

臺東縣池上鄉大坡國民小學
110學年度第【二】學期【一】年級【健康與體育】領域課程計畫
十二年國教課綱版本

教材來源	南一版健康與體育第二冊	教學節數	60
設計者	一年級教師團隊	教學者	一年級教師團隊
年級課程目標	<p>一、一年級下學期各主題學習目標</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。 		

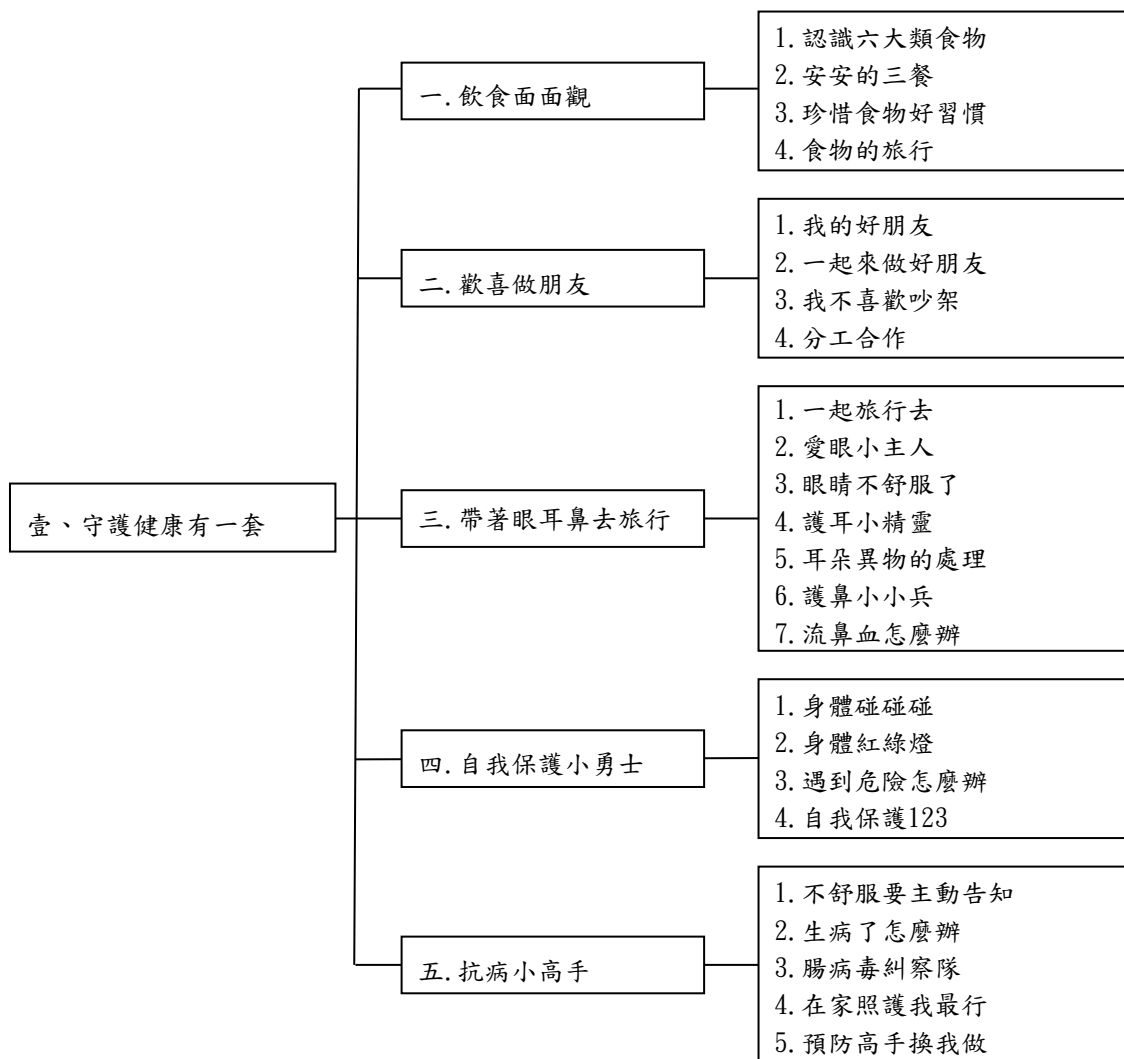
23. 能在日常生活中正確做到保健眼、耳、鼻。
24. 能於師長引導下，操作生活中眼、耳、鼻傷害事件急救處理的健康技能。
25. 能知道身體的哪些部位不能讓別人碰觸。
26. 能知道遭受侵犯時，保護自己的方法。
27. 能知道遭遇緊急情況時，如何自我保護並尋求協助。
28. 能描述身體碰觸帶給自己的感受。
29. 能分辨有侵犯行為的身體碰觸。
30. 能保護自己並尊重別人身體的隱私處。
31. 遭遇緊急情況時，能自我保護並尋求協助。
32. 能確認具威脅性的行為，如性騷擾、性侵害等，並說出遭遇緊急情況時自我保護的方法。
33. 知道身體不舒服時要主動告知與適切處理方式。
34. 能說出感染傳染疾病時，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。

二、一年級下學期教學計畫表

1. 學科領域：健康與體育

2. 架構圖：



貳、運動歡暢樂趣多

六. 童玩真有趣

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

七. 反應高手

1. 急凍遊戲
2. 瞬間啟動
3. 瞬間移動
4. 鬼捉人

八. 我有好身手

1. 平衡好身手
2. 滾動高手
3. 動物大集合

九. 跳躍大進擊

1. 跳格子
2. 歡樂跳
3. 跳躍模仿秀
4. 跳躍遊戲

十. 手腳並用

1. 靈活雙手
2. 靈活雙腳

十一. 大家來跳繩

1. 跳繩安全
2. 與繩同樂
3. 一跳一迴旋

主題	單元名稱	總綱核心素養/ 領剛核心素養	學習重點		學習目標	教學活動概述 (教學活動重點)	節數	教學資源	評量方式	議題融入實質內涵	備註
			學習內容	學習表現							
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。	1a-I-1認識基本的健康常識。	Ea-I-1生活中常見的食物與珍惜食物。	※能認識六大類食物及其功能。	※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。	
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	Ce-I-1其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1民俗運動基本動作與遊戲。	1. 能說出各種童玩的起源。 2. 能了解各種童玩的玩法及簡易的動作要領。 3. 能選擇適合自己的同玩遊戲。 4. 能了解沙包的玩法及簡易的動作要領。	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、馬表、粉筆、哨子	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。	

			題。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。								
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。	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。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。	1. 認識六大類食物中的各類食物內容。 2. 了解均衡攝取各類食物的重要性。 3. 說出昨日所食用的食物，並完成分類。 4. 攝取六大類的食物，養成均衡飲食的習慣。	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。	
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	Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	1. 能了解沙包的玩法及簡易的動作要領。 2. 能做出拋接及投擲沙包的動作。 3. 能利用休閒時間，在學校或家裡和他人進行童玩遊戲。 4. 能製作風車並了	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。 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。	2 (體)	1. 電子書及播放設備 2. 哨子、沙包、膠帶、粉筆、馬表 3. 色紙、兩腳釘、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，並討論與遵守團體的規則。 人E8 了解兒童對遊戲權利的需求。	

			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。		解風車的玩法。						
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。	1a-I-2認識健康的生活習慣。 4a-I-2養成健康的生活習慣。	Ea-I-2基本的飲食習慣。	1. 了解食物得來不易,並養成不浪費的習慣。 2. 了解正確的用餐禮儀。 3. 培養良好的飲食習慣。	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。	
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。	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	Ce-I-1其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1民俗運動基本動作與遊戲。	1. 能認真參與各項風車遊戲活動。 2. 能體驗團隊合作的樂趣,遵守遊戲規則。 3. 能製作紙飛機,並了解紙飛機的玩	1. 能藉由風車接力遊戲,增進學童體適能。 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	2 (體)	1. 電子書及播放設備 2. 標誌 盤、哨子、紙風車 3. A4紙、粉	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	

			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。		法。 4. 能在遊戲中與同學快了互動、認真學習。 5. 能利用休閒時間，在學校或家裡和他人進行童玩遊戲。	遊戲活動。		筆、紙飛機		童對遊戲權利的需求。	
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。	1a-I-2認識健康的生活習慣。 2b-I-2願意養成個人健康習慣。 4a-I-2養成健康的生活習慣。	Ea-I-2基本的飲食習慣。	1. 認識排便對健康的影響。 2. 養成良好生活習慣，排便順暢。	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)	1. 電子書及播放設備 2. 〈健康排便〉影片	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，減少資源的消耗。 ◎品德教育品E1良好生活習慣與德行。	
貳、運動歡暢樂趣	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，	1c-I-1認識身體活動的基本動作。	Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。 Ib-I-1唱、跳	1. 能做出簡單急停動作。 2. 能明白快速反應在生活中的運用。	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	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。	

多		<p>並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</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動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>	<p>1c-I-2認識基本的運動常識。</p> <p>3c-I-1表現基本動作與模仿的能力。</p>	<p>與模仿性律動遊戲。</p>	<p>3. 能創造動作讓同組的學童模仿。</p> <p>4. 能模仿同學創造出來的動作。</p>	<p>童模仿。</p> <p>3. 能快速模仿同學創造出來的動作。</p> <p>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。</p> <p>5. 能明白快速反應在生活中的運用。</p>					
壹、守護健康有一套	<p>二. 歡喜做朋友</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-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。</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動、公平競爭，並與團</p>	<p>3b-I-1能於引導下，表現簡易的自我調適技能。</p>	<p>Fa-I-2與家人及朋友和諧相處的方式。</p>	<p>※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。</p>	<p>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。</p> <p>2. 藉由一起學習、一起玩，找到共同興趣的好朋友。</p> <p>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。</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>◎性別平等教育</p> <p>性E11培養性別間合宜表達情感的能力。</p>	

		隊成員合作，促進身心健康。									
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。 4d-I-1願意從事規律身體活動。	Ab-I-1體適能遊戲。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	1. 能在遊戲中做出迅速起立及快跑動作。 2. 能依指令迅速做出移動、蹲下、跳躍的動作。	1. 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。	
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	3b-I-2能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-2與家人及朋友和諧相處的方式。	※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。	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。	

		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。									
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。 4d-I-1願意從事規律身體活動。	Ab-I-1體適能遊戲。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	1.能依指令迅速做出折返動作。 2.能迅速做出起立與快跑動作。 3.能迅速做出移動、急停及轉向折返動作。 4.能在遊戲過程中，做出判斷與改變遊戲策略。 5.能遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。	1.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。	
評量 週 壹、 守護 健康	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	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。	※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。	※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	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。	

有一套		<p>問題。</p> <p>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。</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動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</p>	3b-I-2能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。			幫助的。					
評量週	八、我有好身手 運動歡暢 興趣多	<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>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</p>	Ia-I-1滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	<p>1. 能利用肢體支撐身體，表現簡單的平衡動作。</p> <p>2. 能專注觀賞他人的動作表現，且樂於參與並完成連續動作。</p> <p>3. 能靈活的表現出簡單的全身性身體活動，完成肌力訓練。</p> <p>4. 能在遊戲活動中，表現出對肢體的控制能力。</p>	<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>	2 (體)	<p>1. 電子書及播放設備</p> <p>2. 安全墊數塊、哨子、軟質地</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>		

		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。	作常識，處理練習或遊戲問題。								
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。	3b-I-2能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 3b-I-3能於生活中嘗試運用生活技能。	Fa-I-2與家人及朋友和諧相處的方式。	※能分工合作，一起完成一件任務，從中得到成就感。	※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。	
貳、	八.	健體-E-A1具備良	1c-I-1認	Ia-I-1滾翻、	1. 能利用肢體學習	1. 能依指令完成肢體動作。	2	1. 電子書	觀察評量		

運動歡暢樂趣多	我有好身手	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樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	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。 4d-I-1願意從事規律身體活動。	支撐、平衡、懸垂遊戲。	金雞蛋及不倒翁的動作。 2. 培養觀察及動作模仿的能力並能專注觀賞他人的動作表現。 3. 利用活動訓練肢體的開展，並快樂參與遊戲及運動。 4. 能利用肢體學習動物行走的動作。 5. 培養觀察及動作模仿的能力，並能專注觀賞他人的動作表現。 6. 利用活動訓練肢體的伸展，並快樂參與遊戲及運動。	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。	(體)	及播放設備 2. 安全墊、哨子、軟質地板	口頭評量 行為檢核 態度評量		
壹、守護健康	三. 帶著眼耳	健體-E-A1具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促	1a-I-1認識基本的健康常	Da-I-2身體的部位與衛生保健的重要性。	※能知道眼、耳、鼻在生活中的重要性。	※透過故事與體驗活動，了解眼睛在生活中的重要性。	1 (健)	1. 電子書及播放設備。	觀察評量 口頭評量 行為檢核	◎生命教育 生E2理解人的身體與心	

有一套	鼻去旅行	<p>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>	識。					2. 每生一面小鏡子、眼罩（手帕或口罩）。	態度評量	<p>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了解急救的重要性。 安E12操作簡單的急救項目。</p>	
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</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</p>	Ia-I-1滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	<p>1. 能利用肢體學習動物行走的動作。</p> <p>2. 培養觀察及動作模仿的能力，並能專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3. 利用活動訓練肢體的伸展，並快樂參與遊戲及運動。</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>		

		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樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	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。								
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	1a-I-1認識基本的健康常識。	Da-I-2身體的部位與衛生保健的重要性。	※能知道眼、耳、鼻在生活中的重要性。	※透過故事與體驗活動，了解眼睛在生活中的重要性。	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	◎生命教育 生E2理解人的身體與心理面向。 ◎戶外教育 戶E3善用五官的感知，培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈對環境感受的能力。 ◎安全教育 安E3知道常見事故傷害。 安E11了解急救的重要性。	

		力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。								安E12操作簡單的急救項目。	
貳、 運動 歡暢 樂趣 多	九. 跳躍 大進 擊	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。	1c-I-1認識身體活動的基本動作。 1c-I-2認識基本的運動常識。 2c-I-2表現認真參與的學習態度。 3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Ab-I-1體適能遊戲。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	1. 能在移動時進行跳躍動作。 2. 能在移動過程中做出單、雙腳跳混合式的連續跳躍動作。 3. 和同學配合做出跳、碰動作。	1. 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。	
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。	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。	Ba-I-2眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2身體的部位與衛生保健的重要性。	1. 能透過活動紀錄，了解自己做到了哪些愛眼行動。 2. 能於日常生活中舉例眼睛受傷時，採取做決定的生活技能選用適當的急	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。	1 (健)	1. 電子書及播放設備 2. 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。 ◎戶外教育 戶E3善用五官的感知，培	

		<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>2a-I-2感受健康問題對自己造成的威脅性。</p> <p>3a-I-2能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p> <p>4a-I-2養成健康的生活習慣。</p>		<p>救方法。</p> <p>3. 能了解眼睛受傷處理的重要性，感受不當的處理方式對健康所造成的威脅。</p> <p>4. 能於師長引導下，於生活中操作眼睛傷害事件急救處理的健康技能。</p>					<p>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了解急救的重要性。 安E12操作簡單的急救項目。</p>	
<p>貳、 運動 歡暢 樂趣 多</p>	<p>九、 跳躍 大進 擊</p>	<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-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</p>	<p>1c-I-1認識身體活動的基本動作。</p> <p>1c-I-2認識基本的運動常識。</p> <p>2c-I-2表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-1表</p>	<p>Ab-I-1體適能遊戲。</p> <p>Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>1. 和同學配合做出波浪跳躍動作。</p> <p>3. 能說出各種動物跳躍的特色。</p>	<p>1. 和同學配合做出波浪跳的動作。</p> <p>2. 能在遊戲中展現各種「跳」的動作。</p>	<p>2 (體)</p>	<p>1. 電子書及播放設備</p> <p>2. 哨子、旗子</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>◎人權教育 人E8了解兒童對遊戲權利的需求。</p>	

		識，關懷社會。	現基本動作與模仿的能力。								
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。	1b-I-1舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-I-2感受健康問題對自己造成的威脅性。 3a-I-2能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2養成健康的生活習慣。	Ba-I-2眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2身體的部位與衛生保健的重要性。	1. 能知道耳朵的重要性與保健方式。 2. 能於日常生活中舉例說明，耳朵內有異物時適用的處理技巧。 3. 能了解正確處理耳朵內有異物的重要性，感受不當的處理方式對健康所造成的威脅。 4. 能在師長引導下，於生活中操作排除耳朵進水的正確處理技能。	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力。 ◎安全教育 安E3知道常見事故傷害。 安E11了解急救的重要性。 安E12操作簡單的急救項目。	
貳、 運動 歡暢	九、 跳躍 大進	健體-E-A1具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促	1c-I-1認識身體活動的基本	Ab-I-1體適能遊戲。 Ga-I-1走、	1. 能創造模仿各種動物跳躍的動作。 2. 能以跳躍動作完	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	2 (體)	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E8了解兒童對遊戲權	

樂趣多	擊	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。	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，處理練習或遊戲問題。	跑、跳與投擲遊戲。	成猜拳遊戲。 3. 遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。	戲。		2. 哨子、粉筆、教師用圓規教具	態度評量	利的需求。	
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	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。 4a-I-2養	Ba-I-2眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2身體的部位與衛生保健的重要性。	1. 能知道愛護鼻子的方法。 2. 能於日常生活中舉例說明，流鼻血時適用的處理技巧。 3. 能了解正確處理流鼻血的重要性，感受不當的處理方式對健康所造成的威脅。 4. 能於師長的引導下，於生活中操作	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。 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。	1 (健)	1. 電子書及播放設備 2. 〈哇！流鼻血了〉影片	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力。 ◎安全教育	

		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。	成健康的 生活習 慣。		流鼻血的正確處理技巧。 5. 能了解眼、耳、鼻的重要性及保健方式。					安E3知道常見事故傷害。 安E11了解急救的重要性。 安E12操作簡單的急救項目。	
貳、 運動 歡暢 樂趣 多	九. 跳躍 大進 擊	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。	1c-I-1認識身體活動的基本動作。 2c-I-2表現認真參與的學習態度。 3c-I-1表現基本動作與模仿的能力。	Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	1. 能以跳躍動作完成猜拳遊戲。 2. 遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。 3. 能結合音樂音符、五線譜概念做出跳躍動作。 4. 能結合數學加減法運算，做出跳躍動作。	1. 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 2. 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。	
評量 週 壹、 守護 健康 有一	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。	2a-I-2感受健康問題對自己造成的威脅性。	Db-I-2身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	1. 能以自己喜歡的方式打招呼。 2. 能知道自己能接受和不能接受的身體碰觸。	※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。 ◎人權教育	

套		<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>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>	
評量週	<p>十、手腳並用</p> <p>歡暢樂趣多</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動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</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表現認真參與的學習</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>1. 能知道手部向上拍氣球前進的相關動作。</p> <p>2. 能運用不同手部部位進行向上拍氣球動作。</p> <p>3. 能在一定時間內連續將氣球拍起，越多越好。</p> <p>4. 能發揮創意，創造不同動作並實踐。</p> <p>5. 能知道拍氣球接力相關動作。</p> <p>6. 能知道如何和他</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。</p> <p>品E3溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>◎安全教育安E7探究運動基本的保健。</p>	

			<p>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>人合作完成拍氣球接力。</p>						
<p>壹、 守護 健康 有一 套</p>	<p>四、 自我 保護 小勇 士</p>	<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</p>	<p>2a-I-2感受健康問題對自己造成的威脅性。</p>	<p>Db-I-2身體隱私與身體界線及其危害求助方法。</p>	<p>1. 能知道身體的哪些部位不能讓別人碰觸。</p> <p>2. 能知道保護自己的方法。</p> <p>3. 透過情境討論及演練，知道遇到侵犯時如何因應。</p>	<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>	<p>1 (健)</p>	<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. 繪本《蝴蝶朵朵》</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係。</p> <p>◎法治教育</p> <p>法E8認識兒少保護。</p>	

		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。									
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。	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	Ha-I-1網/牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	1.能知道拍氣球接力相關動作。 2.能知道如何和他人合作完成拍氣球接力。 3.能知道擊球過網的活動規則並遵守。 4.能知道並完成擊球過網的相關動作。 5.能知道如何和他人合作進行擊球過網。	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探究運動基本的保健。	

			題。 4d-I-1願意從事規律身體活動。								
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，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	1b-I-1舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3b-I-3能於生活中嘗試運用生活技能。	Db-I-2身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	1. 透過情境討論，知道危險可能發生的地點。 2. 透過情境討論，知道遇到危險時該如何因應。 3. 知道遭遇緊急情況時，必須自我保護與尋求協助。 4. 能知道遭遇緊急情況時，如何尋求協助。	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)	※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。 ◎人權教育 人E10認識隱私權與日常生活的關係。 ◎法治教育 法E8認識兒少保護。	
貳、 運動 歡暢	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	1d-I-1描述動作技能基本常	Ha-I-1網/牆性球類運動相關的簡易拋、	1. 能知道擊球過網的活動規則並遵守。	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	2 (體)	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E8了解兒童對遊戲權	

<p>樂趣多</p>		<p>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>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。</p>	<p>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。</p>	<p>2.能知道並完成擊球過網的相關動作。 3.能知道如何和他人合作進行擊球過網。 4.能知道並完成相關的踢氣球動作。 5.能於活動中展現踢氣球的技能。</p>	<p>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。</p>		<p>2.氣球、氣球充氣工具、哨子、圓錐、旗竿、橡皮筋繩、畫線器</p>	<p>態度評量</p>	<p>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。</p>	
<p>壹、守護健康有一套</p>	<p>五. 抗病小高手</p>	<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，</p>	<p>1a-I-1認識基本的健康常識。</p>	<p>Fb-I-1個人對健康的自我覺察與行為表現。 Fb-I-2兒童常</p>	<p>1.能做到身體不舒服時，要主動告知。 2.知道在學校身體不舒服時，會到健</p>	<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>1 (健)</p>	<p>※電子書及播放設備</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p>◎品德教育 品E1良好生活習慣與德行。</p>	

		<p>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>見疾病的預防與照顧方法。</p>	<p>康中心 請求協助。</p> <p>3. 知道在學校身體不舒服，回家一定要告訴家人。</p> <p>3. 知道身體不舒服時的適切處理方法。</p> <p>4. 感染傳染病時，能做到保護人我的行為。</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> <p>3. 知道自己感染傳染疾病時，應該馬上請假在家休息，以免病毒擴散，傳染給他人。</p>					
<p>貳、 運動 歡暢 樂趣 多</p>	<p>十、 手腳 並用</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動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。</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表現認真參與的學習態度。</p>	<p>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。</p>	<p>1. 能於活動中展現踢氣球的技能。</p> <p>2. 能知道並完成跑跑踢踢的相關動作。</p> <p>3. 能利用不同腳的部位完成踢擊動作。</p> <p>4. 能穩定踢中擺動中不同種類的球。</p>	<p>1. 能順暢的踢中擺動中不同種類的球。</p> <p>2. 能發想創意或表達有關球的遊戲設計。</p> <p>3. 能藉由練習，增強踢球的感覺。</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、大小不同的球、橡皮筋繩、畫線器、架子、透明網狀</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需求。</p> <p>◎品德教育 品E2自尊尊人與自愛愛人。</p> <p>品E3溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>◎安全教育</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>					球袋		安E7探究運 動基本的保 健。	
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>1a-I-1認 識基本的 健康常 識。</p> <p>2b-I-1接 受健康的 生活規 範。</p> <p>2b-I-2願 意養成個 人健康習 慣。</p>	Fb-I-1個人對 健康的自我覺 察與行為表 現。	<p>1. 知道腸病毒期間 的症狀。</p> <p>2. 遵守腸病毒糾察 守則。</p>	※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)	<p>1. 電子書 及播放設 備</p> <p>2. 〈哇！腸 病毒來襲〉</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>	◎品德教育 品E1良好生 活習慣與德 行。	

		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。									
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。	1c-I-2認識基本的運動常識。 2d-I-2接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-1表現基本動作與模仿的能力。 4c-I-2選擇適合個人的身體活動。	Ce-I-1其他休閒運動入門遊戲。 Ic-I-1民俗運動基本動作與遊戲。	1. 能了解跳繩運動的好處及安全原則。 2. 能做出跳繩伸展操的動作。 3. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動，並認真學習。 4. 能利用課間及假日進行跳繩活動。	1. 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。	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。 人E8了解兒 童對遊戲權 利的需求。	
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，	1a-I-2認識健康的 生活習 慣。 3a-I-2能	Fb-I-2兒童常見疾病的預防與照顧方法。	1. 能知道生病時間的在家照護要點。 2. 知道感染腸病毒期間適合進食的 食物。	※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	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。	

		<p>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>於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p>			<p>時，能表現出促進健康的行為。</p>					
<p>貳、運動歡暢樂趣多</p>	<p>十一、大家來跳繩</p>	<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>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>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>1. 能了解並說出跳繩一跳一迴旋的動作要領。</p> <p>2. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動，並認真學習。</p> <p>3. 能做出跳繩一跳一迴旋的基本動作技巧。</p> <p>4. 能利用課間進行跳繩活動，進而養成規律運動的習</p>	<p>※透過跳繩活動促進健康體適能。</p>	<p>2 (體)</p>	<p>1. 電子書及播放設備</p> <p>2. 哨子、跳繩</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需求。</p>	

			4c-I-2選擇適合個人的身體活動。		慣。						
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。	1a-I-1認識基本的健康常識。 2b-I-2願意養成個人健康習慣。 3a-I-2能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。	Fb-I-2兒童常見疾病的預防與照顧方法。	1. 知道預防生病的好行為。 2. 實踐日常生活中預防生病的好行為。	※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。	
評量週 十一、大家		健體-E-C3具備理解與關心本土與國際體育與健康議題	2d-I-2接受並體驗多元性身	Ab-I-1體適能遊戲。 Ic-I-1民俗運	1. 能在跳繩遊戲中體驗快樂互動並認真學習。	1. 學會正確的暖身運動及跳繩動作。 2. 藉由簡易的遊戲來提升	2 (體)	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了解每個人需求的	

貳、 運動 歡暢 樂趣 多	來跳 繩	的素養，並認識與 包容文化的多元 性。	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。	動基本動作與 遊戲。	2.能利用課間進行 跳繩活動，進而養 成規律運動的習 慣。	跳繩節奏感的能力。		2.哨子、跳 繩、長繩	態度評量	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。	
---------------------------	---------	---------------------------	---	---------------	--	-----------	--	----------------	------	---	--