

十二年國教課程版本：

教材來源	南一版第二冊	教學節數	60 節
設計者	一年級教學團隊	教學者	張菽玲
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] 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] 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. 預防病毒找我做] </pre>		

	<div style="text-align: center; margin-bottom: 20px;"> <p>貳、運動歡暢樂趣多</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 15%;">六. 童玩真有趣</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60%;"> <ol style="list-style-type: none"> 1. 有趣的童玩 2. 好玩的沙包 3. 風車轉啊轉 4. 紙飛機飛上天 </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 15%;">七. 反應高手</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60%;"> <ol style="list-style-type: none"> 1. 急凍遊戲 2. 瞬間啟動 3. 瞬間移動 4. 鬼捉人 </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 15%;">八. 我有好身手</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60%;"> <ol style="list-style-type: none"> 1. 平衡好身手 2. 滾動高手 3. 動物大集合 </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 15%;">九. 跳躍大進擊</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60%;"> <ol style="list-style-type: none"> 1. 跳格子 2. 歡樂跳 3. 跳躍模仿秀 4. 跳躍遊戲 </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 15%;">十. 手腳並用</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60%;"> <ol style="list-style-type: none"> 1. 靈活雙手 2. 靈活雙腳 </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 15%;">十一. 大家來跳繩</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 60%;"> <ol style="list-style-type: none"> 1. 跳繩安全 2. 與繩同樂 3. 一跳一迴旋 </div> </div>
<p>年級課程目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能認識六大類食物及其功能。 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。 3. 能分辨哪些是良好的飲食習慣。能分辨食物的六大類別。 4. 能體會良好的飲食習慣，有助身體健康。 5. 能珍惜食物，並養成不浪費的習慣。

6. 能說出六大類食物及其功能，並完成分類。
7. 能養成飲食均衡及飲食多樣化，以促進身體健康。
8. 能做到好的飲食習慣，有助身體健康。
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 (進度)	日期	主題	單元 名稱	總綱核心素養 領綱核心素養	學習重點		教學活動概述 (教學活動重點)	節 數	教學資源	評量方式	融入議題 內容重點	備註
					學習內容	學習表現						
01	0211-0213	春節 假期										
02	0214-0220	壹、守 護 健	一.飲 食 面	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。	1a-I-1 認識 基本的 健康常	Ea-I-1 生 活中常 見的食	※引導學童認識 平日所食用的 六大類食物，並	3	1.電子書 及播放 設備	觀察評量 口頭評量 行為檢核	◎環境教育 環 E17 養成日常生活節約用水、用	

		康 有 一 套	面 觀	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。	識。	物與珍 惜食 物。	了解六大類食 物的功能。		2.六大類 基本食 物圖 片、各類 食物圖 卡	態度評量	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。	
03	0221-0227	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。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。	Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	1.能說出各種童 玩的起源及玩 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。	6	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 解兒童 對遊戲 權利的 需求。	
04	0228-0306	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	3b-I-1 能於 引導 下，表現 簡易的	Fa-I-2 與 家人及 朋友和 諧相處	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	3	※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	

				能，能以同理心應用在生活中與他人際溝通上。 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。	自我調適技能。	的方式。	好朋友。 3.畫出全班朋友網絡，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。				間合宜表達情感的能力。	
05	0307-0313	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。	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 願意從事規律活動。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	1.能做出聽到聲音停止時，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。	3	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。	
06	0314-0320	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的問題的思考能力，並透過體驗日常生活運動與健康的問題。 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與他人際溝通上。 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	3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	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。	3	※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。	

				競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。								
07	0321-0327	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。	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。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 Ib-I-1唱、跳與模仿性律動遊戲。	1.能做出聽到聲音停止時，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。	3	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。	
08	0328-0403	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。 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。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	※透過故事與體驗活動，了解眼睛在生活中的重要性。	3	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	◎生命教育 E2 理解人的身體與心理面向。 ◎戶外教育 E3 善用五官的感知，培養眼、鼻、觸覺對環境的靈敏力。 ◎安全教育 E3 知事。 E11 了解急救的重要性。 E12 操單項急救。 ◎安道故事 E12 安道故事。	

09	0404-0410	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基本感知素養，促進多元感官的進發境與美感體驗。</p> <p>健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動中樂於與人互動、競爭，並與隊成員合作，促進身心健康。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	<p>1.能藉由身體四肢或臀部支撐身體，達成身體平衡。</p> <p>2.透過練習，能與同學協力合作，完成各種平衡動作。</p> <p>3.能依指令完成肢體動作。</p> <p>4.利用身體的控制能力，進行平衡與肌力訓練。</p>	3	<p>1.電子書及播放設備</p> <p>2.安全墊、啣子、軟質地板</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>		
10	0411-0417	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</p>	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	※透過故事與體驗活動，了解眼睛在生活中的重要性。	3	<p>1.電子書及播放設備。</p> <p>2.每生一面小鏡子、眼罩（手帕或口罩）。</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>◎生命教育 生 E2 理解人的身心與心理面向。 解體面 ◎戶外教育 戶 E3 善用五官的培養，眼、鼻、觸覺對環境的感受能力。 用感知、鼻、觸覺對環境的感受能力。 養眼、鼻、觸覺對環境的感受能力。 舌及舌 環的 ◎安全教育 安 E3 知事見事。 道常見事。 故安傷 E11 了。 解急救的。 重要性。</p>	

				活情境。							安作急目。	E12操單項。
11	0418-0424	貳、運動歡暢樂趣多	八.我有好身手	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動的習慣，以促進身心健康，並發展個人特質，發掘運動與保健的潛能。</p> <p>健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本多元感官的進發境與健康有關的美感體驗。</p> <p>健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和日常生活中樂於與人互動、與隊友競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	<p>1.能藉由身體四肢或臀部支撐身體，達成身體平衡。</p> <p>2.透過練習，能與同學協力合作，完成各種平衡動作。</p> <p>3.能依指令完成肢體動作。</p> <p>4.利用身體的控制能力，進行平衡與肌力訓練。</p>	3	<p>1.電子書及播放設備</p> <p>2.安全墊、啣子、軟質地板</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>		
12	0425-0501	壹、守護健康有一套	四.自我保護小勇士	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動的習慣，以促進身心健康，並發展個人特質，發掘運動與保健的潛能。</p> <p>健體-E-A2 具備探索身體活動問題，並透過體驗與實踐，處理日常生活中的問題。</p> <p>健體-E-A3 具備擬定基本的運動及保健計劃，並以實作創新思考方</p>	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	※能透過遊戲，知道自己能接受和不能接受的身體碰觸。	3	※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>◎性別平等教育法E4 認識身體與他人的自主權。</p> <p>◎人權教育E10 認識隱私與生活的關係。</p> <p>◎法治教育E8 認識兒少</p>	

				式，因應日常生活情境。							保護。	
13	0502-0508	貳、運動歡暢樂趣多	九.跳躍大進擊	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動習慣，以促進身心發展，並認識個人特質，發展運動與健康的潛能。</p> <p>健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的知識與判斷能力，理解並遵守相關道德規範，關懷社會。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作模仿的能力。</p>	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	<p>1.能結合音樂音符、五線譜概念做出跳躍動作。</p> <p>2.能運用數學加減法運算做出跳躍動作。</p> <p>3.能和同學快樂的完成遊戲，並遵守遊戲規則。</p>	3	<p>1.電子書及播放設備</p> <p>1.哨子、粉筆</p>	<p>觀察評量</p> <p>□頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	◎人權教育 人E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	
14	0509-0515	壹、守護健康有一套	四.自我保護小勇士	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動習慣，以促進身心發展，並認識個人特質，發展運動與健康的潛能。</p> <p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康的思考能力，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，並以實際作能思考方式，因應日常生活情境。</p>	2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	※能透過遊戲，知道自己能接受和不能接受的身體碰觸。	3	※電子書及播放設備。	<p>觀察評量</p> <p>□頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	<p>◎性別平等教育性E4 認識身體界線與尊重他人的自主體權。</p> <p>◎人權教育E10 認識隱私與生活的關係。</p> <p>◎法治教育E8 認識兒童保護。</p>	
15	0516-0522	貳、運動	九.跳躍	<p>健體-E-A1 具備良好身體活動習慣，以促進身心發展，並認識個人特質，發展運動與健康的潛能。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p>	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲	<p>1.能結合音樂音符、五線譜概念做出跳躍動作。</p> <p>2.能運用數學加減法運算做出</p>	3	<p>1.電子書及播放</p>	<p>觀察評量</p> <p>□頭評量</p>	◎人權教育 人E8 了解兒童對遊戲	

		歡 暢 樂 趣 多	大 進 擊	的潛能。具備生 體-E-C1 關運動 活中有健康道 與健康是是非 知識與是判並 斷能力，理解 遵守相關道 德規範，培 養公德意，關 懷社會。	習態度。現 3c-I-1 表現 基本與模 仿的能力。	遊戲。	跳躍動作。 3.能和同學快樂 的完成遊戲，並 遵守遊戲規則。		設備 1.哨子、粉 筆	行為檢核 態度評量	權利的 需求。	
16	0523-0529	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 發展，並發 展個人特質，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， 並透過體驗與 實踐，處理日常 生活中的運動與 健康問題。 健體-E-C1 具備生 活有關運動道 德與是非判並 斷能力，理解並 遵守相關道 德規範，培 養公德意，關 懷社會。	1a-I-1 認識 基本的 健康常 識。	Fb-I-1 個人對健 康的自我覺察 與行為 表現。 b-I-2 兒童 常見疾病的預防與 照顧方法。	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。 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。	3	※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。	
17	0530-0605	貳、運動 歡 暢 樂	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。	1d-I-1 描述 動作技 能基本 常識。 2c-I-1 表現 尊重的簡 易的團體 行為。 2c-I-2 表現 認真參 與的學 習態度。	Hb-I-1 陣 地攻守 球類運 動相關 的簡易 拍、 拋、 接、 擲、 傳、滾 及踢、 停	1.能順暢的踢中 擺動中不同種 類的球。 2.能發想創意或 表達有關球的 遊戲設計。 3.能藉由練習，增 強踢球的感覺。	3	1.電子書 及播放 設備 2.氣球、氣 球充氣	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎人權教 育 E8 了 解兒童 對遊戲 權利的 需求。 ◎品德教 育 品E2 自尊 愛	

		趣多			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。 4d-I-1 願意從事規律活動。	之、手、眼、腳、動作、及力量準確控制。			工具、哨子、圓錐		愛人。溝通和諧關係。安全探究運動的基本保健。	
18	0606-0612	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的問題，並透過體驗與實踐，處理日常生活中的運動與健康的問題。 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，培養公社會。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 b-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	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。 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。	3	※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。	
19	0613-0619	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	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	Hb-I-1 陣地攻守球類運動的簡易拍、拋、接、擲、滾、傳	1.能順暢的踢中擺動中不同種類的球。 2.能發想創意或表達有關球的遊戲設計。 3.能藉由練習，增	3	1.電子書及播放設備 2.氣球、氣	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎人權教育 人E8 了解兒童對權利的需求。 ◎品德教育 品E2 自	

		樂趣多		身心健康。	與的學 習態度。注 2d-I-1 專 觀賞他動 人作表現。用 3d-I-1 應 基本動 作常處 識，理 練習或 遊遊戲 題。 4d-I-1 願 從事規 律身體 活動。	及踢、停 控、手、 眼、腳、 協力量 準確控 球。	強踢球的感覺。		球充氣 工具、哨 子、圓錐		尊人愛。 與自愛。溝 品E3 通合 與與人際。 ◎安安係全 安安安教 安安安探 安安安究 安安安運 安安安動 安安安基 安安安本 安安安健 的保 健。
20	0620-0626	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的問題，並透過體驗與實踐，處理日常生活中的健康問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動道德與健康的知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的公德規範，培養公德意識，關懷社會。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 b-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	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。 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。	3	※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。
21	0627-0703	貳、運動歡	十一、大家	健體-E-C3 具備理解與關心本土與國際體育與	1c-I-2 認識基本的運動常識。 2d-I-2 接受並體驗多元性	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ce-I-1 其他休閒運動人	※透過跳繩活動促進健康體適能。	3	1.電子書及播放設備	觀察評量 口頭評量 行為檢核	◎人權教育 人E3 了解每個人的需求不同，並討論與

		暢 樂 趣 多	來 跳 繩	健康議題的素 養，並認識與包 容文化的多元 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。	門遊 戲。 Ic-I-1 民俗 運動基 本動作 與遊 戲。			2.哨子、跳 繩	態度評量	遵守團 體的規 則。 E8 了 解兒童 遊戲的 權利。 人對權 利的需 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 +