

新北市秀山國民小學114學年度1年級第2學期部定課程計畫 設計者：賴亞葶、張素華

一、課程類別：(請勾選，原住民族語文及新住民語文請分別填寫族別及語文名稱)

1. ☐國語文 2. ☐閩語文 3. ☐客語文 4. ☐原住民族語文：_____族 5. ☐新住民語文：_____語 6. ☐英語文
7. ☐數學 8. ☒健康與體育 9. ☐生活課程 10. ☐社會 11. ☐自然 12. ☐藝術 13. ☐綜合活動 14. ☐台灣手語

二、學習節數：每週(3)節，實施(21)週，共(63)節。

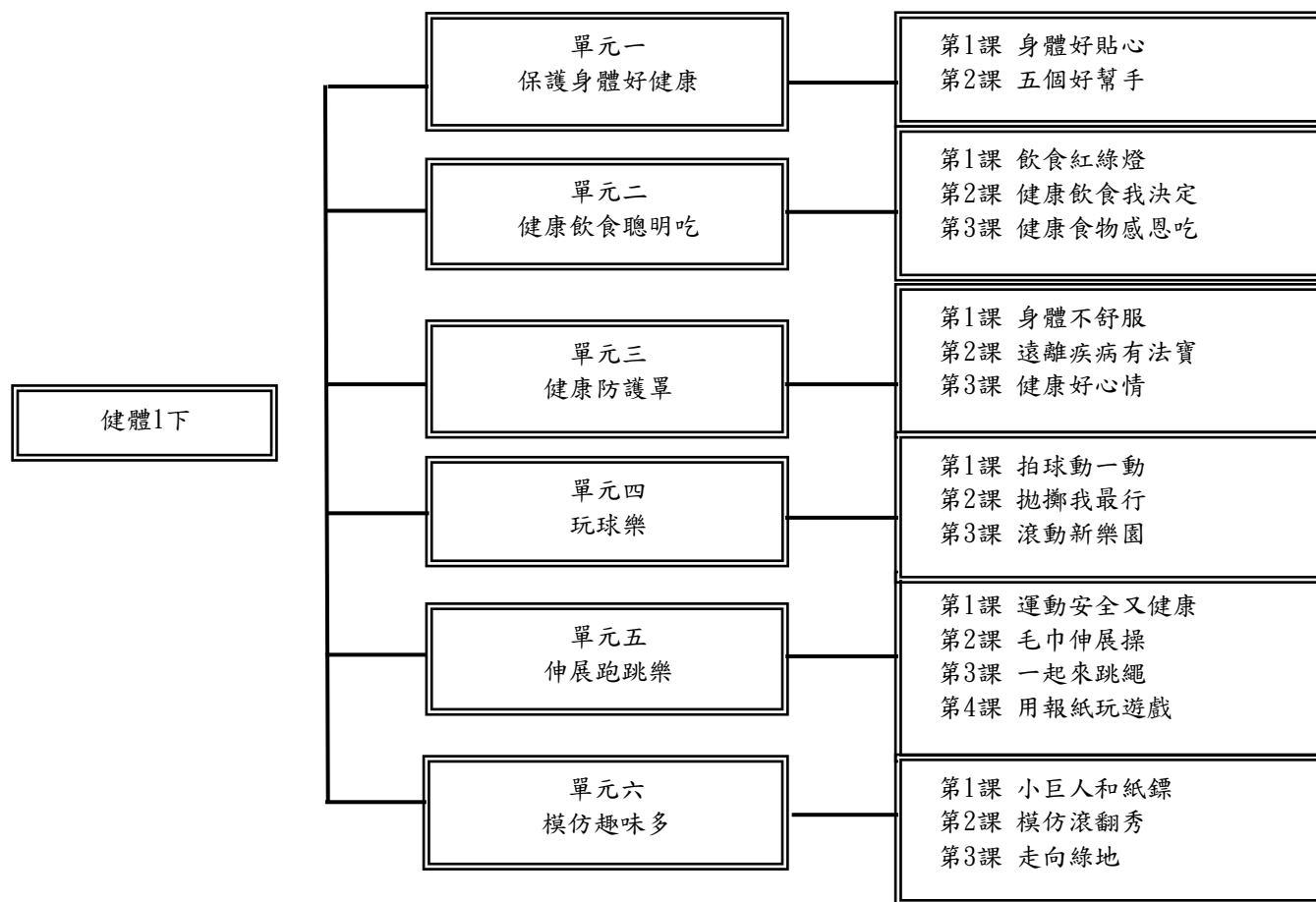
三、課程目標(請條列式敘寫)

- 1.發展身體運動能力，以積極正向的做法促進健康。
- 2.發展適應現在及未來生活的基本技能。
- 3.透過體驗與探索的活動，學習解決健康與體育核心問題。
- 4.尊重每個人都是獨立的個體，培養良好的人際關係及團隊合作精神。
- 5.建立健康與體育相關科技與資訊的基本素養。
- 6.建立健康與體育相關的感知與欣賞的基本素養。
- 7.培養關懷生活、社會、環境的道德意識和公民責任感。
- 8.建立健康的生活型態，奠定促進全人健康與社區環境品質的基石。
- 9.落實國家政策的推展與宣導。

四、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
依總綱核心素養項目及具體內涵勾選 ☒ 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-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。

五、課程架構：(自行視需要決定是否呈現)



六、本課程是否實施混齡教學：☐是(__年級和__年級) ☒否

七、素養導向教學規劃：出版社(黑)、改編教材(紅)、議題融入(藍)、校本特色(顏色自訂)

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
第一週 2/11-2/13 (調整至 1/21~1/23上課)	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。	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	第一單元保護身體好健康 第1課身體好貼心 《活動1》用身體體驗生活 1.教師帶領學生觀察課本第6-7頁，提問：小君一家人週末去郊外踏青，說說看，身體的各個部位有哪些功能？怎麼幫助他們度過快樂的假日時光呢？ 《活動2》認識身體 1.教師利用人體圖和身體各部位名稱字卡，帶領學生認識身體各部位的名稱。 2.教師將全班分成四組，各組分別上臺抽取「動作卡」並做出指定動作，其他組舉手搶答，須說出「身體什麼部位」做了「什麼動作」。	1	教學資源 教師準備正面和反面人體圖、身體各部位名稱字卡、動作卡。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	問答	【安全教育】 安E6 了解自己的身體。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第一週 2/11-2/13 (調整至 1/21~1/23上課)	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。	體育 Ic-I-1民俗運動基本動作與遊戲。	體育 第五單元 伸展跑跳樂 第3課 一起來跳繩 1.一迴旋雙腳跳2.原地抬腿跑跳繩3.開合跳跳繩 4.腳交叉跳跳繩 5.自行設計跳繩動作 練習與欣賞 1.由教師指定跳繩動作，學生分組以30秒內至少完成10次動作為目標(可連續或不連續)，聽教師哨音動作，全班輪流完成指定動作。	體育 2	體育 1.學生準備一人一條跳繩。 2.教師於課前確認教學活動空間，例如：室內活動中心或室外平坦的地面。	體育 1.操作 2.運動撲滿		☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

	4d- I -1願意從事規律身體活動。		2.教師表揚達成目標的學生，並鼓勵未達目標的學生利用課餘時間多多練習。					
第二週 2/16-2/20 (農曆春節放假)	無	無	農曆春節放假	2	無	無	無	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第三週 2/23-2/27 (2/27和平紀念日補假)	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。	Da- I -2 身體的部位與衛生保健的重要性。	第一單元保護身體好健康 第2課五個好幫手 《活動1》寶貝眼睛 1.教師說明：眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴和皮膚都是生活好幫手，需要細心照顧，避免生病或受傷。想一想，小君的哪些行為可以保護眼睛？哪些行為會傷害眼睛？ 2.教師將全班分成3-4組，請學生拿出學習單，在組內分享自己平常使用眼睛的行為，並說一說，哪些是保護眼睛的行為，哪些行為會傷害眼睛，以及傷害眼睛的行為應該如何改進。 3.教師請學生完成課本第11頁生活行動家，勾選在生活中能做到的保護眼睛行為。 《活動2》寶貝耳朵 1.教師說明：觀察小君的行為，	1	教學資源 1.教師課前請學生完成「寶貝眼睛」學習單，觀察自己平常使用眼睛的行為。 2.教師課前請學生完成「寶貝耳朵」學習單，觀察自己平常使用耳朵的行為。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	發表自評	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			想一想，哪些行為可以保護耳朵？哪些行為會傷害耳朵？ 2. 教師將全班分成3-4組，請學生拿出學習單，在組內分享自己平常使用耳朵的行為，並說一說，哪些是保護耳朵的行為，哪些行為會傷害耳朵，以及傷害耳朵的行為應該如何改進。 3. 教師請學生完成課本第13頁生活行動家，勾選在生活中能做到的保護耳朵行為。					
第三週 2/23-2/27 (2/27和平紀念日補假)	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。	體育 Cb- I -1運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處。	體育 第五單元 伸展跑跳樂 第1課 運動安全又健康 《活動1》運動場地安全第一 1. 教師帶領學生實際到巡視校園遊戲及運動區域。 2. 實際讓學生體驗及教導正確的遊戲方式。 《活動2》正確運動快樂多 1. 教師配合課本第86~87頁，引導學生覺察情境中人物運動受傷的原因。 2. 教師請學生分組討論：你們還知道哪些運動時應注意的事項呢？ 3. 引導學生思考遇到身體不適或同學受傷，應該如何處理及照顧他人？ 4. 教師引導學生分享自己的經驗或情況，並且討論可能引起身體不舒服的原因及其預防方法。 《活動3》運動好處多 1. 教師請學生討論及分享運動的好處。	體育 2		體育 1. 問答 2. 操作 3. 運動撲滿	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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			2.各組派代表上臺分享運動的好處，教師依據學生的發表歸納。					
第四週 3/2-3/6	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。	Da- I -2 身體的部位與衛生保健的重要性。	第一單元保護身體好健康 第2課五個好幫手 《活動3》寶貝鼻子 1.教師說明：教師說明：想一想，小彥的哪些行為可以保護鼻子？哪些行為會傷害鼻子？ 2.教師將全班分成3-4組，請學生拿出學習單，在組內分享自己平常使用鼻子的行為，並說一說，哪些是保護鼻子的行為，哪些行為會傷害鼻子，以及傷害鼻子的行為應該如何改進。 3.教師請學生完成課本第15頁生活行動家，勾選在生活中能做到的保護鼻子行為。	1	教學資源 教師課前請學生完成「寶貝鼻子」學習單，觀察自己平常使用鼻子的行為。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	發表 自評	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第四週 3/2-3/6	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。	體育 Bc- I -1各項暖身伸展動作。	體育 第五單元 伸展跑跳樂 【活動1】常規建立 1.複習基本常規「立正、稍息、集合隊伍…等常規。 2. 複習1-3年級新式健身操 【活動2】運動伸展的重要 教師引導學生思考伸展的重要為何？及做出手部、身體、腿腳伸展的各個動作 第三課 毛巾伸展操介紹 《活動2》毛巾伸展操 1.並引導學生如何利用毛巾：我們能用毛巾做出哪些伸展動作？ 2.教師介紹身體各部位的毛巾伸展操動作，並說明。每個動作須	體育 2	體育 1.教師準備哨子。 2.學生一人準備一條毛巾。 3.教師於課前確認教學活動空間，例如：室內活動中心或室外平坦的地面。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	體育 1.操作 2.運動撲滿	【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。	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。

			至少維持10秒才能達到伸展效果。 (1)手部伸展(2)身體伸展(3)腿部伸展 3.教師提醒學生：做動作時要維持正常呼吸。 4.教師介紹毛巾伸展操對身體的好處： (1)緩解身體的肌肉疼痛。(2)搭配有氧活動，能有效減重。 (3)培養身體平衡感。 (4)配合和緩的呼吸，可以放鬆心情。 《活動3》組合性伸展操 1.將學生分成4~6人一組。 3.熟練並連續進行各部位伸展動作。 《活動4》毛巾木頭人 1.教師說明「毛巾木頭人」遊戲方式並進行遊戲。 2.教師喊「1、2、3木頭人」，學生必須在教師喊完的同時，做出任一毛巾伸展操動作，依此類推，每次動作不可重複。 3.利用木頭人遊戲複習毛巾伸展操動作。					
第五週 3/9-3/13	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。	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	第一單元保護身體好健康 第2課五個好幫手 《活動4》寶貝嘴巴 1.教師說明：觀察小彥的行為，想一想，哪些行為可以保護嘴巴？哪些行為會傷害嘴巴？ 2.教師將全班分成3-4組，請學生拿出學習單，在組內分享自己平	1	教學資源 教師課前請學生完成「寶貝嘴巴」學習單，觀察自己平常使用嘴巴的行為。 學習策略	發表自評	【安全教育】 安E6 了解自己的身體。	☐實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1.協同科目：_____ 2.協同節數：_____

	4a-I-2 養成健康的生活習慣。		常使用嘴巴的行為，並說一說，哪些是保護嘴巴的行為，哪些行為會傷害嘴巴，以及傷害嘴巴的行為應該如何改進。 3. 教師請學生完成課本第17頁生活行動家，勾選在生活中能做到的保護嘴巴行為。		作筆記、提出疑問、網路檢索。			
第五週 3/9-3/13	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。	體育 Ab-I-1 體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	體育 第五單元 伸展跑跳樂 1. 複習基本常規「立正、稍息、集合隊伍…」等常規。 2. 複習1-3年級新式健身操 第4課 用報紙玩遊戲 《活動1》報紙暖身操 1. 教師帶領學生快走或慢跑活動場地一圈，並利用報紙做暖身操和伸展活動。 【活動2】渡河遊戲 1. 利用單張報紙完成渡河任務 2. 利用數張報紙搭橋，完成渡河的任務 《活動3》開合跳越紙棒 1. 教師請全班學生將紙棒於地面拼湊成正方形、三角形、十字形、六邊形等造型，並設定起點線和終點線。 2. 教師指導學生在起點線縱向排隊，以開合跳的方式越過各紙棒造型關卡。	體育 2	體育 1. 教師準備全開舊報紙（每人1~2張）。 2. 教師於課前確認教學活動空間，例如：室內活動中心或室外平坦的地面。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	體育 1. 操作		☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第六週 3/16-3/20	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	第一單元保護身體好健康 第2課五個好幫手 《活動5》寶貝皮膚 1. 教師說明：觀察小君和小彥的行為，想一想，他們的哪些行為	1	教學資源 教師課前請學生完成「寶貝皮膚」學習單，觀察自己平常使用皮膚的行為。	發表自評 總結性評量	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目：

	活態度與行為。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。		可以保護皮膚？哪些行為會傷害皮膚？ 2. 教師將全班分成3-4組，請學生拿出學習單，在組內分享自己平常使用皮膚的行為，並說一說，哪些是保護皮膚的行為，哪些行為會傷害皮膚，以及傷害皮膚的行為應該如何改進。 3. 教師請學生完成課本第19頁生活行動家，勾選在生活中能做到的保護皮膚行為。		學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。			_____ 2. 協同節數： _____
第六週 3/16-3/20	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。	體育 Ab-I-1體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	體育 第五單元 伸展跑跳樂 第4課 用報紙玩遊戲 《活動4》紙棒接力賽 1. 利用報紙當接力棒，加入田徑接力規則，讓學生嘗試練習跑步傳接棒。 《活動5》擲紙棒體驗 1. 教師請學生分組討論：可以怎麼投擲紙棒？ 2. 教師引導學生可以握住紙棒的前段、中段、後段，感受怎樣的握法比較容易投擲，並讓學生試著握住不同範圍投擲紙棒，體驗三種不同握棒處的投擲。 《活動6》擲紙棒經驗分享 1. 學生練習三種投擲紙棒方式後，分享各種投擲後的發現。 《活動7》投擲紙棒 1. 教師指導學生正確投擲紙棒的方式。 《活動8》擲遠積分賽 1. 5-6人一組，由教師統一指揮並	體育 2	體育 1. 教師指導學生將報紙捲成棒狀後黏牢，完成紙棒製作。 2. 教師於課前確認教學活動空間，例如：室內活動中心或室外平坦的地面。	體育 1. 操作		☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			喊口令，例如：預備、投擲、檢回紙棒，指示學生做出投擲與檢回的動作。 2. 教師依距離設立目標，例如：3分、5分、7分等標的，進行不同距離的擲遠練習，並發給學生「小小神射手」學習單，請學生在學習單上記錄擲中的分數。					
第七週 3/23-3/27	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。	Ea- I -2 基本的飲食習慣。	第二單元健康飲食聰明吃 第1課飲食紅綠燈 《活動1》頭好壯壯的方法 1. 配合課本第24頁圖文，請學生發表：小全和小義誰的體力好又有活力？為什麼？ 《活動2》紅綠燈食物 1. 教師配合食物圖卡與課本第25頁圖文，說明「綠燈食物」和「紅燈食物」的區別。 2. 教師將全班分組，發給每組一張海報紙，各組把所知道的健康食物（綠燈食物）寫在紙上，計時5分鐘，時間到將海報紙交到臺前。 《活動3》品嘗大會 1. 教師請學生拿出自己帶來的健康食物，但先保持神秘感，不要讓同學看見。 2. 請每人向組員形容自己所帶來的健康食物，包含外形、顏色、口感等，讓組員猜一猜。	1	教學資源 1. 教師課前準備各種健康食物圖卡和分組書寫用的海報紙。 2. 學生自備一種健康食物。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	問答	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第七週 3/23-3/27	體育 3c- I -2表現安全的身體活動	體育 Ab- I -1體適能遊戲。	體育 第五單元 伸展跑跳樂 第4課 用報紙玩遊戲	體育 2	教學資源	操作 運動撲滿	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學

	行為。 4d- I -1願意從事規律身體活動。	Ga- I -1 走、跑、跳與投擲遊戲。	《活動9》你想擲中哪一個？ 學生練習三種投擲紙棒方式後，分享各種投擲後的發現。 1. 5~6人一組，教師於不同距離擺放不同物品，學生選好想投中的物品，練習瞄準並投擲。 《活動10》擲準積分賽 1. 5~6人一組，教師於不同距離放置桶子或呼啦圈，設置投中每項物品的得分，指導學生進行擲準練習。 2. 每人可投擲紙棒一次，擲入標的物即得分。總得分最高的小組獲勝。 《活動11》環保一極棒 1. 教師指導學生發表：報紙的用途有哪些？可以怎麼利用報紙來運動？ 2. 報紙可以拿來做成紙棒或滾筒，也可以捲成柱狀當作擲準的目標物等。 3. 教師提問：如果報紙已破損、不堪使用，可以怎麼處理？ 4. 教師指導學生課後將破損的紙棒拆開，攤平後回收。 5. 培養學生資源回收再利用的觀念，實踐環保愛地球的理念。		1. 教師指導學生將報紙捲成棒狀後黏牢，完成紙棒製作。 2. 教師於課前確認教學活動空間，例如：室內活動中心或室外平坦的地面。 3. 教師準備呼啦圈、大垃圾桶數個。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。			(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第八週 3/30-4/3 (4/3兒童節補假)	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。	Ea- I -2 基本的飲食習慣。	第二單元健康飲食聰明吃 第1課飲食紅綠燈 《活動4》綠燈食物好處多 1. 請學生思考：吃綠燈食物對身體有什麼好處？ 《活動5》飲食檢查站	1	學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	自評	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	☐實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

	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。		1. 請學生配合課本第27頁思考自己的飲食習慣並作答，做到的項目就打勾。					_____
第八週 3/30-4/3 (4/3兒童節補假)	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。	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。	體育 第四單元 玩球樂 第1課 拍球動一動 【活動1】球感熱身活動 1. 繞頭 2. 繞身體 3. 繞腳 4. 八字繞 《活動2》拍球變化多 1. 教師說明並示範拍球動作要領。 2. 教師帶領學生練習多樣化的拍球動作。 《活動3》拍球行走 1. 教師指導學生練習各式行進間拍球動作。 《活動4》拍球闖三關 1. 教師說明「拍球闖三關」活動規則：分組進行闖關體驗。 第一關：拍球橫著走。第二關：每拍球5下換一次。第三關：拍球繞過角錐，以S形前進。 《活動5》拍球大考驗 1. 教師說明「拍球大考驗」活動規則：(1)在第一個呼拉圈內原地雙手拍球10下。(2)左手拍球向前走至第二個呼拉圈。(3)在第二個呼拉圈內原地左手拍球10下、右手拍球10下。(4)左手拍球前進繞過三角錐。(5)右手拍球回起點	體育 2	體育 1. 教師準備每人1顆球、呼拉圈6~7個、角錐多個。 2. 課前確認教學活動空間，例如：室內活動中心或室外平坦的地面。 3. 教師準備每人1顆球、角錐多個。	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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目：_____ 2. 協同節數：_____

			《活動6》猜拳貪食蛇 1. 教師說明「猜拳貪食蛇」活動規則：(1)以籃球場為活動範圍，每人持一顆排球，找同學猜拳。(2)猜拳贏的人原地拍球5下，猜拳輸的人原地拍球10下。(3)拍球後，輸的人排到贏的人隊伍後方，跟著贏的人找下一人猜拳，若排頭猜拳贏，後面的人須一起拍球5下；若排頭猜拳輸，後面的人要跟著拍球10下，再排到贏的人後方。(4)計時間結束時，後方隊伍最長的人獲勝。					
第九週 4/6-4/10 (4/6清明節補假)	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。	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。	第二單元健康飲食聰明吃 第2課健康飲食我決定 《活動1》小義的飲食問題 1. 教師配合課本情境，以小義的例子說明問題解決技能的初步概念。 《活動2》我的飲食問題 1. 請學生利用「我的飲食問題」學習單，寫下一項最想改進的飲食習慣，並設定改進目標。教師行間巡視，適時針對學生個人目標設定的方式進行指導。	1	教學資源 1. 請學生於課前和家人討論，找出一項自己最需要改進的不良飲食習慣。 2. 教師準備「我的飲食問題」學習單。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	觀察 自評	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目：_____ 2. 協同節數：_____
第九週 4/6-4/10 (4/6清明節補假)	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	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、	體育 第四單元 玩球樂 第1課 拍球動一動 《活動7》拍球奪寶 1. 教師說明「拍球奪寶」活動規則：	體育 2	體育 1. 教師依據班級人數準備每人1顆躲避球或排球、角錐多個、呼拉圈每組1個。	體育 1. 操作 2. 運動撲滿	【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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目：_____

	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。	控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。	(1)4-6人一組，各組第一人先拍球行走至中心呼拉圈內奪取角錐，再拍球帶回自己的組別放入呼拉圈，下一人才可以繼續。 (2)計時3分鐘，角錐多的組別獲勝。 2.拍球奪寶-進階版：同上活動規則，加入可拍球搶奪其他組呼拉圈內的角錐。 《活動8》攻占城堡 1.教師說明「攻占城堡」活動規則：(1)分成4組別，每人各持1顆球，各組第一人聽到教師的哨音後，單手拍球往對方的城堡前進，兩人碰面須猜贏，贏者向前輸者須立刻回到原點的排尾排隊，下一人再拍球出發。先到達對方城堡組別獲勝。					2. 協同節數： _____
第十週 4/13-4/17 (4/16. 4/17期中評量)	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。	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。	第二單元健康飲食聰明吃 第2課健康飲食我決定 《活動3》小義的決定 1.教師說明：人們很容易受到紅燈食物的氣味和口感誘惑，進而產生想吃的衝動。遇到這種情況，該怎麼為自己的健康做個好決定呢？ 2.教師帶領學生認識做決定技能概念，並說明做決定的步驟。 《活動4》做個好決定 1.教師取出可樂和白開水，詢問學生：如果口渴時，桌上有	1	教學資源 教師準備可樂和白開水。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	問答 實踐	【品德教育】 品E1 良好生活習慣與德行。	☐實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			可樂和白開水兩種選擇，該怎麼做決定才是健康飲食呢？ 2. 師生共同評價決定：這是一個好決定嗎？是否符合健康飲食原則呢？					
第十週 4/13-4/17 (4/16. 4/17期中評量)	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	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。	體育 第四單元 玩球樂 第2課 拋擲我最行 《活動1》我拋我接 1. 教師說明並示範向上拋球的動作要領：上拋接球、拋球落地再接、上拋拍手接球、上拋拍腿接球、拍手拍腿大挑戰。 《活動2》合作出任務 1. 教師說明「合作出任務」活動規則： (1)2人一組，一人拋球，一人拍手。 (2)教師下指令：一人拋球，另一人拍手3下。 (3)一人拍手結束後，另一人才接住球，則兩人合作成功。 《活動3》拋擲繞場走 1. 學生在操場的跑道上進行活動，利用拋球與擲球繞操場一圈，練習紙球擲遠。 《活動4》拋擲進洞 1. 教師說明「拋擲進洞」活動規則： (1)6人一組，每組前方擺放呼拉圈，距離目標物3公尺的距離練習擲準。 (2)拉長距離，讓學生距離目標物5公尺的距離練習擲準。	體育 2	體育 1. 教師準備數顆樂樂棒球。 2. 教師準備大角錐 3. 課前確認教學活動空間，例如：室內活動中心或室外平坦的地面。	體育 1. 操作	【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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目：_____ 2. 協同節數：_____

			(3)教師可視學生練習狀況，可將拋擲目標區域縮小，以增加挑戰的難度。					
第十一週 4/20-4/24 (4/25校慶運動會)	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。	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。	第二單元健康飲食聰明吃 第3課健康食物感恩吃 《活動1》食材變變變 1.教師說明：攝取充足的營養才能長高和長壯，但是，在享用營養美味的食物時，你有沒有想過這些食物是由哪些食材烹煮而成的呢？ 2.學生自由發表最近一餐吃了哪些菜肴，推測是由哪些食材烹調而成的。教師鼓勵學生多攝取健康食物，盡量少吃紅燈食物。	1	學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	觀察	【品德教育】 品 EJU7 欣賞感恩。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第十一週 4/20-4/24 (4/25校慶運動會)	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。	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。	體育 第四單元 玩球樂 第2課 拋擲我最行 《活動5》擲牆活動 1. 教師說明「擲球動作」 2. 對牆擲接球 3 公尺 3. 對牆擲接球 5 公尺 《活動6》擲準九宮格 1.教師說明「擲準九宮格」活動規則： (1) 3-4人一組，每人一顆球，在距離約3公尺處練習打九宮格。 (2)拉長距離，讓學生距離九宮格約5公尺的距離練習擲準。 (3)教師可視學生練習狀況，增加距離或縮小目標區增加挑戰的難度。	體育 2	體育 1. 教師準備8軟排球	體育 1. 操作 2. 觀察 3. 運動撲滿	【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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

第十二週 4/27-5/1 (4/27校慶 補假一天)	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。	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。	第二單元健康飲食聰明吃 第3課健康食物感恩吃 《活動2》你在浪費食物嗎？ 1. 教師請用餐時吃不完的學生說 一說： (1)一天中最常有剩餘食物的是哪 一餐？ (2)最常剩餘的食物是什麼？（是 蔬菜、魚、飯或是肉？）為什麼 會剩下？ (3)當你認為餐點的分量過多時， 你會怎麼做？	1	學習策略 作筆記、提出疑問、網路 檢索。	觀察	【品德教育】 品 EJU7 欣賞感 恩。	☐ 實施跨領域或 跨科目協同教學 (需另申請授課鐘 點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第十二週 4/27-5/1 (4/27校慶 補假一天)	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。	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。	體育 第四單元 玩球樂 第3課 滾動新樂園 《活動1》滾吧！球球 (1)兩人屈膝側坐，一人將球推 滾出去，另一人接球。 (2)兩人面對面盤腿坐，一人雙 手將球推滾出去，另一人接球。 (3)學生兩人一組，兩人站著 距離約2~3公尺，相對互相滾球 接球。 《活動2》滾球輪盤 1. 教師說明「滾球輪盤」活動規 則： (1)一組5人併腿直膝坐圍成圓並 面向圓心，每人持1顆球。 (2)聽教師哨音滾球，一聲哨音同 時向右滾球，兩聲哨音同時向左 滾球。 《活動3》滾球過山洞 1. 教師說明「滾球過山洞」活動 規則： (1)6人一組，一組1顆球，各組至 起點排成一縱隊，雙手伸直搭前	體育 2	體育 1. 教師準備每兩人1顆排 球。 2. 課前確認教學活動空 間，例如：室內活動中心 或室外平坦的地面。	體育 1. 操作 2. 觀察 3. 運動撲滿	【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。	☐ 實施跨領域或 跨科目協同教學 (需另申請授課鐘 點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			面組員的肩膀，雙腳張開與肩同寬，第一人雙手持球。 (2)第一人彎腰由胯下將球向後滾，讓球穿過其他組員的胯下，接著跑向排尾接球。 (3)接到後，將球滾回前方，讓球穿過其他組員的胯下給第一人，由此隊伍會不斷前進，最快到達終點組別獲勝。 《活動4》沿線滾球 教師說明並示範「沿線滾球」活動進行方式：(1)單人滾球繞球場線(2)兩人合作滾球(3)兩人合作持物滾球(4)教師鼓勵其他視球方式並嘗試操作。 《活動3》滾球前進 1.教師說明「滾球前進」活動規則：(1)6人一組，教師設定活動範圍，可兩組同時進行。(2)聽教師哨音，每組第一人出發依指定方式滾球，先右手滾球，再左手滾球，最後將球推滾出去再跑向終點接球。					
第十三週 5/4-5/8	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。	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。	第二單元健康飲食聰明吃 第3課健康食物感恩吃 《活動3》感恩的心 1.教師提問：食物從哪裡來？每道餐點是怎麼完成的？學生可以課本上內容回答或想出其他答案，例如：菜農種菜、果農種水果、運輸業者將食材運送到超市或市場、廚師將食材烹調成晚餐菜肴。 2.教師教念「憫農詩」並解釋意義。	1	教學資源 教師準備「珍惜食物」學習單。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	自評 實作 總結性評量	【品德教育】 品 EJU7 欣賞感恩。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			《活動4》惜食承諾 1. 師生共同討論在日常生活中如何做到珍惜食物。 2. 配合學習單進行反思，願意做到惜食行為的在笑臉塗上顏色。 教師鼓勵學生努力實踐，減少食物浪費。					
第十三週 5/4-5/8	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。	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。	體育 第四單元玩球樂 第3課滾動新樂園 《活動6》滾球跑 1. 教師說明並示範「滾球跑」活動進行方式：雙手滾動球直線前進並折返、雙手滾動球繞角錐彎曲前進。 《活動7》和球比一比 1. 教師說明並示範「和球比一比」活動進行方式： (1) 4人一組，每組1顆球。 (2) 一組2人同時在起點處進行活動，一人將抗力球推滾出去，另一人立即跑向前接住球，接著滾球者與接球者角色互換再進行一次，再換另外2人進行。 《活動8》跑滾樂 1. 教師說明「跑滾樂」活動規則： (1) 滾動球直線前進。 (2) 滾動球繞角錐彎曲前進。 (3) 將球滾向起點，並跑到球的前方接球。 《活動9》滾球高手 1. 教師說明「滾球高手」活動規則：	體育 2	教學資源 1. 教師準備3-4顆球、角錐數個。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	操作 觀察 運動撲滿	【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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			(1)5人一組，發給一組5個角錐。 (2)在九宮格裡放角錐，一格放一個，各組各自安排角錐的位置。 (3)推滾樂樂棒球碰角錐，球碰到角錐就拿起，代表已得分。 (4)球碰到1分區的角錐（擺放於九宮格第一排）得1分；球碰到2分區的角錐（擺放於九宮格第二排）得2分；球碰到3分區的角錐（擺放於九宮格第三排）得3分。 (5)累計得分最高的組別獲勝。					
第十四週 5/11-5/15	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。	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。	第三單元健康防護罩 第1課身體不舒服 《活動1》他們怎麼了？ 1.教師請學生閱讀課本情境後思考：小澤為什麼生病呢？ 2.教師請學生閱讀課本情境後思考：想一想，小璇一家人為什麼身體不舒服呢？	1	教學資源 課前請學生詢問家人自己曾得過的疾病和生病原因。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	發表	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	☐實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第十四週 5/11-5/15	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。	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。	體育 第四單元玩球樂 《活動10》滾拍球 OX 大戰 1.複習直線和 S 型滾球、拍球 2.分成4組，於前方放置九宮格、手中持球及角錐，進行滾球、拍球 OOX，最先連成一條線則獲勝。 《活動11》滾拍球拔河大戰 1.複習直線和 S 型滾球、拍球 2.分成4組，於前方放置一排呼拉圈，中間放角錐，進行滾球、拍球移動角錐，最先把角錐移出來者獲勝。	體育 2	教學資源 1.教師準備3-4顆球、呼拉圈18個，角錐4個。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	操作 觀察 運動撲滿	【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。	☐實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

	4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。							
第十五週 5/18-5/22	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。	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。	第三單元健康防護罩 第1課身體不舒服 《活動2》生病時的處理 1. 進行「身體不舒服」狀況劇活動。 2. 表演完畢後，教師請學生思考：發現自己可能生病時，該怎麼辦呢？	1	教學資源 教師準備生病情境籤。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	發表 演練	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第十五週 5/18-5/22	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。	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	體育 第六單元模仿趣味多 第1課小巨人和紙鏢 《活動1》小巨人登山 1. 學生大聲說出「前腿彎曲、後腿伸直」的弓步動作要領，並依此要領做出弓步動作。 《活動2》小巨人騎馬 1. 教師指導學生騎馬步的動作要領：膝關節彎曲下蹲，上身挺直。接著依照教師的指示做動作： (1)騎馬步原地跳8次。 (2)向前走20步。 (3)登山步前進走6步。 《活動3》你說我做 1. 3-4人一組，一人發號指令，例如：騎馬步原地跳3次，其他人做動作。若其中有人動作失誤，則與發號指令者交換角色。 《活動4》弓步進攻動作	體育 2	教學資源 1教師於課前確認教學活動空間，例如：室內活動中心或室外平坦的地面。	1. 操作 2. 運動撲滿	【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。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 ☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			1. 教師說明用弓步劈掌進攻的動作要領： (1) 雙手握拳收於腰際，雙腳併攏呈預備姿勢。 (2) 單手由後向前，同時以弓步向前進一步，走一步劈一掌，劈掌力量由上而下，劈掌後的高度與肩齊。 (3) 順步劈掌：同手同腳進攻，例如：右弓步，右劈掌；左弓步，左劈掌。 (4) 拗步劈掌：不同手同腳進攻，例如：右弓步，左劈掌；左弓步，右劈掌。 《活動5》馬步防守 1. 教師指導學生雙手上舉，結合弓步或馬步做出防守動作。 2. 2人一組，一人以弓步向前劈掌進攻，另一人做出馬步或弓步防守動作。					
第十六週 5/25-5/29 (5/28、 5/29畢業 考)	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。	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。	第三單元健康防護罩 第1課身體不舒服 《活動3》領藥要注意 1. 教師請學生思考：看診完向藥師領藥時，有哪些要注意的事呢？ 2. 教師請學生觀察攜帶的藥袋，指導學生認讀藥袋上的資訊，包含：姓名、內服藥或外用藥、用藥時間、用藥次數等，並說明其意義。 《活動4》用藥行為追追追 1. 教師利用布偶演出下列用藥情境，並請學生判斷對錯。	1	教學資源 1. 教師請學生攜帶一個藥袋，自己的或家人的皆可。 2. 教師準備2個布偶（藥師、嘉琪）。 3. 教師準備「認識藥袋」學習單。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	實作發表	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目：_____ 2. 協同節數：_____

			2.教師說明正確用藥的注意事項。					
第十六週 5/25-5/29 (5/28、 5/29畢業 考)	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。	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	體育 第六單元模仿趣味多 第2課模仿滾翻秀 《活動1》觀察與模仿 1.教師引導學生討論：不同的動物在活動時的特徵有哪些？ 2.請學生嘗試模仿提及的動物，盡量伸展、運用肢體。 《活動2》動物向前進 1.教師舉例示範模仿下列動物行走的動作要領，並請學生練習。 教師強調模仿動物行走時，每走一步需靜止3秒再走下一步。 (1)猴子前進。 (2)海狗前進。 (3)大象前進。 (4)兔跳前進。 (5)螃蟹移動。 《活動3》滾球和滾筒 1.教師說明示範蜷曲與伸展，並指導學生練習。 2.利用蜷曲與伸展的動作要領，在軟墊上滾動。 《活動4》猜拳不倒翁 1.教師說明示範不倒翁的模仿動作，並指導學生練習。 2.學生熟練不倒翁的動作後，教師將學生分為2人一組，進行猜拳不倒翁遊戲。 (1)2人相對坐下，猜拳。 (2)猜輸者，須做出不倒翁動作。	體育 2	教學資源 1.教師準備2-3塊安全軟墊，並布置墊上教學場地。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	認知 操作 養成 發表	【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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

第十七週 6/1-6/5	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。	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。	第三單元健康防護罩 第2課遠離疾病有法寶 《活動1》疾病的傳染方式 1.教師說明課本情境，與學生共同討論病菌可能存在的地方和傳染方式。 2.教師說明病菌的傳染途徑。	1	教學資源 1.教師可參考衛生福利部疾病管制署兒童網的資訊，指導傳染病的相關知識。 2.教師準備「病菌在哪裡？」學習單。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	檢核	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第十七週 6/1-6/5	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。	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	體育 第六單元模仿趣味多 第2課模仿滾翻秀 《活動5》猴子過橋 1.教師帶領學生先在地面上練習，模仿猴子行走，四肢著地、手腳並用，保持平衡前進。 2.教師指導學生上平衡木，以手腳並用的方式前進。 《活動6》猴子下山 1.延續「猴子過橋」的活動，教師說明示範下平衡木之後，隨即在軟墊上做一個模仿球滾翻動作，再順勢站起。 2.教師帶領學生進行演練、觀摩同學的表現。活動結束後，請學生分享在平衡木上移動的感覺，	體育 2	教學資源 1.教師準備安全軟墊、低平衡木。	操作 養成 運動撲滿	【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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			以及在平衡木上維持平衡的技巧。					
第十八週 6/8-6/12 (6/12畢業典禮)	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。	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。	第三單元健康防護罩 第2課遠離疾病有法寶 《活動2》預防疾病傳染的方法 1.教師以臺灣常見的傳染病新聞為例，與學生共同討論預防傳染病的方法，並引導學生思考：平時應該養成哪些衛生習慣？怎麼做才能預防疾病的傳染呢？ 2.教師統整與說明：造成傳染病的病菌種類眾多，遠離傳染病可以從降低與病菌的接觸做起。強調回家後和上廁所都要記得洗手，減少感染疾病的機會；生病或傳染病流行時，避免出入公共場所，並記得戴口罩，保護自己也保護他人。 3.教師示範戴口罩的正確方式，並請學生拿出口罩練習。	1	教學資源 1.教師課前蒐集臺灣常見傳染病新聞案例。 2.教師準備「傳染病不找我」學習單。 3.學生準備口罩。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	問答 演練 實作	【品德教育】 品E1 良好生活習慣與德行。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第十八週 6/8-6/12 (6/12畢業典禮)	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。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	體育 第六單元模仿趣味多 第3課走向綠地 《活動1》來到綠地 1.教師以「造飛機」的音樂帶領學生進行暖身活動。 《活動2》觸覺新感受 1.教師引導學生在規定的範圍內自由走動，運用感官仔細觀察草地中的石頭、植物、昆蟲、動物。 2.教師以音樂引導學生行進與停止，音樂停止時，學生模仿所碰	體育 2	教學資源 1.教師準備造飛機音樂及播放設備。 2.教師於課前確認教學活動空間，多利用校園中草地、花園等觀察素材較多的地點。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	操作 發表	【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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			觸的動物、植物或其他物品，鼓勵其用身體不同的部位、姿勢來表現。 3.遊戲結束後，鼓勵學生分享接觸草地的感覺，以及在遊戲中觀察到的模仿動作。 《活動3》動物模仿秀 1.教師引導學生共同討論：大自然裡有哪些昆蟲和動物？牠們的外型和身體特徵是什麼？牠們會做出哪些動作？ 2.教師在地面上放置昆蟲、動物圖卡，以鈴鼓或音樂引導學生移動，鈴鼓或音樂停止時，學生立刻停下腳步並翻開身旁的一張圖卡，模仿圖卡上昆蟲或動物的造型。 3.遊戲結束後，鼓勵學生分享在遊戲中觀察到的模仿動作，教師請幾位表現優異的學生出場表演，讓同學猜猜看他們模仿的是何種昆蟲或動物。					
第十九週 6/15-6/19 (6/19端午節放假一天)	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。	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。	第三單元健康防護罩 第2課遠離疾病有法寶 《活動3》增強抵抗力 1.教師說明：增強身體抵抗力，能減少感染疾病的機會，可以如何增強抵抗力呢？ 《活動4》健康好習慣 1.教師說出多項預防被傳染疾病的做法，讓學生判斷正確與否。如果是正確的做法，雙手比圈，如果是錯誤的做法，雙手比叉。	1	學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	發表 自評	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	☐實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

	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。		2.教師詢問學生：你有哪些增強抵抗力的好習慣呢？請寫下來。 3.教師接著詢問學生：你有哪些沒做到的好習慣呢？先寫下來，並且從現在開始，試著養成好習慣。 【期末評量週】					
第十九週 6/15-6/19 (6/19端午節放假一天)	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。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	體育 第六單元模仿趣味多 第3課走向綠地 《活動4》大自然的小玩家 1.教師引導學生思考：動物們都怎麼移動呢？鼓勵學生發表動物名稱和移動方式，並將學生發表的結果以類別分組，例如：公雞組（直線前進走）、小鳥組（揮動翅膀飛）、毛毛蟲組（伸縮前進爬）、袋鼠組（併雙腿向前跳）、鸞鸞組（單腳獨立走）。 2.教師以音樂聲引導學生模仿所代表的動物在空間中自由移動，鼓聲停止時，教師做出指示，例如：公雞、小鳥、毛毛蟲一組，袋鼠、鸞鸞一組。扮演公雞的學生須找扮演小鳥、毛毛蟲的學生聚在一起，扮演袋鼠的學生則須找扮演鸞鸞的學生聚在一起。 《活動5》動物一家親 1.教師帶領學生複習模仿動物的動作。 2.教師說明動物一家親活動方式，並指導學生進行活動： (1)教師抽出2張動物卡，1張身體部位卡。	體育 2	教學資源 1.教師準備鈴鼓。 2.教師準備第172頁「和動物一起動」學習單。 3.教師準備動物卡、身體部位卡。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	操作發表	【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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

			(2) 如果動物卡是「蝴蝶和袋鼠」，身體部位卡是「背部」，則教師一開始拍打鈴鼓，全班立刻兩兩為一組，一人模仿蝴蝶，一人模仿袋鼠，以背部相連的方式模仿動物姿勢，直到音樂聲停止。 (3) 亦可改為抽出3張動物卡和1張身體部位卡來進行活動。 3. 教師鼓勵學生欣賞同學的表現，嘗試覺察自己與其他同學表現的差異。					
第二十週 6/22-6/26 (6/23.6/24 評量)	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。	Fa- I -3 情緒體驗與分辨的方法。	第三單元健康防護罩 第3課健康好心情 《活動1》認識不同心情 1. 教師展示各種不同表情的圖片或照片，並請學生思考：你曾經產生哪些心情呢？ 2. 教師說明每個人遇到不同的生活事件，會表現出不同的情緒。情緒可簡單分為愉快和不愉快兩類。 3. 學生閱讀課本情境後發表圖中人物的心情，引導學生發現，從一個人的聲音、表情、動作等，可以猜出他們的心情。 4. 教師詢問學生：如果你遇到和嘉琪相同的狀況，你的心情如何？接著請學生發表自己在什麼情況下會產生哪些愉快或不愉快的情緒，完成「不一樣的情緒」學習單。	1	教學資源 1. 教師準備「不一樣的情緒」學習單。 2. 教師蒐集各種不同表情的圖片或照片。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	觀察發表	【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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

第二十週 6/22-6/26 (6/23.6/24 評量)	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。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	體育 第六單元模仿趣味多 第3課走向綠地 《活動6》我們最團結 1.5-6人一組，以抽籤的方式將各組以不同的動物命名。例如：蝴蝶組、螞蟻組、無尾熊組、螳螂組等。 2.教師提問：想想看自己組代表的動物最喜歡的食物是什麼？最喜歡停佇的地點是哪裡？最具代表性的動作是什麼？問題沒有標準答案，只要學生願意發表，即給予鼓勵。 3.各組進行集體肢體創作。	體育 2	學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	操作 發表	【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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第二十一週 6/29-6/30 (6/30結業式)	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。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	第三單元健康防護罩 第3課健康好心情 《活動2》表達心情的行為 1.教師播放文化部兒童文化館《我變成一隻噴火龍了》繪本動畫。欣賞完動畫後，請學生發表自己的觀看心得。 2.教師請學生發表心情不愉快的經驗和宣洩情緒的過程，從中引導並澄清適當的情緒控制方法。 3.教師以課本情境為例，請學生選擇適當的做法。 4.教師請學生自由分享：上述情境中哪一種表達心情的方式比較好呢？為什麼？如果換個想法，心情會不會不同？如果是你，你會怎麼做？	1	教學資源 1.教師蒐集與情緒表達相關的圖片及繪本。 2.教師準備「心情日記」學習單。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	觀察 實作 總結性評量	【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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

第二十一週 6/29-6/30 (6/30 結業式)	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。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	體育 第六單元模仿趣味多 第3課走向綠地 《活動7》模仿樂 1.教師帶領學生複習模仿各式各樣動物動作。 2.教師引領學生編創動物動作。 《活動8》表演與欣賞 1.學生分組上臺表演，台下學生欣賞他組的動物動作並猜出動物。 2.臺下學生專注欣賞他組表演，完成後為同學鼓掌。	體育 2	教學資源 教師準備蝴蝶兒歌的音樂和音樂播放設備。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	操作 運動撲滿	【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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學（需另申請授課鐘點費） 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
----------------------------------	--	---------------------	--	---------	--	------------	---------------------------------------	---

八、本課程是否有校外人士協助教學(本表格請勿刪除)

☒ 否，全學年都沒有(以下免填)

☐ 有，部分班級，實施的班級為：_____

☐ 有，全學年實施

教學期程	校外人士協助之課程大綱	教材形式	教材內容簡介	預期成效	原授課教師角色
		☐ 簡報 ☐ 印刷品 ☐ 影音光碟 ☐ 其他於課程或活動中使用之教學資料，請說明：			

*上述欄位皆與校外人士協助教學與活動之申請表一致