

臺南市公(私)立下營區東興國民中(小)學 108 學年度第一學期 一 年級 健康體育 領域學習課程(調整)計畫

教材版本	翰林	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. 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. 指導學生體驗各種走路方法，並經由不同節奏的練習規畫，培養學生多走路的習慣。 10. 透過一系列滾球練習與遊戲，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。					
總綱核心素養	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作 A2 系統思考與解決問題 B3 藝術涵養與美感素養					
融入之重大議題	【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。 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，培養感恩之心。 【安全教育】 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E6 了解自己的身體。 安 E7 探究運動基本的保健。 安 E9 學習相互尊重的精神。					
課程架構脈絡						
教學期程	單元與活動名稱	節數	領域核心素養	學習重點	表現任務	融入議題

				學習表現	學習內容	(評量方式)	實質內涵
第一週 8/25-8/31	第一冊第一單元： 成長變變變 活動一： 長大真好	1	健體-E-A1	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。	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。	課堂問答 觀察評量	【安全教育】 安E6 了解自己的身體。
第二週 9/1-9/7	第一冊第一單元： 成長變變變 活動一： 清潔衛生好習慣	3	健體-E-A1	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。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	課堂問答 觀察評量	【生命教育】 生E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
第三週 9/8-9/14	第一冊第一單元： 成長變變變 活動一： 清潔衛生好習慣	2	健體-E-A1	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。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	課堂問答 觀察評量	【生命教育】 生E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
第四週	第一冊第二單元： 營養的食物	3	健體-E-A1	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Ea-I-1 生活中常見的食物與	課堂問答 觀察評量	【生命教育】 生E1 探討生

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

9/15-9/21	活動一： 食物調色盤			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。	珍惜食物。		活議題，培養思考的適當情意與態度。
第五週 9/22-9/28	第一冊第二單元： 營養的食物 活動二： 飲食好習慣	3	健體-E-A1	4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	課堂問答 觀察評量	【生命教育】 生E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。
第六週 9/29-10/5	第一冊第三單元： 快樂上下學 活動一： 安全紅綠燈	4	健體-E-C2	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。	Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	課堂問答 觀察評量	【安全教育】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。
第七週 10/6-10/12	第一冊第三單元： 快樂上下學 活動二： 我們是好同學	2	健體-E-C2	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。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	課堂問答 觀察評量	【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的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。
第八週 10/13-10/19	第一冊第四單元： 愛上體育課 活動一： 體育課好好玩	3	健體-E-A1 健體-E-A2	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。	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安E7 探究運動基本的保健。
第九週 10/20-10/26	第一冊第四單元： 愛上體育課	3	健體-E-A1 健體-E-A2	1c-I-2 認識基本的運動常識。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安E7 探究運

	活動二： 暖身操						動基本的保 健。
第十週 10/27-11/2	第一冊第四單元： 愛上體育課 活動三： 安全遊樂園	3	健體-E-A1 健體-E-A2	1c-I-2 認識基 本的運動常識。	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。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安E3 知道常 見事故傷害。
第十一週 11/3-11/9	第一冊第四單元： 愛上體育課 活動三： 安全遊樂園	3	健體-E-A1 健體-E-A2	1c-I-2 認識基 本的運動常識。	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。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安E3 知道常 見事故傷害。
第十二週 11/10-11/16	第一冊第五單元： 我的身體真神奇 活動一： 身體造型遊戲	3	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-B3	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	Ia-I-1 滾翻、 支撐、平衡、懸 垂遊戲。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安E6 了解自 己的身體。

				能力。			
第十三週 11/17-11/23	第一冊第五單元： 我的身體真神奇 活動二： 墊上模仿秀	3	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-B3	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。	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。
第十四週 11/24-11/30	第一冊第五單元： 我的身體真神奇 活動三： 唱跳樂趣多	3	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-B3	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。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。
第十五週 12/1-12/7	第一冊第五單元： 我的身體真神奇 活動四： 動物拳	3	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-B3	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。	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。
第十六週 12/8-12/14	第一冊第六單元： 走走跑跑 活動一： 跟著節奏走	3	健體-E-A1	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。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。

第十七週 12/15-12/21	第一冊第六單元： 走走跑跑 活動二： 奔跑吧	3	健體-E-A1	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。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。
第十八週 12/22-12/28	第一冊第七單元： 大球小球真好玩 活動一： 滾球高手	3	健體-E-C2	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	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。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安 E9 學習相互尊重的精神。
第十九週 12/29-1/4	第一冊第七單元： 大球小球真好玩 活動一： 滾球高手	3	健體-E-C2	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	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。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安 E9 學習相互尊重的精神。
第廿週 1/5-1/11	第一冊第七單元： 大球小球真好玩 活動一： 滾球高手	3	健體-E-C2	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	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。	實際演練 觀察評量	【安全教育】 安 E9 學習相互尊重的精神。
第廿一週	第一冊第七單元：	3	健體-E-C2	1d-I-1 描述動	Hb-I-1 陣地攻	實際演練	【安全教育】

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

1/12-1/18	大球小球真好玩 活動二： 傳球遊戲			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。	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。	觀察評量	安 E9 學習相互尊重的精神。
第廿二週 1/19-1/25		0					

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「表現任務-評量方式」請具體說明。

◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

臺南市公立下營區東興國民小學 108 學年度第二學期一年級健康與體育領域學習課程(調整)計畫

教材版本	翰林版	實施年級 (班級/組別)	一年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(58)節
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師藉由單元插圖故事，引導兒童思考問題，提高學習動機 2. 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。 3. 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。 4. 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。 5. 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。 6. 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。 7. 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。 8. 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。 9. 透過分享與探究活動，引導兒童知道運動的益處，進而願意增加運動機會。 10. 透過觀察與體驗活動，引導兒童認識校園的運動資源，並遵守使用規定。 11. 引導兒童實作伸展運動，知道運動前、後伸展的重要性。 12. 經由武術模仿遊戲，讓兒童學會武術拳與掌的基本動作，並能和他人合作，共同進行創作動作遊戲。 13. 透過各式童玩體驗與遊戲，提升兒童的體能與協調性，並讓其從中領略傳統的美好與珍貴。 14. 讓兒童了解跳躍的基本動作技巧，並能運用正確的技巧做出單、雙腳跳聯合性動作。 15. 透過分享與探究活動，引導兒童知道運動的益處，進而願意增加運動機會。 16. 透過觀察與體驗活動，引導兒童認識校園的運動資源，並遵守使用規定。 17. 藉由氣球多樣的擊球遊戲，降低運動學習門檻，引發兒童學習興趣。 18. 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。 19. 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。 20. 教師藉由播放水域活動相關相片或影片，引導學生發表自我經驗，提高其學習興趣。 21. 透過討論方式，教師教導兒童挑選游泳裝備的方法。 22. 藉由經驗分享，教師幫助兒童了解游泳時的安全規範。 				

<p>總綱核心素養</p>	<p>E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-A3 具備擬定計畫與實作的的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。</p>						
<p>融入之重大議題</p>	<p>【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。 人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。 【多元文化教育】 多 E1 了解自己的文化特質。 多 E2 建立自己的文化認同與意識。 【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E3 知道常見事故傷害。 安 E6 了解自己的身體。 安 E7 探究運動基本的保健。 安 E8 了解校園安全的意義。 【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。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 【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。 家 E12 規劃個人與家庭的生活作息。</p>						
<p>課程架構脈絡</p>							
<p>教學期程</p>	<p>單元與活動名稱</p>	<p>節數</p>	<p>領域核心素養</p>	<p>學習重點</p>		<p>表現任務 (評量方式)</p>	<p>融入議題 實質內涵</p>
				<p>學習表現</p>	<p>學習內容</p>		
<p>第一週 2/9-2/15</p>	<p>單元一、心情追追追 活動一、情緒調色盤</p>	<p>3</p>	<p>健-E-A2</p>	<p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b-I-1 能於引</p>	<p>Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。</p>	<p>自評 操作 問答 觀察</p>	<p>【家庭教育】 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人</p>

				導下，表現簡易的自我調適技能。			及同儕適切互動。
第二週 2/16-2/22	單元一、心情追追追 活動一、情緒調色盤	3	健-E-A2	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。	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。	自評 操作 問答 觀察	【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。
第三週 2/23-2/29	單元一、心情追追追 活動二、煩惱知多少	2	健-E-A2	4a-I-1 於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	問答 演練	【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。
第四週 3/1-3/7	單元二、男女齊步走 活動一、做身體的主人	3	健-E-A2	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。	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。	發表 問答 觀察 實作	【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。
第五週 3/8-3/14	單元二、男女齊步走 活動二、超級比一比	3	健-E-A2	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	Db-I-1 日常生活中的性別角色。	發表 問答	【性別平等教育】 性E3 覺察性別角色的刻板

				立場。			印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 【戶外教育】 戶 E6 豐富自身與環境的互動經驗，培養對生活環境的覺知與敏感，體驗環境處處是美。
第六週 3/15-3/21	單元三、疾病小百科 活動一、生病了怎麼辦	3	健-E-A1	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。	Eb-I-1 健康安全消費的原則。	問答 發表 演練	【家庭教育】 家 E12 規劃個人與家庭的生活作息。
第七週 3/22-3/28	單元三、疾病小百科 活動二、用藥停看聽	3	健-E-A1	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。	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	問答 操作	【家庭教育】 家 E12 規劃個人與家庭的生活作息。
第八週 3/29-4/4	單元三、疾病小百科 活動三、疾病預防知多少	2	健-E-A1	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。	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。	問答 演練 自評	【家庭教育】 家 E12 規劃個人與家庭的生活作息。

<p>第九週 4/5-4/11</p>	<p>單元四、我愛運動 活動一、伸展一下 活動二、滾出活力</p>	3	<p>健-E-A1 健-E-A2</p>	<p>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。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</p>	<p>問答 實作 觀察</p>	<p>【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。</p>
<p>第十週 4/12-4/18</p>	<p>單元四、我愛運動 活動三、有趣的平衡遊戲 活動四、動出好體力</p>	3	<p>健-E-A1 健-E-A2</p>	<p>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。</p>	<p>Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</p>	<p>問答 實作</p>	<p>【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。</p>
<p>第十一週 4/19-4/25</p>	<p>單元四、我愛運動 活動五、我愛唱跳</p>	3	<p>健-E-A3</p>	<p>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。</p>	<p>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>問答 實作 觀察</p>	<p>【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。</p>
<p>第十二週</p>	<p>單元五、高手來過招</p>	3	<p>健-E-B3</p>	<p>2d-I-1 專注觀</p>	<p>Bd-I-1 武術模</p>	<p>實作</p>	<p>【安全教育】</p>

4/26-5/2	活動一、功夫小子			賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	仿遊戲。	觀察	安 E7 探究運動基本的保健。
第十三週 5/3-5/9	單元五、高手來過招 活動二、童玩世界	3	健-E-C2	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能力。	1c-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	實作 觀察	【多元文化教育】 多 E1 了解自己的文化特質。 多 E2 建立自己的文化認同與意識。
第十四週 5/10-5/16	單元六、跳一跳動一動 活動一、長大真好	3	健-E-A1	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。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	實作	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。
第十五週 5/17-5/23	單元六、跳一跳動一動 活動二、常運動好處多 活動三、運動場地大探索	3	健-E-A1 健-E-A2	1c-I-2 認識基本的運動常識。 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。	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。	問答 實作	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。 安 E8 了解校園安全的意義。
第十六週 5/24-5/30	單元七、球類運動樂趣多 活動一、飛向天空 活動二、百發百中	3	健-E-C2	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	Ha-I-1 網/牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、	實作 觀察	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。

				為。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 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。		
第十七週 5/31-6/6	單元七、球類運動樂趣多 活動二、百發百中	3	健-E-C2	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。	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。	實作 觀察	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。
第十八週 6/7-6/13	單元七、球類運動樂趣多 活動三、拍球樂無窮	3	健-E-C2	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	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。	實作 觀察	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。
第十九週 6/14-6/20	單元七、球類運動樂趣多 活動四、踢踢樂	4	健-E-C2	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-1 表現尊	Hc -I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作	實作 觀察	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

				重的團體互動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	協調、力量及準確性控制動作。		
第二十週 6/21-6/27	單元八、玩水樂無窮 活動一、水上樂園 活動二、水中安全	2	健-E-A2	1c-I-2 認識基本的運動常識。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-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。	Gb-I-1 游泳池安全與衛生常識。	發表 問答	【安全教育】 安E2 了解危機與安全。
第二十一週 6/28-6/30	單元八、玩水樂無窮 活動一、水上樂園 活動二、水中安全	0	健-E-A2	1c-I-2 認識基本的運動常識。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-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。	Gb-I-1 游泳池安全與衛生常識。	發表 問答	【安全教育】 安E2 了解危機與安全。

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「表現任務-評量方式」請具體說明。

◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

教材版本	翰林版 2 上教材	實施年級 (班級/組別)	二年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(59)節
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 藉由兒童攝取食物的經驗，了解食物對生理和心理的影響。 2. 藉由認識六大類食物的來源和功能，引導兒童體會均衡飲食的重要性，培養選擇健康食物的能力。 3. 單元中還融入低碳飲食的概念，鼓勵兒童多吃蔬果及在地、當季的食物，既可維護健康又能達到節能減碳的目的。 4. 介紹廚餘的處理方式，強調應先從減少產生量開始，再經由分類過程，將其回收再利用。 5. 藉由簡單有趣的練習與遊戲，引導兒童學習傳、接、投擲及拍球等技能，奠定日後學習各種球類運動的基礎，同時培養其團隊合作、遵守規則等運動精神。 6. 引導兒童了解每個人在生活中總免不了有許多情緒起伏變化。情緒本身並無對、錯，應關注的是情緒所衍生的行為和表現方式是否適當。 7. 以兒童的生活經驗為中心，引導其覺察內在情緒變化，學習克制衝動，合宜的表達情緒，使兒童能妥善的處理自己和人際間的情緒問題。 8. 教導霸凌常見的種類和行事，透過共同討論，引導兒童學習遭遇霸凌或目睹霸凌時如何正確的處理。 9. 透過探查社區內可從事運動的場所，引導兒童了解發現危險的運動場地該如何處理，以保護自己和他人的安全。 10. 藉由介紹戶外及室內的休閒運動，包括簡單、易行的走路活動，讓兒童了解運動的益處與樂趣，並鼓勵其利用假日邀請家人一起參與。 11. 透過模仿早晨運動情景，引導兒童發揮創意，進行簡單的唱跳活動。再以翻滾動作展現基礎體能，並進一步鼓勵兒童邀請家人一起從事各種體能活動，養成規律的運動習慣，促進自己和家人的健康。 12. 透過學習正確的刷牙方法和保健方式，協助兒童建立良好的口腔衛生習慣，並能表現於生活中。 				
領域能力指標	<ol style="list-style-type: none"> 1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 2-1-1 體會食物在生理及心理需求上的重要性。 3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 3-1-3 表現操作運動器材的能力。 3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。 4-1-2 認識休閒運動並樂於參與。 4-1-3 養成規律運動習慣，保持良好體適能。 4-1-4 認識並使用遊戲器材與場地。 5-1-1 分辨日常生活情境的安全性。 5-1-3 思考並演練處理危險和緊急情況的方法。 6-1-4 認識情緒的表達及正確的處理方式。 				

	7-1-5 體認人類是自然環境中的一部分，並主動關心環境，以維護、促進人類的健康。				
融入之重大議題	<p>【人權教育】</p> <p>1-1-2 了解、遵守團體的規則，並實踐民主法治的精神。</p> <p>1-1-3 討論、分享生活中不公平、不合理、違反規則、健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p> <p>【家政教育】</p> <p>1-1-1 察覺食物與健康的關係。</p> <p>1-1-3 願意與他人分享自己所喜歡的食物。</p> <p>【環境教育】</p> <p>1-1-1 能運用五官觀察體驗、探究環境中的事物。</p> <p>3-1-2 能具有好奇心，體認人類在生態中的角色，以及自然環境與人的相互關係。</p> <p>【生涯發展教育】</p> <p>1-1-1 養成良好的個人習慣與態度。</p> <p>2-1-1 培養互助合作的生活態度。</p>				
課程架構脈絡					
教學期程	單元與活動名稱	節數	領域能力指標	表現任務 (評量方式)	融入議題 能力指標
第一週 8/25-8/31	單元一吃得營養又健康 活動 1 食物與我	0	2-1-1	課堂問答 觀察評量	【家政教育】 1-1-3
第二週 9/1-9/7	單元一吃得營養又健康 活動 2 食物王國	3	2-1-1	課堂問答 觀察記錄	【家政教育】 1-1-1
第三週 9/8-9/14	單元一吃得營養又健康 活動 3 選擇健康食物	3	2-1-1	自我評量 課堂問答	【家政教育】 1-1-1
第四週 9/15-9/21	單元一吃得營養又健康 活動 4 低碳飲食愛地球	3	7-1-5	自我評量 課堂問答	【環境教育】 3-1-2
第五週 9/22-9/28	單元一吃得營養又健康 活動 5 廚餘的處理	3	7-1-5	自我評量 課堂問答	【環境教育】 3-1-2
第六週	單元二快樂來玩球 活動 1 我是滾球王	3	3-1-3	實際演練 觀察評量	【人權教育】 1-1-2

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

9/29-10/5					
第七週 10/6-10/12	單元二快樂來玩球 活動 2 滾地躲避球	3	3-1-3	自我評量 實際演練 觀察評量	【人權教育】 1-1-2
第八週 10/13-10/19	單元二快樂來玩球 活動 3 拍球快樂行	3	3-1-1 3-1-3	實際演練 課堂問答 觀察評量	【人權教育】 1-1-2
第九週 10/20-10/26	單元二快樂來玩球 活動 3 拍球快樂行	3	3-1-1 3-1-3	實際演練 課堂問答 觀察評量	【人權教育】 1-1-2
第十週 10/27-11/2	單元三心情分享站 活動 1 心情調色盤	3	6-1-4	課堂問答 觀察評量	【生涯發展教育】 1-1-1
第十一週 11/3-11/9	單元三心情分享站 活動 2 煩惱知多少	3	5-1-3	自我評量 課堂問答 實際演練	【人權教育】 1-1-3
第十二週 11/10-11/16	單元三心情分享站 活動 3 情緒紅綠燈	3	6-1-4	課堂問答 自我評量	【生涯發展教育】 1-1-1
第十三週 11/17-11/23	單元四假日運動樂 活動 1 運動場地大搜索	3	4-1-4 5-1-1	發表 課堂問答	【環境教育】 1-1-1
第十四週 11/24-11/30	單元四假日運動樂 活動 2 參與休閒運動	3	4-1-2	自我評量 課堂問答 學習單	【生涯發展教育】 1-1-1
第十五週 12/1-12/7	單元四假日運動樂 活動 3 常走路健康多	3	3-1-1 4-1-3	自我評量 實際演練	【生涯發展教育】 1-1-1
第十六週 12/8-12/14	單元四假日運動樂 活動 3 常走路健康多	3	3-1-1 4-1-3	自我評量 實際演練	【生涯發展教育】 1-1-1
第十七週	單元五體能加油站	3	3-1-1	實際演練	【環境教育】

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

12/15-12/21	活動 1 隨著節奏起舞			課堂問答	1-1-1
第十八週 12/22-12/28	單元五體能加油站 活動 2 滾出活力	3	3-1-1 3-1-4	實際演練 觀察評量	【人權教育】 1-1-2 【生涯發展教育】 2-1-1
第十九週 12/29-1/4	單元五體能加油站 活動 3 全家體能王	2	4-1-3	實際演練 自我評量	【生涯發展教育】 1-1-1
第廿週 1/5-1/11	單元六保護牙齒我最行 活動 1 大家來刷牙	3	1-1-4	課堂問答 實際演練	【生涯發展教育】 1-1-1
第廿一週 1/12-1/18	單元六保護牙齒我最行 活動 2 愛護牙齒	3	1-1-4	自我評量 課堂問答	【生涯發展教育】 1-1-1
第廿二週 1/19-1/25	休業式	0			

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「表現任務-評量方式」請具體說明。

◎敘寫融入議題能力指標，填入代號即可。

◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

教材版本	康軒版 2 下教材	實施年級 (班級/組別)	二年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(61)節
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 引導兒童省察自己與家人相處的情形，增進家人間的互動和溝通，進而培養良好的家庭氣氛。 2. 藉由活動，讓兒童觀察並思考社區環境衛生對健康的影響，希望兒童能關注自己的生活環境，並且了解社區裡有哪些健康服務機構。 3. 透過軟墊、平衡木、呼拉圈和舞蹈等活動，引導兒童體驗遊戲和創作的樂趣，並增進其基礎動作技能與探索能力，提升兒童運動參與的興趣。 4. 從行前準備事項談起，接著引導兒童在購買食品前能辨識其安全性，並且以健康原則準備餐點。 5. 藉由活動引發兒童親近、欣賞及愛護大自然，並進一步規畫戶外自然探索活動，了解野外危險的預防與處理。 6. 透過體驗大自然的活動，引導兒童注意野外危險情境，並從自然生態遭受破壞的情況，引發兒童思考其產生原因，再進一步檢視自身的行為有哪些會破壞自然環境，並加以改進。 7. 藉由俯拾皆是的橡皮筋，進行有趣的運動與遊戲，不僅能促進肌力與柔軟度，亦可提升肢體協調性。 8. 透過各式童玩的認識和學習，讓我們的生活更加充滿樂趣，並達到保存珍貴文化資產的目的。 9. 藉由各種趣味化的遊戲，讓兒童享受踢球的樂趣。 10. 透過實際演練與操作，引導其了解運動前、中、後的安全注意事項。同時教導兒童正確的穿鞋方法，以及如何選購適合自己的運動鞋，使其能避免在運動時造成傷害。 				
領域能力指標	<ol style="list-style-type: none"> 1-1-2 觀察並比較不同人生階段的異同。 1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 2-1-4 辨識食物的安全性，並選擇健康的營養餐點。 3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 3-1-3 表現操作運動器材的能力。 3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。 4-1-5 透過童玩、民俗等身體活動，了解本土文化。 5-1-1 分辨日常生活情境的安全性。 5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。 5-1-5 說明並演練預防及處理運動傷害的方法。 6-1-2 學習如何與家人和睦相處。 7-1-2 描述人們獲得健康資訊、選擇健康服務及產品之過程，並能辨認其正確性與有效性。 7-1-3 描述人們在獲得運動資訊、選擇服務及產品之過程，並能辨認其正確性與有效性。 7-1-4 察覺不同親疏感的社區生活環境與健康互動的情形。 7-1-5 體認人類是自然環境中的一部分，並主動關心環境，以維護、促進人類的健康。 				

融入之重大議題	<p>【人權教育】 1-1-2 了解、遵守團體的規則，並實踐民主法治的精神。</p> <p>【家政教育】 1-1-1 察覺食物與健康的關係。 3-1-3 察覺個人的消費行為。 4-1-2 察覺自己與家人的溝通方式。</p> <p>【性別平等教育】 2-1-2 學習與不同性別者平等互動。</p> <p>【環境教育】 1-1-1 能運用五官觀察體驗、探究環境中的事物。 2-1-1 認識生活周遭的自然環境與人造環境，以及常見的動物、植物、微生物彼此之間的互動關係。 5-1-1 具有跟隨家人或師長參與社區環境保護的活動經驗。</p>				
課程架構脈絡					
教學期程	單元與活動名稱	節數	領域能力指標	表現任務 (評量方式)	融入議題 能力指標
第一週 2/09-2/15	單元一美好的家園 活動 1 關愛家人	3	1-1-2 6-1-2	自我評量 發表 課堂問答	【家政教育】 4-1-2
第二週 2/16-2/22	單元一美好的家園 活動 1 關愛家人	3	1-1-2 6-1-2	自我評量 發表 課堂問答	【家政教育】 4-1-2
第三週 2/23-2/29	單元一美好的家園 活動 2 居家安全	3	5-1-1 5-1-2	自我評量 發表 課堂問答	【環境教育】 1-1-1
第四週 3/01-3/07	單元一美好的家園 活動 2 居家安全	3	5-1-1 5-1-2	自我評量 發表 課堂問答	【環境教育】 1-1-1
第五週 3/08-3/14 戶外教育	單元一美好的家園 活動 3 社區生活環境	3	7-1-4	發表 課堂問答 自我評量	【環境教育】 5-1-1
第六週	單元一美好的家園	3	7-1-4	發表	【環境教育】

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

3/15-3/21	活動 3 社區生活環境			課堂問答 自我評量	5-1-1
第七週 3/22-3/28	單元一美好的家園 活動 4 社區健康服務	3	7-1-2	發表 課堂問答	【環境教育】 5-1-1
第八週 3/29-4/04	單元二運動樂無窮 活動 1 墊上遊戲樂無窮	3	3-1-1	實際演練	【環境教育】 1-1-1
第九週 4/05-4/11	單元二運動樂無窮 活動 1 墊上遊戲樂無窮	3	3-1-1	實際演練	【環境教育】 1-1-1
第十週 4/12-4/18	單元二運動樂無窮 活動 2 平衡高手	3	3-1-1	實際演練 課堂問答	【性別平等教育】 2-1-2
第十一週 4/19-4/25	單元二運動樂無窮 活動 3 呼拉圈遊戲	3	3-1-1	實際演練 觀察評量	【人權教育】 1-1-2
第十二週 4/26-5/02	單元二運動樂無窮 活動 4 唱唱跳跳樂趣多	3	3-1-1	實際演練 觀察評量	【性別平等教育】 2-1-2
第十三週 5/03-5/09	單元三健康快樂行 活動 1 快樂野餐	3	2-1-4	自我評量 發表 課堂問答	【家政教育】 1-1-1 3-1-3
第十四週 5/10-5/16	單元三健康快樂行 活動 1 快樂野餐	3	2-1-4	自我評量 發表 課堂問答	【家政教育】 1-1-1 3-1-3
第十五週 5/17-5/23	單元三健康快樂行 活動 2 野外安全守則	3	5-1-2	實際演練 發表	【環境教育】 1-1-1
第十六週 5/24-5/30	單元三健康快樂行 活動 3 愛護大自然	3	7-1-5	實際演練 問答	【環境教育】 2-1-1
第十七週 5/31-6/06	單元四擁抱童玩樂無窮 活動 1 跳躍精靈	3	3-1-1 3-1-4	實際演練 觀察評量	【環境教育】 1-1-1
第十八週	單元四擁抱童玩樂無窮 活動 2 童玩世界	3	4-1-5	實際演練 觀察評量	【人權教育】 1-1-2

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

6/07-6/13					【環境教育】 1-1-1
第十九週 6/14-6/20	單元五踢球樂 活動 1 我是踢球高手	3		3-1-1 3-1-3	實際演練 觀察評量 【人權教育】 1-1-2
第廿週 6/21-6/27	單元五踢球樂 活動 2 運動安全知多少 活動 3 穿鞋學問大	3		1-1-4 7-1-3 5-1-5	發表 課堂問答 【家政教育】 3-1-3 【環境教育】 1-1-1
第廿一週 6/28-7/04	總複習	1	總複習		

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「表現任務-評量方式」請具體說明。

◎敘寫融入議題能力指標，填入代號即可。

◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

教材版本	康軒版 3 上教材	實施年級 (班級/組別)	三年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(60)節
課程目標	1. 熟練球類運動的傳接球動作，以及樂樂棒球的基本技巧與攻守觀念。 2. 了解感官的基本構造和功能，提醒學生注意感官保健，並了解緊急狀況的處理方式。 3. 透過舞蹈訓練肢體的律動，學會小白兔愛跳舞與牧場上綠油油等舞蹈動作。 4. 探討出生、成長、老化、死亡的過程，提醒學生珍視生命，並建立健康的生活型態。 5. 學習墊上和跳箱等肢體活動，並指導學生正確的起跑方式與跳高拍物練習。 6. 描述不同地區的醫療機構、正確用藥觀念以及用藥五大核心，同時注重飲食特色以及環保飲食的觀念。 7. 整合墊上與跳箱技巧結合民俗運動，展現舞獅的樂趣，並了解毬子童玩的由來，並且指導兒童多元的毬子玩法，讓學生更喜愛本土活動。				
領域能力指標	1-1-1 知道並描述對於出生、成長、老化及死亡的概念與感覺。 1-1-2 觀察並比較不同人生階段的異同。 1-1-3 認識身體發展的順序與個別差異。 1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 2-1-2 了解環境因素如何影響食物的質與量並探討影響飲食習慣的因素。 3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 3-1-2 表現使用運動設備的能力。 3-1-3 表現操作運動器材的能力。 3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。 4-1-1 藉語言或動作，來表達參與身體活動的感覺。 4-1-5 透過童玩、民俗等身體活動，了解本土文化。 5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。 5-1-3 思考並演練處理危險和緊急情況的方法。 5-1-4 認識藥物及其對身體的影響，並能正確使用。 6-1-2 學習如何與家人和睦相處。 6-1-4 認識情緒的表達及正確的處理方式。 6-1-5 瞭解並認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。				

	7-1-3 描述人們獲得運動資訊、選擇服務及產品之過程並能辨認其正確性與有效性。 7-1-4 察覺不同親疏感的社區生活環境與健康互動的情形。 7-1-5 體認人類是自然環境中的一部分，並主動關心環境，以維護、促進人類的健康。				
融入之重大議題	【環境教育】 1-2-1 覺知環境與個人身心健康的關係。 1-2-4 覺知自己的生活方式對環境的影響。 2-2-2 認識生活周遭的環境問題形成的原因，並探究可能改善的方法。 3-2-2 培養對自然環境的熱愛與對戶外活動的興趣，建立個人對自然的責任感。 【人權教育】 1-2-1 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 【家政教育】 1-2-2 察覺自己的飲食習慣與喜好。 3-2-6 認識個人生活中可回收的資源。 4-2-3 適當地向家人表達自己的需求與情感。				
課程架構脈絡					
教學期程	單元與活動名稱	節數	領域能力指標	表現任務 (評量方式)	融入議題 能力指標
第一週 8/25-8/31	一、揮棒玩球樂 1-1 快樂傳接球	0	3-1-1 3-1-3 3-1-4 7-1-3	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20% %	
第二週 9/1-9/7	一、揮棒玩球樂 1-1 快樂傳接球	3	3-1-1 3-1-3 3-1-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20% %	
第三週 9/8-9/14	一、揮棒玩球樂 1-2 棒球樂樂樂	3	3-1-3 3-1-4 7-1-3	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20% %	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

第四週 9/15-9/21	一、揮棒玩球樂 1-2 棒球樂樂樂	3	3-1-3 3-1-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第五週 9/22-9/28	二、寶貝我的感官 2-1 耳聰目明	3	1-1-4 5-1-2	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【環境教育】 1-2-1
第六週 9/29-10/5	二、寶貝我的感官 2-2 愛護鼻、舌和皮膚	3	1-1-4 5-1-2	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【環境教育】 1-2-1
第七週 10/6-10/12	三、歡欣土風舞 3-1 小白兔愛跳舞	3	3-1-1 6-1-5	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第八週 10/13-10/19	三、歡欣土風舞 3-2 牧場綠油油	3	3-1-4 4-1-1 6-1-5	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第九週 10/20-10/26	四、生命的樂章 4-1 出生圓舞曲	3	1-1-1 1-1-2 1-1-3	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【人權教育】 1-2-1
第十週 10/27-11/2	四、生命的樂章 4-1 出生圓舞曲 4-2 和家人相處	3	6-1-2	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	
第十一週 11/3-11/9	四、生命的樂章 4-3 老化與死亡	3	1-1-1 6-1-4	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【家政教育】 4-2-3
第十二週 11/10-11/16	五、肢體運動王 5-1 墊上滾翻樂	3	3-1-1 3-1-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第十三週	五、肢體運動王	3	3-1-1	(一)實作 60%	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

11/17-11/23	5-2 跳箱我不怕		3-1-2 3-1-4	(二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第十四週 11/24-11/30	五、肢體運動王 5-3 快步向前跑	3	3-1-1 3-1-4 4-1-1	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第十五週 12/1-12/7	五、肢體運動王 5-4 輕快來跑跳	3	3-1-1 3-1-4 4-1-1	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第十六週 12/8-12/14	六、快樂的社區 6-1 社區新體驗	3	5-1-4 7-1-4	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	
第十七週 12/15-12/21	六、快樂的社區 6-1 社區新體驗 6-2 健康又環保	3	2-1-2 5-1-4 7-1-4	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	
第十八週 12/22-12/28	六、快樂的社區 6-2 健康又環保	3	2-1-2 7-1-5	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	
第十九週 12/29-1/4	七、民俗運動風 7-1 歡喜來舞獅	3	3-1-1 4-1-5	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第廿週 1/5-1/11	七、民俗運動風 7-1 歡喜來舞獅	3	3-1-1 4-1-5	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第廿一週 1/12-1/18	七、民俗運動風 7-2 毬子拍踢拐	3	3-1-1 4-1-5	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

第廿二週 1/19-1/25	休業式	0			
-------------------	-----	---	--	--	--

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「表現任務-評量方式」請具體說明。

◎敘寫融入議題能力指標，填入代號即可。

◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

教材版本	康軒版 3 下教材	實施年級 (班級/組別)	三	教學節數	每週(3)節，本學期共(61)節
課程目標	1. 體會食物的重要性，選擇有益健康的食物，並培養良好的飲食習慣。 2. 學會操作單槓、跳箱、平衡木等運動設備的運動技巧。 3. 能了解家庭及交通安全守則、拒絕校園暴力，並能處理突發的人身安全危機。 4. 能操作球類的基本動作技能，包括踢、傳、運等方式。 5. 養成規律運動的習慣，並體會朋友及家人的重要性。 6. 辨識並選擇健康服務及產品。				
領域能力指標	2-1-1 體會食物在生理及心理需求上的重要性。 2-1-2 瞭解環境因素如何影響到食物的質與量，並探討影響飲食習慣的因素。 2-1-3 培養良好的飲食習慣。 2-1-4 辨識食物的安全性，並選擇健康的營養餐點。 3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 3-1-2 表現使用運動設備的能力。 3-1-3 表現操作運動器材的能力。 3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。 4-1-3 養成規律運動習慣，保持良好體適能。 4-1-4 認識並使用遊戲器材與場地。 5-1-1 分辨日常生活情境的安全性。 5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。 5-1-3 思考並演練處理危險和緊急情況的方法。 5-1-5 說明並演練預防及處理運動傷害的方法。 6-1-5 瞭解並認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。 7-1-1 瞭解健康的定義，並指出人們為促進健康所採取的活動。 7-1-2 描述人們獲得健康資訊、選擇健康服務及產品之過程，並能辨認其正確性與有效性。				

融入之重大議題	<p>【人權教育】 1-1-2 瞭解、遵守團體的規則，並實踐民主法治的精神。</p> <p>【生涯發展教育】 2-1-1 培養互助合作的生活態度。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。</p> <p>【家政教育】 1-2-2 察覺自己的飲食習慣與喜好。 1-2-3 選用有益自己身體健康的食物。 3-2-3 養成良好的生活習慣。 3-2-5 認識基本的消費者權利與義務。</p> <p>【環境教育】 1-2-4 覺知自己的生活方式對環境的影響。</p>				
	課程架構脈絡				
教學期程	單元與活動名稱	節數	領域能力指標	表現任務 (評量方式)	融入議題 能力指標
第一週 2/9-2/15	單元一 跑踢足球樂 1-1 足球小天地	1	3-1-1 3-1-3 3-1-4 6-1-5	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20% %	
第二週 2/16-2/22	單元一 跑踢足球樂 1-1 足球小天地	3	3-1-1 3-1-3 3-1-4 6-1-5	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20% %	
第三週 2/23-2/29	單元一 跑踢足球樂 1-1 足球小天地 1-2 足球向前衝	3	3-1-1 3-1-3	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

			3-1-4 6-1-5	%	
第四週 3/1-3/7	單元一 跑踢足球樂 1-2 足球向前衝	3	3-1-3 3-1-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第五週 3/8-3/14	單元二 安全小專家 2-1 居家安全 2-2 生活中的安全	3	5-1-1 5-1-2 5-1-3	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	
第六週 3/15-3/21	單元二 安全小專家 2-2 生活中的安全	3	5-1-1 5-1-2 5-1-3	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	
第七週 3/22-3/28	單元二 安全小專家 2-3 校園霸凌	3	5-1-2 5-1-3	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	
第八週 3/29-4/4	單元三 靈巧試身手 3-1 槓上小玩家	3	3-1-1 3-1-2 4-1-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第九週 4/5-4/11	單元三 靈巧試身手 3-2 木上玩平衡	3	3-1-1 3-1-2 3-1-4 4-1-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第十週 4/12-4/18	單元三 靈巧試身手 3-3 撐木跳、搭肩行	3	3-1-2 3-1-4	(一)實作 60% (二)晤談 20%	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

			4-1-4	(三)紙筆測驗 20%	
第十一週 4/19-4/25	單元三 靈巧試身手 3-4 創意大考驗	3	3-1-2 3-1-4 4-1-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第十二週 4/26-5/2	單元四 飲食與健康 4-1 飲食學問大	3	2-1-1 2-1-2	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【家政教育】 1-2-2 【環境教育】 1-2-4
第十三週 5/3-5/9	單元四 飲食與健康 4-2 怎麼吃才健康	3	2-1-3 2-1-4	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	
第十四週 5/10-5/16	單元五 舞動韻律風 5-1 可愛的鴨子	3	3-1-1	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第十五週 5/17-5/23	單元五 舞動韻律風 5-2 身體動一動	3	3-1-1 4-1-3	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

				%	
第十六週 5/24-5/30	單元六 健康小達人 6-1 健康生活有一套	3	7-1-1	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【生涯發展 教育】 3-2-2
第十七週 5/31-6/6	單元六 健康小達人 6-2 消費停看聽	3	7-1-2	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【家政教育】 3-2-5
第十八週 6/7-6/13	單元七 跑跳好體能 7-1 遠離運動傷害 7-2 繞物接力跑	3	5-1-5 3-1-1 3-1-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20% %	【人權教育】 1-1-2 【生涯發展教 育】 2-1-1
第十九週 6/14-6/20	單元七 跑跳好體能 7-2 繞物接力跑 7-3 跳躍來闖關	3	3-1-1 3-1-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20% %	【人權教育】 1-1-2 【生涯發展教 育】 2-1-1
第廿週 6/21-6/27	單元七 跑跳好體能 7-3 跳躍來闖關	3	3-1-1 3-1-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20% %	
第廿一週 6/28-7/4	總複習週	3			

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

- ◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。
- ◎「表現任務-評量方式」請具體說明。
- ◎敘寫融入議題能力指標，填入代號即可。
- ◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

臺南市公(私)立下營區東興國民小學 108 學年度第一學期四年級 健體領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班)

教材版本	翰林版	實施年級 (班級/組別)	四年級	教學節數	每週(3)節,本學期共(58)節
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過各式趣味化遊戲活動,讓學生學習躲避球的投擲、傳接、閃躲,以及排球的擊球技能。 2. 透過活動及遊戲,引導學生接觸籃球運動,學習基本的原地傳球及基礎的運球技能,以銜接後續的移動傳接及變化運球等動作。 3. 為了避免發生運動傷害,活動中還介紹了在籃球場上常見的運動傷害預防,以及簡易的急救處理。 4. 透過按部就班、循序漸進的學習,發揮學生的潛力,使其能跑得更快、跳得更高。 5. 引導學生從體驗伸展操、跳繩,了解有助體適能要素促進的活動。最後透過挑戰遊戲,鼓勵學生展現最佳體適能。 6. 從近視和口腔問題談起,引導學生體會視力與口腔保健的重要性,進而在日常生活中養成正確的用眼習慣及潔牙方法。 7. 透過流感案例,引導學生探討疾病的成因,使其了解許多疾病均可因採行健康行為及預防措施而免於發生。 8. 透過就醫經驗的分享,協助學生建立自我照顧的能力及正確的就醫觀念。 9. 藉由教學活動來提升學生對危險行為的省察能力,增加相關知識並養成注意安全的習慣,以期減少傷害的發生。 10. 探討防火安全並教導逃生技巧,加強學生的防火安全概念。 11. 地震和颱風是臺灣常見的天然災害,平時做好防震、防颱措施及逃生演練,可以提升面對災變時的應變能力。 				
領域能力指標	<ol style="list-style-type: none"> 1-2-2 應用肢體發展之能力,從事適當的身體活動。 1-2-3 體認健康行為的重要性,並運用做決定的技巧來促進健康。 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。 3-2-3 了解運動規則,參與比賽,表現運動技能。 3-2-4 在遊戲或簡單比賽中,表現各類運動的基本動作或技術。 4-2-3 了解有助體適能要素促進的活動,並積極參與。 4-2-4 評估體適能活動的益處,並藉以提升個人體適能。 5-2-1 覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。 5-2-2 判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。 5-2-3 評估危險情境的可能處理方法及其結果。 5-2-5 探討不同運動情境中的傷害預防及其處理。 6-2-3 參與團體活動,體察人我互動的因素及增進方法。 6-2-5 了解並培養健全的生活態度與運動精神。 7-2-1 表現預防疾病的正向行為與活動,以增進身體的安適。 7-2-2 討論社會文化因素對健康與運動的服務及產品選擇之影響。 7-2-3 確認消費者在健康相關事物上的權利與義務。 				

融入之重大議題	<p>【人權教育】 1-2-1 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 1-2-5 察覺並避免個人偏見與歧視態度或行為的產生。</p> <p>【家政教育】 3-1-3 察覺個人的消費行為。 3-2-3 養成良好的生活習慣。</p> <p>【性別平等教育】 1-2-3 欣賞不同性別者的創意表現。 2-2-1 了解不同性別者在團體中均扮演重要的角色。</p> <p>【環境教育】 4-2-2 能具體提出改善週遭環境問題的措施。</p> <p>【生涯發展教育】 1-2-1 培養自己的興趣、能力。 2-2-1 培養良好的人際互動能力。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。</p>
---------	--

課程架構脈絡

教學期程	單元與活動名稱	節數	領域能力指標	表現任務 (評量方式)	融入議題 能力指標
第一週 8/25~8/31	單元五、健康守護者 活動 1 護眼小專家 單元一、球兒攻防戰 活動 1 閃躲高手	0	1-2-3 3-2-3 3-2-4	自我評量 課堂問答 實作評量 觀察評量	【生涯發展教育】 3-2-2 【性別平等教育】 2-2-1
第二週 9/1~9/7	單元五、健康守護者 活動 1 護眼小專家 單元一、球兒攻防戰 活動 1 閃躲高手	3	1-2-3 3-2-3 3-2-4	自我評量 課堂問答 實作評量 觀察評量	【生涯發展教育】 3-2-2 【性別平等教育】 2-2-1
第三週 9/8~9/14	單元五、健康守護者 活動 2 寶貝我的牙齒 單元一、球兒攻防戰 活動 1 閃躲高手 活動 2 排球樂	3	1-2-3 3-2-3 3-2-4	自我評量 課堂問答 實際演練 觀察評量	【生涯發展教育】 3-2-2 【生涯發展教育】 2-2-1 【性別平等教育】 2-2-1

第四週 9/15~9/21	單元五、健康守護者 活動2 寶貝我的牙齒 單元一、球兒攻防戰 活動2 排球樂	3	1-2-3 3-2-4 6-2-3	自我評量 課堂問答 實際演練 觀察評量	【生涯發展教育】 3-2-2 【生涯發展教育】 2-2-1
第五週 9/22~9/28	單元五、健康守護者 活動3 流感追緝令 單元二、籃球球來瘋 活動1 球感百分百	3	7-2-1 3-2-2	觀察評量 自我評量 課堂問答 發表 實作評量	【家政教育】 3-2-3 【性別平等教育】 1-2-3
第六週 9/29~10/5	單元五、健康守護者 活動3 流感追緝令 單元二、籃球球來瘋 活動2 絕佳默契	3	7-2-1 3-2-1 3-2-2 3-2-4	觀察評量 自我評量 課堂問答 發表 實作評量	【家政教育】 3-2-3 【性別平等教育】 2-2-1
第七週 10/6~10/12	單元五、健康守護者 活動4 探索過敏 單元二、籃球球來瘋 活動2 絕佳默契	1	7-2-1 3-2-1 3-2-2 3-2-4	觀察評量 自我評量 課堂問答 發表 實作評量	【家政教育】 3-2-3 【性別平等教育】 2-2-1
第八週 10/13~10/19	單元四、一起來運動 活動4 體能大挑戰 單元二、籃球球來瘋 活動3 縱橫球場	3	1-2-2 4-2-3 3-2-2 3-2-3 3-2-4	實作評量 課堂問答 觀察評量 自我評量	【生涯發展教育】 1-2-1 【家政教育】 3-2-3 【性別平等教育】 2-2-1
第九週 10/20~10/26	單元五、健康守護者 活動5 就醫停看聽 單元二、籃球球來瘋 活動3 縱橫球場	3	7-2-2 7-2-3 3-2-2 3-2-3 3-2-4	觀察評量 發表 課堂問答 自我評量 實作評量	【家政教育】 3-1-3 【性別平等教育】 2-2-1

第十週 10/27~11/2	單元五、健康守護者 活動 5 就醫停看聽 單元二、籃球球來瘋 活動 3 縱橫球場 活動 4 急救小達人	3	7-2-2 7-2-3 3-2-2 3-2-3 3-2-4 5-2-5	觀察評量 發表 課堂問答 實作評量	【家政教育】 3-1-3 【性別平等教育】 2-2-1 【家政教育】 3-2-3
第十一週 11/3~11/9	單元六、防災小尖兵 活動 1 事故傷害知多少 單元三、飛躍羚羊 活動 1 贏在起跑點	3	5-2-1 5-2-2 3-2-1	發表 課堂問答 觀察評量 實作評量	【生涯發展教育】 3-2-3 【環境教育】 4-2-2 【生涯發展教育】 2-2-1
第十二週 11/10~11/16	單元六、防災小尖兵 活動 1 事故傷害知多少 單元三、飛躍羚羊 活動 1 贏在起跑點	3	5-2-1 5-2-2 3-2-1	發表 課堂問答 觀察評量 實作評量	【生涯發展教育】 3-2-3 【環境教育】 4-2-2 【生涯發展教育】 2-2-1
第十三週 11/17~11/23	單元六、防災小尖兵 活動 2 生死一瞬間 戶外教育 單元三、飛躍羚羊 活動 2 同心協力 戶外教育	3	5-2-1 5-2-3 3-2-4 6-2-5	自我評量 實作評量 發表 課堂問答 實際演練 觀察評量	【生涯發展教育】 3-2-2 【生涯發展教育】 2-2-1
第十四週 11/24~11/30	單元六、防災小尖兵 活動 2 生死一瞬間 單元三、飛躍羚羊 活動 2 同心協力	3	5-2-1 5-2-3 3-2-4 6-2-5	自我評量 實作評量 發表 課堂問答 實際演練 觀察評量	【生涯發展教育】 3-2-2 【生涯發展教育】 2-2-1
第十五週 12/1~12/7	單元六、防災小尖兵 活動 2 生死一瞬間	3	5-2-1 5-2-3	自我評量 實作評量	【生涯發展教育】 3-2-2

	單元三、飛躍羚羊 活動 3 跳箱樂		3-2-1 3-2-4	發表 課堂問答 實際演練 觀察評量	【人權教育】 1-2-1 【生涯發展教育】 3-2-2
第十六週 12/8~12/14	單元六、防災小尖兵 活動 3 天搖地動 單元四、一起來運動 活動 1 健康體適能	3	5-2-3 4-2-4	課堂問答 發表 實作評量 課堂問答 觀察評量	【生涯發展教育】 1-2-1 【家政教育】 3-2-3
第十七週 12/15~12/21	單元六、防災小尖兵 活動 3 天搖地動 單元四、一起來運動 活動 1 健康體適能	3	5-2-3 4-2-4	實作評量 課堂問答 發表 觀察評量	【生涯發展教育】 3-2-2 【生涯發展教育】 1-2-1 【家政教育】 3-2-3
第十八週 12/22~12/28	單元六、防災小尖兵 活動 3 天搖地動 單元四、一起來運動 活動 2 能屈能伸	3	5-2-3 3-2-1 4-2-4	實作評量 課堂問答 發表	【生涯發展教育】 3-2-2 【生涯發展教育】 1-2-1 【家政教育】 3-2-3
第十九週 12/29~1/4	單元六、防災小尖兵 活動 4 可怕的颱風 單元四、一起來運動 活動 3「繩」采奕奕	3	5-2-2 5-2-3 3-2-2 6-2-3	課堂問答 發表 自我評量 實作評量 觀察評量	【生涯發展教育】 3-2-2 【人權教育】 1-2-5
第二十週 1/5~1/11	單元六、防災小尖兵 活動 4 可怕的颱風 單元四、一起來運動 活動 3「繩」采奕奕	3	5-2-2 5-2-3 3-2-2 6-2-3	課堂問答 發表 自我評量 實作評量 觀察評量	【生涯發展教育】 3-2-2 【人權教育】 1-2-5

第二十一週 1/12~1/18	單元六、防災小尖兵 活動 4 可怕的颱風 單元四、一起來運動 活動 4 體能大挑戰	3	5-2-2 5-2-3 1-2-2 4-2-3	課堂問答 發表 自我評量 實作評量 觀察評量	【生涯發展教育】 3-2-2 【生涯發展教育】 1-2-1 【家政教育】 3-2-3
第二十二週 1/12~1/18		0			

- ◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。
- ◎「表現任務-評量方式」請具體說明。
- ◎敘寫融入議題能力指標，填入代號即可。
- ◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

臺南市公(私)立下營區東興國民小學 108 學年度第二學期四年級 健體領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班)

教材版本	翰林版	實施年級 (班級/組別)	四年級	教學節數	每週(3)節,本學期共(57)節
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 單元集結了四種手部運動,除了常見的球類活動—樂樂棒球、排球之外,還介紹扯鈴、武術等民俗體育內容,讓學生能培養多元興趣,養成良好的運動習慣。 2. 練習樂樂棒球正確的傳接球動作,以及握棒擊球技巧。並經由單元中的遊戲過程,讓學生熟悉所學的動作技能。 3. 透過單元中的活動,讓學生循序增進對桌球的控球能力。 4. 教導學生認識社區運動資源,包括運動的場地、設施、競賽、組織,以及消費服務資源。期盼學生課外也能養成運動的習慣,並利用本單元所學的觀念,進行正確的運動消費。 5. 活動先引導學生練習持毬、撿毬及運用身體各部位停毬,再透過趣味化遊戲提升其對毬子的熟悉度,最後教導其踢、拐、膝的動作技能,並運用所學進行闖關遊戲。 6. 藉由團體遊戲方式,引導學生學習足球運、傳、停等三種基本技能,提升其控球能力。 7. 透過跑步及跳躍活動,讓學生了解身體隨著年齡增長所產生的變化,可以跑得更快、跳得更高,同時加強學生的協調性和韻律性。 8. 單元中帶領學生認識測量心跳次數的方法及其與身體活動量的關係。配合介紹有氧運動的益處和種類,進行「有氧舞蹈」,並鼓勵學生自行結合不同動作,平時多練習、活動。 9. 本單元欲讓學生了解游泳時的注意事項,包括飲食、補充水分及抽筋時正確的處理方法。並透過各種漂浮動作,學會在潛入水中時放鬆身體的要領。另外,還針對游泳進階技能進行教學,例如韻律呼吸、換氣及打水等技巧,讓學生習得未來從事游泳活動的基礎。 10. 均衡飲食和健康有密不可分的關係,本單元參考衛生福利部「3~6年級學童一日飲食建議量」,指導學生依日需量均衡攝取六大類食物。 11. 中介紹營養素的來源及功用,並且探討營養不均所造成的體重過重或過輕問題。提醒學生適量攝取健康的食物,並養成規律的運動習慣以維護身體健康。 12. 除了設計情境讓學生演練拒菸的技巧外,也教導學生了解二手菸對健康的危害,且每個人都有拒絕二手菸、維護空氣清新的權利。 13. 探討空氣汙染和噪音問題,讓學生了解汙染的原因及相應的防制對策,並學習如何保護自己的感官,同時也鼓勵學生採取實際行動減輕汙染的危害。 14. 單元中除了讓學生學習溝通技巧、演練解決衝突的方法。同時也探討家暴案件中常見的迷思和處理方式。 15. 透過活動讓學生突破性別刻板印象,並鼓勵學生多方嘗試,探索自己的興趣和能力。 				
領域能力指標	<ol style="list-style-type: none"> 1-2-1 辨識影響個人成長與行為的因素。 1-2-2 應用肢體發展之能力,從事適當的身體活動。 1-2-4 探討各年齡層的生理變化,並有能力處理個體成長過程中的重要轉變。 1-2-5 檢視兩性固有的印象及其對兩性發展的影響。 				

	<p>2-2-1 了解不同的食物組合能提供均衡的飲食。</p> <p>2-2-2 了解營養的需要量是由年齡、性別及身體活動所決定。</p> <p>2-2-6 分享並討論運動與飲食的經驗，並建立個人的健康行為。</p> <p>3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。</p> <p>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。</p> <p>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。</p> <p>4-2-2 評估社區休閒運動環境並選擇參與。</p> <p>4-2-3 了解有助體適能要素促進的活動，並積極參與。</p> <p>4-2-5 透過運動了解本土與世界文化。</p> <p>5-2-4 認識菸、酒、檳榔、藥物與成癮藥物對個人及他人的影響，並能拒絕其危害。</p> <p>5-2-5 探討不同運動情境中的傷害預防及其處理。</p> <p>6-2-1 分析自我與他人的差異，從中學會關心自己，並建立個人價值感。</p> <p>6-2-2 了解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性。</p> <p>6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。</p> <p>7-2-4 確認消費者在運動相關事物上的權利、義務及其與健康的關係。</p> <p>7-2-5 調查、分析生活周遭環境問題與人體健康的關係。</p> <p>7-2-6 參與社區中環保活動或環保計畫，並分享其獲致的成果。</p>
<p>融入之重大議題</p>	<p>【人權教育】</p> <p>1-2-2 知道人權是普遍的、不容剝奪的，並能關心弱勢。</p> <p>1-2-4 舉例說明生活上違反人權的事件，並討論發生的原因。</p> <p>【家政教育】</p> <p>1-2-1 認識飲食對個人健康與生長發育的影響。</p> <p>1-2-2 了解自己的飲食習慣與喜好。</p> <p>1-2-3 選用有益自己身體健康的食物。</p> <p>1-2-4 察覺食物在烹調、貯存及加工等情況下的變化。</p> <p>1-2-6 了解均衡的飲食並應用於生活中。</p> <p>3-2-3 養成良好的生活習慣。</p> <p>4-2-3 適當地向家人表達自己的需求與情感。</p> <p>【性別平等教育】</p> <p>1-2-2 覺察性別特質的刻板化印象。</p> <p>2-2-1 了解不同性別者在團體中均扮演重要的角色。</p> <p>2-2-2 尊重不同性別者做決定的自主權。</p> <p>【海洋教育】</p>

	<p>1-2-2 覺察親水活動中的危險情境，並能預防與處理。</p> <p>1-2-3 學會游泳基本技能(如韻律呼吸、水母漂、打水等)。</p> <p>【環境教育】</p> <p>1-2-1 覺知環境與個人身心健康的關係。</p> <p>1-2-4 覺知自己的生活方式對環境的影響。</p> <p>【生涯發展教育】</p> <p>1-2-1 培養自己的興趣、能力。</p> <p>3-2-2 學習如何解決問題及做決定。</p>
--	---

課程架構脈絡

教學期程	單元與活動名稱	節數	領域能力指標	表現任務 (評量方式)	融入議題 能力指標
第一週 2/9~2/15	單元五、飲食智慧王 活動 1 飲食新概念 活動 2 拜訪營養素 單元一、大家來運動 活動 1 棒棒開花	3	1-2-1 1-2-4 2-2-1 2-2-2 3-2-2 3-2-4	自我評量 發表 課堂問答 紙筆測驗 參與度評量 實際演練 觀察評量	【家政教育】 1-2-1 1-2-3 1-2-6 【生涯發展教育】 1-2-1
第二週 2/16~2/22	單元五、飲食智慧王 活動 2 拜訪營養素 單元一、大家來運動 活動 1 棒棒開花	3	1-2-1 1-2-4 2-2-1 2-2-2 3-2-2 3-2-4	自我評量 發表 課堂問答 紙筆測驗 參與度評量 實際演練 觀察評量	【家政教育】 1-2-1 1-2-3 1-2-6 【生涯發展教育】 1-2-1
第三週 2/23~2/29	單元五、飲食智慧王 活動 2 拜訪營養素	3	1-2-1 1-2-4	自我評量 發表	【家政教育】 1-2-1

	單元一、大家來運動 活動 2 共享桌球樂		2-2-1 2-2-2 3-2-4	課堂問答 紙筆測驗 參與度評量 實際演練 自我評量 觀察評量	1-2-3 1-2-6 【生涯發展教育】 1-2-1
第四週 3/1~3/7	單元五、飲食智慧王 活動 2 拜訪營養素 活動 3 體重控制有一套 單元一、大家來運動 活動 3 躍動的精靈	3	1-2-1 2-2-2 3-2-2	自我評量 發表 參與度評量 課堂問答 實際演練	【家政教育】 1-2-3 1-2-4 【性別平等教育】 2-2-1
第五週 3/8~3/14	單元五、飲食智慧王 活動 3 體重控制有一套 單元一、大家來運動 活動 3 躍動的精靈	3	1-2-1 2-2-2 3-2-2	自我評量 發表 參與度評量 課堂問答 實際演練	【家政教育】 1-2-3 1-2-4 【性別平等教育】 2-2-1
第六週 3/15~3/21	單元五、飲食智慧王 活動 3 體重控制有一套 單元一、大家來運動 活動 4 臥虎藏龍	3	1-2-1 2-2-2 3-2-2 4-2-5	自我評量 發表 參與度評量 課堂問答 實際演練	【家政教育】 1-2-3 1-2-4 【生涯發展教育】 1-2-1
第七週 3/22~3/28	單元五、飲食智慧王 活動 3 體重控制有一套 單元一、大家來運動 活動 4 臥虎藏龍	3	1-2-1 2-2-2 3-2-2 4-2-2 4-2-5 7-2-4	自我評量 發表 參與度評量 發表 課堂問答 實際演練 自我評量	【家政教育】 1-2-3 1-2-4 【生涯發展教育】 1-2-1 【性別平等教育】 2-2-1

<p>第八週 3/29~4/4</p>	<p>單元六、環境偵查員 活動1 拒絕菸害 單元一、大家來運動 活動5 社區運動資源</p>	<p>1</p>	<p>5-2-4 7-2-5 7-2-6 3-2-2 4-2-2 4-2-5 7-2-4</p>	<p>發表 實際演練 觀察評量 課堂問答 自我評量</p>	<p>【生涯發展教育】 3-2-2 【環境教育】 1-2-1 1-2-4 【生涯發展教育】 1-2-1 【性別平等教育】 2-2-1</p>
<p>第九週 4/5~4/11</p>	<p>單元六、環境偵查員 活動1 拒絕菸害 單元二、足下風雲 活動1「毬」健美</p>	<p>3</p>	<p>5-2-4 7-2-5 7-2-6 3-2-1 3-2-2</p>	<p>發表 實際演練 觀察評量 課堂問答 自我評量 參與度評量</p>	<p>【生涯發展教育】 3-2-2 【環境教育】 1-2-1 1-2-4 【生涯發展教育】 1-2-1</p>
<p>第十週 4/12~4/18</p>	<p>單元六、環境偵查員 活動1 拒絕菸害 單元二、足下風雲 活動2 控球高手</p>	<p>3</p>	<p>5-2-4 7-2-5 7-2-6 3-2-2 3-2-1</p>	<p>發表 實際演練 觀察評量 課堂問答 自我評量</p>	<p>【生涯發展教育】 3-2-2 【環境教育】 1-2-1 1-2-4 【生涯發展教育】 1-2-1</p>
<p>第十一週 4/19~4/25</p>	<p>單元六、環境偵查員 活動2 健康深呼吸 單元二、足下風雲 活動3 足球金童</p>	<p>3</p>	<p>5-2-4 7-2-5 7-2-6 3-2-4 3-2-2</p>	<p>發表 實際演練 觀察評量 課堂問答 自我評量</p>	<p>【生涯發展教育】 3-2-2 【環境教育】 1-2-1 1-2-4 【生涯發展教育】 1-2-1</p>

第十二週 4/26~5/2	單元六、環境偵查員 活動 2 健康深呼吸 單元二、足下風雲 活動 3 足球金童	3	1-2-1 2-2-1 2-2-2 3-2-4 3-2-2	自我評量 發表 課堂問答 實際演練 觀察評量	【家政教育】 1-2-1 1-2-2 【生涯發展教育】 1-2-1
第十三週 5/3~5/9	單元六、環境偵查員 活動 3 找回寧靜的家 單元三、體適能加油站 活動 1 跳躍精靈	3	1-2-1 2-2-1 2-2-2 1-2-2 3-2-1	發表 課堂問答 自我評量 實際演練	【家政教育】 1-2-1 1-2-2 【生涯發展教育】 1-2-1
第十四週 5/10~5/16	單元六、環境偵查員 活動 3 找回寧靜的家 單元三、體適能加油站 活動 2 立定跳遠	3	1-2-1 2-2-1 2-2-2 3-2-4	自我評量 發表 實際演練 課堂問答	【家政教育】 1-2-1 1-2-2 【生涯發展教育】 1-2-1
第十五週 5/17~5/23	單元七、走出新方向 活動 1 珍愛我的家 單元三、體適能加油站 活動 2 立定跳遠	3	6-2-2 6-2-4 3-2-4	發表 課堂問答 自我評量 實際演練	【人權教育】 1-2-2 1-2-4 【家政教育】 4-2-3 【生涯發展教育】 1-2-1
第十六週 5/24~5/30	單元七、走出新方向 活動 2 家庭的危機 單元三、體適能加油站 活動 3 規律運動好體力	3	6-2-2 6-2-4 3-2-1 4-2-3	發表 課堂問答 自我評量 實際演練	【人權教育】 1-2-2 1-2-4 【家政教育】 4-2-3 【家政教育】 3-2-3

<p>第十七週 5/31~6/6</p>	<p>單元七、走出新方向 活動 2 家庭的危機 單元四、水中蛟龍 活動 1 夏日戲水安全 活動 2 漂浮滑行</p>	<p>3</p>	<p>6-2-2 6-2-4 3-2-2 3-2-4 2-2-6 5-2-5</p>	<p>發表 課堂問答 自我評量 實際演練</p>	<p>【人權教育】 1-2-2 1-2-4 【家政教育】 4-2-3 【海洋教育】 1-2-2 1-2-3</p>
<p>第十八週 6/7~6/13</p>	<p>單元七、走出新方向 活動 2 家庭的危機 單元四、水中蛟龍 活動 2 漂浮滑行</p>	<p>3</p>	<p>6-2-2 6-2-4 3-2-2 3-2-4 2-2-6 5-2-5</p>	<p>發表 課堂問答 自我評量 實際演練</p>	<p>【人權教育】 1-2-2 1-2-4 【家政教育】 4-2-3 【海洋教育】 1-2-2 1-2-3</p>
<p>第十九週 6/14~6/20</p>	<p>單元七、走出新方向 活動 3 性別話題 單元四、水中蛟龍 活動 3 打水前進</p>	<p>3</p>	<p>1-2-5 6-2-1 6-2-2 3-2-2 3-2-4</p>	<p>自我評量 觀察評量 發表 課堂問答 實際演練</p>	<p>【人權教育】 1-2-2 1-2-4 【性別平等教育】 1-2-2 2-2-1 2-2-2 【海洋教育】 1-2-3</p>

<p>第二十週 6/21~6/27</p>	<p>單元七、走出新方向 活動 3 性別話題 單元四、水中蛟龍 活動 3 打水前進</p>	<p>1</p>	<p>1-2-5 6-2-1 6-2-2 3-2-2 3-2-4</p>	<p>自我評量 觀察評量 發表 課堂問答 實際演練</p>	<p>【人權教育】 1-2-2 1-2-4 【性別平等教育】 1-2-2 2-2-1 2-2-2 【海洋教育】 1-2-3</p>
<p>第二十一週 6/21~6/27</p>	<p>單元七、走出新方向 活動 3 性別話題 單元四、水中蛟龍 活動 3 打水前進</p>	<p>1</p>	<p>1-2-5 6-2-1 6-2-2 3-2-2 3-2-4</p>	<p>自我評量 觀察評量 發表 課堂問答 實際演練</p>	<p>【人權教育】 1-2-2 1-2-4 【性別平等教育】 1-2-2 2-2-1 2-2-2 【海洋教育】 1-2-3</p>

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「表現任務-評量方式」請具體說明。

◎敘寫融入議題能力指標，填入代號即可。

◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

教材版本	康軒版 5 上教材	實施年級 (班級/組別)	五年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(60)節
課程目標	1. 學習團隊合作的運動項目，並展現肢體的協調能力。 2. 了解安全與事故傷害的基本概念及預防方法。 3. 學會控制身體的能力，熟練田徑運動的規則與基本技能。 4. 認識並愛惜自我，學習拒絕誘惑。 5. 掌握身體律動的技巧，激發肢體創作的的能力。 6. 認識傳統民俗醫療、辨識並選擇合適的醫療管道，以及認識醫療服務使用者的權利與義務。				
領域能力指標	1-2-3 體認健康行為的重要性，並運用作決定的技巧來促進健康。 1-2-4 探討各年齡層的生理變化，並有能力處理個體成長過程中的重要轉變。 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。 3-2-3 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 3-2-4 了解運動規則，參與比賽，表現運動技能。 4-2-5 透過運動了解本土與世界文化。 5-2-1 覺察生活環境中的潛在危機，並尋求協助。 5-2-2 判斷影響個人及他人安全的因素，並能進行改善。 5-2-4 評估菸、酒、檳榔及成癮物質對個人及他人的影響，並能拒絕其危害。 6-2-1 分析自我與他人的差異，從中學會關心自己，並建立個人價值感。 6-2-2 了解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性。 6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。 6-2-5 了解並培養健全的生活態度。 7-2-1 表現預防疾病的正向行為與活動，以增進身體的安適。 7-2-2 討論社會文化因素對健康與運動的服務及產品選擇之影響。 7-2-3 確認消費者在運動相關事物上的權利義務及其與健康的關係。				

融入之重大議題

【環境教育】

- 2-2-1 瞭解生活周遭的環境問題及其對個人、學校與社區的影響。
- 2-2-2 認識生活周遭的環境問題形成的原因，並探究可能的改善方法。

【生涯發展教育】

- 1-2-1 培養自己的興趣、能力。
- 2-2-1 培養良好的人際互動能力。
- 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。

【性別平等教育】

- 1-3-1 認知青春期不同性別者身體的發展與保健。
- 1-3-2 認知次文化對身體意象的影響。
- 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。
- 2-1-2 學習與不同性別者平等互動。
- 2-2-1 瞭解不同性別者在團體中均扮演重要的角色。
- 2-3-1 瞭解家庭與學校中的分工，不應受性別的限制。

【家政教育】

- 3-2-5 認識基本的消費者權利與義務。
- 4-2-1 瞭解個人具有不同的特質。
- 4-2-2 認識自己與家人在家庭中的角色。
- 4-3-1 瞭解家人角色意義及其責任。
- 4-3-2 運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。
- 4-3-3 探索家庭生活問題及其對個人的影響。
- 4-3-4 參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。

【人權教育】

- 1-2-1 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。

【海洋教育】

- 1-2-3 學會游泳基本技能(如韻律呼吸、水母漂、打水等)。
- 1-3-2 體驗親水活動，如游泳、浮潛、帆船等，分享參與的樂趣或心得。
- 1-3-4 學會至少一種游泳方式(如捷式、蛙式、仰式等)。

課程架構脈絡					
教學期程	單元與活動名稱	節數	領域能力指標	表現任務 (評量方式)	融入議題 能力指標
第一週 8/25-8/31	一、球類運動和游泳 1-1 樂樂棒球	2	3-2-2 3-2-3 3-2-4 6-2-3	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【生涯發展教育】 1-2-1 2-2-1
第二週 9/1-9/7	一、球類運動和游泳 1-1 樂樂棒球	3	3-2-2 3-2-3 3-2-4 6-2-3	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【生涯發展教育】 1-2-1 2-2-1
第三週 9/8-9/14	一、球類運動和游泳 1-2 足下乾坤	1	3-2-1 3-2-2 4-2-5	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【生涯發展教育】 1-2-1
第四週 9/15-9/21	一、球類運動和游泳 1-2 足下乾坤、1-3 穩紮穩打	3	3-2-1 3-2-2 4-2-5	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【生涯發展教育】 1-2-1 2-2-1
第五週 9/22-9/28	一、球類運動和游泳 1-3 穩紮穩打、1-4 捷泳	3	3-2-1 3-2-2 3-2-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【生涯發展教育】 1-2-1 2-2-1 【海洋教育】 1-2-3 1-3-2 1-3-4

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

第六週 9/29-10/5	一、球類運動和游泳 1-4 捷泳	5	3-2-1 3-2-2 4-2-5	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20% %	【海洋教育】 1-2-3 1-3-2 1-3-4
第七週 10/6-10/12	二、安全新生活 2-1 事故傷害放大鏡	1	5-2-1 5-2-2	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20% %	【環境教育】 2-2-1 2-2-2 【生涯發展教育】 3-2-2
第八週 10/13-10/19	二、安全新生活 2-2 平安去郊遊 2-3 家庭休閒活動日	3	5-2-2 6-2-2	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【家政教育】 4-2-2 4-3-1 4-3-2 4-3-4 【生涯發展教育】 2-2-1
第九週 10/20-10/26	三、田徑跑跳接 3-1 跑跳變化多	3	3-2-2 3-2-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20% %	【性別平等教育】 2-2-1 【生涯發展教育】 1-2-1
第十週 10/27-11/2	三、田徑跑跳接 3-2 接力大贏家	3	3-2-2 3-2-4 6-2-3 6-2-5	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20% %	【性別平等教育】 2-3-1 【生涯發展教育】

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

					育】 1-2-1 2-2-1
第十一週 11/3-11/9	三、田徑跑跳接 3-3 跳高有妙招	3	3-2-2 3-2-4 6-2-1	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【性別平等教育】 1-3-4 【家政教育】 4-2-1 【生涯發展教育】 1-2-1 2-2-1 【人權教育】 1-2-1
第十二週 11/10-11/16	四、做自己 愛自己 4-1 獨特的自己	3	1-2-4 6-2-1	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【性別平等教育】 1-3-1 1-3-2 1-3-4 【家政教育】 4-2-1 【生涯發展教育】 2-2-1 【人權教育】 1-2-1
第十三週 11/17-11/23	四、做自己 愛自己 4-2 珍愛自己	3	5-2-4 6-2-2	(一)紙筆測驗 (二)晤談	【家政教育】 4-2-2

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

				(三)實踐	4-3-1 4-3-2 4-3-3 【生涯發展教育】 2-2-1 3-2-2
第十四週 11/24-11/30	四、做自己 愛自己 4-2 珍愛自己	3	5-2-4 6-2-2	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【家政教育】 4-2-2 4-3-1 4-3-2 4-3-3 【生涯發展教育】 2-2-1 3-2-2
第十五週 12/1-12/7	五、舞蹈和踢毬 5-1 熱情啦啦隊	3	3-2-1 3-2-2	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【生涯發展教育】 1-2-1 2-2-1
第十六週 12/8-12/14	五、舞蹈和踢毬 5-2 舞動線條的精靈	3	3-2-1 3-2-2	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【生涯發展教育】 1-2-1 2-2-1
第十七週 12/15-12/21	五、舞蹈和踢毬 5-3 以色列歡樂舞	3	3-2-2 4-2-5	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【性別平等教育】 2-1-2 【生涯發展教育】

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

					育】 1-2-1 2-2-1
第十八週 12/22-12/28	五、舞蹈和踢毬 5-4 踢毬樂趣多	3	3-2-2 3-2-4 4-2-5	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【生涯發展教育】 1-2-1
第十九週 12/29-1/4	六、健康防護罩 6-1 當心傳染病	3	1-2-3 7-2-1	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	
第廿週 1/5-1/11	六、健康防護罩 6-2 醫療服務觀測站	3	7-2-2 7-2-3	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【家政教育】 3-2-5
第廿一週 1/12-1/18	六、健康防護罩 6-3 就醫有一套	3	7-2-2 7-2-3	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【家政教育】 3-2-5
第廿二週 1/19-1/25	六、健康防護罩 6-3 就醫有一套	0	7-2-2 7-2-3	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【家政教育】 3-2-5

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「表現任務-評量方式」請具體說明。

◎敘寫融入議題能力指標，填入代號即可。

◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

教材版本	康軒版 5 下教材	實施年級 (班級/組別)	五年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(56)節
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 從團體學習中熟練排球、足球和籃球運動等動作技巧。 2. 學習正確的溝通原則、面對家庭問題的做法。 3. 熟練跑、跳與投擲的動作技巧，並在跳繩活動中體驗運動的喜悅。 4. 認識不同的人生階段、飲食需求，學習建立健康的生活態度與習慣。 5. 熟練拳擊有氧的擊拳、踢腿的動作組合，並從運動中增進體適能。 6. 了解環境汙染問題對人類與環境的影響，並培養積極參與環境保護的行動力。 7. 學習關懷老年人、自我照護的方法。 				
領域能力指標	<ol style="list-style-type: none"> 1-2-1 識影響個人成長與行為的因素。 1-2-3 體認健康行為的重要性，並運用做決定的技巧來促進健康。 1-2-2 應用肢體發展之能力，從事適當的身體活動。 1-2-4 探討各年齡層的生理變化，並有能力處理個體成長過程中的重要轉變。 2-2-1 瞭解不同的食物組合能提供均衡的飲食。 2-2-2 瞭解營養的需要量是由年齡、性別及身體活動所決定。 2-2-3 瞭解、接納並尊重不同族群或國家的飲食型態與特色。 2-2-5 明瞭食物的保存及處理方式會影響食物的營養價值、安全性、外觀及口味。 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。 3-2-3 瞭解運動規則，參與比賽，表現運動技能。 3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 4-2-3 瞭解有助體適能要素促進的活動，並積極參與。 4-2-5 透過運動瞭解本土與世界文化。 6-2-2 瞭解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性。 6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。 6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。 7-2-1 表現預防疾病的正向行為與活動，以增進身體的安適。 				

	<p>7-2-5 調查、分析生活周遭環境問題與人體健康的關係。</p> <p>7-2-6 參與社區中環保活動或環保計畫，並分享其獲致的成果。</p>
融入之重大議題	<p>【生涯發展教育】</p> <p>1-2-1 培養自己的興趣、能力。</p> <p>2-2-1 培養良好的人際互動能力。</p> <p>3-2-2 學習如何解決問題及做決定。</p> <p>【人權教育】</p> <p>1-2-1 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p> <p>2-3-3 瞭解人權與民主法治的密切關係。</p> <p>【性別平等教育】</p> <p>2-2-1 瞭解不同性別者在團體中均扮演重要的角色。</p> <p>2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。</p> <p>【家政教育】</p> <p>1-2-1 認識飲食對個人健康與生長發育的影響。</p> <p>1-2-6 瞭解均衡的飲食並應用於生活中。</p> <p>1-3-3 接納他人所喜歡的食物。</p> <p>1-3-4 瞭解食物在烹調、貯存及加工等情況下的變化。</p> <p>1-3-5 選擇符合營養且安全衛生的食物。</p> <p>【環境教育】</p> <p>2-2-1 瞭解生活周遭的環境問題及其對個人、學校與社區的影響。</p> <p>2-2-2 認識生活周遭的環境問題形成的原因，並探究可能的改善方法。</p> <p>3-3-2 能主動親近並關懷學校與社區的環境，並透過對於相關環境議題的瞭解，體會環境權的重要。</p> <p>4-2-1 能操作基本科學技能與運用網路資訊蒐集環境資料。</p> <p>4-2-2 能具體提出改善周遭環境問題的措施。</p> <p>4-3-4 能建立伙伴關係，尋求適切的資源與協助，以設法解決環境問題。</p> <p>5-2-2 具有參與調查生活周遭環境問題的經驗。</p> <p>5-3-2 執行日常生活中進行對環境友善的行動。</p>

5-3-3 主動參與學校社團和社區的環境保護相關活動。					
課程架構脈絡					
教學期程	單元與活動名稱	節數	領域能力指標	表現任務 (評量方式)	融入議題 能力指標
第一週 2/09-2/15	一、球類快樂玩 1-1 排球你我他	3	1-2-2 3-2-1 3-2-2 3-2-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【生涯發展教育】 2-2-1
第二週 2/16-2/22	一、球類快樂玩 1-1 排球你我他	3	1-2-2 3-2-1 3-2-2 3-2-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【生涯發展教育】 2-2-1
第三週 2/23-2/29	一、球類快樂玩 1-2 卯足全力	1	3-2-1 3-2-2 3-2-3 3-2-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第四週 3/01-3/07	一、球類快樂玩 1-2 卯足全力	3	3-2-1 3-2-2 3-2-3 3-2-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第五週 3/08-3/14	一、球類快樂玩 1-3 籃球高手	3	3-2-1 3-2-2 3-2-3	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第六週 3/15-3/21	二、寶貝我的家 2-1 溝通的藝術	3	6-2-2 6-2-4	(一)紙筆測驗 (二)晤談	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

	2-2 家庭危機			(三)實踐	
第七週 3/22-3/28	三、跑跳擲樂無窮 3-1 跑走好體能	3	3-2-1 4-2-3 6-2-3	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【性別平等教育】 2-2-1
第八週 3/29-4/04	三、跑跳擲樂無窮 3-2 跳遠小飛俠	1	3-2-1 3-2-2 3-2-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【性別平等教育】 2-2-1 2-3-2
第九週 4/05-4/11	三、跑跳擲樂無窮 3-2 跳遠小飛俠	3	3-2-1 3-2-2 3-2-4	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【性別平等教育】 2-2-1 2-3-2
第十週 4/12-4/18	三、跑跳擲樂無窮 3-3 壘球投擲王	3	3-2-1 3-2-2 3-2-3	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	
第十一週 4/19-4/25	三、跑跳擲樂無窮 3-4 跳出變化	3	3-2-1 3-2-2	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【性別平等教育】 2-2-1 【生涯發展教育】 2-2-1
第十二週 4/26-5/02	四、美麗人生 4-1 生長你我他	3	1-2-1 1-2-4	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【家政教育】 1-2-1
第十三週 5/03-5/09	四、美麗人生 4-2 飲食小專家	3	2-2-1 2-2-2	(一)紙筆測驗 (二)晤談	【人權教育】 1-2-1

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

			2-2-5	(三)實踐	【家政教育】 1-2-1 1-3-3 1-3-4 1-3-5
第十四週 5/10-5/16	四、美麗人生 4-2 飲食小專家	3	2-2-1 2-2-3 2-2-5	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【人權教育】 1-2-1 【家政教育】 1-2-1 1-3-3 1-3-4 1-3-5
第十五週 5/17-5/23	五、有氧舞活力 5-1 拳擊有氧	3	3-2-1 3-2-2	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【性別平等教育】 2-3-2 【生涯發展教育】 1-2-1
第十六週 5/24-5/30	五、有氧舞活力 5-2 荷里皮波舞	3	3-2-2 4-2-5	(一)實作 60% (二)晤談 20% (三)紙筆測驗 20%	【性別平等教育】 2-3-2 【生涯發展教育】 1-2-1
第十七週 5/31-6/06	六、搶救地球 6-1 生病的地球 6-2 環境汙染面面觀	3	1-2-3 7-2-5 7-2-6	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【環境教育】 2-2-1 2-2-2 3-3-2

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

					4-2-1 4-2-2 4-3-4 5-2-2 5-3-2 5-3-3
第十八週 6/07-6/13	六、搶救地球 6-2 環境汙染面面觀	3	1-2-3 7-2-5 7-2-6	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【環境教育】 2-2-1 2-2-2 3-3-2 4-2-1 4-2-2 4-3-4 5-2-2 5-3-2 5-3-3
第十九週 6/14-6/20	七、老化與健康 7-1 關懷老年人	5	2-2-1 2-2-2 6-2-2 6-2-4	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【家政教育】 1-2-6 1-3-5 【生涯發展教育】 2-2-1
第廿週 6/21-6/27	七、老化與健康 7-2 健康檢查	1	7-2-1	(一)紙筆測驗 (二)晤談 (三)實踐	【生涯發展教育】 3-2-2
第廿一週 6/28-7/04	休業式	0			

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

- ◎「表現任務-評量方式」請具體說明。
- ◎敘寫融入議題能力指標，填入代號即可。
- ◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

臺南市公(私)立下營區東興國民中(小)學 108 學年度第一學期六年級健康與體育領域學習課程(調整)計畫

教材版本	南一版 6 上教材	實施年級 (班級/組別)	六年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(61)節
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解過量飲酒對身體器官危害的情形。 2. 能了解不當飲酒，對個人、家庭及社會的影響及其可能後果。 3. 能評估飲酒的危害，進而表達拒絕的態度，並以其他飲料代替含有酒精的飲料。 4. 能了解一般飲料與含酒精飲料的區別。 5. 能了解青少年不能飲酒的重要性。 6. 能了解檳榔的成分對人體的危害情形，並告知親友拒食檳榔。 7. 能了解嚼檳榔對家庭、社會及生態環境的影響及其可能的後果。 8. 能使用適當的方式拒絕嚼檳榔。 9. 能在生活中表現拒絕嚼檳榔的態度，並能影響周遭的親友。 10. 認識其他國家的飲食特色。 11. 尊重並接納不同國家的飲食文化。 12. 能分析且體認宗教及文化對飲食型態的影響。 13. 能認識原住民族群的飲食特色。 14. 能明白原住民族群的飲食習俗與生活環境的關係。 15. 能尊重並接納其他族群的飲食文化。 16. 能明瞭飲食的目的。 17. 能說出飲食與生活的關係。 18. 明瞭關心和尊重彼此對人際關係的影響。 19. 能知道並執行將心比心、尊重他人的行為。 20. 能明白對他人偏執的觀感，如成見、預設立場或刻板印象，會左右自己的行為，進而影響人際關係。 21. 能知道自己可能有哪些偏見，並分辨事實與偏見的不同。 22. 能寫出並執行掃除偏見身體力行計畫。 23. 知道負面的描述或評論對人際關係的影響。 24. 藉由活動體察負面批評對他人的傷害，避免類似的說話方式。 25. 練習「POWER 問題解決五步驟」，不讓負面批評影響自己。 				

26. 能察覺允許自己與他人的差異。
27. 能以行動展現彼此尊重，允許自己與對方的差異。
28. 能學習與異性相處時，表達友情和社交技巧的方法。
29. 能以建設性的方式表達愛。
30. 能知道不同國家對愛的表達方式各有不同。
31. 能了解不當媒體內容會誤導「性」觀念。
32. 能建立正確的「性」觀念，避免受到媒體不當的影響。
33. 能謹慎進行網路交友，不隨意與網友見面。
34. 能知道處理答應或拒絕網友的邀約時的原則。
35. 認識空氣汙染。
36. 知道空氣汙染源有哪些。
37. 能與學童（或小組）討論社區空氣汙染形成的原因。
38. 能調查並分析社區空氣汙染問題。
39. 能了解空氣汙染對健康的影響。
40. 能了解空氣汙染對環境的影響。
41. 能了解「空汙旗」的概念。
42. 能將「空汙旗」的概念融入生活中，做為戶外活動的參考依據。
43. 能養成良好環保習慣。
44. 能身體力行減碳生活。
45. 學習慢跑的方法與運用。
46. 能了解慢跑能力與體適能的關係。
47. 能體驗慢跑時的身心感受。
48. 能掌握慢跑動作與呼吸要領。
49. 能利用團體動力增進慢跑能力與意志力。
50. 能體會路跑運動好處，並積極規畫參與一場公路慢跑活動。
51. 能熟練拳擊有氧的基本動作。
52. 能配合節奏的音樂，熟練數種拳擊動作組合起來的拳擊有氧。
53. 能和同學一起愉快的跳拳擊有氧舞蹈。

54. 能配合快節奏的音樂，學會動感的階梯有氧動作。
55. 能和同學一起愉快的跳階梯有氧舞蹈。
56. 知道足球行進間傳接球的動作。
57. 能藉由活動練習足球行進間傳接球的動作。
58. 知道用足球護球的動作。
59. 能藉由遊戲完成足球護球的動作。
60. 能藉由活動練習盤球突破的技巧。
61. 能藉由活動培養足球的技巧。
62. 能做出墊上體適能動作。
63. 能完成倒立動作。
64. 能學會並完成小魚躍滾翻的動作。
65. 能完成側手翻的動作。
66. 能完成側手翻結合兔跳、小魚躍、前滾翻等動作。
67. 能找出起跳慣用腳與前導腳。
68. 能運用剪式（前導腳與起跳腳）側跨跳。
69. 學習正確的跳高分解動作。
70. 能了解跳高比賽的簡易規則。
71. 能組合剪式跳高動作，並參與跳高運動。
72. 能了解拔河運動起源與特性。
73. 能了解拔河握繩、姿勢的方法與動作的要領。
74. 能了解八人制拔河比賽的規則。
75. 培養欣賞的能力，並養成守秩序及愛護公物的習性。
76. 知道手球傳接的動作要領。
77. 能藉由活動練習培養手球傳接的要領。
78. 知道手球運球的基本要領。
79. 能藉由活動練習培養手球運球傳接。
80. 知道原地肩上射球的動作要領。
81. 藉由遊戲展現原地肩上射球的動作要領。

	<p>82. 能藉由活動培養手球的技巧。</p> <p>83. 能藉由活動培養跑步傳球快攻的技巧。</p>
<p>領域能力指標</p>	<p>1-2-6 解釋個人與群體對性方面之行為，表現出不同的信念與價值觀。</p> <p>2-2-3 了解、接納並尊重不同族群或國家的飲食型態與特色。</p> <p>3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。</p> <p>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。</p> <p>3-2-3 了解運動規則，參與比賽，表現運動技能。</p> <p>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。</p> <p>4-2-1 了解影響運動參與的因素。</p> <p>4-2-4 評估體適能活動的益處，並藉以提升個人體適能。</p> <p>4-2-5 透過運動了解本土與世界文化。</p> <p>5-2-4 認識菸、酒、檳榔、藥物與成癮藥物對個人及他人的影響，並能拒絕其危害。</p> <p>6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進的方法。</p> <p>7-2-5 調查、分析生活周遭環境問題與人體健康的關係。</p> <p>7-2-6 參與社區中環保活動或環保計畫，並分享其獲致的成果。</p>
<p>融入之重大議題</p>	<p>【資訊教育】</p> <p>4-3-5 能利用搜尋引擎及搜尋技巧尋找合適的網路資源。</p> <p>【人權教育】</p> <p>2-3-1 瞭解人身自由權並具有自我保護的知能。</p> <p>【家政教育】</p> <p>4-3-2 運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。</p> <p>【生涯發展教育】</p> <p>1-2-1 培養自己的興趣、能力。</p> <p>2-2-1 培養良好的人際互動能力。</p> <p>3-2-2 學習如何解決問題及做決定。</p> <p>【性別平等教育】</p> <p>1-3-1 認知青春不同性別者身體的發展與保健。</p>

	2-3-6 釐清性與愛的迷思。 【環境教育】 5-3-2 執行日常生活中進行對環境友善的行動。 5-3-3 主動參與學校社團和社區的環境保護相關活動。				
課程架構脈絡					
教學期程	單元與活動名稱	節數	領域能力指標	表現任務 (評量方式)	融入議題 能力指標
第一週 8/25-8/31	壹、成長與蛻變 一、青春好樣	0	5-2-4	觀察檢核 行為檢核 口語評量 態度評量	【資訊教育】 4-3-5 【人權教育】 2-3-1
第二週 9/1-9/7	壹、成長與蛻變 一、青春好樣	3	5-2-4	觀察檢核 行為檢核 口語評量 態度評量	【資訊教育】 4-3-5 【人權教育】 2-3-1
第三週 9/8-9/14	壹、成長與蛻變 二、飲食萬花筒	3	2-2-3	觀察檢核 行為檢核 口語評量 態度評量	【資訊教育】 4-3-5 【人權教育】 2-3-1
第四週 9/15-9/21	壹、成長與蛻變 三、人我之間	3	6-2-3	觀察檢核 行為檢核 口語評量 態度評量	【家政教育】 4-3-2 【生涯發展教育】 2-2-1 3-2-2
第五週 9/22-9/28	壹、成長與蛻變 三、人我之間	3	6-2-3	觀察檢核 行為檢核	【家政教育】 4-3-2

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

				口語評量 態度評量	【生涯發展教育】 2-2-1 3-2-2
第六週 9/29-10/5	壹、成長與蛻變 四、青春進行曲	3	1-2-6	觀察檢核 行為檢核 態度評量 口語評量	【性別平等教育】 1-3-1 2-3-6 【生涯發展教育】 2-2-1
第七週 10/6-10/12	壹、成長與蛻變 五、健康生活深呼吸	2	7-2-5	觀察檢核 行為檢核 態度評量 口語評量	【環境教育】 5-3-2 5-3-3 【生涯發展教育】 3-2-2
第八週 10/13-10/19	壹、成長與蛻變 五、健康生活深呼吸	3	7-2-6	觀察檢核 行為檢核 態度評量 口語評量	【環境教育】 5-3-2 5-3-3 【生涯發展教育】 3-2-2
第九週 10/20-10/26	貳、身體力與美 六、青春奔跑	3	4-2-4 4-2-5	觀察檢核 行為檢核 態度評量 操作評量	
第十週	貳、身體力與美	3	3-2-1	觀察檢核	【生涯發展教

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

10/27-11/2	七、健康有氧		3-2-2	行為檢核 態度評量 操作評量	【育】 1-2-1
第十一週 11/3-11/9	貳、身體力與美 七、健康有氧	3	3-2-1 3-2-2	觀察檢核 行為檢核 團體合作 操作評量	【生涯發展教育】 1-2-1
第十二週 11/10-11/16	貳、身體力與美 八、足球小子(一)	3	3-2-1 3-2-2 3-2-4	觀察檢核 行為檢核 團體合作 操作評量	【生涯發展教育】 1-2-1
第十三週 11/17-11/23	貳、身體力與美 八、足球小子(一)	3	3-2-1 3-2-2 3-2-4	觀察檢核 行為檢核 團體合作 操作評量	【生涯發展教育】 1-2-1
第十四週 11/24-11/30	貳、身體力與美 九、體操精靈	3	3-2-1 3-2-2	觀察檢核 行為檢核 態度評量 操作評量	【生涯發展教育】 1-2-1
第十五週 12/1-12/7	貳、身體力與美 九、體操精靈	3	3-2-1 3-2-2	觀察檢核 行為檢核 態度評量 操作評量	【生涯發展教育】 1-2-1
第十六週 12/8-12/14	貳、身體力與美 九、體操精靈	3	3-2-1 3-2-2	觀察檢核 行為檢核 態度評量 操作評量	【生涯發展教育】 1-2-1
第十七週	參、運動競技場	3	3-2-1	觀察檢核	【生涯發展教

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

12/15-12/21	十、現代輕功		3-2-2 3-2-3 3-2-4	行為檢核 態度評量 操作評量	育】 1-2-1
第十八週 12/22-12/28	參、運動競技場 十、現代輕功	3	3-2-1 3-2-2 3-2-3 3-2-4	觀察檢核 行為檢核 態度評量 操作評量	【生涯發展教育】 1-2-1
第十九週 12/29-1/4	參、運動競技場 十一、力拔山河	3	3-2-1 3-2-4	觀察檢核 行為檢核 態度評量 操作評量	【生涯發展教育】 1-2-1
第廿週 1/5-1/11	參、運動競技場 十一、力拔山河	3	3-2-1 3-2-4 4-2-1	觀察檢核 行為檢核 態度評量 操作評量	【生涯發展教育】 1-2-1
第廿一週 1/12-1/18	參、運動競技場 十二、樂趣手球	3	3-2-1 3-2-2 3-2-3 3-2-4	觀察檢核 行為檢核 態度評量 操作評量	
第廿二週 1/19-1/25	參、運動競技場 十二、樂趣手球	2	3-2-1 3-2-2 3-2-3 3-2-4	觀察檢核 行為檢核 態度評量 操作評量	

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「表現任務-評量方式」請具體說明。

◎敘寫融入議題能力指標，填入代號即可。

◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

臺南市公(私)立下營區東興國民中(小)學 108 學年度第二學期六年級 健康與體育 領域學習課程(調整)計畫

教材版本	南一版 6 下教材	實施年級 (班級/組別)	六年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(53)節
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能正確有效的使用冰箱。 2. 知道營養素的需要量會因性別、年齡及活動量而不同。 3. 認識營養不良及其所造成的健康問題。 4. 知道設計菜單的原則。 5. 檢視菜單是否合乎均衡飲食。 6. 能了解一氧化碳中毒發生的原因與緊急處理的程序與要點。 7. 能熟悉一氧化碳中毒緊急處理的程序與要點。 8. 能知道瓦斯氣爆發發生的原因與危險情形。 9. 能了解使用瓦斯器具應注意的事項。 10. 能和家人共同關心，並提醒日常生活中與安全有關的事項。 11. 能評估傷害或病痛情境的正確用藥方法。 12. 能了解家庭急救箱的正確儲放與使用方法。 13. 能充實促進安全用藥的態度。 14. 學習拒絕他人不當的身體碰觸。 15. 學習與人相處必須互相尊重。 16. 認識「性侵害」，學習自我保護。 17. 知道受侵害或騷擾時，如何尋求協助。 18. 能學習自我保護並建立「身體自主權」的觀念。 19. 能學習自我保護及自救的方法，並認識遭受性侵害的處置方法。 20. 能分享「茫然」、「空虛」、「無聊」或「無所適從」的感受，討論這些感受對心理健康的影響。 21. 能重視個人與群體的關係，進而培養樂於助人的態度。 22. 樂於嘗試各項團體活動與運動。 23. 能分享參與團體性身體活動的喜悅。 24. 能分辨不同行為例如自作主張、英雄主義、欺負別人和扮小丑，對團體表現與個人關係的影響。 25. 學習處理分離時的負面情緒與學習及面對新環境適應的方法。 				

26. 能了解、分析垃圾汙染對人體健康和環境有何危害。
27. 能了解居住社區中垃圾汙染的環境問題。
28. 能分析社區中垃圾汙染對居民健康與安適的影響。
29. 能擬定策略，參與環保活動，改善環境問題。
30. 能了解「噪音」的定義。
31. 能了解噪音汙染將危害人體健康。
32. 能了解居住社區的噪音問題。
33. 能調查並分析社區中噪音汙染對居民健康與安適影響。
34. 能了解校門口家長汽機車產生的音量也是社區噪音的來源之一。
35. 能提出正確減少噪音的方法，並在日常生活中確實實踐。
36. 養成良好環保習慣，身體力行垃圾減量與降噪。
37. 能察覺社區的環保問題，擬定改善計畫，並確實執行。
38. 能學會及練習遊戲動作。
39. 能學會及練習平衡身體的動作。
40. 能與同學一起完成遊戲動作。
41. 能知道的握拍方式。
42. 能藉由活動培養球感及正、反拍揮擊技巧。
43. 做出正確的下手發球與參加比賽。
44. 了解迷你網球比賽的簡易規則。
45. 能藉由活動培養正足背射門的技巧。
46. 知道足球守門員的動作要領。
47. 能藉由活動的練習，培養足球守門員的動作要領。
48. 能學會正確的捷泳手臂划水動作。
49. 能學會正確的捷泳划水及換氣動作。
50. 能評估水上自救的情境。
51. 能具備水中自救能力。
52. 能了解舒筋操可增進身體的上肢、下肢、軀幹的柔軟度。
53. 改善運動時身體的協調性。

	<p>54. 學會對練中攻擊、防守的動作。</p> <p>55. 能做出正確的基本動作並能加以應用。</p> <p>56. 能完成正確的武術連續動作。</p> <p>57. 了解高年級第一路至第三路動作要領與練習方法。</p> <p>58. 能在活動中表現認真參與的態度。</p> <p>59. 知道籃球運球的動作要領。</p> <p>60. 能藉由活動練習籃球運球的技巧。</p> <p>61. 知道運球投籃的動作要領。</p> <p>62. 能藉由遊戲完成運球投籃基本動作要領。</p> <p>63. 能了解身體活動金字塔的概念。</p> <p>64. 能運用金字塔規畫身體活動。</p> <p>65. 能培養愛好運動及互助合作的精神。</p> <p>66. 能認識小鐵人三項競賽的發展過程與規則。</p> <p>67. 能了解練習小鐵人三項比賽的方法與益處。</p>
<p>領域能力指標</p>	<p>1-2-5 檢視兩性固有的印象及其對兩性發展的影響。</p> <p>2-2-1 了解不同的食物組合能提供均衡的飲食。</p> <p>2-2-2 了解營養的需要量是由年齡、性別及身體活動所決定。</p> <p>2-2-5 明瞭食物的保存及處理方式會影響食物的營養價值、安全性、外觀及口味。</p> <p>3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。</p> <p>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。</p> <p>3-2-3 了解運動規則，參與比賽，表現運動技能。</p> <p>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本運動或技術。</p> <p>4-2-1 了解影響運動參與的因素。</p> <p>5-2-3 評估危險情境的可能處理方法及其結果。</p> <p>6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。</p> <p>6-2-5 了解並培養健全的生活態度。</p> <p>7-2-5 調查、分析生活周遭環境問題與人體健康的關係。</p> <p>7-2-6 參與社區中環保活動或環保計畫，並分享其獲致的成果。</p>

融入之重大議題	<p>【性別平等教育】 1-3-1 認知青春期不同性別者身體的發展與保健。 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。 2-3-10 瞭解性別權益受侵犯時，可求助的管道與程序。</p> <p>【家政教育】 1-3-1 比較不同的個人飲食習慣。 1-3-5 選擇符合營養且安全衛生的食物。 4-3-2 運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。</p> <p>【人權教育】 1-3-1 表達個人的基本權利，並瞭解人權與社會責任的關係。 2-3-1 瞭解人身自由權並具有自我保護的知能。</p> <p>【生涯發展教育】 1-2-1 培養自己的興趣、能力。 3-2-2 學習如何解決問題及做決定。</p> <p>【環境教育】 5-3-3 主動參與學校社團和社區的環境保護相關活動。</p> <p>【海洋教育】 1-3-2 體驗親水活動，如游泳、浮潛、帆船等，分享參與的樂趣或心得。和社區的環境保護相關活動。</p>				
	課程架構脈絡				
教學期程	單元與活動名稱	節數	領域能力指標	表現任務 (評量方式)	融入議題 能力指標
第一週 2/09-2/15	壹、青春生活實踐家 一、飲食新主張	1	2-2-1 2-2-2 2-2-5	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 1-3-1 【家政教育】 1-3-1 1-3-5 【人權教育】

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

					1-3-1
第二週 2/16-2/22	壹、青春生活實踐家 二、關鍵時刻	3	5-2-3	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	【人權教育】 2-3-1
第三週 2/23-2/29	壹、青春生活實踐家 三、青春防衛站	3	1-2-5	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 1-3-1 2-3-10 【家政教育】 4-3-2 【人權教育】 2-3-1 【生涯發展教育】 3-2-2
第四週 3/01-3/07	壹、青春生活實踐家 三、青春防衛站	3	1-2-5	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 1-3-1 2-3-10 【家政教育】 4-3-2 【人權教育】 2-3-1 【生涯發展教育】 3-2-2

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

第五週 3/08-3/14	壹、青春生活實踐家 四、迎向未來	3	6-2-3 6-2-5	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	【性別平等教育】 2-3-3 【生涯發展教育】 1-2-1
第六週 3/15-3/21	壹、青春生活實踐家 五、健康美麗新社區	3	7-2-5 7-2-6	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	【環境教育】 5-3-3 【人權教育】 1-3-1 【生涯發展教育】 3-2-2
第七週 3/22-3/28	壹、青春生活實踐家 六、平衡運動	3	3-2-1 3-2-2	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	
第八週 3/29-4/04	貳、運動的樂章 七、迷你網球	2	3-2-1	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	
第九週 4/05-4/11	貳、運動的樂章 七、迷你網球	3	3-2-1 3-2-3 3-2-4	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

第十週 4/12-4/18	貳、運動的樂章 八、足球小子(二)	3	3-2-1 3-2-2 3-2-3 3-2-4	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	
第十一週 4/19-4/25	貳、運動的樂章 八、足球小子(二)	3	3-2-1 3-2-2 3-2-3 3-2-4	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	
第十二週 4/26-5/02	貳、運動的樂章 九、水中樂逍遙	3	3-2-2 3-2-4	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	【人權教育】 2-3-1 【海洋教育】 1-3-2
第十三週 5/03-5/09	貳、運動的樂章 九、水中樂逍遙 戶外教育	3	3-2-2 3-2-4 5-2-3	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	【人權教育】 2-3-1 【海洋教育】 1-3-2
第十四週 5/10-5/16	貳、運動的樂章 十、功夫小子	3	3-2-1 3-2-2	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	
第十五週 5/17-5/23	貳、運動的樂章 十、功夫小子	3	3-2-1 3-2-2	口語評量 操作評量 觀察檢核	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

				行為檢核 態度評量	
第十六週 5/24-5/30	參、歡樂嘉年華 十一、籃球高手	3	3-2-1 3-2-2 3-2-4	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	【生涯發展教育】 1-2-1
第十七週 5/31-6/06	參、歡樂嘉年華 十一、籃球高手	3	3-2-1 3-2-2 3-2-4	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	【生涯發展教育】 1-2-1
第十八週 6/07-6/13	參、歡樂嘉年華 十二、勇冠三軍	3	3-2-1 3-2-3 4-2-1	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	
第十九週 6/14-6/20	參、歡樂嘉年華 十二、勇冠三軍	2	3-2-1 3-2-3 4-2-1	口語評量 操作評量 觀察檢核 行為檢核 態度評量	