

台東縣新園國民小學一〇九學年度 下學期 一年級 健康與體育 課程計畫

教材來源	南一	教學節數	60
設計者	一年級團隊	教學者	一年級團隊
課程結構 (概念圖)	<pre> graph LR     A[壹、守護健康有一套] --- B[一. 飲食面面觀]     A --- C[二. 歡喜做朋友]     A --- D[三. 帶著眼耳鼻去旅行]     A --- E[四. 自我保護小勇士]     A --- F[五. 抗病小高手]     B --- B1[1. 認識六大類食物]     B --- B2[2. 安安的三餐]     B --- B3[3. 珍惜食物好習慣]     B --- B4[4. 食物的旅行]     C --- C1[1. 我的好朋友]     C --- C2[2. 一起來做好朋友]     C --- C3[3. 我不喜歡吵架]     C --- C4[4. 分工合作]     D --- D1[1. 一起旅行去]     D --- D2[2. 愛眼小主人]     D --- D3[3. 眼睛不舒服了]     D --- D4[4. 護耳小精靈]     D --- D5[5. 耳朵異物的處理]     D --- D6[6. 護鼻小小兵]     D --- D7[7. 流鼻血怎麼辦]     E --- E1[1. 身體碰碰碰]     E --- E2[2. 身體紅綠燈]     E --- E3[3. 遇到危險怎麼辦]     E --- E4[4. 自我保護 123]     F --- F1[1. 不舒服要主動告知]     F --- F2[2. 生病了怎麼辦]     F --- F3[3. 腸病毒糾察隊]     F --- F4[4. 在家照護我最行]     F --- F5[5. 預防高手換我做]     </pre> <p>壹、守護健康有一套</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>一. 飲食面面觀             <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 認識六大類食物</li> <li>2. 安安的三餐</li> <li>3. 珍惜食物好習慣</li> <li>4. 食物的旅行</li> </ul> </li> <li>二. 歡喜做朋友             <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 我的好朋友</li> <li>2. 一起來做好朋友</li> <li>3. 我不喜歡吵架</li> <li>4. 分工合作</li> </ul> </li> <li>三. 帶著眼耳鼻去旅行             <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 一起旅行去</li> <li>2. 愛眼小主人</li> <li>3. 眼睛不舒服了</li> <li>4. 護耳小精靈</li> <li>5. 耳朵異物的處理</li> <li>6. 護鼻小小兵</li> <li>7. 流鼻血怎麼辦</li> </ul> </li> <li>四. 自我保護小勇士             <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 身體碰碰碰</li> <li>2. 身體紅綠燈</li> <li>3. 遇到危險怎麼辦</li> <li>4. 自我保護 123</li> </ul> </li> <li>五. 抗病小高手             <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 不舒服要主動告知</li> <li>2. 生病了怎麼辦</li> <li>3. 腸病毒糾察隊</li> <li>4. 在家照護我最行</li> <li>5. 預防高手換我做</li> </ul> </li> </ul>		

	<pre> graph LR     A[貳、運動歡暢樂趣多] --- B[六. 童玩真有趣]     A --- C[七. 反應高手]     A --- D[八. 我有好身手]     A --- E[九. 跳躍大進擊]     A --- F[十. 手腳並用]     A --- G[十一. 大家來跳繩]     B --- B1[1. 有趣的童玩]     B --- B2[2. 好玩的沙包]     B --- B3[3. 風車轉啊轉]     B --- B4[4. 紙飛機飛上天]     C --- C1[1. 急凍遊戲]     C --- C2[2. 瞬間啟動]     C --- C3[3. 瞬間移動]     C --- C4[4. 鬼捉人]     D --- D1[1. 平衡好身手]     D --- D2[2. 滾動高手]     D --- D3[3. 動物大集合]     E --- E1[1. 跳格子]     E --- E2[2. 歡樂跳]     E --- E3[3. 跳躍模仿秀]     E --- E4[4. 跳躍遊戲]     F --- F1[1. 靈活雙手]     F --- F2[2. 靈活雙腳]     G --- G1[1. 跳繩安全]     G --- G2[2. 與繩同樂]     G --- G3[3. 一跳一迴旋] </pre> <p>貳、運動歡暢樂趣多</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>六. 童玩真有趣       <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 有趣的童玩</li> <li>2. 好玩的沙包</li> <li>3. 風車轉啊轉</li> <li>4. 紙飛機飛上天</li> </ul> </li> <li>七. 反應高手       <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 急凍遊戲</li> <li>2. 瞬間啟動</li> <li>3. 瞬間移動</li> <li>4. 鬼捉人</li> </ul> </li> <li>八. 我有好身手       <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 平衡好身手</li> <li>2. 滾動高手</li> <li>3. 動物大集合</li> </ul> </li> <li>九. 跳躍大進擊       <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 跳格子</li> <li>2. 歡樂跳</li> <li>3. 跳躍模仿秀</li> <li>4. 跳躍遊戲</li> </ul> </li> <li>十. 手腳並用       <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 靈活雙手</li> <li>2. 靈活雙腳</li> </ul> </li> <li>十一. 大家來跳繩       <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 跳繩安全</li> <li>2. 與繩同樂</li> <li>3. 一跳一迴旋</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>年級課程目標</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能認識六大類食物及其功能。</li> <li>2. 能明白各類食物皆要均衡攝取，並了解偏食對健康的影響。</li> <li>3. 能分辨哪些是良好的飲食習慣。能分辨食物的六大類別。</li> <li>4. 能體會良好的飲食習慣，有助身體健康。</li> <li>5. 能珍惜食物，並養成不浪費的習慣。</li> <li>6. 能說出六大類食物及其功能，並完成分類。</li> <li>7. 能養成飲食均衡及飲食多樣化，以促進身體健康。</li> <li>8. 能做到好的飲食習慣，有助身體健康。</li> </ol>

9. 能嘗試各種喜好的食物，飲食多樣化以促進健康。
10. 能做到珍惜食物，並養成良好的飲食習慣。
11. 願意嘗試與不熟悉的人互動，在互動中留意社交的重要禮節。
12. 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。
13. 練習在生氣的狀況，依據引導能表達自己的感受，並想辦法解決問題。
14. 能分工合作，一起完成一件任務，從中得到成就感。
15. 能根據自己的能力擔任工作並充分練習。
16. 能知道眼、耳、鼻在生活中的重要性。
17. 能於日常生活中舉例說明，受傷時需要運用做決定的技能去找人幫忙。
18. 能體會愛護眼、耳、鼻的重要性，並且願意養成個人健康習慣。
19. 能了解眼、耳、鼻傷害處理的重要性，感受不當的處理對健康所造成的威脅。
20. 能積極實踐保健眼、耳、鼻的方法。
21. 能熟悉學校內緊急救護的通報管道。
22. 能於日常生活中舉例說明，眼、耳、鼻傷害事件發生時適用的急救技巧。
23. 能在日常生活中正確做到保健眼、耳、鼻。
24. 能於師長引導下，操作生活中眼、耳、鼻傷害事件急救處理的健康技能。
25. 能知道身體的哪些部位不能讓別人碰觸。
26. 能知道遭受侵犯時，保護自己的方法。
27. 能知道遭遇緊急情況時，如何自我保護並尋求協助。
28. 能描述身體碰觸帶給自己的感受。
29. 能分辨有侵犯行為的身體碰觸。
30. 能保護自己並尊重別人身體的隱私處。
31. 遭遇緊急情況時，能自我保護並尋求協助。
32. 能確認具威脅性的行為，如性騷擾、性侵害等，並說出遭遇緊急情況時自我保護的方法。
33. 知道身體不舒服時要主動告知與適切處理方式。
34. 能說出感染傳染疾病時，要主動請假在家休養。
35. 能知道感染腸病毒時的症狀與在家照護要點。
36. 能知道預防生病的好行為。
37. 能意識到病患需要好好休養，以及避免傳染他人，感染傳染性疾病者應在家休息。
38. 能正確戴口罩。
39. 能做到身體不舒服時，要主動告知並儘快就醫。
40. 能觀察自己的身體有沒有出現腸病毒症狀。
41. 能在日常生活中做到感染傳染疾病時，要主動請假在家休養。
42. 能養成勤洗手與戴口罩的個人衛生習慣，以降低感染的機會。
43. 能說出各種童玩的起源。
44. 能了解各種童玩的玩法及簡易的動作要領。

45. 能表現出積極參與童玩的學習態度。
46. 能做出拋接沙包的動作。
47. 能做出讓紙飛機飛得遠、飛得久的動作。
48. 能做出讓紙風車快速轉動的動作。
49. 能選擇適合自己的童玩遊戲。
50. 能利用休閒時間，在學校或家裡和他人進行童玩遊戲。
51. 能在遊戲中認識反應動作。
52. 能遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。
53. 能體會與掌握眼、耳、手、腳反應動作。
54. 能靈活反應出各項動作，並能應用在生活上。
55. 能了解用身體可做出爬、蹲走、滾的動作。
56. 認識動物行動的特性。
57. 能從活動中體會和別人合作的重要。
58. 能以愉悅的心情和他人從事運動。
59. 能應用身體用力的方式，表現出爬行、蹲走、滾動的動作。
60. 能用輕鬆的心情讓身體自由自在的完成動作。
61. 能評估自我運動能力，並透過自我堅持努力建立運動習慣，以提升體適能。
62. 能在遊戲中認識跳躍動作。
63. 能體會與掌握單、雙腳跳躍，以及連續跳躍動作。
64. 能配合遊戲在跳躍過程中做出肢體變化動作。
65. 能將跳躍動作應用在生活上。
66. 能理解教材內相關的動作內容。
67. 能理解教材單元活動的動作要領。
68. 能努力認真的學習教材相關內容。
69. 能和同學互相合作一起完成單元相關活動。
70. 能順暢的完成教材相關動作。
71. 能於活動中和他人合作，並展現技巧完成任務。
72. 能遵守活動規則及相關安全注意事項。
73. 能總結學習經驗並和他人分享學習心得。
74. 能了解並說出跳繩一跳一迴旋的動作要領。
75. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動並認真學習。
76. 能做出跳繩伸展操的動作。
77. 能做出跳繩一跳一迴旋的基本動作技巧。
78. 能利用課間進行跳繩活動，進而養成規律運動的習慣。

週次	日期	主題	單元	總綱核心素養	學習重點	教學活動概述	節	教學資源	評量方式	融入議題	備註
----	----	----	----	--------	------	--------	---	------	------	------	----

(進度)			名稱	領綱核心素養	學習內容	學習表現	(教學活動重點)	數			內容重點	
一	2/7-2/13						春假期間					
二	2/14   2/20	壹、 守護 健康 有一 套	一.飲 食面 面觀	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。	Ea-I-1 生活中常見的食 物與珍惜食 物。	1a-I-1 認識基本的健 康常識。	※引導學童認識平日所食用的六大類食物，並了解六大類食物的功能。	1 (健)	1.電子書及 播放設備 2.六大類基 本食物圖 片、各類食 物圖卡	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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 ◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。	
二	2/14   2/20	貳、 運動 歡暢 樂趣 多	六.童 玩真 有趣	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	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。	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	1.能說出各種童玩的起源及玩法。 2.學童能透過討論了解更多的童玩。 3.能說出沙包童玩的由來。	2 (體)	1.電子書及 播放設備 2.夾鏈袋、紅 豆、沙包、 膠帶	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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	

						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。					兒童對遊戲權利的需求。	
三	2/21   2/27	壹、 守護健康有一套	一.飲食面面觀	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。	Ea-I-1 生活中常見的食 物與珍惜食物。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 3b-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。	1.指導學童正確的將食物分成六大類。 2 引導學童願意調整自己的飲食內容，每一類食物都攝取。	1 (健)	※電子書及播放設備	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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 ◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。	
三	2/21   2/27	貳、 運動歡暢樂趣多	六.童 玩真 有趣	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日	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。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與	1.能說出拋接沙包、拋撿沙包及沙包投擲的動作要領。 2.藉由沙包的動作學習，訓練學童手眼協調能力。	2 (體)	1.電子書及播放設備 2.色紙、雙腳釘、吸管、打孔機、剪刀	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎人權教育 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論	

				常生活中運動與健康的問題。		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。	3.能說出風車接力的玩法及注意事項。 4.能在遊戲中與同學快樂互動、認真學習。		3.粉筆、紙飛機		與遵守團體的規則。 人E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
四	2/28   3/6	壹、 守護 健康 有一 套	一.飲 食面 面觀	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。 健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能,能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	1.認識用餐的好行為。 2 養成良好的用餐好習慣。 3 養成珍惜食物的好習慣。	1 (健)	※電子書及 播放設備	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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 ◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。	
四	2/28   3/6	貳、 運動	六.童 玩真	健體-E-A2 具備探索身體活動	Ce-I-1其他 休閒運動入	2c-I-2 表現 認真參與	1.能藉由風車接力遊戲,增進學童體適	2 (體)	1.電子書及 播放設備	觀察評量 口頭評量	◎人權教育	

		歡暢 樂趣 多	有趣	與健康生活問題的 思考能力，並透過體驗 與實踐，處理日 常生活中運動 與健康的問題。	門遊戲。 Ic-I-1民俗運 動基本動作 與遊戲。	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。	能。 2.能說出紙飛機的玩 法及注意事項。 3.能在遊戲中與同學 快樂互動、認真學習 4.能在學校利用課間 進行遊戲活動。		2.紙風車 3.A4 紙、粉 筆、紙飛 機、哨子	行為檢核 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 E8 了解 兒童對遊 戲權利的 需求。	
五	3/7   3/13	壹、 守護 健康 有一 套	一.飲 食面 面觀	健體-E-A1 具備 良好身體活動 與健康生活的 習慣，以促進身 心健全發展，並 認識個人特 質，發展運動與 保健的潛能。 健體-E-B1 具備 運用體育與健 康之相關符號 知能，能以同理 心應用在生活	Ea-I-2 基本 的飲食習 慣。	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。	1.指導學童了解食物 消化的過程。 2.引導學童在日常生 活中培養健康習慣 並正常排便。	1 (健)	※電子書及 播放設備	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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 ◎品德教 育 品 E1 良好 生活習慣	



				中的運動、保健 與人際溝通上。							與德行。	
五	3/7   3/13	貳、 運動 歡暢 樂趣 多	七.反 應高 手	健體-E-A1 具備 良好身體活動 與健康生活的 習慣，以促進身 心健全發展，並 認識個人特 質，發展運動與 保健的潛能。 健體-E-C2 具備 同理他人感 受，在體育活動 和健康生活中 樂於與人互 動、公平競爭， 並與團隊成員 合作，促進身心 健康。	Ga-I-1走、 跑、跳與投 擲遊戲。 Ib-I-1唱、跳 與模仿性律 動遊戲。	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。 4d-I-1 願意 從事規律 身體活 動。	1.能做出聽到聲音停 止時，即停止身體活 動的反應動作。 2.能創造動作讓同組 的學童模仿。 3.能快速模仿同學創 造出來的動作。 4.教師要指導學童先 從大肢體動作開 始，再慢慢模仿細微 的動作。 5.能明白快速反應在 生活中的運用。	2  (體)	1.電子書及 播放設備 2.哨子	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎人權教 育 人E8 了解 兒童對遊 戲權利的 需求。	
六	3/14   3/20	壹、 守護 健康 有一 套	二.歡 喜做 朋友	健體-E-A2 具備 探索身體活動 與健康生活問 題的思考能 力，並透過體驗 與實踐，處理日 常生活中運動 與健康的問題。 健體-E-B1 具備	Fa-I-2 與家 人及朋友和 諧相處的方 式。	3b-I-1 能於 引導下，表 現簡易的 自我調適 技能。	1.從觀察人際間微妙 的肢體動作與表情 出發，引導學童分辨 好朋友間愉悅的情 緒。 2.藉由一起學習、一 起玩，找到共同興趣 的好朋友。 3.畫出全班朋友網	1  (健)	※電子書及 播放設備	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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。	

				運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。			絡，發覺這種全班一起的感受，藉此說出要一起玩、一起學習的願景。					
六	3/14   3/20	貳、 運動 歡暢 樂趣 多	七.反 應高 手	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互	Ab-I-1體適能遊戲。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	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。	1.能做出不同姿勢的起立動作。 2.藉由不同起立姿勢，讓學童體會反應的快慢差異。 3.能做出不同姿勢的起立動作後，再加速快跑。 4.能單獨做出急停、轉向、蹲下、跳躍的動作。	2 (體)	1.電子書及播放設備 2.哨子、旗子、畫線器	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎人權教育 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	

				動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。								
七	3/21   3/27	壹、 守護 健康 有一 套	二.歡 喜做 朋友	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	1.引導學童寫下全班名字，仔細思考自己較少互動的名單，嘗試與不熟悉的同學互動，跨出社交舒適圈。 2.提醒學童注意社交禮節。	1 (健)	※電子書及 播放設備	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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。	

七	3/21   3/27	貳、 運動 歡暢 樂趣 多	七.反 應高 手	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	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。	1.能連續做出轉換急停、蹲下、起立、跳躍、轉向及折返的動作。 2.能依指令迅速做出移動、急停及轉向折返的動作。 3.能在遊戲中做出判斷與選擇。 4.能遵守遊戲規定，並和他人一同合作遊戲。	2  (體)	1.電子書及播放設備 2.哨子、旗子、畫線器、圓錐	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎人權教育 人E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
八	3/28   4/3	壹、 守護 健康 有一 套	二.歡 喜做 朋友	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	3b-I-1 能於引導下，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。	※能夠明確的表達自己的感受讓對方知道，對彼此的關係是很重要的，因此從練習完整的說出感受開始，並能理解做錯事後，有勇氣的道歉對彼此關係是非常有幫助的。	1  (健)	※電子書及播放設備	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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。	

				<p>知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>								
八	3/28   4/3	貳、 運動 歡暢 樂趣 多	八.我 有好 身手	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展在生活環境中培養</p>	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	<p>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</p>	<p>1.能藉由身體四肢或臀部支撐身體，達成身體平衡。 2.透過練習，能與同學協力合作，完成各種平衡動作。 3.能依指令完成肢體動作。 4.利用身體的控制能力，進行平衡與肌力訓練。</p>	2 (體)	<p>1.電子書及播放設備 2.安全墊、哨子、軟質地板</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>		

				運動與健康有關的美感體驗。健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。		練習或遊戲問題。						
九	4/4   4/10	壹、 守護 健康 有一 套	二.歡 喜做 朋友	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。健體-E-C2 具備同理他人感	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	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。	※不是由教師或班長分配工作，而是彼此就自己學會的打掃技能或想挑戰的工作分工，在合作時也能互相協助，需要協助時能勇敢提出來，一起完成打掃工作。	1 (健)	1.電子書及 播放設備 2.抹布	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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。	

				受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。								
九	4/4   4/10	貳、 運動 歡暢 樂趣 多	八.我 有好 身手	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	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。	1.能依指令完成肢體動作。 2.利用身體的控制能力，進行平衡與肌力訓練。 3.能藉由遊戲，帶領學童依動物的特性，模仿各種動物行走的動作。	2 (體)	1.電子書及播放設備 2.安全墊、哨子、軟質地板	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量		

				樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。		4d-I-1 願意從事規律身體活動。						
十	4/11   4/17	壹、 守護 健康 有一 套	三、帶 著眼 耳鼻 去旅 行	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</p>	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	※透過故事與體驗活動，了解眼睛在生活中的重要性。	1 (健)	1.電子書及播放設備。 2.每生一面小鏡子、眼罩（手帕或口罩）。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	<p>◎生命教育 生 E2 理解人的身體與心理面向。</p> <p>◎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。</p> <p>◎安全教育 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E11 了</p>	



											解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。	
十	4/11   4/17	貳、 運動 歡暢 樂趣 多	八.我 有好 身手	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。</p> <p>健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互</p>	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	<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>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	<p>1.能藉由遊戲，帶領學童依動物的特性，模仿各種動物行走的動作。</p> <p>2.透過競走遊戲，能與同學協力合作，完成動作達到目標。</p>	2 (體)	<p>1.電子書及播放設備</p> <p>2.安全墊、哨子、軟質地墊、圓錐</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>		

				動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。								
十一	4/18   4/24	評量週 壹、守護健康有一套	三.帶著眼耳鼻去旅行	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</p>	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	※透過故事與體驗活動，了解眼睛在生活中的重要性。	1 (健)	1.電子書及播放設備。 2.每生一面小鏡子、眼罩（手帕或口罩）。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	<p>◎生命教育 生 E2 理解人的身體與心理面向。</p> <p>◎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。</p> <p>◎安全教育 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E11 了解急救的</p>	

											重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。	
十一	4/18   4/24	評量週 貳、 運動 歡暢 樂趣 多	九.跳 躍大 進擊	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	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。	1.能完成單、雙腳混合組合跳和連續跳。 2.能和同學快樂的完成遊戲，並遵守遊戲規則。 3.了解跳躍是快樂時的表現動作。 4.和同學配合做出跳、碰的動作。	2 (體)	1.電子書及播放設備 2.哨子、旗子、粉筆、小組記分板	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎人權教育 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
十二	4/25   5/1	壹、 守護 健康 有一 套	三.帶 著眼 耳鼻 去旅 行	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特	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	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	1.學習如何愛護眼睛，並透過活動紀錄，了解自己做到了哪些愛眼行動。 2.藉由課本情境中學童眼睛受傷時的處	1 (健)	1.電子書及播放設備。 2.〈EYE 眼健康歌〉。 3.眼睛傷害相關資料。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎生命教育 生 E2 理解人的身體與心理面向。	

				質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	生保健的重要性。	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。	理方法，討論眼睛傷害的正確緊急處理順序，絕不可輕忽小症狀。				◎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。	
十二	4/25   5/1	貳、 運動 歡暢 樂趣 多	九.跳 躍大 進擊	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並	Ab-I-1體適能遊戲。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識	1.和同學配合做出波浪跳的動作。 2.能在遊戲中展現各種「跳」的動作。	2 (體)	1.電子書及播放設備 2.哨子、旗子	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎人權教育 人 E8 了解兒童對遊戲權利的	

				認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。		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。					需求。	
十三	5/2   5/8	壹、 守護 健康 有一 套	三.帶 著眼 耳鼻 去旅 行	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	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。	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	1.引導學童知道愛護耳朵的方法及保健方法，並積極實踐。 2.藉由課本情境了解可能有異物會進入耳朵，討論不適當的做法可能造成的傷害，必要時要請大人協助處理取出。	1 (健)	1.電子書及播放設備。 2.耳朵保護及異物進入耳朵相關資料。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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	

				健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。		健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。					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。	
十三	5/2   5/8	貳、 運動 歡暢 樂趣 多	九.跳 躍大 進擊	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養	Ab-I-1體適能遊戲。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理	1.能在遊戲中創造不同「跳」的動作。 2 能以跳躍動作進行猜拳遊戲。	2 (體)	1.電子書及播放設備 2.哨子、粉筆、教師用圓規教具	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎人權教育 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	

				公民意識，關懷社會。		練習或遊戲問題。						
十四	5/9   5/15	壹、 守護 健康 有一 套	三、帶 著眼 耳鼻 去旅 行	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</p>	<p>Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。</p> <p>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p>	<p>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。</p> <p>2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>	<p>1.引導學童能認識愛護鼻子的方法並積極實踐，當身體的好主人。</p> <p>2.了解並感受到不當處理流鼻血的方式對健康所造成的威脅，能正確演練流鼻血的處理方法。</p>	1 (健)	※電子書及播放設備。	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>◎生命教育</p> <p>生 E2 理解人的身體與心理面向。</p> <p>◎戶外教育</p> <p>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。</p> <p>◎安全教育</p> <p>安 E3 知道常見事故傷害。</p> <p>安 E11 了解急救的重要性。</p> <p>安 E12 操</p>	

											作簡單的急救項目。	
十四	5/9   5/15	貳、運動歡暢樂趣多	九.跳躍大進擊	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	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。	1.能結合音樂音符、五線譜概念做出跳躍動作。 2.能運用數學加減法運算做出跳躍動作。 3.能和同學快樂的完成遊戲，並遵守遊戲規則。	2 (體)	1.電子書及播放設備 1.哨子、粉筆	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎人權教育 人E8 了解兒童對遊戲權利的的需求。	
十五	5/16   5/22	壹、守護健康有一套	四.自我保護小勇士	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。	※能透過遊戲，知道自己能接受和不能接受的身體碰觸。	1 (健)	※電子書及播放設備。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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	



				<p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計劃及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</p>							<p>育 人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。</p> <p>◎法治教育 法 E8 認識兒少保護。</p>
十五	5/16   5/22	貳、 運動 歡暢 樂趣 多	十.手 腳並 用	<p>健體 E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>	<p>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。</p>	<p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與</p>	<p>1.能知道並運用不同手部部位進行向上拍氣球動作。</p> <p>2.能在設定時間內連續將氣球拍起，越多越好。</p> <p>3.能表現出拍氣球接力相關動作。</p> <p>4.能表現出和他人互相合作完成拍氣球接力。</p>	2 (體)	<p>1.電子書及播放設備</p> <p>2.氣球、氣球充氣工具、哨子、圓錐</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>◎人權教育 人 E8 了解兒童對遊戲權利的的需求。</p> <p>◎品德教育 品 E2 自尊 尊人與自 愛愛人。 品 E3 溝通 合作與和</p>

						<p>的學習態度。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>4d-I-1 願意從事規律身體活動。</p>					<p>諧人際關係。</p> <p>◎安全教育</p> <p>安 E7 探究運動基本的保健。</p>
十六	5/23   5/29	壹、 守護 健康 有一 套	四、 自我 保護 小勇 士	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗</p>	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。	<p>1.能知道身體不能讓別人碰觸的部位。</p> <p>2.能知道身體的隱私處。</p> <p>3.能知道保護自己的方法。</p> <p>4.能知道隱私處遭受侵犯時的求助方法。</p>	1 (健)	<p>1.電子書及播放設備。</p> <p>2.每生一支紅色及綠色筆。</p> <p>3.哨子。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>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 E10 認識隱私權與日常生活的關</p>

				與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計劃及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。							係。 ◎法治教育 法 E8 認識 兒少保護。	
十六	5/23   5/29	貳、 運動 歡暢 樂趣 多	十、手 腳並 用	健體 E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	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。	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	1.能發揮創意，創造不同動作並實踐。 2.能表現出拍氣球接力相關動作。 3.能實地完成擊球過網的相關動作。 4.能實地和他人互相合作，進行擊球過網。	2 (體)	1.電子書及播放設備 2.氣球、氣球充氣工具、哨子、圓錐、旗竿、橡皮筋繩	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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	

						常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。					運動基本的保健。	
十七	5/30   6/5	壹、守護健康有一套	四、自我保護小勇士	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計劃及實作能力，並以創新思考方	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	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。	1.透過情境討論，知道危險可能發生的地點，並知道遇到危險時該如何因應。 2.透過情境討論，學習自我保護的方式。	1 (健)	1.電子書及播放設備。 2.哨子。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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。	

				式，因應日常生活情境。								
十七	5/30   6/5	貳、 運動 歡暢 樂趣 多	十.手 腳並 用	健體 E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	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。	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。	1.能表現出和他人互相合作完成拍氣球接力。 2.能實地和他人互相合作，進行擊球過網。 3.能利用腳的不同部位，將氣球往上踢起。 4.能順暢的踢擊氣球完成闖關。	2 (體)	1.電子書及播放設備 2.氣球、氣球充氣工具、哨子、圓錐、旗竿、橡皮筋繩、畫線器	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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。	

十八	6/6   6/12	壹、 守護 健康 有一 套	五.抗 病小 高手	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。</p>	<p>Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。</p> <p>Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。</p>	1a-I-1 認識基本的健康常識。	<p>1.強化學童的健康常識，知道身體不舒服時，應該告訴教師（在學校）、爸媽或家人（在家），請他們協助處理問題。</p> <p>2.強化學童的健康常識，知道身體不舒服時，適切的處理方式，並建立儘快就醫的醫療觀念。</p>	1 (健)	※電子書及播放設備。	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。
十八	6/6   6/12	貳、 運動 歡暢	十.手 腳並 用	健體 E-C2 具備同理他人感受，在體育活動	Hb-I-1陣地 攻守球類運 動相關的簡	1d-I-1 描述 動作技能 基本常	<p>1.能順暢的踢中擺動中不同種類的球。</p> <p>2.能發想創意或表達</p>	2 (體)	<p>1.電子書及播放設備</p> <p>2.氣球、氣球</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p>	◎人權教育 人 E8 了解

		樂趣多		和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	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。	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。	有關球的遊戲設計。 3.能藉由練習，增強踢球的感覺。		充氣工具、哨子、圓錐、大小不同的球、橡皮筋繩、畫線器、架子、透明網狀球袋	態度評量	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。	
十九	6/13   6/19	壹、守護健康有一套	五.抗病小高手	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。	※藉由圖片說明身體出現的一些異相（口破、出疹、水疱、嗜睡等），讓學童更容易了解感染腸病毒的症狀。	1 (健)	※電子書及播放設備	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。	

				質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。		2b-I-2 願意養成個人健康習慣。						
十九	6/13   6/19	貳、 運動 歡暢 樂趣 多	十一、 大家 來跳 繩	健體-E-C3 具備理解與關心本土與國際體育與健康議題的素養，並認識與包容文化的多元性。	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。	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	1.指導學童學會正確的暖身運動，並確實做到。 2.透過跳繩活動促進健康體適能。 3.指導學童正確的做出暖身運動及甩繩動作。 4.透過跳繩活動可以	2 (體)	1.電子書及播放設備 2.哨子、跳繩、呼拉圈、長繩	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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。	



						與模仿的能力。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	促進體適能，以維持身體健康。 5.學會正確的暖身運動及跳繩動作。 6.藉由簡易的遊戲來提升跳繩節奏感的能力。				人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
二十	6/20   6/26	壹、 守護 健康 有一 套	五.抗 病小 高手	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解	Fb-I-2兒童常見疾病的預防與照顧方法。	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。	※從日常生活保健觀念著手，向學童說明感染腸病毒的居家照護要點，讓學童學習正確的照護方法，日後，在自己或家人感染腸病毒時，能表現出促進健康的行為。	1 (健)	※電子書及 播放設備。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎品德教 育 品 E1 良好 生活習慣 與德行。	

				並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。								
二十	6/20   6/26	貳、運動歡暢樂趣多	十一、大家來跳繩	健體-E-C3 具備理解與關心本土與國際體育與健康議題的素養，並認識與包容文化的多元性。	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。	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。	※透過跳繩活動促進健康體適能。	2 (體)	1.電子書及播放設備 2.哨子、跳繩	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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的需求。	
二十一	6/27   6/30	評量週  壹、守護健康有一套	五、抗病小高手	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-A2 具備	Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	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	※以日常生活發生的事件（三位學童生病的經驗）為例，向學童說明預防生病的好行為，讓學童在學習健康知識的當下，也能將所學落實在生活中，進而表現出促進健康的行為。	1 (健)	1.電子書及播放設備。 2.口罩。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎品德教育 品E1 良好生活習慣與德行。	

				<p>探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p> <p>健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。</p>		<p>生活中操作簡易的健康技能。</p>						
二十一	6/27   6/30	評量週  貳、運動歡暢樂趣多	十一. 大家來跳繩	<p>健體-E-C3 具備理解與關心本土與國際體育與健康議題的素養，並認識與包容文化的多元性。</p>	<p>Ab-I-1 體適能遊戲。</p> <p>Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。</p> <p>Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。</p>	<p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>4c-I-2 選擇</p>	<p>1.學會正確的暖身運動及跳繩動作。</p> <p>2.藉由簡易的遊戲來提升跳繩節奏感的能力。</p>	2 (體)	<p>1.電子書及播放設備</p> <p>2.哨子、跳繩、長繩</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>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</p>	

						適合個人的身體活動。					需求。	

※若規畫進行「協同」或「跨域統整」教學者，請於當週之備註欄中註記，如：第一週 +聯絡 國 1 節 / +協同 2 節