

## 彰化縣花壇國民小學 109 學年度第一學期一年級健體領域課程（部定課程）

### 5、各年級領域學習課程計畫(5-1 5-2 5-3 以一個檔上傳同一區域)

5-1 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃符合課程綱要規定，且能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。

5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、興趣和動機，提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。

5-3 議題融入(七大或 19 項)且內涵適合單元/主題內容

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	一年級	教學節數	每週( 3 )節，本學期共( 66 )節。
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 具備正確的健康認知、正向的健康態度。</li> <li>2. 於不同生活情境中，運用基礎的健康技能和生活技能。</li> <li>3. 於日常生活之中落實健康行為，建立健康生活型態。</li> <li>4. 提供多樣化的身體學習經驗，發展多元化的身體運動能力。</li> <li>5. 規畫動態生活的行動策略，養成規律運動的習慣。</li> <li>6. 具備應用體育運動相關科技、資訊的基本能力。</li> <li>7. 藉由體育活動的參與，培養運動道德規範與公民意識。</li> <li>8. 發展樂於與人互動、溝通，培養良好人際關係與團隊合作精神。</li> </ol>				
領域核心素養	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-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。				
重大議題融入	<b>【性別平等教育】</b> 性 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 性 E6 了解圖像、語言與文字的性別意涵，使用性別平等的語言與文字進行溝通。				

性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。

【安全教育】

安 E2 了解危機與安全。

安 E4 探討日常生活應該注意的安全。

安 E6 了解自己的身體。

【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 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。

人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。

【家庭教育】

家 E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作。

課程架構

教學進度	教學單元/主題名稱	節數	領域核心素養	學習重點		評量方式	融入議題內容重點
				學習表現	學習內容		
第一週 8/31   9/4	健康 第一單元 健康又安全 第 1 課 校園好健康  體育 第四單元 玩球趣味多 第 1 課 傳接跑跑跑	健康 1、 體育 2	健康 健體-E-A2  體育 健體-E-C2	健康 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。  體育 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-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。	健康 Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。  體育 Hd-I-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。	健康 1. 發表  體育 1. 操作 2. 觀察 3. 發表	健康 【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。

<p>第二週 9/7   9/11</p>	<p>健康 第一單元 健康又安全 第2課 危險！不能那樣玩</p> <p>體育 第四單元 玩球趣味多 第1課 傳接跑跑跑</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A2</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1 接受健康的生活規範。</p> <p>體育 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-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。</p>	<p>健康 Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> <p>體育 Hd-I-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。</p>	<p>健康 1. 發表</p> <p>體育 1. 操作 2. 發表</p>	<p>健康 【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>
<p>第三週 9/14   9/28</p>	<p>健康 第一單元 健康又安全 第2課 危險！不能那樣玩</p> <p>體育 第四單元 玩球趣味多 第1課 傳接跑跑跑</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A2</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1 接受健康的生活規範。</p> <p>體育 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-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。</p>	<p>健康 Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> <p>體育 Hd-I-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。</p>	<p>健康 1. 觀察</p> <p>體育 1. 操作</p>	<p>健康 【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>

<p>第四週 9/21   9/26</p>	<p>健康 第一單元 健康又安全 第3課 就要這樣玩</p> <p>體育 第四單元 玩球趣味多 第1課 傳接跑跑跑</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A2</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1 接受健康的生活規範。</p> <p>體育 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-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。</p>	<p>健康 Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> <p>體育 Hd-I-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。</p>	<p>健康 1. 發表</p> <p>體育 1. 發表 2. 自評 3. 運動撲滿</p>	<p>健康 【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>
<p>第五週 9/28   10/2</p>	<p>健康 第一單元 健康又安全 第3課 就要這樣玩</p> <p>體育 第四單元 玩球趣味多 第2課 一線之隔</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A2</p> <p>體育 健體-E-A2</p>	<p>健康 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1 接受健康的生活規範。</p> <p>體育 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。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p>	<p>健康 Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> <p>體育 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、力量及準確性控制動作。</p>	<p>健康 1. 發表 2. 紙筆測驗</p> <p>體育 1. 操作 2. 自評 3. 觀察</p>	<p>健康 【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 【人權教育】 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>

<p>第六週 10/5   10/9</p>	<p>健康 第二單元 小心！危險 第1課 上下學安全行</p> <p>體育 第四單元 玩球趣味多 第2課 一線之隔</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A2</p> <p>體育 健體-E-A2</p>	<p>健康 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。</p> <p>體育 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。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p>	<p>健康 Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> <p>體育 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、力量及準確性控制動作。</p>	<p>健康 1. 發表</p> <p>體育 1. 操作</p>	<p>健康 【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p>
<p>第七週 10/12   10/16</p>	<p>健康 第二單元 小心！危險 第1課 上下學安全行</p> <p>體育 第四單元 玩球趣味多 第2課 一線之隔</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A2</p> <p>體育 健體-E-A2</p>	<p>健康 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。</p> <p>體育 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。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p>	<p>健康 Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。</p> <p>體育 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、力量及準確性控制動作。</p>	<p>健康 1. 發表 2. 自評</p> <p>體育 1. 操作</p>	<p>健康 【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p>

<p>第八週 10/19   10/23</p>	<p>健康 第二單元 小心！危險 第2課 保護自己</p> <p>體育 第四單元 玩球趣味多 第2課 一線之隔</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A2 健體-E-B1</p> <p>體育 健體-E-A2</p>	<p>健康 1b-I-1舉例說明健康生活情境中適用的健康技能與生活技能。 2a-I-1發覺影響健康的生活態度與行為。 3b-I-3能於生活中嘗試運用生活技能。 4b-I-1發表個人對促進健康的立場。</p> <p>體育 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。 2c-I-2表現認真參與的學習態度。</p>	<p>健康 Db-I-2身體隱私與身體界限及其危害求助方法。</p> <p>體育 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、力量及準確性控制動作。</p>	<p>健康 1. 互評 2. 發表</p> <p>體育 1. 操作 2. 運動撲滿</p>	<p>健康 【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E2 了解危機與安全。 安E4 探討日常生活應該注意的安全。</p>
--------------------------------------	---	-------------------------------	---	---	--	---	---

<p>第九週 10/26   10/30</p>	<p>健康 第二單元 小心！危險 第2課 保護自己</p> <p>體育 第五單元 跑跳動起來 第1課 安全運動王</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A2 健體-E-B1</p> <p>體育 健體-E-B1</p>	<p>健康 1b-I-1舉例說明健康生活情境中適用的健康技能與生活技能。 2a-I-1發覺影響健康的生活態度與行為。 3b-I-3能於生活中嘗試運用生活技能。 4b-I-1發表個人對促進健康的立場。</p> <p>體育 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。 4c-I-1認識與身體活動相關資源。</p>	<p>健康 Db-I-2身體隱私與身體界限及其危害求助方法。</p> <p>體育 Cb-I-1運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處。</p>	<p>健康 1.發表 2.演練</p> <p>體育 1.發表 2.自評 3.運動撲滿</p>	<p>健康 【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E2了解危機與安全。 安E4探討日常生活應該注意的安全。</p>
--------------------------------------	--	-------------------------------	---	--	--	--	---

<p>第十週 11/2   11/6</p>	<p>健康 第二單元 小心！危險 第2課 保護自己</p> <p>體育 第五單元 跑跳動起來 第2課 伸展好舒適</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A2 健體-E-B1</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 1b-I-1舉例說明健康生活情境中適用的健康技能與生活技能。 2a-I-1發覺影響健康的生活態度與行為。 3b-I-3能於生活中嘗試運用生活技能。 4b-I-1發表個人對促進健康的立場。</p> <p>體育 1c-I-1認識身體活動的基本動作。 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。</p>	<p>健康 Db-I-2身體隱私與身體界限及其危害求助方法。</p> <p>體育 Bc-I-1各項暖身伸展動作。</p>	<p>健康 1.發表 2.演練 3.紙筆測驗</p> <p>體育 1.操作 2.發表 3.運動撲滿</p>	<p>健康 【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E2了解危機與安全。 安E4探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>體育 【性別平等教育】 性E11培養性別間合宜表達情感的能力。</p>
------------------------------------	--	-------------------------------	---	--	--	---	--



<p>第十一週 11/9   11/13</p>	<p>健康 第三單元 健康超能力</p> <p>體育 第五單元 跑跳動起來 第3課 健康起步走</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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-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。</p> <p>體育 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p>	<p>健康 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>體育 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>健康 1. 發表 2. 操作 3. 自評</p> <p>體育 1. 操作 2. 發表</p>	<p>體育 【性別平等教育】 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p>
--------------------------------------	---	-------------------------------	---	---	---	---	--

<p>第十二週 11/16   11/20</p>	<p>健康 第三單元 健康超能力 第1課 乾淨的我</p> <p>體育 第五單元 跑跳動起來 第3課 健康起步走</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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-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。</p> <p>體育 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p>	<p>健康 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>體育 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>健康 1. 操作 2. 自評</p> <p>體育 1. 操作 2. 發表</p>	<p>體育 【性別平等教育】 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p>
---------------------------------------	--	-------------------------------	---	---	---	---	--

<p>第十三週 11/23   11/27</p>	<p>健康 第三單元 健康超能力 第1課 乾淨的我</p> <p>體育 第五單元 跑跳動起來 第3課 健康起步走</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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-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。</p> <p>體育 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p>	<p>健康 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>體育 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>健康 1. 問答 2. 操作</p> <p>體育 1. 自評 2. 運動撲滿</p>	<p>體育 【性別平等教育】 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p>
---------------------------------------	--	-------------------------------	---	---	---	---	--

<p>第十四週 11/30   12/4</p>	<p>健康 第三單元 健康超能力 第1課 乾淨的我</p> <p>體育 第五單元 跑跳動起來 第4課 和繩做朋友</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1</p> <p>體育 健體-E-A1</p>	<p>健康 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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-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。</p> <p>體育 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p>	<p>健康 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>體育 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。</p>	<p>健康 1. 發表</p> <p>體育 1. 操作 2. 觀察 3. 發表 4. 運動撲滿</p>	
--------------------------------------	--	-------------------------------	---	---	--	---	--

<p>第十五週 12/7   12/11</p>	<p>健康 第三單元 健康超能力 第2課 飲食好習慣</p> <p>體育 第六單元 全身動一動 第1課 拳掌好朋友</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 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。</p> <p>體育 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。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>健康 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。</p> <p>體育 Bd-I-1 武術模仿遊戲。</p>	<p>健康 1. 問答 2. 自評</p> <p>體育 1 操作 2. 發表 3. 運動撲滿</p>	<p>健康 【家庭教育】 家 E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作。</p> <p>體育 【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。</p>
--------------------------------------	---	-------------------------------	---	---	---	--	---

<p>第十六週 12/14   12/18</p>	<p>健康 第三單元 健康超能力 第 2 課 飲食好習慣</p> <p>體育 第六單元 全身動一動 第 2 課 大樹愛遊戲</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 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。</p> <p>體育 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-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-1 認識與身體活動相關資源。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>健康 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。</p> <p>體育 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</p>	<p>健康 1. 操作 2. 觀察 3. 自評</p> <p>體育 1. 操作</p>	<p>健康 【家庭教育】 家 E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作。</p> <p>體育 【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。</p>
---------------------------------------	---	-------------------------------	---	---	--	---	---

<p>第十七週 12/21   12/25</p>	<p>健康 第三單元 健康超能力 第 2 課 飲食好習慣</p> <p>體育 第六單元 全身動一動 第 2 課 大樹愛遊戲</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 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。</p> <p>體育 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-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-1 認識與身體活動相關資源。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>健康 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。</p> <p>體育 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</p>	<p>健康 1. 問答 2. 發表 3. 自評</p> <p>體育 1. 觀察 2. 操作</p>	<p>健康 【家庭教育】 家 E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作。</p> <p>體育 【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。</p>
---------------------------------------	---	-------------------------------	---	---	--	---	---

<p>第十八週 12/28   1/1</p>	<p>健康 第三單元 健康超能力 第3課 好好愛身體</p> <p>體育 第六單元 全身動一動 第2課 大樹愛遊戲</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1 健體-E-B1</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 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。</p> <p>體育 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-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-1 認識與身體活動相關資源。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>健康 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。 Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。</p> <p>體育 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</p>	<p>健康 1. 問答 2. 自評</p> <p>體育 1. 發表 2. 操作 3. 運動撲滿</p>	<p>健康 【性別平等教育】 性 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 性 E6 了解圖像、語言與文字的性別意涵，使用性別平等的語言與文字進行溝通。</p> <p>體育 【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。</p>
-------------------------------------	---	-------------------------------	---	---	---	---	---



<p>第十九週 1/4   1/8</p>	<p>健康 第三單元 健康超能力 第3課 好好愛身體</p> <p>體育 第六單元 全身動一動 第3課 和風一起玩</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1 健體-E-B1</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 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。</p> <p>體育 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。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>健康 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。 Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。</p> <p>體育 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>健康 1. 發表 2. 演練</p> <p>體育 1. 操作</p>	<p>健康 【性別平等教育】 性E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 性E6 了解圖像、語言與文字的性別意涵，使用性別平等的語言與文字進行溝通。</p> <p>體育 【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。</p>
-----------------------------------	---	-------------------------------	---	--	---	---	--

<p>第廿週 1/11   1/15</p>	<p>健康 第三單元 健康超能力 第3課 好好愛身體</p> <p>體育 第六單元 全身動一動 第3課 和風一起玩</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1 健體-E-B1</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 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。</p> <p>體育 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。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>健康 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。 Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。</p> <p>體育 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>健康 1. 演練 2. 發表</p> <p>體育 1. 發表 2. 操作 3. 觀察</p>	<p>健康 【性別平等教育】 性E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 性E6 了解圖像、語言與文字的性別意涵，使用性別平等的語言與文字進行溝通。</p> <p>體育 【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。</p>
------------------------------------	---	-------------------------------	---	--	---	---	--

<p>第廿一週 1/18   1/22</p>	<p>健康 第三單元 健康超能力 第3課 好好愛身體</p> <p>體育 第六單元 全身動一動 第3課 和風一起玩</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1 健體-E-B1</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 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。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 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。</p> <p>體育 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。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>健康 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。 Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。</p> <p>體育 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>健康 1. 演練 2. 紙筆測驗</p> <p>體育 1. 操作 2. 運動撲滿</p>	<p>健康 【性別平等教育】 性E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 性E6 了解圖像、語言與文字的性別意涵，使用性別平等的語言與文字進行溝通。</p> <p>體育 【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。</p>
-------------------------------------	---	-------------------------------	---	--	---	---	--

<p>第廿二週 1/25   1/29</p>	<p>健康 第一單元 保護身體好健康 第1課 寶貝身體</p> <p>體育 第四單元 玩球樂 第1課 拍球動一動</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1</p> <p>體育 健體-E-A1</p>	<p>健康 1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p> <p>體育 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，處理練習或遊戲問題。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>健康 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p> <p>體育 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。</p>	<p>健康 1. 問答</p> <p>體育 1. 操作</p>	<p>健康 【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。</p> <p>體育 【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。</p>
-------------------------------------	--	-------------------------------	---	--	---	---	--

備註：

1. 總綱規範議題融入：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】
2. 教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

## 彰化縣花壇國民小學 109 學年度第二學期一年級健體領域課程（部定課程）

### 5、各年級領域學習課程計畫(5-1 5-2 5-3 以一個檔上傳同一區域)

5-1 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃符合課程綱要規定，且能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。

5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、興趣和動機，提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。

5-3 議題融入(七大或 19 項)且內涵適合單元/主題內容

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	一年級	教學節數	每週( 3 )節，本學期共( 60 )節。
課程目標	1. 具備正確的健康認知、正向的健康態度。 2. 於不同生活情境中，運用基礎的健康技能和生活技能。 3. 於日常生活之中落實健康行為，建立健康生活型態。 4. 提供多樣化的身體學習經驗，發展多元化的身體運動能力。 5. 規畫動態生活的行動策略，養成規律運動的習慣。 6. 具備應用體育運動相關科技、資訊的基本能力。 7. 藉由體育活動的參與，培養運動道德規範與公民意識。 8. 發展樂於與人互動、溝通，培養良好人際關係與團隊合作精神。				
領域核心素養	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-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。				
重大議題融入	【品德教育】 品 EJU7 欣賞感恩。 【生命教育】 生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。 【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。 【安全教育】				

安 E4 探討日常生活應該注意的安全。  
安 E7 探究運動基本的保健。

課程架構

教學進度	教學單元/主題名稱	節數	領域核心素養	學習重點		評量方式	融入議題 內容重點
				學習表現	學習內容		
第一週 2/15   2/19	健康 第一單元 保護身體好健康 第 2 課 五個好幫手  體育 第四單元 玩球樂 第 1 課 拍球動一動	健康 1、 體育 2	健康 健體-E-A1  體育 健體-E-A1	健康 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。  體育 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，處理練習或遊戲問題。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	健康 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。  體育 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。	健康 1. 發表 2. 自評  體育 1. 操作 2. 發表	體育 【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。
第二週 2/22   2/26	健康 第一單元 保護身體好健康 第 2 課 五個好幫手  體育 第四單元 玩球樂 第 1 課 拍球動一動	健康 1、 體育 2	健康 健體-E-A1  體育 健體-E-A1	健康 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。  體育	健康 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。  體育 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	健康 1. 發表 2. 自評  體育 1. 操作 2. 運動撲滿	體育 【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。

				<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>4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>腳動作協調、力量及準確性控球動作。</p>		
<p>第三週</p> <p>3/1</p> <p> </p> <p>3/5</p>	<p>健康</p> <p>第一單元 保護身體好健康</p> <p>第 2 課 五個好幫手</p> <p>體育</p> <p>第四單元 玩球樂</p> <p>第 2 課 拋擲我最行</p>	<p>健康</p> <p>1、</p> <p>體育</p> <p>2</p>	<p>健康</p> <p>健體-E-A1</p> <p>體育</p> <p>健體-E-A1</p>	<p>健康</p> <p>1a- I -2 認識健康的生活習慣。</p> <p>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>4a- I -2 養成健康的生活習慣。</p> <p>體育</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>健康</p> <p>Da- I -2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p> <p>體育</p> <p>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。</p>	<p>健康</p> <p>1. 發表</p> <p>2. 自評</p> <p>體育</p> <p>1. 操作</p>	<p>體育</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>第四週</p> <p>3/8</p> <p> </p> <p>3/12</p>	<p>健康</p> <p>第一單元 保護身體好健康</p> <p>第 2 課 五個好幫手</p> <p>體育</p>	<p>健康</p> <p>1、</p> <p>體育</p> <p>2</p>	<p>健康</p> <p>健體-E-A1</p> <p>體育</p> <p>健體-E-A1</p>	<p>健康</p> <p>1a- I -2 認識健康的生活習慣。</p> <p>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>4a- I -2 養成健康的生</p>	<p>健康</p> <p>Da- I -2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p> <p>體育</p> <p>Hc- I -1 標的性球類運</p>	<p>健康</p> <p>1. 發表</p> <p>2. 自評</p> <p>體育</p> <p>1. 操作</p>	<p>體育</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</p>

	<p>第四單元 玩球樂</p> <p>第 2 課 拋擲我最行</p>			<p>活習慣。</p> <p>體育</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>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。</p>	<p>2. 觀察</p> <p>3. 運動撲滿</p>	<p>的規則。</p>
<p>第五週</p> <p>3/15</p> <p> </p> <p>3/19</p>	<p>健康</p> <p>第一單元 保護身體好健康</p> <p>第 2 課 五個好幫手</p> <p>體育</p> <p>第四單元 玩球樂</p> <p>第 3 課 滾動新樂園</p>	<p>健康</p> <p>1、</p> <p>體育</p> <p>2</p>	<p>健康</p> <p>健體-E-A1</p> <p>體育</p> <p>健體-E-A1</p>	<p>健康</p> <p>1a- I -2 認識健康的生活習慣。</p> <p>2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>4a- I -2 養成健康的生活習慣。</p> <p>體育</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>4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>健康</p> <p>Da- I -2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p> <p>體育</p> <p>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。</p>	<p>健康</p> <p>1. 發表</p> <p>2. 自評</p> <p>體育</p> <p>1. 操作</p>	<p>體育</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>第六週</p> <p>3/22</p> <p> </p> <p>3/26</p>	<p>健康</p> <p>第二單元 健康飲食聰明吃</p> <p>第 1 課 飲食紅綠燈</p>	<p>健康</p> <p>1、</p> <p>體</p>	<p>健康</p> <p>健體-E-A1</p> <p>體育</p>	<p>健康</p> <p>1a- I -1 認識基本的健康常識。</p> <p>2a- I -2 感受健康問題</p>	<p>健康</p> <p>Ea- I -2 基本的飲食習慣。</p>	<p>健康</p> <p>1. 問答</p> <p>體育</p>	<p>體育</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 E3 了解每個人需求的</p>



	<p>體育 第四單元 玩球樂 第3課 滾動新樂園</p>	<p>育 2</p>	<p>健體-E-A1</p>	<p>對自己造成的威脅性。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。</p> <p>體育 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，處理練習或遊戲問題。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>體育 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。</p>	<p>1. 操作 2. 觀察 3. 運動撲滿</p>	<p>不同，並討論與遵守團體的規則。</p>
<p>第七週 3/29   4/2</p>	<p>健康 第二單元 健康飲食聰明吃 第1課 飲食紅綠燈</p> <p>體育 第五單元 伸展跑跳樂 第1課 運動安全又健康</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1</p> <p>體育 健體-E-A1</p>	<p>健康 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。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。</p> <p>體育 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。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>健康 Ea-I-2 基本的飲食習慣。</p> <p>體育 Cb-I-1 運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處。</p>	<p>健康 1. 自評</p> <p>體育 1. 問答 2. 操作 3. 運動撲滿</p>	<p>體育 【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E7 探究運動基本的保健。</p>

<p>第八週 4/5   4/9</p>	<p>健康 第二單元 健康飲食聰明吃 第2課 健康飲食我決定</p> <p>體育 第五單元 伸展跑跳樂 第2課 毛巾伸展操</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1</p>	<p>健康 2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b- I -3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p> <p>體育 1c- I -1 認識身體活動的基本動作。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。</p>	<p>健康 Ea- I -1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。</p> <p>體育 Bc- I -1 各項暖身伸展動作。</p>	<p>健康 1. 觀察 2. 自評</p> <p>體育 1. 操作 2. 運動撲滿</p>	
<p>第九週 4/12   4/16</p>	<p>健康 第二單元 健康飲食聰明吃 第2課 健康飲食我決定</p> <p>體育 第五單元 伸展跑跳樂 第3課 一起來跳繩</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b- I -3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p> <p>體育 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 -2 表現安全的身體活動行為。 4d- I -1 願意從事規律身體活動。</p>	<p>健康 Ea- I -1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。</p> <p>體育 Ic- I -1 民俗運動基本動作與遊戲。</p>	<p>健康 1. 問答 2. 實踐</p> <p>體育 1. 問答 2. 操作 3. 觀察</p>	
<p>第十週 4/19   4/23</p>	<p>健康 第二單元 健康飲食聰明吃 第2課 健康飲食我決定</p> <p>體育 第五單元 伸展跑跳樂 第3課 一起來跳繩</p>	<p>健康 1、 體育 2</p>	<p>健康 健體-E-A1</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b- I -3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p> <p>體育 1c- I -1 認識身體活動的基本動作。 2c- I -1 表現尊重的團</p>	<p>健康 Ea- I -1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。</p> <p>體育 Ic- I -1 民俗運動基本動作與遊戲。</p>	<p>健康 1. 問答 2. 實踐</p> <p>體育 1. 操作 2. 運動撲滿</p>	

				體互動行為。 3c- I -2 表現安全的身 體活動行為。 4d- I -1 願意從事規律 身體活動。			
第十一週 4/26   4/30	健康 第二單元 健康飲食聰明 吃 第3課 健康食物感恩吃  體育 第五單元 伸展跑跳樂 第4課 用報紙玩遊戲	健康 1、 體育 2	健康 健體-E-A1  體育 健體-E-A2	健康 2a- I -1 發覺影響健康 的生活態度與行為。 3b- I -3 能於生活中嘗 試運用生活技能。  體育 3c- I -2 表現安全的身 體活動行為。 4d- I -1 願意從事規律 身體活動。	健康 Ea- I -2 基本的飲食習 慣。 Fb- I -1 個人對健康的 自我覺察與行為表現。  體育 Ab- I -1 體適能遊戲。 Ga- I -1 走、跑、跳與 投擲遊戲。	健康 1. 觀察  體育 1. 操作	健康 【品德教育】 品EJU7 欣賞 感恩。
第十二週 5/3   5/7	健康 第二單元 健康飲食聰明 吃 第3課 健康食物感恩吃  體育 第五單元 伸展跑跳樂 第4課 用報紙玩遊戲	健康 1、 體育 2	健康 健體-E-A1  體育 健體-E-A2	健康 2a- I -1 發覺影響健康 的生活態度與行為。 3b- I -3 能於生活中嘗 試運用生活技能。  體育 3c- I -2 表現安全的身 體活動行為。 4d- I -1 願意從事規律 身體活動。	健康 Ea- I -2 基本的飲食習 慣。 Fb- I -1 個人對健康的 自我覺察與行為表現。  體育 Ab- I -1 體適能遊戲。 Ga- I -1 走、跑、跳與 投擲遊戲。	健康 1. 自評 2. 檢核 3. 紙筆測驗  體育 1. 操作	健康 【品德教育】 品EJU7 欣賞 感恩。
第十三週 5/10   5/14	健康 第三單元 健康防護罩 第1課 身體不舒服  體育 第五單元 伸展跑跳樂 第4課 用報紙玩遊戲	健康 1、 體育 2	健康 健體-E-A2  體育 健體-E-A2	健康 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。  體育 3c- I -2 表現安全的身 體活動行為。	健康 Fb- I -2 兒童常見疾病 的預防與照顧方法。 Bb-I-1 常見的藥物使 用方法與影響。  體育 Ab- I -1 體適能遊戲。 Ga- I -1 走、跑、跳與	健康 1. 發表  體育 1. 操作 2. 運動撲滿	

				4d-I-1 願意從事規律身體活動。	投擲遊戲。		
第十四週 5/17   5/21	健康 第三單元 健康防護罩 第1課 身體不舒服  體育 第六單元 模仿趣味多 第1課 小巨人和紙鏢	健康 1、 體育 2	健康 健體-E-A2  體育 健體-E-C2	健康 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。  體育 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。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	健康 Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。 Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。  體育 Bd-I-1 武術模仿遊戲。	健康 1.發表 2.演練  體育 1.操作 2.運動撲滿	體育 【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。
第十五週 5/24   5/28	健康 第三單元 健康防護罩 第1課 身體不舒服  體育 第六單元 模仿趣味多 第2課 模仿滾翻秀	健康 1、 體育 2	健康 健體-E-A2  體育 健體-E-C2	健康 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。  體育 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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	健康 Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。 Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。  體育 1a-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	健康 1.實作 2.發表  體育 1.認知 2.操作 3.養成 4.發表	體育 【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。
第十六週 5/31 	健康 第三單元 健康防護罩 第2課 遠離疾病有法寶	健康 1、	健康 健體-E-A1 健體-E-A2	健康 1a-I-1 認識基本的健康常識。	健康 Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	健康 1.檢核	體育 【人權教育】 人E5 欣賞、

6/4	<p>體育 第六單元 模仿趣味多 第2課 模仿滾翻秀</p>	體育 2	<p>體育 健體-E-C2</p>	<p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。</p> <p>體育 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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	<p>Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。</p> <p>體育 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</p>	<p>體育 1. 操作 2. 養成 3. 運動撲滿</p>	<p>包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p>
<p>第十七週 6/7   6/11</p>	<p>健康 第三單元 健康防護罩 第2課 遠離疾病有法寶</p> <p>體育 第六單元 模仿趣味多 第3課 走向綠地</p>	健康 1、 體育 2	<p>健康 健體-E-A1 健體-E-A2</p> <p>體育 健體-E-C2</p>	<p>健康 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。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。</p> <p>體育 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。</p>	<p>健康 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。</p> <p>體育 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>健康 1. 問答 2. 實作</p> <p>體育 1. 操作 2. 發表</p>	<p>體育 【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。</p>

				3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。			
第十八週 6/14   6/18	健康 第三單元 健康防護罩 第2課 遠離疾病有法寶  體育 第六單元 模仿趣味多 第3課 走向綠地	健康 1、 體育 2	健康 健體-E-A1 健體-E-A2  體育 健體-E-C2	健康 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。 2b- I -1 接受健康的生活規範。 3a- I -1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 4b- I -1 發表個人對促進健康的立場。  體育 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。 4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。	健康 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。  體育 Ib- I -1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	健康 1. 發表 2. 自評  體育 1. 操作 2. 發表	體育 【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。
第十九週 6/21   6/25	健康 第三單元 健康防護罩 第3課 健康好心情  體育 第六單元 模仿趣味多 第3課 走向綠地	健康 1、 體育 2	體育 健體-E-C2	健康 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。 3b- I -3 能於生活中嘗試運用生活技能。  體育 1c- I -1 認識身體活動	健康 Fa- I -3 情緒體驗與分辨的方法。  體育 Ib- I -1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	健康 1. 觀察 2. 發表  體育 1. 操作 2. 發表	健康 【生命教育】 生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。  體育 【人權教育】 人 E3 了解每

				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。 4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。			個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。
第廿週 6/28   7/2	健康 第三單元 健康防護罩 第3課 健康好心情  體育 第六單元 模仿趣味多 第3課 走向綠地	健康 1、 體育 2	體育 健體-E-C2	健康 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。 3b- I -3 能於生活中嘗試運用生活技能。  體育 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。 4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。	健康 Fa- I -3 情緒體驗與分辨的方法。  體育 Ib- I -1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	健康 1. 觀察 2. 實作 3. 紙筆測驗  體育 1. 操作 2. 運動撲滿	健康 【生命教育】 生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。  體育 【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。

備註：

1. 總綱規範議題融入：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】
2. 教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。