

南投縣 國民小學 109 學年度部定課程計畫

【第一學期】

領域 /科目	健康與體育	年級/班級	一年級/甲班
教師	石俊衍老師	上課週節數	每週 3 節

課程目標：

1. 於上下學情境中，了解注意交通安全是健康生活的一環，並且認識上下學的安全常識。
2. 列舉校園內適合遊戲的地方，並且認識遊戲的安全常識。
3. 體會上下學與遊戲安全的重要性，並且願意遵守各項上下學與遊戲的注意事項。
4. 於生活中，嘗試自我覺察並修正個人上下學與遊戲的不當行為，練習各項安全行為。
5. 在校園中，嘗試運用做決定的技巧選擇適合遊戲的地方。
6. 養成遵守上下學與遊戲注意事項的好習慣。
7. 能認識身體部位名稱，並知道清潔身體的方法。
8. 能知道洗手五步驟。
9. 能知道上廁所的注意事項。
10. 發覺健康的生活態度與行為，並願意養成個人健康習慣。
11. 能正確利用洗手五步驟清潔雙手。
12. 能正確做到清潔身體的步驟，並養成良好的衛生習慣。
13. 能正確使用廁所。
14. 能勤洗手，保持雙手乾淨。
15. 能每天清潔身體，換穿乾淨衣物。
16. 能正確上廁所。
17. 可以從觀察他人動作與表情猜測對方的情緒狀態，並察覺同一件事，每個人的感受可能不同。
18. 從自己能完成來得到自我悅納感，知道自己做得到，也能自己做。
19. 能表達自己的感受，在情緒發洩後也能緩和感受或改善狀況。

20. 觀察事件與他人動作及表情猜測對方的情緒狀態。
21. 能用言語或表情表達自己的感受，讓其他人知道。
22. 能和同儕一起玩、一起學習，喜歡共好的感受。
23. 能從閱讀中認識早餐的重要性。
24. 能說出早餐常見食物。
25. 能認識食物對身體健康的重要性。
26. 能接納並嘗試不同的早餐食物。
27. 能覺察珍惜食物的重要性。
28. 能覺察良好的飲食習慣和衛生行為，可以讓身體更健康。
29. 能連結生活發覺早餐可以維持精神與活力。
30. 能選擇對身體健康有益的食物。
31. 能透過分享願意養成吃早餐的習慣。
32. 能養成良好的飲食習慣和衛生行為，以維護健康。
33. 知道學校健康中心的設備、器材與使用方法。
34. 能知道學校護理師及醫師到校服務的工作內容。
35. 能知道健康檢查複檢（再檢查）怎麼做。
36. 能體會護理師、醫師的辛苦付出，知道感恩與感謝。
37. 在學校發生事情能主動尋求協助。
38. 學習解決問題的能力。
39. 能適時適切使用學校健康中心的設備或器材，以維護健康。
40. 能禮貌對待護理人員，並適時表達謝意。
41. 能分辨學校空間、設備的安全性。
42. 能遵守遊戲規則，並與同學互助合作。
43. 能討論並正確的使用學校空間及設備，達到安全和快樂的目的。
44. 能正確的操作各項遊戲器材。
45. 能利用學校運動空間，從事身體活動。
46. 能利用呼拉圈做各種身體的伸展活動，並能簡單運用身體操作呼拉圈。

47. 能完成搖動呼拉圈的動作。
48. 能運用身體做出指定動作。
49. 表現認真參與活動的積極態度。
50. 能在運動過程中，避免運動傷害。
51. 能與同學培養默契通力合作，完成動作。
52. 能注意同學的動作，學習、了解如何完成指示動作。
53. 平時能利用呼拉圈做運動。
54. 能利用呼拉圈選擇適合自己的身體活動。
55. 在遊戲中表達出對肢體各部位的認識及完整概念，並能靈活操作身體表現動作。
56. 能主動參與各種身體活動。
57. 能專注欣賞他人優良動作表現。
58. 能表現認真參與活動的積極態度。
59. 能與同學一起認真合作發揮創意，運用身體表演造型動作。
60. 能在引導下自信的表現身體活動。
61. 能說出並選擇平時從事的運動。
62. 認識操場、跑道與使用規則。
63. 認識腳的走、跑、跳動作。
64. 能表現專注觀賞的態度。
65. 能遵守遊戲規則，並和他人一同合作遊戲。
66. 做出各項暖身動作。
67. 能體會並做出腳的走、跑、跳動作。
68. 能善用學校操場資源從事運動。
69. 能在行進中選擇或轉換走、跑、跳運動。
70. 能利用下課時間練習走、跑、跳運動或遊戲。
71. 能知道教材示範身體和球的動作。
72. 能知道教材示範夾球、夾球跳和滾接的動作。
73. 能了解教材的活動關卡動作。

74. 能盡力的完成教材動作。 75. 能和同學互相合作完成活動。 76. 能觀察他人活動的表現。 77. 能做出教材夾球、夾球跳和滾接的動作技巧。 78. 能做出教材闖關活動的動作技巧。 79. 能在玩球的過程中，認識自己身體活動能力，並選擇適合自己的運動。 80. 能利用課餘時間，從事玩球運動。						
教學進度				教學重點	評量方式	議題融入/ 跨領域(選填)
週次 (必填)	日期 (選填)	核心素養	單元名稱			
一	8/28 - 8/29	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C1 健體-E-C2 健體-E-C3	壹、快樂上學去 一. 新生進行曲 貳、運動樂趣多 六. 小小探險家	※透過課本不同的上學方式情境，能學習交通安全知識，自我覺察日常生活中的安全與危險行為，並養成遵守交通規則的習慣，進而未來嘗試自己上學。 1. 指導學童認識校園內各項遊戲器材與場地的名稱，及正確的使用方法。 2. 培養學童樂於參與團體活動，並遵守遊戲規則的態度。 3. 利用校園的遊戲器材，從事各項身體活動。 4. 使用遊戲器材時，能分辨遊戲行為的安全性。 5. 學會保護自己和他人的安全。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎安全教育 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。 ◎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。

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

<p>二</p>	<p>8/30 - 9/05</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C1 健體-E-C2 健體-E-C3</p>	<p>壹、快樂上學去 一. 新生進行曲 貳、運動樂趣多 六. 小小探險家</p>	<p>※透過課本不同的上學方式情境，能學習交通安全知識，自我覺察日常生活中的安全與危險行為，並養成遵守交通規則的習慣，進而未來嘗試自己上學。</p> <p>1. 指導學童認識校園內各項遊戲器材與場地的名稱，及正確的使用方法。 2. 培養學童樂於參與團體活動，並遵守遊戲規則的態度。 3. 利用校園的遊戲器材，從事各項身體活動。 4. 使用遊戲器材時，能分辨遊戲行為的安全性。 5. 學會保護自己和他人的安全。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p>◎安全教育 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。 ◎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。</p>
<p>三</p>	<p>9/06 - 9/12</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C1 健體-E-C2 健體-E-C3</p>	<p>一. 新生進行曲 六. 小小探險家</p>	<p>※透過課本不同的上學方式情境，能學習交通安全知識，自我覺察日常生活中的安全與危險行為，並養成遵守交通規則的習慣，進而未來嘗試自己上學。</p> <p>1. 利用校園的遊戲器材，從事各項身體活動。 2. 使用遊戲器材時，能分辨遊戲行為的安全性。 3. 學會保護自己和他人的安全。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p>◎安全教育 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。 ◎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。</p>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

<p>四</p>	<p>9/13 - 9/19</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C1 健體-E-C2 健體-E-C3</p>	<p>一. 新生進行曲 六. 小小探險家</p>	<p>※透過課本校園遊戲情境，學童能以做決定的技巧選擇適合遊戲的地方，亦透過自我察覺並修正個人的不當遊戲行為，並且養成遵守遊戲安全的好習慣</p> <p>1. 利用校園的攀爬設施，從事各項身體活動。 2. 使用遊戲器材時，能分辨遊戲行為的安全性。 3. 學會保護自己和他人的安全。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p>◎安全教育 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。 ◎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。</p>
<p>五</p>	<p>9/20 - 9/26</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C1 健體-E-C2 健體-E-C3</p>	<p>一. 新生進行曲 七. 來玩呼拉圈</p>	<p>※透過課本學校放學時的情境，學童以討論與問答方式澄清概念後，能舉例說明應注意的事項，並養成好行為。</p> <p>※用呼拉圈做身體的伸展活動，學會推呼拉圈。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p>◎安全教育 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。 安 E10 關注校園安全的事件。 ◎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</p>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

						<p>人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p> <p>◎生涯規劃教育</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>
六	9/27 - 10/03	<p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-A2</p> <p>健體-E-A3</p> <p>健體-E-B1</p> <p>健體-E-B3</p> <p>健體-E-C1</p> <p>健體-E-C2</p> <p>健體-E-C3</p>	<p>二. 健康小達人</p> <p>七. 來玩呼拉圈</p>	<p>※能認識身體部位的名稱，並能好好愛護它們</p> <p>※用呼拉圈做身體的伸展活動，學會推呼拉圈。</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>◎品德教育</p> <p>品 E1 良好生活習慣與德行。</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 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p> <p>◎生涯規劃教育</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>
七	10/04 - 10/10	<p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-A2</p> <p>健體-E-A3</p> <p>健體-E-B1</p> <p>健體-E-B3</p> <p>健體-E-C1</p> <p>健體-E-C2</p>	<p>二. 健康小達人</p> <p>七. 來玩呼拉圈</p>	<p>1. 能知道常洗手，保持雙手乾淨的重要性</p> <p>2. 能知道正確洗手的方法和步驟。</p> <p>3. 能依照正確的步驟和方法清潔雙手。</p> <p>※使用呼拉圈與同學一起合作完成任務。</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>◎品德教育</p> <p>品 E1 良好生活習慣與德行。</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>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

		健體-E-C3				◎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。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
八	10/11 - 10/17	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C1 健體-E-C2 健體-E-C3	二. 健康小達人 七. 來玩呼拉圈	1. 能知道常洗手，保持雙手乾淨的重要性 2. 能知道正確洗手的方法和步驟。 3. 能依照正確的步驟和方法清潔雙手。 4. 藉由洗臉認識臉部各部位的名稱。 5. 經過一天的活動，要身體洗乾淨，換上乾淨的衣物，藉由洗澡認識身體各部分的名稱。 ※使用呼拉圈與同學一起合作完成任務。	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。 ◎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 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
九	10/18 - 10/24	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C1	二. 健康小達人 八. 快樂動起來	※能在使用廁所過程中體會各行為的意義，建立正確使用廁所及保護自己和尊重他人身體的行為。 1. 能聽指令操作自己肢體的動作。 2. 能隨著音樂做出快樂的動作。	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。 ◎性別平等教育

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

		健體-E-C2 健體-E-C3				性 E4 認識身體界線與尊重他人的身體自主權。 ◎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。
十	10/25 - 10/31	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C1 健體-E-C2 健體-E-C3	三. 我長大了 八. 快樂動起來	※讓學童藉由自己學習完成許多事，培養成就感並喜歡自己。 ※運用身體各部位與同學的碰觸打招呼，讓學童了解自己身體部位，並樂於與人互動，促進身心健康。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	◎性別平等教育 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 ◎閱讀素養教育 閱 E8 低、中年級以紙本閱讀為主。 閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。 閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。 ◎性別平等教育

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

						<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 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</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>
十一	11/01 - 11/07	<p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-A2</p> <p>健體-E-A3</p> <p>健體-E-B1</p> <p>健體-E-B3</p> <p>健體-E-C1</p> <p>健體-E-C2</p> <p>健體-E-C3</p>	<p>三. 我長大了</p> <p>八. 快樂動起來</p>	<p>※讓學童學習如何交朋友，並由共同的嗜好找到學習的好伙伴。</p> <p>1. 藉由活動的設計，運用先前學過的動作，表演各種不同的造型。</p> <p>2. 利用表演的遊戲，以增進學童之間的互動。</p> <p>3. 訓練學童反應能力，增強體適能心肺能力的刺激。</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 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。</p> <p>性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p> <p>◎閱讀素養教育</p> <p>閱 E8 低、中年級以紙本閱讀為主。</p> <p>閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。</p> <p>閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。</p> <p>◎性別平等教育</p>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

						<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 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</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>
十二	11/08 - 11/14	<p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-A2</p> <p>健體-E-A3</p> <p>健體-E-B1</p> <p>健體-E-B3</p> <p>健體-E-C1</p> <p>健體-E-C2</p> <p>健體-E-C3</p>	<p>三. 我長大了</p> <p>八. 快樂動起來</p>	<p>※知道遇到不同的事情會產生各種情緒，並能分辨別人的心情。</p> <p>1. 能聽指令操作自己肢體的動作。</p> <p>2. 利用「身體歌」這首歌，進一步認識身體各部位。</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 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。</p> <p>性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p> <p>◎閱讀素養教育</p> <p>閱 E8 低、中年級以紙本閱讀為主。</p> <p>閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。</p> <p>閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。</p> <p>◎性別平等教育</p>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

						<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 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</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>
十三	11/15 - 11/21	<p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-A2</p> <p>健體-E-A3</p> <p>健體-E-B1</p> <p>健體-E-B3</p> <p>健體-E-C1</p> <p>健體-E-C2</p> <p>健體-E-C3</p>	<p>三. 我長大了</p> <p>八. 快樂動起來</p>	<p>※能用言語或表情表達自己的感受，並能選擇喜歡做的事來轉換心情。</p> <p>※透過遊戲，能訓練學童肢體反應靈活並能做出協調的動作。</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 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。</p> <p>性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p> <p>◎閱讀素養教育</p> <p>閱 E8 低、中年級以紙本閱讀為主。</p> <p>閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。</p> <p>閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。</p> <p>◎性別平等教育</p>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

						<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 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</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>
十四	11/22 - 11/28	<p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-A2</p> <p>健體-E-A3</p> <p>健體-E-B1</p> <p>健體-E-B3</p> <p>健體-E-C1</p> <p>健體-E-C2</p> <p>健體-E-C3</p>	<p>四. 活力加油站</p> <p>九. 快樂走跑跳</p>	<p>※藉由圖中人物吃不吃早餐的結果，說明早餐的重要性。</p> <p>1. 認識操場、跑道與使用規則。</p> <p>2. 遵守操場跑道使用規則，並和他人共同使用操場跑步。</p> <p>3. 能了解暖身運動的重要性。</p> <p>4. 能跟隨教師的示範，做出各項暖身伸展動作。</p> <p>5. 能做出直線走、快跑、S 形繞物走、側併走、側併跑、繞物跑的動作。</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>◎品德教育</p> <p>品 E1 良好生活習慣與德行。</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 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p> <p>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

<p>十五</p>	<p>11/29 - 12/05</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C1 健體-E-C2 健體-E-C3</p>	<p>四. 活力加油站 九. 快樂走跑跳</p>	<p>※能說出今天自己的早餐吃了哪些食物，分量是否剛好。</p> <p>1. 能和同學配合一起完成「走、跑」的遊戲。 2. 能在遊戲中模仿或創意各項「走、跑」的方式。 3. 能專注欣賞他人的動作表現。</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>◎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 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。</p>
<p>十六</p>	<p>12/06 - 12/12</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C1 健體-E-C2 健體-E-C3</p>	<p>四. 活力加油站 九. 快樂走跑跳</p>	<p>※能認識食物對身體健康的重要性</p> <p>1. 能做出原地跳與連續前進跳的動作。 2. 能在猜拳遊戲中表現跳躍變換動作。 3. 能遵守遊戲規則並和他人一同合作遊戲。</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>◎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 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。</p>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

<p>十七</p>	<p>12/13 - 12/19</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C1 健體-E-C2 健體-E-C3</p>	<p>四. 活力加油站 九. 快樂走跑跳</p>	<p>※能做到好的飲食習慣。 1. 能在遊戲中變換走、跑、跳的動作。 2. 能遵守遊戲規則並和他人一同合作遊戲。 3. 能為自己表現評分。</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。 ◎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 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。</p>
<p>十八</p>	<p>12/20 - 12/26</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C1 健體-E-C2 健體-E-C3</p>	<p>五. 校園生活健康多 十. 和球做朋友</p>	<p>※能知道在學校若身體不舒服或受傷時要告訴老師，並到健康中心處理。 1. 能努力學習並完成操作小球和大球進行活動。 2. 能利用身體不同部位進行繞球活動。 3. 配合音樂、口令完成夾球動作。 4. 能 and 他人合作，利用身體不同部位順利夾住球進行活動。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p>◎家庭教育 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 ◎生涯規劃教育 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。 ◎閱讀素養教育 閱 E11 能在一般生活情境中，懂得運用文本習得的知識解決問題。 ◎戶外教育 戶 E3 善用教室外，戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。</p>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

						<p>◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。 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。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>
十九	12/27 - 1/2	<p>健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C1 健體-E-C2 健體-E-C3</p>	<p>五. 校園生活健康多 十. 和球做朋友</p>	<p>※藉由參訪認識健康中心能提供的服務及器材的功能。 1. 能平穩的做出夾球原地跳、夾球左右跳、夾球往前跳。 2. 能和他人合作完成夾球接力活動。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p>◎家庭教育 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 ◎生涯規劃教育 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。 ◎閱讀素養教育 閱 E11 能在一般生活情境中，懂得運用文本習得的知識解決問題。 ◎戶外教育 戶 E3 善用教室外，戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。</p>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

						<p>◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。 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。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>
二十	1/3 - 1/9	<p>健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C1 健體-E-C2 健體-E-C3</p>	<p>五. 校園生活健康多 十. 和球做朋友</p>	<p>1. 學校健康中心不但協助維護全校師生的健康，還提供許多健康服務和管理，具有多樣功能。 2. 透過討論與分析，學童能充分了解健康中心的功能，知道健康中心是全校師生的健康守護神。 3. 能體會護理師的辛苦，進而表達感謝。</p> <p>1. 配合音樂、口令順暢的完成動作。 2. 能和其他人互相合作完成滾球動作。 3. 能和同學合作滾中目標物。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	<p>◎家庭教育 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 ◎生涯規劃教育 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。 ◎閱讀素養教育 閱 E11 能在一般生活情境中，懂得運用文本習得的知識解決問題。 ◎戶外教育 戶 E3 善用教室外，戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。 ◎品德教育</p>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

						<p>品 E1 良好生活習慣與德行。</p> <p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>◎安全教育</p> <p>安 E7 探究運動基本的保健。</p> <p>◎生涯規劃教育</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>
二十一	1/10 - 1/16	<p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-A2</p> <p>健體-E-A3</p> <p>健體-E-B1</p> <p>健體-E-B3</p> <p>健體-E-C1</p> <p>健體-E-C2</p> <p>健體-E-C3</p>	<p>五. 校園生活健康多</p> <p>十. 和球做朋友</p>	<p>1. 學校健康中心只是做初步的檢驗，不是檢查結果，也不具正確的效力。</p> <p>2. 健康檢查後，收到複檢通知時應告知家長，再依項目到醫院或診所複檢。</p> <p>※能發揮專注力，體驗不同球類滾丟的感覺，跟著關卡進行不同活動。</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>◎家庭教育</p> <p>家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。</p> <p>◎生涯規劃教育</p> <p>涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。</p> <p>◎閱讀素養教育</p> <p>閱 E11 能在一般生活情境中，懂得運用文本習得的知識解決問題。</p> <p>◎戶外教育</p> <p>戶 E3 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>◎品德教育</p>

						<p>品 E1 良好生活習慣與德行。</p> <p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>◎安全教育</p> <p>安 E7 探究運動基本的保健。</p> <p>◎生涯規劃教育</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>
二十二	1/17 - 1/20	<p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-A2</p> <p>健體-E-A3</p> <p>健體-E-B1</p> <p>健體-E-B3</p> <p>健體-E-C1</p> <p>健體-E-C2</p> <p>健體-E-C3</p>	<p>五. 校園生活健康多</p> <p>十. 和球做朋友</p> <p>休業式</p>	<p>1. 學校健康中心只是做初步的檢驗，不是檢查結果，也不具正確的效力。</p> <p>2. 健康檢查後，收到複檢通知時應告知家長，再依項目到醫院或診所複檢。</p> <p>※能發揮專注力，體驗不同球類滾丟的感覺，跟著關卡進行不同活動。</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>◎家庭教育</p> <p>家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。</p> <p>◎生涯規劃教育</p> <p>涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。</p> <p>◎閱讀素養教育</p> <p>閱 E11 能在一般生活情境中，懂得運用文本習得的知識解決問題。</p> <p>◎戶外教育</p> <p>戶 E3 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>◎品德教育</p>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

						<p>品 E1 良好生活習慣與德行。</p> <p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>◎安全教育</p> <p>安 E7 探究運動基本的保健。</p> <p>◎生涯規劃教育</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>
--	--	--	--	--	--	---

【第二學期】

領域 /科目	健康與體育	年級/班級	一年級/甲班
教師	石俊衍老師	上課週節數	每週 3 節

課程目標：

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。

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

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。

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

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。						
教學進度				教學重點	評量方式	議題融入/ 跨領域(選填)
週次 (必填)	日期 (選填)	核心素養	單元名稱			
一	2/18 - 2/20	健體 -E-A1 健體 -E-A2 健體 -E-C1 健體 -E-C2 健體 -E -C3	一. 飲食面面觀 六. 童玩真有趣	※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. 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。	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。 ◎人權教育

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

						<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>
二	2/21 - 2/27	<p>健體 -E-A1</p> <p>健體 -E-A2</p> <p>健體 -E-C1</p> <p>健體 -E-C2</p> <p>健體 -E -C3</p>	<p>一. 飲食面 面觀</p> <p>六. 童玩真 有趣</p>	<p>1. 指導學童正確的將食物分成六大類。</p> <p>2 引導學童願意調整自己的飲食內容，每一類食物都攝取。</p> <p>1. 能說出拋接沙包、拋撿沙包及沙包投擲的動作要領。</p> <p>2. 藉由沙包的動作學習，訓練學童手眼協調能力。</p> <p>3. 能說出風車接力的玩法及注意事項。</p> <p>4. 能在遊戲中與同學快樂互動、認真學習。</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>◎環境教育</p> <p>環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的</p> <p>◎品德教育</p> <p>品 E1 良好生活習慣與德行。</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>
三	2/28 - 3/6	<p>健體 -E-A1</p> <p>健體 -E-A2</p> <p>健體 -E-C1</p> <p>健體 -E-C2</p> <p>健體 -E -C3</p>	<p>一. 飲食面 面觀</p> <p>六. 童玩真 有趣</p>	<p>1. 認識用餐的好行為。</p> <p>2 養成良好的用餐好習慣。</p> <p>3 養成珍惜食物的好習慣。</p> <p>1. 能藉由風車接力遊戲，增進學童體適能。</p> <p>2. 能說出紙飛機的玩法及注意事項。</p> <p>3. 能在遊戲中與同學快樂互動、認真學習</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>◎環境教育</p> <p>環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的</p> <p>◎品德教育</p> <p>品 E1 良好生活習慣與德行。</p> <p>◎人權教育</p>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

				4. 能在學校利用課間進行遊戲活動。		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。
四	3/7 - 3/13	健體 -E-A1 健體 -E-A2 健體 -E-C1 健體 -E-C2 健體 -E -C3	一. 飲食面 面觀 七. 反應高 手	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. 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。	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，減少資源的的消耗。 ◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。 ◎人權教育 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
五	3/14 - 3/20	健體 -E-A1 健體 -E-A2 健體 -E-C1 健體 -E-C2 健體 -E -C3	二. 歡喜做 朋友 七. 反應高 手	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。 1. 能做出不同姿勢的起立動作。	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。 ◎人權教育 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

				<p>2. 藉由不同起立姿勢，讓學童體會反應的快慢差異。</p> <p>3. 能做出不同姿勢的起立動作後，再加速快跑。</p> <p>4. 能單獨做出急停、轉向、蹲下、跳躍的動作。</p>		
六	3/21 - 3/27	<p>健體 -E-A1</p> <p>健體 -E-A2</p> <p>健體 -E-C1</p> <p>健體 -E-C2</p> <p>健體 -E -C3</p>	<p>二. 歡喜做朋友</p> <p>七. 反應高手</p>	<p>1. 引導學童寫下全班名字，仔細思考自己較少互動的名單，嘗試與不熟悉的老同學互動，跨出社交舒適圈。</p> <p>2. 提醒學童注意社交禮節。</p> <p>1. 能連續做出轉換急停、蹲下、起立、跳躍、轉向及折返的動作。</p> <p>2. 能依指令迅速做出移動、急停及轉向折返的動作。</p> <p>3. 能在遊戲中做出判斷與選擇。</p> <p>4. 能遵守遊戲規定，並和他人一同合作遊戲。</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 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p> <p>◎人權教育</p> <p>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>
七	3/28 - 4/3	<p>健體 -E-A1</p> <p>健體 -E-A2</p> <p>健體 -E-C1</p> <p>健體 -E-C2</p> <p>健體 -E -C3</p>	<p>二. 歡喜做朋友</p> <p>八. 我有好身手</p>	<p>※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。</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>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>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

				<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>		
八	4/4 - 4/10	<p>健體 -E-A1</p> <p>健體 -E-A2</p> <p>健體 -E-C1</p> <p>健體 -E-C2</p> <p>健體 -E -C3</p>	<p>二. 歡喜做朋友</p> <p>八. 我有好身手</p>	<p>※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。</p> <p>1. 能依指令完成肢體動作。</p> <p>2. 利用身體的控制能力，進行平衡與肌力訓練。</p> <p>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。</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 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p>
九	4/11 - 4/17	<p>健體 -E-A1</p> <p>健體 -E-A2</p> <p>健體 -E-C1</p> <p>健體 -E-C2</p> <p>健體 -E -C3</p>	<p>三. 帶著眼耳鼻去旅行</p> <p>八. 我有好身手</p>	<p>※透過故事與體驗活動，了解眼睛在生活中的重要性。</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>	<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>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

						安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。
十	4/18 - 4/24	健體 -E-A1 健體 -E-A2 健體 -E-C1 健體 -E-C2 健體 -E -C3	三. 帶著眼耳鼻去旅行 九. 跳躍大進擊	※透過故事與體驗活動，了解眼睛在生活中的重要性。 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。	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。 ◎人權教育 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
十一	4/25 - 5/1	健體 -E-A1 健體 -E-A2 健體 -E-C1 健體 -E-C2 健體 -E -C3	三. 帶著眼耳鼻去旅行 九. 跳躍大進擊	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。	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。 ◎生命教育

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

				<ol style="list-style-type: none"> 和同學配合做出波浪跳的動作。 能在遊戲中展現各種「跳」的動作。 		<p>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 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。</p>
十二	5/2 - 5/8	健體 -E-A1 健體 -E-A2 健體 -E-C1 健體 -E-C2 健體 -E -C3	三. 帶著眼耳鼻去旅行 九. 跳躍大進擊	<ol style="list-style-type: none"> 引導學童知道愛護耳朵的方法及保健方法，並積極實踐。 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。 <ol style="list-style-type: none"> 能在遊戲中創造不同「跳」的動作。 能以跳躍動作進行猜拳遊戲。 	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 了解急救的重要性。</p>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

						安 E12 操作簡單的急救項目。 ◎人權教育 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
十三	5/9 - 5/15	健體 -E-A1 健體 -E-A2 健體 -E-C1 健體 -E-C2 健體 -E -C3	三. 帶著眼耳鼻去旅行 九. 跳躍大進擊	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. 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。	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。 ◎人權教育 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
十四	5/16 - 5/22	健體 -E-A1 健體 -E-A2 健體 -E-C1 健體 -E-C2 健體 -E -C3	四. 自我保護小勇士 十. 手腳並用	※能透過遊戲，知道自己能接受和不能接受的身體碰觸。	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。

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

				<ol style="list-style-type: none"> 1. 能知道並運用不同手部部位進行向上拍氣球動作。 2. 能在設定時間內連續將氣球拍起，越多越好。 3. 能表現出拍氣球接力相關動作。 4. 能表現出和他人互相合作完成拍氣球接力。 		<p>◎人權教育 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> <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 安 E7 探究運動基本的保健。</p>
十五	5/23 - 5/29	健體 -E-A1 健體 -E-A2 健體 -E-C1 健體 -E-C2 健體 -E -C3	四. 自我保護小 勇士 十. 手腳並 用	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能知道身體不能讓別人碰觸的部位。 2. 能知道身體的隱私處。 3. 能知道保護自己的方法。 4. 能知道隱私處遭受侵犯時的求助方法。 <ol style="list-style-type: none"> 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。 	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	<p>◎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。</p> <p>◎人權教育 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> <p>◎人權教育</p>

						<p>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p> <p>◎品德教育</p> <p>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>安 E7 探究運動基本的保健。</p>
十六	5/30 - 6/5	<p>健體 -E-A1</p> <p>健體 -E-A2</p> <p>健體 -E-C1</p> <p>健體 -E-C2</p> <p>健體 -E -C3</p>	<p>四.自我保護小勇士</p> <p>十.手腳並用</p>	<p>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。</p> <p>2. 透過情境討論，學習自我保護的方式。</p> <p>1. 能表現出和他人互相合作完成拍氣球接力。</p> <p>2. 能實地和他人互相合作，進行擊球過網。</p> <p>3. 能利用腳的不同部位，將氣球往上踢起。</p> <p>4. 能順暢的踢擊氣球完成闖關。</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> <p>◎人權教育</p> <p>人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p> <p>◎品德教育</p> <p>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>

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

						◎安全教育 安 E7 探究運動基本的保健。
十七	6/6 - 6/12	健體 -E-A1 健體 -E-A2 健體 -E-C1 健體 -E-C2 健體 -E -C3	五. 抗病小高手 十. 手腳並用	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。 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。	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。 ◎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	6/13 - 6/19	健體 -E-A1 健體 -E-A2 健體 -E-C1 健體 -E-C2 健體 -E -C3	五. 抗病小高手 十一. 大家來跳繩	※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. 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。	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。 ◎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。

附件 3-3 (一、二/七、八年級適用)

				<p>4. 透過跳繩活動可以促進體適能，以維持身體健康。</p> <p>5. 學會正確的暖身運動及跳繩動作。</p> <p>6. 藉由簡易的遊戲來提升跳繩節奏感的能力。</p>		
十九	6/20 - 6/26	<p>健體 -E-A1</p> <p>健體 -E-A2</p> <p>健體 -E-C1</p> <p>健體 -E-C2</p> <p>健體 -E -C3</p>	<p>五. 抗病小高手</p> <p>十一. 大家來跳繩</p>	<p>※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。</p> <p>※透過跳繩活動促進健康體適能。</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>◎品德教育</p> <p>品 E1 良好生活習慣與德行。</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>
二十	6/27 - 6/30	<p>健體 -E-A1</p> <p>健體 -E-A2</p> <p>健體 -E-C1</p> <p>健體 -E-C2</p> <p>健體 -E -C3</p>	<p>五. 抗病小高手</p> <p>十一. 大家來跳繩</p>	<p>※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。</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>	<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>◎品德教育</p> <p>品 E1 良好生活習慣與德行。</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>

註：

1. 本表格係依〈國民中學及國民小學課程計畫備查作業參考原則〉設計而成。
2. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。