臺北市中山區大佳國民小學108學年度第【 一 】年級【 健康 】領域課程計畫

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **編寫者** | | 林芃君 | | |
| **課程目標** | | 1.引導學生觀察自己的成長現象，並透過遊戲化的教學活動，培養其照顧自己身體的責任感。  2.鼓勵學生持續實踐健康的行為習慣，並讓其透過觀察與演練，學習各種不同的清潔步驟。  3.藉由學生攝取食物的經驗，讓其了解食物對生理和心理的影響，並鼓勵學生養成良好的飲食習慣，讓自己更健康。  4.透過學生平日上學或放學回家的情境，探討周遭環境中的潛在危險，進一步思考因應解決的方法，提升學生危機應變的能力。  5.藉由觀察與討論，教導學生友愛同學，與同儕和睦相處的方法。  6.透過觀察與體驗活動，建立學生上體育課的正確行為，並引導學生實作暖身活動，知道運動前暖身的重要性。  7.透過觀察與體驗活動，引導學生正確使用校園遊樂設備，遵守使用規定。  8.透過身體造型遊戲，學會形狀、水平和支撐點的動作要素基本概念，並能應用在動作展演上。  9.指導學生體驗跑步等基本協調，並經由不同節奏的練習規畫，培養學生多運動的習慣。  10.透過跳繩練習與遊戲，發展學生協調性，培養基本運動能力與技巧。  11.藉由團體遊戲，培養學生群性並了解團隊合作重要性。  12.藉著感受情緒與表達情緒，讓兒童逐步認識並接納自己的情緒，學習克制衝動及合宜表達情緒的方法。  13.簡單介紹霸凌的類型，讓學生從霸凌事件的認識與討論中，學習受到霸凌時的處理方式，及不可以因為任何原因霸凌他人。  14.讓兒童分辨舒服與不舒服的身體碰觸，讓兒童能認識自己的身體隱私部位及身體自主權，建立「做自己身體的主人」的觀念，進而培養保護自己和處理危機的能力。  15.透過對學校活動或家務工作的檢視，讓兒童了解善盡責任參與活動，根據興趣和能力來分配工作才是合理的。兩性在生活上應該互相包容尊重、和諧共處。  16.發表生病時的感受和處理方法，透過角色扮演活動讓兒童了解如何和醫師、護士或藥師等健康照護者配合，幫助自己早日恢復健康。  17.引導兒童認識藥袋說明並遵照使用方法按時用藥，培養正確用藥的觀念。  18.引導兒童認識疾病的傳染途徑和預防方法，了解「預防重於治療」的道理，知道增強抵抗力可以促進健康、預防疾病，進而落實良好的生活習慣，讓自己更健康。  19.透過平衡木體驗與遊戲，提升兒童的體能與協調性。  20.透過大、小球的拋球體驗與練習，學習基本運動要領，並在遊戲或比賽中增進運動技能。  21.藉由各種不同的用手拍球練習和遊戲，增進兒童用手控球的靈活度與協調性。 | | |
| **核**  **心**  **素**  **養** | **總綱核心**  **素養面向** | | **總綱/核心素養具體內涵** | **領鋼核心素養具體內涵** |
| **A自主行動** | | ■A1身心素質與自我精進  ■A2系統思考與解決問題  □A3規劃執行與創新應變  □B1符號運用與溝通表達  □B2科技資訊與媒體素養  ■B3藝術涵養與美感素養  □C1道德實踐與公民意識  ■C2人際關係與團隊合作  □C3多元文化與國際理解 | 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-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。 |
| **B溝通互動** | |
| **C社會參與** | |
| **議題融入** | | | 重大議題：■性別平等、■人權、□海洋、□環境  其他重要議題：□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、□原住民教育 | |
| **評量方式與百分比**(可自行增刪) | | | | |
| **評量方式** | | | | **評量百分比** |
| 紙筆測驗 | | | | 20 |
| 實作評量 | | | | 30 |
| 檔案評量 | | | | 10 |
| 口語評量 | | | | 20 |
| 學習態度 | | | | 20 |
|  | | | |  |
|  | | | |  |

上學期課程內涵:

| **週次** | **日期** | **教學**  **單元** | **學習表現** | **學習內容** | **學習目標** | **教學重點** | **教學節數** | **評量方式** | **議題融入重點** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 一 | 08/  30 | **第一冊第一單元：**  **成長變變變**  **活動一：**  **長大真好**  **第一冊第四單元**  **愛上體育課**  **活動一：**  **體育課好好玩** | 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。  1c-I-2 認識基本的運動常識。  3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 | Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。  Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。  Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 | 1.認識自己的成長現象。  2.描述從出生至今的生長發育變化。  1.認識上體育課的安全規定，並學會正確的運動裝備。  2.學會整隊的基本動作。  3.養成正確的上課準備習慣。 | 1.觀察成長的變化。  2.分享成長的經驗。  1.介紹體育課程與上課規定。  2.制定體育課的約定。  3.說明上體育課的準備。  4.進行整隊練習。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 二 | 09/  01  ∫  09/  07 | **第一冊第一單元：**  **成長變變變**  **第一冊第四單元**  **愛上體育課** | 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。  1c-I-2 認識基本的運動常識。  3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 | Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。  Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。  Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 | 1.認識自己的成長現象。  2.描述從出生至今的生長發育變化。  3.認識身體各部位的名稱和基本功能。  1.認識上體育課的安全規定，並學會正確的運動裝備。  2.學會整隊的基本動作。  3.養成正確的上課準備習慣。 | 1.討論成長的現象。  2.討論能力的變化。  1.誰的穿著不正確。  2.總結活動。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 三 | 09/  08  ∫  09/  14 | **第一冊第一單元：**  **成長變變變**  **第一冊第四單元**  **愛上體育課** | 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。  1c-I-2 認識基本的運動常識。 | Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。  Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。  Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 | 1.認識自己的成長現象。  2.願意珍惜愛護自己的身體。  1.知道暖身操的重要性。  2.能正確進行暖身操活動。 | 1.認識身體各部位的名稱。  2.珍惜並愛護自己的身體。  1.暖身操的重要性。  2.進行整體暖身操練習  3.練習露西健康操。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 四 | 09/  15  ∫  09/  21 | **第一冊第一單元：**  **成長變變變**  **第一冊第四單元**  **愛上體育課** | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。  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。  1c-I-2 認識基本的運動常識。 | Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。  Bc-I-1 各項暖身伸展動作。  Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。  Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。  Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 | 1.發覺清潔習慣的重要性。  2.嘗試練習各種不同的清潔技能。  1.能正確進行暖身操活動。  2.知道校園遊樂設備使用規定。  3.能遵守遊樂設備使用規定。  4.能分辨安全或危險的遊樂設備，並知道如何處理。 | 1.討論清潔習慣的重要性。  2.模仿清潔動作。  3.演練洗臉的方法。  1.認識校園遊樂設備。  2.認識遊樂設備使用規定。  3.進行遊樂設備體驗活動。  4.練習露西健康操。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【安全教育】**  安E3 知道常見事故傷害。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 五 | 09/  22  ∫  09/  28 | **第一冊第一單元：**  **成長變變變**  **第一冊第四單元**  **愛上體育課** | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。  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。  1c-I-2 認識基本的運動常識。 | Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。  Bc-I-1 各項暖身伸展動作。  1c-I-2 認識基本的運動常識。 | 1.嘗試練習各種不同的清潔技能。  2.能操作洗臉、洗手、洗澡、上廁所等簡易的健康技能。  3.在生活中實踐清潔習慣。  1.能正確進行暖身操活動。  2.知道校園遊樂設備使用規定。  3.能遵守遊樂設備使用規定。  4.能分辨安全或危險的遊樂設備，並知道如何處理。 | 1.討論洗手的重要性和時機。  2.演練正確洗手的方法。  1.檢查校園遊樂設備的安全性。  2.認識遊樂設備使用規定。  3.聽音樂跳出露西健康操。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【生命教育】**  生E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。  **【安全教育】**  安E3 知道常見事故傷害。 |
| 六 | 09/  29  ∫  10/  05 | **第一冊第一單元：**  **成長變變變**  **第一冊第四單元**  **愛上體育課** | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。  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。  1c-I-2 認識基本的運動常識。 | Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。  Bc-I-1 各項暖身伸展動作。  1c-I-2 認識基本的運動常識。 | 1.嘗試練習各種不同的清潔技能。  2.能操作洗臉、洗手、洗澡、上廁所等簡易的健康技能。  3.在生活中實踐清潔習慣。  1.能正確進行暖身操活動。  2.知道校園遊樂設備使用規定。  3.能遵守遊樂設備使用規定。  4.能分辨安全或危險的遊樂設備，並知道如何處理。 | 1.正確洗手的方法。  1.檢查校園遊樂設備的安全性。  2.認識遊樂設備使用規定。  3.聽音樂跳出露西健康操。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【生命教育】**  生E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 七 | 10/  06  ∫  10/  12 | **第一冊第一單元：**  **成長變變變**  **第一冊第五單元：**  **我的身體真神奇** | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。  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。  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。 | Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。  Ia-I-1 支撐、平衡、手腳協調遊戲。 | 1.嘗試練習各種不同的清潔技能。  2.能操作洗臉、洗手、洗澡、上廁所等簡易的健康技能。  3.在生活中實踐清潔習慣。  1.能利用身體模仿不同的幾何圖形。  2.知道身體的形狀、水平、大小和支撐點的概念。  3.能和同學合作做出有主題的模仿造型。  4.能發表自己觀賞的想法。 | 1.討論洗澡時的注意事項。  1.單元導入活動。  2.進行身體造型活動。  3.總結活動。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【生命教育】**  生E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 八 | 10/  13  ∫  10/  19 | **第一冊第一單元：**  **成長變變變**  **第一冊第五單元：**  **我的身體真神奇** | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。  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。  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。 | Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。  Ia-I-1 支撐、平衡、手腳協調遊戲。 | 1.嘗試練習各種不同的清潔技能。  2.能操作洗臉、洗手、洗澡、上廁所等簡易的健康技能。  3.在生活中實踐清潔習慣。  1.能利用身體模仿不同的幾何圖形。  2.知道身體的形狀、水平、大小和支撐點的概念。  3.能和同學合作做出有主題的模仿造型。  4.能發表自己觀賞的想法。 | 1.討論上廁所的正確方法。  2.演練正確使用小便斗與馬桶的方法。  1.造型創作引導活動。  2.進行團體造型創作活動。  3.認識支撐點。  4.進行支撐點練習。  5.分組展演與欣賞活動。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【生命教育】**  生E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 九 | 10/  20  ∫  10/  26 | **第一冊第一單元：**  **成長變變變**  **第一冊第五單元：**  **我的身體真神奇** | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。  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。  1c-I-1 認識身體活動的基本動作。  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。 | Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。  Ia-I-1 支撐、平衡、手腳協調遊戲。 | 1.嘗試練習各種不同的清潔技能。  2.能操作洗臉、洗手、洗澡、上廁所等簡易的健康技能。  3.在生活中實踐清潔習慣。  1.能在地板上進行靜態和移動性的模仿動作。  2.能知道表現平衡、柔軟度和支撐動作的要領。 | 1.清潔衛生我最棒。  2.補充教師手冊參考資料。  1.墊上運動的注意事項。  2.進行靜態模仿活動。  3.創意活動。  4.複習靜態造型動作。  5.進行動物模仿秀。  6.進行動物競走遊戲。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【生命教育】**  生E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 十 | 10/  27  ∫  11/  02 | **第一冊第二單元：**  **營養的食物**  **第一冊第六單元：**  **走走跑跑** | 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。  4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。  1c-I-1 認識身體活動的基本動作。  1d-I-1 描述動作技能基本常識。  2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 | Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。  Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1.認識食物的重要性並珍惜食物。  1.基本協調性練習 | 1.發表今天所吃的食物。  2.討論食物的重要性。  1.不同移位方式：教師指導學生進行練習：  (1)側併步  (2)前交叉步  (3)後交叉步 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 十一 | 11/  03  ∫  11/  09 | **第一冊第二單元：**  **營養的食物**  **第一冊第六單元：**  **走走跑跑** | 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。  4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。  1c-I-2 認識基本的運動常識。  3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 | Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。  Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲 | 1.願意攝取多樣化食物，不偏食、不挑食。  1.基本協調練習  2.跑步練習 | 1.營養均衡不偏食。  2.討論偏食或挑食對身體的影響。  1.熱身活動。  2.隨不同節奏音樂，走不同步伐。  3.進行跑步練習。  4.進行協調練習。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 十二 | 11/  10  ∫  11/  16 | **第一冊第二單元：**  **營養的食物**  **第一冊第六單元：**  **走走跑跑** | 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。  4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。  1c-I-2 認識基本的運動常識。  3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 | Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。  Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲 | 1.願意攝取多樣化食物，不偏食、不挑食。  1.基本協調練習  2.跑步練習  3.跳繩學習 | 1.營養均衡不偏食。  2.討論偏食或挑食對身體的影響。  1.熱身活動。  2.進行跑步練習。  3.進行協調練習。  4.學習前跳跳繩 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【生命教育】**  生E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。  **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 十三 | 11/  17  ∫  11/  23 | **第一冊第二單元：**  **營養的食物**  **第一冊第六單元：**  **走走跑跑** | 4a-I-2 養成健康的生活習慣。  1c-I-2 認識基本的運動常識。  3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 | Ea-I-2 基本的飲食習慣。  Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲 | 1.養成每天吃早餐的習慣。  1.基本協調練習  2.跑步練習  3.跳繩學習 | 1.調查吃早餐的情形。  2.討論吃早餐的重要性。  1.熱身活動。  2.進行跑步練習。  3.進行協調練習。  4.練習前跳跳繩 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【生命教育】**  生E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。  **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 十四 | 11/  24  ∫  11/  30 | **第一冊第二單元：**  **營養的食物**  **第一冊第六單元：**  **走走跑跑** | 4a-I-2 養成健康的生活習慣。  1c-I-2 認識基本的運動常識。  3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 | Ea-I-2 基本的飲食習慣。  Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲 | 1.早餐營養分配。  1.基本協調練習  2.跑步練習  3.跳繩學習 | 1.學習如何均衡飲食。  2.練習在家正確做早餐  1.熱身活動。  2.進行跑步練習。  3.進行協調練習。  4.練習前跳跳繩 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【生命教育】**  生E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。  **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 十五 | 12/  01  ∫  12/  07 | **第一冊第三單元：**  **快樂上下學**  **第一冊第六單元：**  **走走跑跑** | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  1c-I-2 認識基本的運動常識。  3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 | Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。  Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲 | 1.發覺影響上下學安全的態度與行為。  1.基本協調練習  2.跑步練習  3.跳繩學習 | 1.探討車禍事件。  2.討論上、下學途中的危險情境。  3.探討走路上下學的安全注意事項  1.進行跑步練習。  2.進行協調練習。  3.練習前跳跳繩 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【安全教育】**  安E4 探討日常生活應該注意的安全  **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 十六 | 12/  08  ∫  12/  14 | **第一冊第三單元：**  **快樂上下學**  **第一冊第七單元：**  **大球小球真好玩** | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  1c-I-1 認識身體活動的基本動作。  2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。  3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力 | Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。  Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 | 1.認識行走安全。 2.發覺影響上下學安全的態度與行為。  1.能做出大、小球的滾球動作。  2.能做出原地滾地傳接球的動作。  3.能學會滾地移動接球的動作。 | 1.演練行人安全過馬路步驟。  2.探討搭乘交通工具的安全注意事項。  3.發表預防迷路的方法  1.熱身活動。  2.大、小球滾球體驗。  3.看誰滾得遠遊戲。  4.複習滾球動作。  5.火車過山洞遊戲。  6.綜合活動。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【安全教育】**  安E9 學習相互尊重的精神。  **【安全教育】**  安E4 探討日常生活應該注意的安全 |
| 十七 | 12/  15  ∫  12/  21 | **第一冊第三單元：**  **快樂上下學**  **第一冊第七單元：**  **大球小球真好玩** | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  1c-I-1 認識身體活動的基本動作。  2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。  3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力 | Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。  Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 | 1.認識乘坐汽、機車及搭公車時的安全注意事項。  2. 1.能做出大、小球的滾球動作。  2.能做出原地滾地傳接球的動作。  3.能學會滾地移動接球的動作。 | 1演練迷路時的處理方法。  2.討論上下學途中可能遇到的危險情境。  3.演練保護自己的方法。  1.熱身活動。  2.複習滾球要領。  3.穿越障礙遊戲。  4.複習滾球動作。  5.球，請進遊戲。  6.綜合活動。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【安全教育】**  安E9 學習相互尊重的精神。  **【安全教育】**  安E4 探討日常生活應該注意的安全 |
| 十八 | 12/  22  ∫  12/  28 | **第一冊第三單元：**  **快樂上下學**  **第一冊第七單元：**  **大球小球真好玩** | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  1c-I-1 認識身體活動的基本動作。  2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。  3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力 | Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。  Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 | 1.了解上下學途中迷路或遇到危險時可以採取的行動。  1.能做出大、小球的滾球動作。  2.能做出原地滾地傳接球的動作。  3.能學會滾地移動接球的動作。 | 1.討論迷路時的處理方法。  2.演練保護自己的方法。  1.熱身活動。  2.複習滾球要領。  3.穿越障礙遊戲。  4.複習滾球動作。  5.球，請進遊戲。  6.綜合活動。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【安全教育】**  安E9 學習相互尊重的精神。  **【安全教育】**  安E4 探討日常生活應該注意的安全 |
| 十九 | 12/  29  ∫  01/  04 | **第一冊第三單元：**  **快樂上下學**  **第一冊第七單元：**  **大球小球真好玩** | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  2b-I-1 接受健康的生活規範。  3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。  1c-I-1 認識身體活動的基本動作。  2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。  3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力 | Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。  Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 | 1.了解與同學和諧相處的方式。  2.遵守團體規範。  1.能做出大、小球的滾球動作。  2.能做出原地滾地傳接球的動作。  3.能學會滾地移動接球的動作。 | 1.討論什麼是友愛同學的表現。  2.發表友愛同學的行為。  1.熱身活動。  2.複習滾球擊中目標動作。  3.別太用力喲遊戲。  4.綜合活動——你有運動精神嗎？  5.原地滾球傳接練習。  6.滾球移動接球練習。  7.綜合活動。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【生命教育】**  生E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之  **【安全教育】**  安E9 學習相互尊重的精神。 |
| 二十 | 01/  05  ∫  01/  11 | **第一冊第三單元：**  **快樂上下學**  **第一冊第七單元：**  **大球小球真好玩** | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  2b-I-1 接受健康的生活規範。  3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。  1d -I-1 描述動作技能基本常識。  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。 | Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。  Hb-I-1 陣地攻守性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。 | 1.了解與同學和諧相處的方式。  2.遵守團體規範。  1.能控制身體力量， 做出拋接球、拍掌接球等動作。  2.能正確完成傳、接球動作。 | 1.討論如何做到友愛。  1.熱身活動。  2.進行原地傳球練習。  3.進行原地拋接球練習。  4.進行兩人傳接球練習。  5.綜合活動。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【生命教育】**  生E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之  **【安全教育】**  安E9 學習相互尊重的精神。 |
| 廿一 | 01/  12  ∫  01/  18 | **第一冊第三單元：**  **快樂上下學**  **第一冊第七單元：**  **大球小球真好玩** | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  2b-I-1 接受健康的生活規範。  3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。  1d -I-1 描述動作技能基本常識。  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。 | Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。  Hb-I-1 陣地攻守性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。 | 1.了解與同學和諧相處的方式。  2.遵守團體規範。  1.能控制身體力量， 做出拋接球、拍掌接球等動作。  2.能正確完成傳、接球動作。 | 1.反省自己做到哪些友愛的行為。  2.補充教師手冊參考資料。  1.熱身活動。  2.呼叫伙伴遊戲。  3.綜合活動。  4.補充教師手冊參考資料。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【生命教育】**  生E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之  **【安全教育】**  安E9 學習相互尊重的精神。 |
| 廿二 | 01/  19  ∫  01/  25 | 期末綜合評分 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  2b-I-1 接受健康的生活規範。  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。 | Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。  Hb-I-1 陣地攻守性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。 | 1.了解與同學和諧相處的方式。  2.遵守團體規範。  1.能控制身體力量， 做出拋接球、拍掌接球等動作。  2.能正確完成傳、接球動作。 | 1. 健康知識的評量 2. 體育技能的評量 3. 體育綜合小遊戲 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【生命教育】**  生E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之  **【安全教育】**  安E9 學習相互尊重的精神。 |

下學期課程內涵:

| **週次** | **日期** | **教學**  **單元** | **學習表現** | **學習內容** | **學習目標** | **教學重點** | **教學節數** | **評量方式** | **議題融入重點** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 一 | 02/  09  ∫  02/  15 | 單元一、心情追追追  單元四、我愛運動 | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。  1c-I-2 認識基本的運動常識。  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。 | Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。  Bc-I-1 各項暖身伸展動作。  Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 1.發覺每個人會有不同的情緒變化。  2.分辨愉快或不愉快的情緒。  1.知道伸展運動的重要性。  2.能正確進行伸展運動。  3.認識縮體、直體側滾翻的動作要訣。 | 1. 觀察不同的情緒變化。 2. 分辨愉快或不愉快的情緒。   1.介紹伸展運動的重要性。  2.進行伸展運動。  3.綜合活動。  4.認識滾翻動作。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【家庭教育】**  家E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。  【安全教育】  安E3 知道常見事故傷害。  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 二 | 02/  16  ∫  02/  22 | 單元一、心情追追追  單元四、我愛運動 | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。  1c-I-2 認識基本的運動常識。  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。 | Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。  Bc-I-1 各項暖身伸展動作。  Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 1.認識適當的情緒表達方式。  2.在引導下學習簡易的情緒調適技能。  1.認識縮體、直體側滾翻的動作要訣。  2.能正確做出縮體、直體側滾翻的動作。  3.願意與他人認真合作完成雙人直體側滾翻的動作。 | 1.觀察不同的情緒變化。  2.分辨愉快或不愉快的情緒。  3.分辨適當或不適當的心情表達方式。  4.練習表達心情的方法。  1.進行直體側滾翻練習。  2.綜合活動。  3.複習直體滾翻動作。  4.進行縮體側滾翻練習。  5.綜合活動。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【家庭教育】**  家E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。  【安全教育】  安E3 知道常見事故傷害。  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 三 | 02/  23  ∫  02/  29 | 單元一、心情追追追  單元四、我愛運動 | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。  1c-I-1 認識身體活動的基本動作。  1d-I-1 描述動作技能基本常識。  3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 | Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。  Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 在引導下學習簡易的情緒調適技能。  1.認識上、下平衡木以及在平衡木上行走的動作要訣。  2.能正確做出上、下平衡木以及在平衡木上行走的動作。 | 1.發表生氣的經驗。  2.討論如何處理不愉快的情緒。  1.進行地面平衡動作練習。  2.進行上、下平衡木動作。  3.綜合活動。  4.複習上、下平衡木動作。  5.進行平衡木上前進動作。  6.綜合活動。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【家庭教育】**  家E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 四 | 03/  01  ∫  03/  07 | 單元一、心情追追追  單元四、我愛運動 | 4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。  1c-I-1 認識身體活動的基本動作。  1d-I-1 描述動作技能基本常識。  3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 | Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。  Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 1.認識霸凌行  為。   1. 討論遇到霸   凌的處理方法。  1.能正確做出上、下平衡木以及在平衡木上行走的動作。 | 1.認識霸凌行為。  2.討論霸凌事件。  1.進行地面平衡動作練習。  2.進行上、下平衡木動作。  3.綜合活動。  4.複習上、下平衡木動作。  5.進行平衡木上前進動作。  6.綜合活動。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | 【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。  【安全教育】  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 五 | 03/  08  ∫  03/  14 | 單元一、心情追追追  單元四、我愛運動 | 4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。  1c-I-1 認識身體活動的基本動作。  1d-I-1 描述動作技能基本常識。  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。 | Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。  Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 1.討論遇到霸凌的處理方法。  2.知道在受到霸凌時的求助資源及求助方法。  1.認識英文唱跳歌曲  2.能依照影片舞蹈動作呈現 | 1.討論遇到霸凌時的處理方法。  2.演練受到霸凌時的求助方法。  1.認識英文唱跳歌曲  2.能依照影片舞蹈動作呈現 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | 【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。  【安全教育】  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 六 | 03/  15  ∫  03/  21 | 單元二、男女齊步走  單元四、我愛運動 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。  1d-I-1 描述動作技能基本常識。  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。 | Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。  Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 1.辨別身體碰觸的感覺。  1.認識英文唱跳歌曲  2.能依照影片舞蹈動作呈現 | 1.進行身體碰觸遊戲。  2.討論身體碰觸的感覺。  1.認識英文唱跳歌曲  2.能依照影片舞蹈動作呈現 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【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。  **【人權教育】**  人E10認識隱私權與日常生活的關係。  【安全教育】  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 七 | 03/  22  ∫  03/  28 | 單元二、男女齊步走  單元四、我愛運動 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。  1d-I-1 描述動作技能基本常識。  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。 | Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。  Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 1.認識身體隱私與身體界限。  2.尊重自己及他人的身體隱私。  1.認識英文唱跳歌曲  2.能依照影片舞蹈動作呈現 | 1.認識身體隱私處。  2.尊重自己和別人的身體隱私。  1.認識英文唱跳歌曲  2.能依照影片舞蹈動作呈現 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【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。  **【人權教育】**  人E10認識隱私權與日常生活的關係。  【安全教育】  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 八 | 03/  29  ∫  04/  04 | 單元二、男女齊步走  單元六、跳一跳動一動 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。  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。 | Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。  Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1.拒絕不合理的要求。  2.遇到危險和緊急情況時能設法求助。  1.了解跳躍的基本動作技巧。  2.能做出單、雙腳跳聯合性動作。 | 1.討論如何拒絕不舒服的碰觸。  2.情境演練。  1.熱身活動。  2.單腳站立。  3.單腳原地跳。  4.單腳繞呼拉圈跳。  5.雙腳跳。  6.開合跳。  7.綜合活動 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【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。  **【人權教育】**  人E10認識隱私權與日常生活的關係。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 九 | 04/  05  ∫  04/  11 | 單元二、男女齊步走  單元六、跳一跳動一動 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。  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。 | Db-I-1 日常生活中的性別角色。  Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1.比較男女生的異同。  1.延續上學期前跳跳繩 | 1.比較男女生的異同。  2.性別角色的觀察與討論。  1.前跳連續跳目標50下 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【性別平等教育】**  性E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 十 | 04/  12  ∫  04/  18 | 單元二、男女齊步走  單元六、跳一跳動一動 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。  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。 | Db-I-1 日常生活中的性別角色。  Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1.知道家庭或學校的分工沒有性別之分。  1.延續上學期前跳跳繩  2.練習跑步跳 | 1.檢視學校活動有無性別差異。  2.檢視家務工作有無性別差異。  1.前跳連續跳目標50下  2.練習跑步跳技巧 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【性別平等教育】**  性E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 十一 | 04/  19  ∫  04/  25 | 單元三、疾病小百科  單元六、跳一跳動一動 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。  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。 | Eb-I-1 健康安全消費的原則。  Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1.發表生病的經驗。  2.認識生病時的處理方法。  1.延續上學期前跳跳繩  2.練習跑步跳  3.跳繩變化跳 | 1.分享生病的經驗。  2.討論生病時的處理方法。  1.延續上學期前跳跳繩  2.練習跑步跳  3.跳繩變化跳(單腳) | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【家庭教育】**  家E12 規劃個人與家庭的生活作息。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 十二 | 04/  26  ∫  05/  02 | 單元三、疾病小百科  單元六、跳一跳動一動 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。  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。 | Eb-I-1 健康安全消費的原則。  Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1.能於引導下，使用健保卡看病。  1.延續上學期前跳跳繩  2.練習跑步跳  3.跳繩變化跳(雙人) | 1.發表看病的經驗。  1.延續上學期前跳跳繩  2.練習跑步跳  3.跳繩變化跳(雙人) | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【家庭教育】**  家E12 規劃個人與家庭的生活作息。  **【安全教育】**  安E6 了解自己的身體。 |
| 十三 | 05/  03  ∫  05/  09 | 單元三、疾病小百科  單元七、球類運動樂趣多 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。  1c-I-1 識身體活動的基本動作。  2c-I-1 現尊重的團體互動行為。  3c-I-1 現基本動作與模仿的能力。 | Eb-I-1 健康安全消費的原則。  Ha-I-1 /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。  Hc-I-1 的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 | 1.演練看病時如何說明自己的病情。  1. 能運用身體各部位做出擊氣球的動作。  2能與同學合作，進行練習與遊戲。  3能運用雙、單手做出大球拋球動作。 | 1.演練就醫時如何說明症狀。  1.熱身活動。  2.練習拋大球動作－躲避球。  3.進行我是神射手遊戲。  4.綜合活動。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【家庭教育】**  家E12 規劃個人與家庭的生活作息。  **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 十四 | 05/  10  ∫  05/  16 | 單元三、疾病小百科  單元七、球類運動樂趣多 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。  1c-I-1 識身體活動的基本動作。  2c-I-1 現尊重的團體互動行為。  3c-I-1 現基本動作與模仿的能力。 | Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。  Hc-I-1 的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 | 1.認識藥物對身體的影響。  2.討論藥袋上所提供的資訊及藥物的正確使用方法。  1. 能運用雙、單手做出大球拋球動作。  2.能與同學合作，進行練習與遊戲。 | 1.討論藥袋標示。  2.演練正確用藥的方法。  1.熱身活動。  2.練習拋大球動作－躲避球。  3.綜合活動 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【家庭教育】**  家E12 規劃個人與家庭的生活作息。  **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 十五 | 05/  17  ∫  05/  23 | 單元三、疾病小百科  單元七、球類運動樂趣多 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。  1c-I-1 識身體活動的基本動作。  2c-I-2 現認真參與的學習態度。  3d-I-1 用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。  Hb-I-1 地攻守性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。 | 1.討論藥袋上所提供的資訊及藥物的正確使用方法。  1.能學會原地單、雙手拍球的基本動作及各種變化拍球的技能。 | 1.用藥情境討論。  1.熱身活動  2.進行原地傳球練習  3.綜合活動 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【家庭教育】**  家E12 規劃個人與家庭的生活作息。  **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 十六 | 05/  24  ∫  05/  30 | 單元三、疾病小百科  單元七、球類運動樂趣多 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。  1c-I-1 識身體活動的基本動作。  2c-I-2 現認真參與的學習態度。  3d-I-1 用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。  Hb-I-1 地攻守性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。 | 1.練習正確用藥的方法。  1.能和同學合作一起進行各種變化拍球遊戲。  2.能利用所學的拍球技能進行團體遊戲。 | 1.用藥常識搶答遊戲。  1.熱身活動  2.單、雙人變化拍球練習  3.綜合活動  4拍球團體遊戲 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【家庭教育】**  家E12 規劃個人與家庭的生活作息。  **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 十七 | 05/  31  ∫  06/  06 | 單元三、疾病小百科  單元七、球類運動樂趣多 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。  1c-I-1 識身體活動的基本動作。  2c-I-2 現認真參與的學習態度。  3d-I-1 用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。  Hb-I-1 地攻守性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。 | 1.認識兒童常見疾病，如流感、腸病毒。  1.能用腳控球，並進行各種遊戲。  2.能和同學合作進行各種踢球遊戲。 | 1.影片－生病記。  2.討論疾病的傳染方式。  1.熱身活動。  2.球感練習。  3.1踢1接練習。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【家庭教育】**  家E12 規劃個人與家庭的生活作息。  **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 十八 | 06/  07  ∫  06/  13 | 單元三、疾病小百科  單元七、球類運動樂趣多 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。  2b-I-1 接受健康的生活規範。  1d-I-1 述動作技能基本常識。  2c-I-1 現尊重的團體互動行為。  3d-I-1 用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。  Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。  Hc-I-1 的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 1.感受流感、腸病毒的威脅，並做好預防工作。  1.能和同學合作進行各種踢球遊戲。  2.能利用所學技能進行團體遊戲。 | 1.討論腸病毒和流感的預防方法。  2.進行賓果遊戲。  1.熱身活動。  2.球感練習。  3.1踢1接練習。  4.綜合活動 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【家庭教育】**  家E12 規劃個人與家庭的生活作息。  **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 十九 | 06/  14  ∫  06/  20 | 單元三、疾病小百科  單元七、球類運動樂趣多 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。  2b-I-1 接受健康的生活規範。  1d-I-1 述動作技能基本常識。  2c-I-1 現尊重的團體互動行為。  3d-I-1 用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。  Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。  Hc-I-1 的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 1.知道生病時如何避免傳染給他人。  1. 能單手做出拋小球動作。  2.能與同學合作，進行練習與遊戲。 | 1.演練戴口罩的方法。  2.發表生病時的自我照護方式。  1.練習拋小球動作─樂樂棒球。  2.進行傳接球。  13.綜合活動。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【家庭教育】**  家E12 規劃個人與家庭的生活作息。  **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 二十 | 06/  21  ∫  06/  27 | 單元三、疾病小百科  單元七、球類運動樂趣多 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。  2b-I-1 接受健康的生活規範。  1d-I-1 述動作技能基本常識。  2c-I-1 現尊重的團體互動行為。  3d-I-1 用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。  Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。  Hc-I-1 的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 1.願意養成健康的生活習慣以增強身體抵抗力。  1. 能單手做出拋小球動作。  2.能與同學合作，進行練習與遊戲。 | 1.討論增強抵抗力的方法。  2.進行疾病攻防遊戲。  1.練習拋小球動作─樂樂棒球。  2.進行傳接球。  3.綜合活動。 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【家庭教育】**  家E12 規劃個人與家庭的生活作息。  **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。 |
| 廿一 | 06/  28  ∫  06/  30 | 單元三、疾病小百科  單元七、球類運動樂趣多 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。  2b-I-1 接受健康的生活規範。  1d-I-1 述動作技能基本常識。  2c-I-1 現尊重的團體互動行為。  3d-I-1 用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。  Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。  Hc-I-1 的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 1.願意養成健康的生活習慣以增強身體抵抗力。  1.綜合活動  2.班際比賽 | 1.討論增強抵抗力的方法。  2.進行疾病攻防遊戲。  1.綜合練習  2.班際比賽 | 3 | 實際演練 觀察評量  課堂問答 | **【家庭教育】**  家E12 規劃個人與家庭的生活作息。  **【安全教育】**  安E7 探究運動基本的保健。 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |