能知道改善居家環 境危機的應變方式。 3.能了解居家環境安 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】 安 E2 了解危機與安 全。 【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、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	Ga-II-1 跑、跳與 行進間投擲的遊戲。	1.能認識敏捷有效的 跳躍動作。 2.能和同學完成跳躍 列車活動。 3.能學習立定跳遠的 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】 品 E3 溝通合作與和 諧人際關係。	

		索運動潛能與表現正確的身體活動。					
第二週	壹、健康元氣站 一.安全生活小當家	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。 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.能知道居家環境容易發生危險的情況。 2.能知道改善居家環境危機的應變方式。 3.能了解居家環境安全的重要性。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 【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、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-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.能認識在活動中展現立定跳遠技巧的方法。 2.能和其他人合作練習完成活動。 3.能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】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	

	<p>壹、健康元氣站 一.安全生活小當家</p>	<p>1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。</p>	<p>Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。</p>	<p>1.能知道視野死角及內輪差的定義。 2.能了解如何避免視野死角及內輪差所造成的交通事故。</p>	<p>1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量</p>	<p>【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 【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）。</p>	
<p>第三週</p>	<p>貳、揪團來運動 五.跳躍精靈 六.健康體適能</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>1.能在闖關活動中展現跑跳的動作技巧。 2.能找到自己的助跑起跳距離與節奏 3.能努力練習以求進步。 4.能完成墊上跳遠動作。 5.能了解體適能對身體的重要性。 6.能描述參與身體活動的感覺。 7.能認識體適能檢測項目。</p>	<p>1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量</p>	<p>【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 E6 了解自己的身體。</p>	
<p>第四週</p>	<p>壹、健康元氣站 一.安全生活小當家</p>	<p>1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。</p>	<p>Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。</p>	<p>1.能知道過馬路的交通規定及注意事項。 2.能了解交通環境安全的重要性。</p>	<p>1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核</p>	<p>【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 【戶外教育】</p>	

			知。	3.能遵守搭公車的安全守則。	4.態度評量	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、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。 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.能認識心肺耐力適能的意義。 2.能和同學完成耐力折返跑。 3.能完成漸速耐力折返跑測驗。	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 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E6 了解自己的身體。	
第五週	壹、健康元氣站 一.安全生活小當家	1b-II-1 認識健康技能和生 活技能對健康 維護的重要 性。 2b-II-1 遵守 健康的生活規 範。 3a-II-1 演練 基本的健康技 能。 4a-II-2 展現 促進健康的行 為。	Ba-II-1 居 家、交通及戶 外環境的潛在 危機與安全須 知。	1.能知道戶外活動可能潛藏的危險。 2.能知道從事戶外活動時遇到危險應如何應變。 3.能了解戶外活動安全的重要性。 4.能了解居家環境安全、交通環境安全及戶外活動安全的重要性。 5.能在生活中應用居家環境安全、交通環境安全及戶外活動安全的知識。	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。 【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、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	Ab-II-1 體適能活動。 Ab-II-2 體適能自我檢測方	1.能透過暖身遊戲伸展身體。 2.能了解自己及同學動作技能的正確性。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E6 了解自己的身	

		<p>自己或他人動作技能的正確性。</p> <p>2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>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。</p> <p>4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。</p>	法。	<p>3.能專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>4.能完成測試身體肌耐力動作。</p> <p>5.能描述參與身體活動的感覺。</p> <p>6.能訂出提高體適能的運動計畫。</p>		體。	
第六週	<p>壹、健康元氣站</p> <p>二.遠離檳酒菸</p>	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。	<p>1.能認識檳榔對健康的危害。</p> <p>2.能了解檳榔對生活及環境的不良影響。</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 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 E2 自尊尊人與自愛愛人。</p>	
	<p>貳、揪團來運動</p> <p>六.健康體適能</p>	1c-II-1 認識身體活動的動	Ab-II-2 體適能自我檢測方	1.能描述參與身體活動的感覺。	<p>1.觀察評量</p> <p>2.口頭評量</p>	<p>【安全教育】</p> <p>安 E4 探討日常生活應</p>	

	<p>七.舞力四射</p>	<p>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。</p>	<p>法。 Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。</p>	<p>2.能完成仰臥捲腹、坐姿體前彎、立定跳遠、漸速耐力折返跑測驗。 3.能訂出提高體適能的運動計畫。 4.能認真參與練習。 5.能了解運用身體活動的方法。 6.能認真參與練習，並和他人一同創作舞蹈動作。 7.能確實利用身體各部位模仿不同肢體動作表現。 8.能確實完成不同的動作探索與創作 9.能表現出聯合性、協調性的動作技能，完成任務表現。</p>	<p>3.行為檢核 4.態度評量</p>	<p>該注意的安全。 安 E6 了解自己的身體。 【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>	
<p>第七週</p>	<p>壹、健康元氣站 二.遠離檳酒菸</p>	<p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p>	<p>Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。</p>	<p>1.能認識酒對健康的危害。 2.能認識酒對行為的影響。</p>	<p>1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量</p>	<p>【人權教育】 人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋</p>	

						求救助的管道。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛 愛人。	
	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.能了解運用身體活 動的方法。 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 部位模仿不同肢體動 作表現。 4.能確實完成不同的 動作探索與創作 5.能表現出聯合性、 協調性的動作技能， 完成任務表現。	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 E3 溝通合作與和諧 人際關係。	
第八週	壹、健康元氣站 二.遠離檳酒菸	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。	◆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】 人 E7 認識生活中不公 平、不合理、違反規 則和健康受到傷害等 經驗，並知道如何尋	

			Bb-II-3 無菸家庭與校園的健康信念。			求救助的管道。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。	
	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。	Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	1.能了解運用身體活動的方法。 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模仿不同肢體動作表現。 4.能確實完成不同的動作探索與創作 5.能表現出聯合性、協調性的動作技能，完成任務表現。	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 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第九週	壹、健康元氣站 二.遠離檳酒菸	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】 人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。	

	<p>貳、揪團來運動</p> <p>八.我是小勇士</p>	<p>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>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。</p>	<p>Bd-II-2 技擊基本動作。</p>	<p>1.能認識身體防護的概念。</p> <p>2.能了解護身倒法對預防受傷的重要性。</p> <p>3.能表現出聯合性動作，完成立姿前撲護身倒法。</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>無</p>	
<p>第十週</p>	<p>壹、健康元氣站</p> <p>二.遠離檳酒菸</p>	<p>1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。</p> <p>2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影</p>	<p>Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。</p> <p>Bb-II-3 無菸家庭與校園的健康信念。</p>	<p>1.能演練拒絕菸、酒、檳榔的方式。</p> <p>2.能落實並倡導拒絕菸、酒、檳榔的行為。</p> <p>3.能知道戒除菸、酒、檳榔帶來的好處。</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 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 E2 自尊尊人與自愛</p>	

		<p>響。</p> <p>2b-II-1 遵守健康的生活規範。</p> <p>3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。</p> <p>4a-II-2 展現促進健康的行為。</p> <p>4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。</p>		<p>4.能遵守拒絕菸、酒、檳榔的規範。</p> <p>5.能覺察菸、酒、檳榔對自己與他人的危害。</p>		<p>愛人。</p>	
	<p>貳、揪團來運動</p> <p>八.我是小勇士</p>	<p>1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3c-II-2 透過</p>	<p>Bd-II-2 技擊基本動作。</p>	<p>1.能認識身體防護的概念。</p> <p>2.能練習翻滾等身體防護的動作。</p> <p>3.能表現出聯合性動作，完成護身迴旋倒法。</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>無</p>	

		身體活動·探索運動潛能與表現正確的身體活動。					
第十一週	壹、健康元氣站 三.人我之間	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。	Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	1.能了解運用尊重的態度與人溝通的重要性。 2.能演練善意的溝通方式以促進人際關係。	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 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。	
	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	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.能認識身體防護的概念。 2.能練習翻滾等身體防護的動作。 3.能表現出聯合性動作，完成護身迴旋倒法。4.能了解排球運動需要的基本動作能力。 5.能完成單手連續擊球。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	

		身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。					
第十二週	壹、健康元氣站 三.人我之間	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 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】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。	
	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.能完成低手擊球動作。 2.能完成自拋自接低手擊球動作。 3.能完成低手擊球（擊反彈球、對牆擊球）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】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第十三週	壹、健康元氣站 三.人我之間	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 3b-II-2 能於引導下，表現	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	1.能知道當身體或言語受到他人侵犯時，保護自己的方法。 2.能透過演練，表達遭受身體或言語侵犯	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 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。	

		基本的人際溝通互動技能。	人及朋友良好溝通與相處的技巧。	時的感受。 3.能知道建立友誼須遵守的交友禮儀。 4.能與同學演練增進友誼的互動。			
	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.能和同學合作完成你拋我接低手擊球、左右連續接擊球動作。 2.能和他人合作展現排球技巧，並完成遊戲。	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 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
第十四週	壹、健康元氣站 三.人我之間	4b-II-2 清楚說明個人對促進健康的立場。	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.能藉由破除性別刻板印象的例子，說明每個人都有權利選擇自己喜歡的事情。 2.能了解每個人都可能擁有不同特質。 3.能發表尊重自我、他人與建立性別平等觀念的宣示。	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 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。	
	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	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、	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，如打擊及跑壘。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	無	

		增進團隊合作、友善的互動行為。	跑動踩壘之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。	3.能做出接平飛球、滾地球、高飛球的動作。			
第十五週	壹、健康元氣站 三.人我之間	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 4b-II-2 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。	※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】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。	
	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.能了解與他人合作溝通、討論戰術及分配任務的重要性。 2.能做出樂樂棒球的基本動作，如打擊及跑壘。 3.能了解樂樂棒球的基本攻防概念，並應用於比賽中。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	無	
第十六週	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	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 E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。 環 E15 覺知能資源過	

				對環境的影響。		度利用會導致環境污染與資源耗竭的問題。	
	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.能了解武術禮節及基本手勢動作。 3.能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	無	
第十七週	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	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】 環 E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境污染與資源耗竭的問題。	

		改善個人的健康習慣。 4a-II-2 展現促進健康的行為。					
	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.能學會基本樁步的動作要領。 2.能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	無	
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。 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.能認識塑膠垃圾對環境的影響。 2.能認識不同的減塑妙招。 3.能在生活中實踐減塑行為。	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 E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。	
	貳、揪團來運動	2c-II-3 表現	Bd-II-1 武術	1.能專注學習並主動	1.觀察評量	無	

	十一.功夫小子養成班	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。	基本動作。	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。	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	4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。 4b-II-2 使用事實證據來支持自己促進健康的立場。	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.能向家人推廣實踐減塑行為的立場 2.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】 環 E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。	
	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。	Ic-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。 2.能專注欣賞扯鈴表演藝術。 3.能做出螞蟻上樹、金雞上架等扯鈴動作。 4.能參與各項扯鈴練習及遊戲。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	無	

第二十週	<p>壹、健康元氣站 四.我愛地球</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量</p>	<p>【環境教育】 環 E5 覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊。 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。</p>	
	<p>貳、揪團來運動 十二.旋轉之美</p>	<p>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。</p>	<p>Ic-II-1 民俗運動基本動作與串接。</p>	<p>1.能參與各項扯鈴練習及遊戲。 2.能做出螞蟻上樹、金雞上架等扯鈴動作。 3.能分組進行展演，發揮創意編排表演的能力。</p>	<p>1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量</p>	<p>無</p>	
第二十一週	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 (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】 安 E1 了解安全教育。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。	
	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】 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。	Ba-Ⅱ-3 防火、防震、防颱措施及逃生	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	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核	【安全教育】 安 E1 了解安全教育。 安 E4 探討日常生活應	

		3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	避難基本技巧。	用途。 3.能了解颱風天前往危險場域的風險。	4.態度評量	該注意的安全。 【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。	
	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】 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。 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。 4.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】 安 E1 了解安全教育。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。	
	貳、運動我最行 五、飛盤真好玩 六、歡樂土風舞	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-3 表現	Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。 Ib-II-1 音樂	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	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 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。	

		<p>主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>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。</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> <p>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。</p> <p>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>	<p>律動與模仿性創作舞蹈。</p>	<p>盤。</p> <p>3.能認真參與活動。</p> <p>4.能依據遊戲規則完成遊戲動作。</p> <p>5.能表現主動參與活動。</p> <p>6.能學習並表現出指定動作。</p> <p>7.專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>8.能完成飛盤接力賽。</p> <p>9.了解影響運動參與的因素。</p> <p>10.會自己選擇適當的休閒運動。</p> <p>11.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。</p> <p>12.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。</p> <p>13.能主動參與，並樂於嘗試創作舞蹈。</p> <p>14.善盡觀賞者的責任與角色，能與他人進行回饋。</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>	
第四週	壹、健康新世界	1b-II-2 辨別	Ba-II-3 防	1.能演練並熟悉地震		【安全教育】	

	一.風搖地動	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。	火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	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 E1 了解安全教育。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。	
	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	無	
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	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 E1 了解安全教育。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。	

				要性。			
	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。	1b-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	無	
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】 性 E2 覺知身體意象對身心的影響。 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	

	<p>貳、運動我最行 六、歡樂土風舞 七、活力足球</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量</p>	無	
第七週	<p>壹、健康新世界 二.逗陣來長大</p>	<p>1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。</p>	<p>Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。</p>	<p>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。</p>	<p>1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量</p>	<p>【性別平等教育】 性 E2 覺知身體意象對身心的影響。 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。</p>	
	<p>貳、運動我最行 七、活力足球</p>	<p>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。</p>	<p>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</p>	<p>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.能和他人一同合作進行活動。</p>	<p>1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量</p>	無	

			係攻防概念。	6.知道足球的基本攻防概念。			
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】 性 E2 覺知身體意象對身心的影響。 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	
	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	無	
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】 性 E2 覺知身體意象對身心的影響。 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	
	貳、運動我最行 八、跳高小子	1c-II-1 認識身體活動的動	Ga-II-1 跑、跳與行進間投	1.和同學一起合作進行活動。	1.觀察評量 2.口頭評量	無	

		<p>作技能。</p> <p>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。</p> <p>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。</p>	<p>擲的遊戲。</p>	<p>2.於活動中體驗單腳抬跨動作。</p> <p>3.學會側抬跨跳動作要領。</p> <p>4.會順暢的完成側抬跨跳動作。</p>	<p>3.行為檢核</p> <p>4.態度評量</p>		
第十週	<p>壹、健康新世界</p> <p>二.逗陣來長大</p>	<p>1a-II-2 了解促進健康生活的方法。</p> <p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p>	<p>Da-II-1 良好的衛生習慣。</p> <p>Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。</p>	<p>1.能了解規律運動對生長發育的重要性。</p> <p>2.能知道身體的流汗狀況及流汗後的處理方法。</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 E2 覺知身體意象對身心的影響。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 E2 理解人的身體與心理面向。</p>	
	<p>貳、運動我最行</p> <p>八、跳高小子</p>	<p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與</p>	<p>Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p>	<p>1.學會側抬跨跳動作要領。</p> <p>2.會順暢完成側抬跨跳動作。</p> <p>3.會有節奏的做出跳高助跑的動作。</p> <p>4.知道剪式跳高的助跑動作要領。</p> <p>5.能完成剪式跳高的落墊動作。</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>無</p>	

		表現正確的身體活動。					
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】 性 E2 覺知身體意象對身心的影響。 【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	
	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.能和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	無	
第十二週	壹、健康新世界	1b-II-2 辨別	Eb-II-1 健康	1.能了解什麼是必	1.觀察評量	【家庭教育】	

	三.消費停看聽	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。	安全消費的訊息與方法。	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。	2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。	
	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	無	
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】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。	
	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	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	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	無	

		<p>態度。</p> <p>2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。</p> <p>2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>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。</p> <p>4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。</p>		<p>運動心得。</p> <p>4.能明瞭自己及他人動作的正確性與否。</p> <p>5.能專注學習並主動嘗試克服困難完成武術動作。</p>			
第十四週	<p>壹、健康新世界</p> <p>三.消費停看聽</p>	<p>1a-II-2 了解促進健康生活的方法。</p> <p>2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p>	<p>Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。</p>	<p>1.能了解消費時應兼顧「安全、健康、營養、衛生」的原則。</p> <p>2.能辨別購買加熱食品時需考量的項目。</p> <p>3.能認識加熱食品的優、缺點。</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>【家庭教育】</p> <p>家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。</p>	
	<p>貳、運動我最行</p> <p>十、羽球同樂</p>	<p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>2c-II-1 遵守</p>	<p>Ab-II-1 體適能活動。</p> <p>Ha-II-1 網/牆性球類運動</p>	<p>1.透過體能活動，增進各項體適能，並和同學合作進行練習。</p> <p>2.學會正確的握拍及</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>無</p>	

		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。	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。	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。			
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】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。	
	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	無	

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】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。	
	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	無	
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	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	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】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。	

		促進健康生活的 方法。		特質。 3.能透過同學的描 述，發現自己潛藏的 特質。			
	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	無	
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。	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	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。	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】 涯 E4 認識自己的特質 與興趣。	

		3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。	技巧。	3.能發覺家人的陪伴與支持的重要性。			
	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】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。 海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 海 E3 具備從事多元水域休閒活動的知識與技能。	
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	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】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。	

		能，因應不同的生活情境。					
	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】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。 海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 海 E3 具備從事多元水域休閒活動的知識與技能。	
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】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。	
	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	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】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。 海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 海 E3 具備從事多元水域休閒活動的知識與技能。	

		源。					
第二十一週	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。