

## 【六一 各年級課程總表】

### 一、各學習領域之學習活動

- 各學習領域之「( )」係學習節數。如語文(7)，乃表示「語文領域學習節數7節課」，下表所排列節數以各領域之上限排列为原則，得因實際上課情形做適度彈性之調整。
- 議題融入：新課綱共有19項議題，各學習領域均需**標示融入之議題指標**，議題簡稱參見下表格，議題標示範例為：**\*性平 E3** \*為半形

*性平	*人權	*環境	*科技	*能源	*家庭	*原住民	*品德	*生命	*安全(交通)
*資訊	*法治	*高年級防災課程-融入 AED	*生涯	*多元文化	*閱讀素養	*戶外	*國際	*海洋-永續海洋	*媒體素養

### 3. 規定議題必須標註：

- 【海洋教育】：
- 【生命教育】：含情緒教育、動物保護教育。
- 【品德教育】：
- 【交通安全教育】：與交通安全、水域安全、防墜安全、防災安全、食藥安全教育有關之課程可標註，每學年4節課以上。標註範例為：【交通安全教育】。
- 【防災教育】：防災教育課程融入領域課程計畫，高年級防災課程-融入 AED。
- 【戶外教育】：

- 【環境教育】：所有員工、教師、學生均應於每年12月31日以前參加4小時以上環境教育。
- 【家庭教育】：每學年應在正式課程外實施4小時以上庭教育課程及活動。
- 【性別平等教育】：與性別平等相關教學單元可以融入，每學期4小時以上。
- 【全民國防教育】：採融入式教學，納入現行課程中實施。
- 【圖資利用教育】：「圖資利用及閱讀教育融入領域課程」(應用閱讀理解策略與閱讀評量)。

黃底這五項是年度重點  
必須標註出來。

## 臺北市大安區仁愛國民小學 114 學年度第 1 學期 一年級各領域教學課程表 設計者：一年級教學團隊

週別日期	學校、學年或班級活動(0)	彈性學習課程-3 時/週		領域學習課程-20 時/週					
		仁愛心世界情(1)	仁人心世界(2)	語文(7)		數學(4)	生活(6)	健康與體育(3)	
				國語文(6)	本土語文/ 新住民語文(1)			健康(1)	體育(2)
一 09.01 - 09.05	◎友善校園週，/1開學，正式上課，課後照顧班開始供餐並上課、課外社團、團隊訓練開始、攜手班開始上課。臺北市多語文競賽開始，/1-5臺北市美術比賽校內初選收件，/2開學典禮、一年級始業訓練、友善校園暨防身警報器宣導。	仁愛有仁— 小手牽小手 *品德 E1 *家庭 E3 【安全教育】 【品德教育】	第一單元 我會打招呼 Greetings *品德 E1 *品德 E3 *安全 E2 【安全教育】 【品德教育】	首冊 第壹單元幸福甜蜜 第一課踢踏踢 *生命 E5 *安全 E6 *家庭 E3 【性別平等教育】	一、囡仔真好禮 1. 來去讀冊 *戶外 E3 【安全教育】 【戶外教育】	第一單元 10以內的數 *人權 E5 *品德 EJU7 【人權教育】 【品德教育】	一、我上一年級了 1. 上學去 *品德 E1、E2 【品德教育】	一、健康又安全 1-1 校園好健康 *性平 E3 【性別平等教育】	四、跑跳動起來 4-1 安全運動王 *安全 E1 *安全 E8 【交通安全教育】

<p>二 09.08 - 09.12</p>	<p>/13 學校日，/8 全校身高體重視力量測(6-8週)，/9 臺北市美術比賽書法類校內初賽，/10 資優班學校日，/12 防災演練預演。</p>	<p>仁愛有仁— 小手牽小手 *安全 E4 *品德 E1 【安全教育】 【品德教育】 【防災教育】</p>	<p>第一單元 我會打招呼 Greetings *品德 E1 *品德 E3 *安全 E2 【安全教育】 【品德教育】</p>	<p>首冊 第壹單元幸福甜蜜蜜 第二課木馬 *環境 E16 *科技 E8 *安全 E3 *家庭 E12 【性別平等教育】 【全民國防教育】 【圖資利用教育】</p>	<p>一、因仔真好禮 1. 來去讀冊 *戶外 E3 【交通安全教育】 【戶外教育】</p>	<p>第一單元 10 以內的數 *人權 E5 *品德 EJU7 【人權教育】 【品德教育】</p>	<p>一、我上一年級了 2. 學校的一天 *人權 E3、E7、E8 【人權教育】</p>	<p>一、健康又安全 1-1 校園好健康 *性平 E3 【性別平等教育】</p>	<p>四、跑跳動起來 4-2 伸展好舒適 *安全 E6 【交通安全教育】</p>
<p>三 09.15 - 09.19</p>	<p>/15 圖書館開館，/16 期初志工座談會，/16 新生心臟病篩檢，/17-18 10 月午餐收費，/19 校內親子自編故事劇本徵件截止，國家防災日防震演練。/15 認識勞動權益四格漫畫徵件(至 10/15)</p>	<p>仁愛有仁— 小手牽小手 *安全 E4 *品德 E1 【交通安全教育】 【品德教育】 【防災教育】</p>	<p>第一單元 我會打招呼 Greetings *品德 E1 *品德 E3 *安全 E2 【安全教育】 【品德教育】</p>	<p>首冊 第壹單元幸福甜蜜蜜 第三課晚安 *品德 E1 *家庭 E1. E2. E3. EA. E13 統整活動一 【圖資利用教育】 【品德教育】 【防災教育】</p>	<p>一、因仔真好禮 1. 來去讀冊 *戶外 E3 【交通安全教育】 【戶外教育】</p>	<p>第二單元 比長短 *品德 E3 【品德教育】</p>	<p>一、我上一年級了 2. 學校的一天 *人權 E2、E3、E8 *安全 E1、E2、E3、E8 【人權教育】 【交通安全教育】</p>	<p>一、健康又安全 1-2 危險！不能那樣 *安全 E4 *人權 E8 【交通安全教育】 【人權教育】</p>	<p>四、跑跳動起來 4-3 健康起步走 *人權 E3 *品德 E3 【性別平等教育】 【品德教育】</p>
<p>四 09.22 - 09.26</p>	<p>/23 四年級育藝深遠校外教學，/22 敬師活動，/23 一、四年級螻蟲檢查收件，/24 大安區群組交流賽。/24 三年級人身安全教育宣導，</p>	<p>仁愛有仁— 大手牽小手 *品德 E3 【品德教育】</p>	<p>第一單元 我會打招呼 Greetings *品德 E1 *品德 E3 *安全 E2 【安全教育】 【品德教育】</p>	<p>首冊 第貳單元快樂手牽手 第四課紙飛機 *人權 E8 *戶外 E1 *安全 E4 *能源 E4 *科技 E2 *品德 E3 【交通安全教育】 【品德教育】 【戶外教育】</p>	<p>一、因仔真好禮 1. 來去讀冊 *戶外 E3 【交通安全教育】 【戶外教育】</p>	<p>第二單元 比長短 *品德 E3 【品德教育】</p>	<p>一、我上一年級了 3. 放學了 *安全 E1、E2、E3、E4、E5 【交通安全教育】</p>	<p>一、健康又安全 1-2 危險！不能那樣 *安全 E4 *人權 E8 【防災教育】</p>	<p>四、跑跳動起來 4-3 健康起步走 *人權 E3 *品德 E3 【性別平等教育】</p>

五 09.29 - 10.03	/28 教師節，/1 祖父母節活動，/4 二年級 <b>育藝深遠</b> 。/29-3 高年級防毒守門員入班	仁愛有仁— 大手牽小手 *品德 E3 【 <b>品德教育</b> 】	第一單元 我會打招呼 Greetings *品德 E1 *品德 E3 *安全 E2 【 <b>安全教育</b> 】 【 <b>品德教育</b> 】	首冊 第貳單元快樂手牽手 第五課好漂亮 *人權 E2. E5. E6 *生命 E6 【 <b>圖資利用教育</b> 】 【 <b>生命教育</b> 】	一、囡仔真好禮 2. 阮兜的人 *品德 E1 【 <b>品德教育</b> 】	第三單元 排順序、比多少 *生命 E6 【 <b>生命教育</b> 】	二、我的新學校 1. 新生活新朋友 *品德 E1、E2 【 <b>品德教育</b> 】	一、健康又安全 1-3 就要這樣玩 *安全 E4 *人權 E8 【 <b>交通安全教育</b> 】 【 <b>人權教育</b> 】	四、跑跳動起來 4-3 健康起步走 *人權 E3 *品德 E3 【 <b>性別平等教育</b> 】
六 10.07 - 10.09	◎資優鑑定報名，/06 中秋節，/8 五年級金融知識宣導活動，/7-9 體育錦標賽，/11 二年級 <b>育藝深遠</b> ，/10 國慶日。	仁愛有仁— 大手牽小手 *品德 E3 【 <b>品德教育</b> 】	第二單元 我會守規矩 Be a good kid *品德 E1 *品德 E3 *家庭 E4 【 <b>安全教育</b> 】 【 <b>品德教育</b> 】	首冊 第貳單元快樂手牽手 第六課剪刀石頭布 *人權 E8 *性別 E4 *生涯 E12 *多元 E1 *戶外 E1 統整活動二 【 <b>性別平等教育</b> 】	一、囡仔真好禮 2. 阮兜的人 *品德 E1 【 <b>品德教育</b> 】	第三單元 排順序、比多少 *生命 E6 【 <b>生命教育</b> 】	二、我的新學校 1. 新生活新朋友 *生涯 E1、E4 【 <b>生涯規劃教育</b> 】	一、健康又安全 1-3 就要這樣玩 *安全 E4 *人權 E8 【 <b>交通安全教育</b> 】 【 <b>人權教育</b> 】	四、跑跳動起來 4-4 和繩做朋友 *安全 E9 *品德 E3 【 <b>交通安全教育</b> 】 【 <b>品德教育</b> 】
七 10.13 - 10.17	/13-14 一、四年級健康檢查，/14 五年級學生學力檢測，/13-17 體育錦標賽(兩備)，/16-17 一年級入班塗氣(王品牙醫)，/21-22 11 月午餐收費，/16 五六年級生命鬥士講座，臺北市 113 學年度學生音樂比賽(10/17-11/13)。/15 五年級法治教育講座	仁愛有仁— 大手牽小手 *品德 E3 【 <b>品德教育</b> 】	第二單元 我會守規矩 Be a good kid *品德 E1 *品德 E3 *家庭 E4 【 <b>安全教育</b> 】 【 <b>品德教育</b> 】	首冊 第參單元夢想故事屋 第七課不來梅樂隊 *人權 E1. E2. E4. E5. E7 【 <b>圖資利用教育</b> 】	一、囡仔真好禮 2. 阮兜的人 *品德 E1 【 <b>品德教育</b> 】	第四單元 分與合 *安全 E4 【 <b>交通安全教育</b> 】	二、我的新學校 2. 新校園新發現 *戶外 E1、E3 【 <b>戶外教育</b> 】	二、小心！危險 2-1 上下學安全行 *安全 E4 【 <b>交通安全教育</b> 】	五、玩球趣味多 5-1 球兒滾呀滾 *品德 E3 【 <b>品德教育</b> 】
八 10.20 - 10.24	/20-23 小小美術家護照校內收件(3 件)。 /21 韓國 Shinrye 小學交流，/24 三年級 <b>育藝深遠</b> ， /21-23 五年級消防體驗，/25 台灣光復暨金門古寧頭大捷。	仁愛有仁— 大手牽小手 *品德 E3 【 <b>品德教育</b> 】	第二單元 我會守規矩 Be a good kid *品德 E1 *品德 E3 *家庭 E4 【 <b>安全教育</b> 】 【 <b>品德教育</b> 】	首冊 第參單元夢想故事屋 第八課小蝌蚪找媽媽 *生涯 E5 *家庭 E3 *資訊 E6 【 <b>性別平等教育</b> 】	一、囡仔真好禮 2. 阮兜的人 *品德 E1 【 <b>品德教育</b> 】	第四單元 分與合 *安全 E4 【 <b>交通安全教育</b> 】	三、大樹高小花香 1. 親近大樹和小花 *戶外 E1、E3 【 <b>戶外教育</b> 】	二、小心！危險 2-1 上下學安全行 *安全 E4 【 <b>交通安全教育</b> 】	五、玩球趣味多 5-2 傳接跑跑跑 *品德 E3 【 <b>性別平等教育</b> 】 【 <b>品德教育</b> 】

<p>九 10.27 - 10.31</p>	<p>/27 閱讀認證-學生送件日，/27-28 全校流感疫苗注射(仁愛醫院)， <b>/30 一、四年級尿液檢查收件，二年級育藝深遠，</b> <b>/31 三年級育藝深遠。</b></p>	<p>仁人有愛—幫學校過生日 *環境 E1-E2 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>第二單元 我會守規矩 Be a good kid *品德 E1 *品德 E3 *家庭 E4 【<b>交通安全教育</b>】 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>首冊 第參單元夢想故事屋 第九課動物狂歡節 *品德 E1. E2. E3 *生命 E4 *科技 E9 【<b>防災教育</b>】 【<b>品德教育</b>】 【<b>生命教育</b>】</p>	<p>二、我的鉛筆盒仔 3. 鉛筆 *品德 E1 【<b>圖資利用教育</b>】 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>第五單元 方盒、圓罐、球 *國際 E1 【<b>國際教育</b>】</p>	<p>三、大樹高小花香 1. 親近大樹和小花 *環境 E1、E2 【<b>環境教育</b>】</p>	<p>二、小心！危險 2-2 保護自己 *性平 E4 *人權 E7 *安全 E2. E4 【<b>性別平等教育</b>】 【<b>交通安全教育</b>】 【<b>人權教育</b>】</p>	<p>五、玩球趣味多 5-2 傳接跑跑跑 *品德 E3 【<b>性別平等教育</b>】 【<b>品德教育</b>】</p>
<p>十 11.03 - 11.07</p>	<p>/5 資優鑑定初選評量， /6-7 二至六年級期中評量(暫定)。</p>	<p>仁人有愛—幫學校過生日 *環境 E1-E2 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>第二單元 我會守規矩 Be a good kid *品德 E1 *品德 E3 *家庭 E4 【<b>交通安全教育</b>】 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>統整活動三 總複習 *生命 E4 *科技 E9 【<b>防災教育</b>】 【<b>生命教育</b>】</p>	<p>二、我的鉛筆盒仔 3. 鉛筆 *品德 E1 【<b>圖資利用教育</b>】 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>第五單元 方盒、圓罐、球 *國際 E1 【<b>國際教育</b>】</p>	<p>三、大樹高小花香 2. 愛護大樹和小花 *環境 E1、E2 【<b>環境教育</b>】</p>	<p>二、小心！危險 2-2 保護自己 *性平 E4 *人權 E7 *安全 E2. E4 【<b>性別平等教育</b>】 【<b>交通安全教育</b>】 【<b>人權教育</b>】</p>	<p>五、玩球趣味多 5-2 傳接跑跑跑 *品德 E3 【<b>性別平等教育</b>】 【<b>品德教育</b>】</p>
<p>十一 11.10 - 11.14</p>	<p>/11 一年級注音符號測驗，/12 六年級張老師性平教育宣導，/11-12 南區運動會、<b>一、四年級尿液複檢收件。</b></p>	<p>仁人有愛—幫學校過生日 *環境 E1-E2 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>第三單元 生日快樂 Happy Birthday *品德 E1 *品德 E3 【<b>交通安全教育</b>】 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>注音符號評量 〈認識基本筆畫〉 〈數字遊戲〉 *人權 E3 *安全 E8 〈魔法文字〉 *多元 E1 *閱讀 E1. E13 【<b>防災教育</b>】 【<b>交通安全教育</b>】</p>	<p>二、我的鉛筆盒仔 3. 鉛筆 *品德 E1 【<b>圖資利用教育</b>】 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>第六單元 30 以內的數 *法治 E4 【<b>法治教育</b>】</p>	<p>四、聲音的世界 1. 生活中的聲音 *品德 E1 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>二、小心！危險 2-2 保護自己 *性平 E4 *人權 E7 *安全 E2. E4 【<b>性別平等教育</b>】 【<b>交通安全教育</b>】 【<b>人權教育</b>】</p>	<p>五、玩球趣味多 5-2 傳接跑跑跑 *品德 E3 【<b>性別平等教育</b>】 【<b>品德教育</b>】</p>
<p>十二 11.17 - 11.22</p>	<p>/18-19 12 月午餐收費，/22 校慶暨體育表演會。</p>	<p>仁人有愛—幫學校過生日 *環境 E1-E2 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>第三單元 生日快樂 Happy Birthday *品德 E1 *品德 E3 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>第一單元一起玩遊戲 單元頁-聆聽故事 1 第一課小船 *人權 E8 *海洋 E1. E7 【<b>圖資利用教育</b>】</p>	<p>二、我的鉛筆盒仔 3. 鉛筆 *品德 E1 【<b>圖資利用教育</b>】 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>第六單元 30 以內的數 *法治 E4 【<b>法治教育</b>】</p>	<p>四、聲音的世界 1. 生活中的聲音 *品德 E1 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>三、健康超能力 3-1 乾淨的我 *品德 E1 【<b>品德教育</b>】</p>	<p>五、玩球趣味多 5-3 一線之隔 *品德 E3 【<b>品德教育</b>】 【<b>交通安全教育</b>】 【<b>性別平等教育</b>】</p>

十三 11.25 - 11.28	/24 校慶補假，/25 調閱學生作業， /26 六年級租稅教育宣導，/29 四年級育藝深遠校外教學	仁人有愛— 幫學校過生日 *環境 E1-E2 【品德教育】	第三單元 生日快樂 Happy Birthday *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	第壹單元一起玩遊戲 第二課印手印 *人權 E5 *海洋 E9 【品德教育】	三、古錐的動物 4. 鳥仔 *環境 E2	第七單元 10 以內的加法 *家庭 E5 【家庭教育】	四、聲音的世界 2. 聲音好好玩 3. 聲音模仿秀 *科技 E2、E7、E8 【科技教育】	三、健康超能力 3-1 乾淨的我 *品德 E1 【品德教育】	五、玩球趣味多 5-3 一線之隔 *品德 E3 【性別平等教育】 【品德教育】
十四 12.01 - 12.05	◎仁人有愛系列活動， /3 四年級交通安全宣導 /3 南區游泳比賽，/4-5 六年級急救小天使，/6 畢業生升學家長說明會，/9 四年級育藝深遠校外教學。	仁人有愛— 歲末送暖 *多元 E5 【品德教育】	第三單元 生日快樂 Happy Birthday *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	第壹單元一起玩遊戲 第三課吹泡泡 *人權 E8 *安全 E4 【品德教育】 【圖資利用教育】 語文天地— *人權 E8 *安全 E4 【防災教育】	三、古錐的動物 4. 鳥仔 *環境 E2	第七單元 10 以內的加法 *家庭 E5 【家庭教育】	五、玩具總動員 1. 我們的玩具王國 *性平 E1 【性別平等教育】	三、健康超能力 3-1 乾淨的我 *品德 E1 【品德教育】	五、玩球趣味多 5-3 一線之隔 *品德 E3 【品德教育】 【交通安全教育】 【性別平等教育】
十五 12.08 - 12.12	/8-11 校內科展報名， /11 六年級愛滋病講座，/12 仁愛星光秀。	仁人有愛— 歲末送暖 *多元 E5 【品德教育】	第三單元 生日快樂 Happy Birthday *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	第貳單元快樂的生活 單元頁-聆聽故事 2 *家庭 E6 *國際 E1 第四課你好 *環境 E5 *戶外 E6 【圖資利用教育】 【交通安全教育】 【戶外教育】	三、古錐的動物 4. 鳥仔 *環境 E2	第八單元 10 以內的減法 *法治 E4 【法治教育】	五、玩具總動員 2. 玩具同樂會 *科技 E2、E7、E8 【科技教育】	三、健康超能力 3-1 乾淨的我 *品德 E1 【品德教育】	五、玩球趣味多 5-3 一線之隔 *品德 E3 【品德教育】 【交通安全教育】 【性別平等教育】
十六 12.15 - 12.19	/17-18 1月午餐收費， /19 冬至搓 Z 湯圓活動， 二年級育藝深遠。	仁人有愛— 歲末送暖 *多元 E5 【品德教育】	第四單元 我會惜福感恩 Be grateful *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	第貳單元快樂的生活 第五課外星人 *人權 E5 *多元 E5 【性別平等教育】	三、古錐的動物 4. 鳥仔 *環境 E2	第八單元 10 以內的減法 *法治 E4 【法治教育】	五、玩具總動員 2. 玩具同樂會 *人權 E3 *法治 E1、E3、E4 【人權教育】 【法治教育】	三、健康超能力 3-2 飲食好習慣 *家庭 E11 【家庭教育】	六、全身動一動 6-1 拳掌好朋友 *品德 E3 *人權 E5 【品德教育】

十七 12.22 - 12.26	/22 閱讀認證-學生送件日，/24 三年級育藝深遠， /25 行憲紀念日，/26 五年級育藝深遠校外教學。	仁人有愛— 歲末送暖 *多元 E5 【品德教育】	第四單元 我會惜福感恩 Be grateful *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	第貳單元快樂的生活 第六課小金魚 *生命 E6 *科技 E8 *多元 E1 【圖資利用教育】 【生命教育】	三、古錐的動物 5. 一兩三四 *閱讀素養 E11 【防災教育】	第八單元 10 以內的減法 *法治 E4 【法治教育】	五、玩具總動員 3. 珍惜玩具 *品德 E1、E2、E3 【品德教育】	三、健康超能力 3-2 飲食好習慣 *家庭 E11 【家庭教育】	六、全身動一動 6-1 拳掌好朋友 *品德 E3 *人權 E5 【品德教育】
十八 12.29 - 01.02	/31 三年級育藝深遠， /1 中華民國開國紀念日。	仁人人愛— 新年新希望 *生命 E6 *家庭 E3 【品德教育】	第四單元 我會惜福感恩 Be grateful *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	第貳單元快樂的生活 第七課紅紅的春 *生命 E6 *科技 E8 *多元 E1 【性別平等教育】	三、古錐的動物 5. 一兩三四 *閱讀素養 E11 【防災教育】	第九單元 幾點鐘 *家庭 E12 【家庭教育】	六、新年快樂 1. 新年到 *家庭 E6、E7、E11 【家庭教育】	三、健康超能力 3-2 飲食好習慣 *家庭 E11 【家庭教育】	六、全身動一動 6-2 大樹愛遊戲 *戶外 E1 *戶外 E3 *人權 E5 【戶外教育】
十九 01.05 - 01.09	/5 圖書館：停止進館及借書， /5-15 本學年度第二學期資賦優異學生縮短修業年限申請。	仁人人愛— 新年新希望 *生命 E6 *家庭 E3 【品德教育】 【生命教育】	第四單元 我會惜福感恩 Be grateful *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	語文天地二 *性平 E3 *家庭 E3 總複習 【圖資利用教育】 【性別平等教育】	三、古錐的動物 5. 一兩三四 *閱讀素養 E11 【防災教育】	第九單元 幾點鐘 *家庭 E12 【家庭教育】	六、新年快樂 1. 新年到 *多元文化 E1、E2 【多元文化教育】	三、健康超能力 3-3 好好愛身體 *性平 E1、E6 【性別平等教育】	六、全身動一動 6-2 大樹愛遊戲 *戶外 E1 *戶外 E3 *人權 E5 【防災教育】 【戶外教育】
二十 01.12 - 01.16	/13-14 一至六年級期末評量(暫定)，/17 本學期最後一次回收， /14 新春揮毫活動。	仁人人愛— 新年新希望 *生命 E6 *家庭 E3 【品德教育】 【生命教育】	期末複習與評量	期末複習與評量 *品德 E3 *閱讀 E1 【圖資利用教育】 【品德教育】	三、古錐的動物 5. 一兩三四 *閱讀素養 E11 【防災教育】	1. 總複習 2. 期末評量 *法治 E4 【法治教育】	六、新年快樂 2. 過新年 *家庭 E6、E7 【家庭教育】	三、健康超能力 3-3 好好愛身體 *性平 E1、E6 【性別平等教育】	六、全身動一動 6-3 和風一起玩 *戶外 E1 *戶外 E3 *品德 E3 *人權 E3
二十一 01.19 - 01.20	/19-21 六年級畢業旅行，/20 第一學期結束，/21 第二學期第 1 週開始，/22 課外社團、攜手班、課後班最後一天上課，/23 休業式，/26 寒假開始， 2/23 開學。	仁人人愛— 新年新希望 *多元文化 E1-E2 *家庭 E3-E7 【品德教育】	延伸活動	延伸活動 *品德 E3 *閱讀 E1 【品德教育】	總複習 *閱讀素養 E11	總複習 *法治 E4 【法治教育】	期末回顧 *人權 E4、E5	三、健康超能力 3-3 好好愛身體 *性平 E1、E6 【性別平等教育】	課程統整-總複習 【品德教育】 【戶外教育】

臺北市大安區仁愛國民小學 114 學年度第 2 學期 一年級各領域教學課程表 設計者：一年級教學團隊

週別 日期	學校、學年 或班級活動(0)	彈性學習課程-3 時/週		領域學習課程-20 時/週					
		仁愛心世界情(1)	仁人心世界(2)	語文(7)		語文(7)	生活(6)	健康與體育(3)	
				國語文(6)	國語文(6)			健康(1)	體育(2)
一 02.9 - 02.13	◎友善校園週，/23*開學，正式上課，課後照顧班開始供餐並上課， 課外社團、攜手班開始上課，團隊訓練開始，/12 開學典禮，/12 六年級國中分發作業開始。	仁愛有仁— 我喜歡這樣的你/我 *閱讀 E11 *生涯 E1, E4 *人權 E5 【性別平等教育】	第一單元 我愛閱讀 I love reading *品德 E3 *閱讀 E11 *閱讀 E13 【品德教育】	第一課 太陽是充電機  *環境 E2 *品德 E3 【環境教育】  【品德教育】	一、歡喜去學校 1. 學校的圖書館 *安全 E4 【圖資利用教育】	一、50 以內的數(4) 【生涯 E1】 【生涯 E4】	一*打電話 1-1 傳話遊戲 *家庭 E7 *資訊 E7 【不插電資訊課程】	第一單元 保護身體好健康 1-1 身體好貼心 *安全 E6 【安全教育】	四、玩球樂 4-1 拍球動一動 *人權 E3 *品德 E3 【品德教育】
二 02.16 - 02.20	/15-3/14 教育盃籃球賽，/15-19 小年夜-初三， /18-20 六年級畢業旅行， /20 四年級塗氣(校史室)，/20 學校日、世界母語日。	仁愛有仁— 我喜歡這樣的你/我 *閱讀 E11 *生涯 E1, E4 *人權 E5 【性別平等教育】	第一單元 我愛閱讀 I love reading *品德 E3 *閱讀 E11 *閱讀 E13 【品德教育】	第二課 春雨是甚麼顏色  *環境 E2 *品德 E3  【環境教育】  【品德教育】	一、歡喜去學校 1. 學校的圖書館 *安全 E4 【圖資利用教育】	一、50 以內的數 【生涯 E1】 【生涯 E4】	1-2 電話的功用 *資訊 E10 【不插電資訊課程】	第一單元保護身體好健康 1-2 五個好幫手 *安全 E6 【安全教育】	四、玩球樂 4-1 拍球動一動 *人權 E3 *品德 E3 【品德教育】
三 02.23 - 02.27	23/*開學，正式上課，課後照顧班開始供餐並上課，/23 圖書館開放， /25 複合型防災預演(地震引發火災)，/25 資優班學校日(暫定) /25-27 臺北市 113 學年度國民小學運動會，/28 二二八和平紀念日放假。	仁愛有仁— 我喜歡這樣的你/我 *閱讀 E11 *生涯 E1, E4 *人權 E5 【性別平等教育】	第一單元 我愛閱讀 I love reading *品德 E3 *閱讀 E11 *閱讀 E13 【品德教育】	第三課 山中音樂會 *環境 E2 *人權 E8 【環境教育】	一、歡喜去學校 1. 學校的圖書館 *安全 E4 【圖資利用教育】 【安全教育】	二、18 以內的加法 【人權 E5】	1-3 我會打電話 *家庭 E7 *資訊 E1 【不插電資訊課程】	第一單元保護身體好健康 1-2 五個好幫手 *安全 E6 【安全教育】	四、玩球樂 4-1 拍球動一動 *人權 E3 *品德 E3 【品德教育】
四 03.02 - 03.06	◎多元文化宣導，◎全校身高體重視力量測開始，/4 複合型防災演練， /5 全國學生音樂比賽(直笛團)。	仁愛有仁— 我喜歡這樣的你/我 *閱讀 E11 *生涯 E1, E4 *人權 E5 【性別平等教育】	第一單元 我愛閱讀 I love reading *品德 E3 *閱讀 E11 *閱讀 E13	語文天地一  閱讀列車 雷公公愛拍照 *閱讀 E11	一、歡喜去學校 1. 學校的圖書館 *安全 E4 【圖資利用教育】	二、18 以內的加法 【人權 E5】	二*美麗的春天 2-1 拜訪春天 *戶外 E1 【防災教育】	第一單元保護身體好健康 1-2 五個好幫手 *安全 E6 【安全教育】	四、玩球樂 4-2 拋擲我最行 *人權 E3 *品德 E3 【品德教育】

			【品德教育】	【圖資利用教育】					
五 03.09 - 03.13	/9-27 國北教育大學兒童英語系三週實習， /10-21 教育盃五人制足球賽， /10 體適能檢測開始， /11-14 臺北市國小樂樂棒球錦標賽。	仁愛有仁—快樂好兒童 *閱讀 I1 *品格 E1 *品格 E2 【品德教育】	第一單元 我愛閱讀 I love reading *品德 E3 *閱讀 E11 *閱讀 E13 【品德教育】	第四課 書是我的好朋友 *品德 E3 *閱讀 E12 【品德教育】	二、彩色的世界 2. 烏鼠食菽仔 *生命 E2 *戶外 E3 【交通安全教育】 【生命教育】 【戶外教育】	三、圖形與分類(4) 【戶外 E1】	2-1 拜訪春天 *戶外 E4 【交通安全教育】 【生命教育】 【戶外教育】	第一單元保護身體好健康 1-2 五個好幫手 *安全 E6 【安全教育】	四、玩球樂 4-2 拋擲我最行 *人權 E3 *品德 E3 【品德教育】
六 03.16 - 03.20	/18 六年級升學輔導座談，/17-28 校內多語文競賽，/18-19 四月份午餐收費，/19 六年級法律講座-竊盜，游泳能力檢測開始， /20 六年級國中分發作業截止，/22-23 教育盃武術錦標賽。	仁愛有仁—快樂好兒童 *閱讀 I1 *品格 E1 *品格 E2 【品德教育】	第二單元 我有禮貌 I' m polite. *品德 E1 *國際 E3 【品德教育】	第五課 風喜歡和我玩 *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	二、彩色的世界 2. 烏鼠食菽仔 *生命 E2 *戶外 E3 【交通安全教育】 【生命教育】 【戶外教育】	三、圖形與分類(4) 【戶外 E1】	2-2 迎接春天 *戶外 E3 【交通安全教育】 【生命教育】 【戶外教育】	第二單元健康飲食聰明吃 第1課飲食紅綠燈 *品德 E1 【品德教育】	四、玩球樂 4-3 滾動新樂園 *人權 E3 *品德 E3 *生命 E1 【性別平等教育】 【品德教育】 【生命教育】
七 03.23 - 03.27	/25 六年級育藝深遠(中山堂)，/25 五年級張老師性平教育宣導， /29 兒童節園遊會。	仁愛有仁—快樂好兒童 *閱讀 I1 *品格 E1 *品格 E2 【品德教育】	第二單元 我有禮貌 I' m polite. *品德 E1 *國際 E3 【品德教育】	第六課 鄰居的小孩 *品德 E3 *人權 E5 【品德教育】	二、彩色的世界 2. 烏鼠食菽仔 *生命 E2 *戶外 E3 【交通安全教育】 【生命教育】 【戶外教育】	四、18 以內的減法 【人權 E5】	三*我愛看書 3-1 我的書朋友 *人權 E3 *閱讀素養 E13 【圖資利用教育】	第二單元健康飲食聰明吃 第1課飲食紅綠燈 *品德 E1 【品德教育】	四、玩球樂 4-3 滾動新樂園 *人權 E3 *品德 E3 *生命 E1 【性別平等教育】 【品德教育】 【生命教育】
八 03.30 - 04.03	/30 閱讀認證-學生送件日，/1 上下課翻轉，/2 兒童節園遊會補假， /3-6 兒童節、民族掃墓節，/5-14 臺美國際交流(美國馬可德學校來訪)	仁愛有仁—快樂好兒童 *閱讀 I1 *品格 E1 *品格 E2 【品德教育】	第二單元 我有禮貌 I' m polite. *品德 E1 *國際 E3 【品德教育】	統整活動二 *閱讀 E11 【圖資利用教育】	二、彩色的世界 2. 烏鼠食菽仔 *生命 E2 *戶外 E3 【交通安全教育】 【生命教育】 【戶外教育】	四、18 以內的減法 【人權 E5】	3-1 我的書朋友 *人權 E3 *閱讀素養 E11 【圖資利用教育】	第二單元健康飲食聰明吃 第2課健康飲食我決定 *品德 E1 【品德教育】	五、伸展跑跳樂 5-1 運動安全又健康 *安全 E4, E7 【安全教育】

九 04.06 - 04.10	◎體育嘉年華開始， /7 小小說書入校內初 選送件截止(暫)， /9 三年級交通安全宣 導，/10-11 一年級塗 靨(王品牙醫)。	仁人有愛— 愛家 515 *防災 E2 *國際 E1. E5 *家庭 E3. E7	第二單元 我有禮貌 I' m polite. *品德 E1 *國際 E3 【品德教育】	閱讀列車 長頸鹿的新 衣 *品德 E3 *閱讀 E1 【圖資利用教育】 【品德教育】	二、彩色的世界 3.美麗的學校 *戶外 E1 *海洋 E1 【性別平等教育】 【戶外教育】	五、有多長 【家庭 E3】 【家庭 E7】 【環境 E1】	3-2 快樂小書蟲 *人權 E3 *閱讀素養 E8 【圖資利用教育】	第二單元健康 飲食聰明吃 第 2 課健康飲食 我決定 *品德 E1 【品德教育】	五、伸展跑跳樂 5-2 毛巾伸展操 *安全 E6 【安全教育】
十 04.13 - 04.17	/15-16 五月份午餐收 費。	仁人有愛— 愛家 515 *防災 E2 *國際 E1. E5 *家庭 E3. E7	第二單元 我有禮貌 I' m polite. *品德 E1 *國際 E3 【品德教育】	第七課 畫畫 *家庭 E5 【家庭教育】	二、彩色的世界 3.美麗的學校 *戶外 E1 *海洋 E1 【性別平等教育】 【戶外教育】	六、100 以內 的數 【環境 E1】	4-1 家人與我 *家庭 E4. E5 *性別 E12 【性別平等教育】	第二單元健康 飲食聰明吃 第 2 課健康飲食 我決定 *品德 E1 【品德教育】	五、伸展跑跳樂 5-3 一起來跳繩 *品德 E3 【品德教育】
十一 04.20 - 04.24	/21-22 一~六年級期 中評量，/21 四年級 校外教學(兒童新樂 園)， /21 三年級塗靨(校史 室)，/22 二年級塗靨 (演藝廳)，/23 世界 閱讀日， /24 四年級校外教學 (兒童新樂園)，/25- 30 教育盃桌球。	仁人有愛— 愛家 515 *防災 E2 *國際 E1. E5 *家庭 E3. E7	第三單元 我會友善他人 I' m friendly. *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	期中評量	二、彩色的世界 3.美麗的學校 *戶外 E1 *海洋 E1 【性別平等教育】 【戶外教育】	期中評量	四*我愛我的家 4-1 家人與我 *家庭 E1. E2 *性別 E10 【性別平等教育】	第二單元健康 飲食聰明吃 第 3 課健康食物 感恩吃 *品德 EJU6 【品德教育】	五、伸展跑跳樂 5-3 一起來跳繩 *品德 E3 【品德教育】
十二 04.27 - 05.01	/29 三年級校外教學 (動物園)，/29 調閱 學生作業， /30 四年級人身安全 講座-家庭暴力，/1 勞 動節。	仁人有愛— 媽媽，我愛您！ *國際 E2 *家庭 E5. E7	第三單元 我會友善他人 I' m friendly. *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	第八課 給松鼠的卡 片 *人權 E5 *品德 E2 【人權教育】 【品德教育】	二、彩色的世界 3.美麗的學校 *戶外 E1 *海洋 E1 【性別平等教育】 【戶外教育】	六、100 以內 的數 【環境 E1】	4-2 大聲說出我 的感謝 *家庭 E5. E6 *性別 E11 【性別平等教 育】	第二單元健康 飲食聰明吃 第 3 課健康食物 感恩吃 *品德 EJU6 【品德教育】	五、伸展跑跳樂 5-3 一起來跳繩 *品德 E3 【品德教育】
十三 05.04 - 05.08	◎教科書評選，/10- 25 臺美國際交流去 訪， /5 母親節慶祝活動暨 志工表揚大會，/8 三 年級校外教學(動物 園)，	仁人有愛— 媽媽，我愛您！ *國際 E2 *家庭 E5. E7	第三單元 我會友善他人 I' m friendly. *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	第九課 張奶奶的寶 貝 *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	三、我的身軀 4.保護目睭 *品德 E1 【圖資利用教育】 【品德教育】	六、100 以內 的數 【環境 E1】	五*奇妙的水 5-1 水的遊戲 *海洋 E1 *安全 E1 *環境 E 【*海洋-保護海 洋】	第三單元健康 防護罩 第 1 課身體不舒 服 *品德 E1 【品德教育】	五、伸展跑跳樂 5-4 用報紙玩遊戲 *品德 E3 【品德教育】

	/9 直笛團畢業音樂會。								
十四 05.11 - 05.15	/12-16 一生一專長紀錄認證送件(六年級), /14 五年級青春講座, /14-15 六月份午餐收費。	仁人有愛— 媽媽,我愛您! *國際 E2 *家庭 E5, E7	第三單元 我會友善他人 I' m friendly. *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	語文天地三 *閱讀 E1 【圖資利用教育】	三、我的身軀 4. 保護目矇 *品德 E1 【圖資利用教育】 【品德教育】	七、認識錢幣(4) 【家庭 E12】	5-1 水的遊戲 *海洋 E1 *安全 E1 *環境 E17 【*海洋-保護海洋】	第三單元健康 防護罩 第1課身體不舒服 *品德 E1 【品德教育】	五、伸展跑跳樂 5-4 用報紙玩遊戲 *品德 E3 【品德教育】
十五 05.18 - 05.22	/19-23 一生一專長紀錄認證送件(四、五年級), /20 傑出表現市長獎審查收件截止, /20 低年級麥當勞叔叔之家校園洗手活動(活動中心), /21 六年級法治教育講座-防制校園霸凌。	仁人有愛— 我們都是好朋友 *性平 E1, E3 【性別平等教育】	第三單元 我會友善他人 I' m friendly. *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	閱讀列車 樂樂怎麼還沒來 *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	三、我的身軀 4. 保護目矇 *品德 E1 【圖資利用教育】 【品德教育】	七、認識錢幣 【家庭 E12】	5-2 愛惜水資源 *海洋 E1 *環境 E3 【交通安全教育】	第三單元健康 防護罩 第1課身體不舒服 *品德 E1 【品德教育】	六、模仿趣味多 6-1 小巨人和紙鏢 *品德 E3 【性別平等教育】 【品德教育】
十六 05.25 - 05.29	/25 圖書館：六年級開放看書不借書，閱讀認證-學生送件日， /27 傑出表現市長獎審查， /29 善行小天使收件日。	仁人有愛— 我們都是好朋友 *性平 E1, E3 【性別平等教育】	第四單元 我會幫助他人 I can help others.. *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	第十課 井裡的小青蛙 *人權 E3 *生涯 E4 【人權教育】	三、我的身軀 4. 保護目矇 *品德 E1 【圖資利用教育】 【品德教育】	八、二位數的加減 【家庭 E12】	5-2 愛惜水資源 *海洋 E1 *環境 E17 【交通安全教育】	第三單元健康 防護罩 第2課遠離疾病有法寶 *品德 E1 【品德教育】	六、模仿趣味多 6-2 模仿滾翻秀 *戶外 E1 *人權 E5 【戶外教育】
十七 06.01 - 06.05	◎海洋教育暨能源教育週, /2-3 六年級期末評量, /3 資優班薪火相傳, /5-15 115 學年度資賦優異學生縮短修業年限申請。	仁人有愛— 我們都是好朋友 *性平 E1, E3 【性別平等教育】	第四單元 我會幫助他人 I can help others.. *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	第十一課 吃星星的小鴨子 *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	三、我的身軀 5. 我的身軀 *性平 E3 【性別平等教育】	八、二位數的加減 【家庭 E12】 【環境 E3】	六*快樂一夏 6-1 過端午 *閱讀素養 E8 *人權 E4 *多元文化 E4 【防災教育】	第三單元健康 防護罩 第2課遠離疾病有法寶 *品德 E1 【品德教育】	六、模仿趣味多 6-2 模仿滾翻秀 *戶外 E1 *人權 E5 【戶外教育】

十八 06.08 - 06.12	/10 五年級校外教學(天文館), /13 六年級課後班、攜手班最後一次上課, 幼兒園畢業典禮。	仁人愛— 生活環境好幫手 *品德 E2. E3 *環境 E3 【品德教育】	第四單元 我會幫助他人 I can help others.. *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	第十二課 快樂不止一半 *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	三、我的身軀 5. 我的身軀 *性平 E3 【性別平等教育】	九、幾月幾日星期幾 【生涯 E7】	6-2 天氣變熱了 *人權 E5 *多元文化 E1 【性別平等教育】	第三單元健康防護罩 第2課遠離疾病有法寶 *品德 E1 【品德教育】	六、模仿趣味多 6-3 走向綠地 *人權 E3 *戶外 E1. E3 *品德 E3 【品德教育】 【戶外教育】
十九 06.15 - 06.19	/17 六年級畢業典禮, /15 圖書館: 休館, /19-21 端午節連假。	仁人愛— 生活環境好幫手 *品德 E2. E3 *環境 E3 【品德教育】	第四單元 我會幫助他人 I can help others.. *品德 E1 *品德 E3 【品德教育】	語文天地四 *品德 E3 *閱讀 E12 【圖資利用教育】 【品德教育】	三、我的身軀 5. 我的身軀 *性平 E3 【性別平等教育】	九、幾月幾日星期幾 【生涯 E7】	6-2 天氣變熱了 *人權 E4 *多元文化 E4 【多元文化教育】	第三單元健康防護罩 第3課健康好心情 *生命 E3 【生命教育】	六、模仿趣味多 6-3 走向綠地 *人權 E3 *戶外 E1. E3 *品德 E3 【品德教育】 【戶外教育】
二十 06.22 - 06.26	/23-24 一~五年級期末評量, /24 社團成果發表會, /27 課外社團、攜手班、課後班最後一天上課。	仁人愛— 我長大了 *家庭 E12 *生涯 E1	期末複習與評量	閱讀列車 火雞與孔雀 *品德 E3 *閱讀 E12 【圖資利用教育】 【品德教育】	三、我的身軀 5. 我的身軀 *性平 E3 【性別平等教育】	期末複習與評量	6-2 天氣變熱了 *人權 E5 *海洋 E1 *安全 E1 【不插電資訊課程】 【安全教育】	第三單元健康防護罩 第3課健康好心情 *生命 E3 【生命教育】	六、模仿趣味多 6-3 走向綠地 *人權 E3 *戶外 E1. E3 *品德 E3 【品德教育】 【戶外教育】
二十一 06.29 - 07.03	/30 結業式, 繳交一學年晨讀紀錄表, 7/1 暑假開始。	仁人愛— 我長大了 *家庭 E12 *生涯 E	延伸活動	延伸活動	延伸活動	延伸活動	延伸活動	延伸活動	總複習

臺北市大安區仁愛國民小學 114 學年度第 1 學期 一年級健體領域(健康)課程計畫

設計者：一年級教學團隊

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。
<b>學習重點</b> (成績單呈現,無限定幾項)	1. 能正確使用遊戲器材，遵守遊戲場中的安全注意事項。 2. 知道上下學行經路徑，可能發生的危險。 3. 認識身體隱私與界限，知道如何拒絕不舒服的碰觸。 4. 知道健康的飲食與生活習慣，能舉列實踐於生活中。
<b>成績計算方式</b>	一、形成性評量 50%：隨堂討論、學習態度、口頭發表等。 二、總結性評量 50%：紙筆測驗、學習單成果等。

教學進度 (週次)	主題名稱	單元名稱	學習節數	教學重點	議題融入	評量方式	備註
一	第一單元 健康又安全	第1課 校園好健康	1	《活動1》認識師長  1. 配合課本第8頁，請學生找到在學校的師長及其負責的工作。依據人、事、時、地分類。  《活動2》猜猜我是誰  1. 教師依據課本第8頁製作學校中的師長卡牌，請一名學生上臺隨機抽選一張，不看卡牌的人物，由臺下的學生給予提示(負責做什麼事?在哪裡可以遇到或辦公室在哪?等) 臺上的學生回答出正確師長人物。  2. 教師補充說明校園中和健康生活相關的師長扮演的角色。	【性別平等教育】 *性平 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。	口頭發表  態度評量	
二	第一單元 健康又安全	第1課 校園好健康	1	《活動3》拜訪健康中心  1. 教師詢問學生：學校的健康中心裡有哪些師長？他們在做什麼呢？  2. 教師帶領學生參觀健康中心。	【性別平等教育】 *性平 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。	口頭發表  態度評量	

三	第一單元 健康 又安全	第2課 危險！ 不能那樣玩	1	<p>《活動1》安全糾察隊</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師展示課本第10、11頁圖片，請學生找一找，下面遊戲器材或地點有哪些不安全的地方，圈出來，並引導學生討論這些器材或地點可能發生那些危險？</li> <li>2. 學生輪流發表課本中找到的可能發生危險的地點，並說明原因。</li> </ol> <p>《活動2》我的遊戲基地</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師詢問學生：校園中哪些地方適合玩遊戲？</li> <li>2. 學生分組上臺發表討論的結果。</li> </ol> <p>教師歸納與統整，提醒學生安全的重要性。</p>	<p>【安全教育】 *安全 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>【人權教育】 *人權 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>	口頭發表  紙筆評量	
四	第一單元 健康 又安全	第2課 危險！ 不能那樣玩	1	<p>《活動3》危險來找碴</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師展示課本第12~13頁，請學生找一找並圈出課本中哪些是危險的遊戲行為？思考危險的原因。學生倆倆一組，輪流說出成果。</li> <li>2. 教師隨機選擇組別發表，再提問如果你看到同學做出危險的遊戲行為，你會怎麼說或怎麼做呢？</li> <li>3. 教師歸納危險的遊戲行為可能造成的後果，並與同學選擇正確的遊戲行為。</li> </ol>	<p>【安全教育】 *安全 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>【人權教育】 *人權 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>	態度評量 口頭發表  分組討論	
五	第一單元 健康 又安全	第3課 就要這 樣玩	1	<p>《活動1》遊戲場所停看聽</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師引導學生思考：學校外還有許多遊戲場所，在第一次使用器材時，有哪些注意事項呢？要如何知道器材的使用方法？</li> <li>2. 教師展示課本第14~15頁圖片，找一找遊戲場所前的告示牌或警告標誌，並讀一讀內容。</li> </ol> <p>《活動2》請你這樣玩</p>	<p>【安全教育】 *安全 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>【人權教育】 *人權 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>	口頭發表  學習單	

				<p>1. 教師提醒學生下次到遊戲場所時，先確認告示牌或警告標誌，仔細閱讀內容再使用。</p> <p>2. 教師給予學生便利貼，學生選定一項遊樂器材，製作遊戲器材使用告示牌。便利貼上包含此項遊戲器材正確玩法，不可以怎麼玩。</p>			
六	第一單元 健康又安全	第3課 就要這樣玩	1	<p>《活動3》現學現用</p> <p>1. 教師請學生完成課本第18~19頁，完成後全班共同討論。</p> <p>2. 學生輪流分享前一節課製作完成的便利貼，教師進行行間巡視，可適時補充安全遊戲行為和不同遊戲器材的安全使用方法。</p> <p>3. 欣賞雙北十大親子公園影片，學生自由發表，教師歸納：使用遊戲器材時遵守規範、正確使用，才能安全玩。</p>	<p>【安全教育】</p> <p>*安全 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>【人權教育】</p> <p>*人權 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。</p>	口頭發表 紙筆測驗	
七	第二單元 小心！危險	第1課 上下學安全行	1	<p>《活動1》行路安全要注意</p> <p>1. 教師統計全班上學的交通方式，提問上學途中有沒有要注意的安全事項或看過甚麼危險發生？</p> <p>2. 教師引導學生觀察課本第22~23頁圖示，說出上下學時遇到的人事物及安全注意事項。</p> <p>《活動2》交通大富翁</p> <p>1. 兩兩一組利用課本第22~23頁圖片作為大富翁遊戲，起點為家裡，終點為學校。以橡皮擦為指示物，猜拳贏的人前進一格，回答遇到格內的機器人問題。繼續猜拳贏的人前進一格回答遇到格內的機器人問題。重複此遊戲，直到有人先抵達終點。</p> <p>《活動3》遵守交通規則</p> <p>1. 觀看影片【如何安全過馬路】。教師帶領學生認識「行人專用號誌」，過馬路時看到「小綠人」可以走，但要注意的過馬路步驟。</p>	<p>【交通安全教育】</p> <p>*安全 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p>	口頭發表 分組討論	

八	第二單元 小心！危險	第1課 上下學安全行	1	<p>《活動4》安全不安全？</p> <p>1. 教師帶領學生閱讀課本第24~25頁圖片，請學生在這幾張圖中屬於安全的行為畫圈，可能發生危險的行為畫叉。</p> <p>2. 教師請學生互相分享畫叉圖片可能發生的危險。</p> <p>《活動5》影片-安全帶很重要、道路規則</p> <p>1. 師生觀看影片-安全帶很重要後、道路規則，請學生發表乘坐汽車時沒繫安全帶可能發生的危險，或開車門時沒注意後方來車可能發生的危險。</p> <p>2. 教師歸納乘坐汽機車需要注意的安全事項。</p>	<p>【交通安全教育】</p> <p>*安全 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p>	<p>口頭發表</p> <p>紙筆評量</p>	
九	第二單元 小心！危險	第2課 保護自己	1	<p>《活動1》別人和我的身體碰觸</p> <p>1. 配合課本情境請學生分辨碰觸發生時的感覺。</p> <p>《活動2》我的身體界限</p> <p>1. 教師展示男、女生正反面圖和禁止標誌貼紙，請兩位學生上臺，將貼紙貼在禁止別人觸摸的部位，再請同學比較貼貼紙的部位有何異同。</p> <p>2. 教師配合課本說明泳衣遮住的部位就是身體的隱私處，是不可任意碰觸的身體界限，身體界限由自己決定，覺得碰觸不舒服，就應該相信自己的感覺立刻拒絕。</p> <p>《活動3》尊重身體自主權</p> <p>1. 教師請學生宣誓自己的身體自主權：身體是我的，除非我願意，沒有人可以隨便碰觸！</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>【安全教育】</p> <p>【人權教育】</p> <p>*性平 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。</p> <p>*人權 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。</p> <p>*安全 E2 了解危機與安全。</p> <p>*安全 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p>	<p>口頭發表</p>	

十	第二單元 小心！危險	第2課 保護自己	1	<p>《活動4》應該怎麼做？</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 配合課本情境，引導學生認識「性騷擾」。</li> <li>2. 教師提問：如果你是小玉，你會怎麼做呢？因尊重長輩而默默忍受，還是大聲拒絕並趕快跑開？請學生自由發表。</li> <li>3. 教師說明在不喜歡的碰觸可能發生之前，就要表達拒絕。</li> </ol> <p>《活動5》適當與不適當的要求與碰觸</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師發問，請學生思考問題中的情境，能接受的碰觸就比○，不能接受的碰觸就比×，每一題結束後，全班共同討論可能發生的後果，並發展共識。</li> <li>2. 請學生上臺模擬上述情境，並運用《活動4》學過的拒絕方法進行演練。</li> </ol>	<p>【性別平等教育】 【安全教育】 【人權教育】</p> <p>*性平 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。</p> <p>*人權 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。</p> <p>*安全 E2 了解危機與安全。</p> <p>*安全 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>*生命 E2 理解人的身體與心理面向。</p> <p>*生命 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。</p>	口頭發表	
十一	第二單元 小心！危險	第2課 保護自己	1	<p>《活動6》超級智多星</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師說明遇到危險情況時保護自己的方法</li> </ol>	<p>【性別平等教育】 【安全教育】 【人權教育】</p>	口頭發表 紙筆測驗	

				<p>2. 請學生分組針對下列情境演練求助的訣竅：</p> <p>3. 教師針對各組的演練進行講評與指導，另可讓各組交換情境再演練一次。</p>	<p>*性別 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。</p> <p>*人權 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。</p> <p>*安全 E2 了解危機與安全。</p> <p>*安全 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p>		
十二	第三單元 健康超能力	第 1 課 乾淨的我	1	<p>《活動 1》誰是整潔小超人？</p> <p>1. 教師請學生閱讀課本第 38~39 頁，並思考：你覺得誰的儀容整潔，是你心目中的整潔小超人呢？教師介紹各清潔用具的功能，並說明儀容整潔的重要性。</p> <p>《活動 2》我的健康超能力(一)</p> <p>1. 潔牙好時機：(1)教師詢問學生平日潔牙的時機。(2)教師引導學生唸順口溜：什麼時候要刷牙，三餐飯後和睡前，上下左右裡外刷，牙齒乾淨又健康。</p> <p>2. 洗臉有方法：(1)教師帶領學生練習正確的臉部清潔動作。(2)教師引導學生唸順口溜：眼睛鼻子小嘴巴，額頭臉頰到下巴，耳朵裡外擦一擦，前頸後頸也要擦。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>*品德 E1 良好生活習慣與德行。</p>	口頭發表 實作評量	
十三	第三單元 健康超能力	第 1 課 乾淨的我	1	<p>《活動 3》我的健康超能力(二)</p> <p>1. 我會自己梳頭髮：(1)教師請學生上臺，表演平日梳頭髮的方式。(2)教師手持圓頭梳毛的梳子示範梳頭髮的方法。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>*品德 E1 良好生活習慣與德行。</p>	口頭發表	

				<p>2. 檢查指甲：(1)教師隨機檢查學生的指甲，讓學生觀察合格者和不合格者的指甲。(2)請學生發表合格者和不合格者指甲的差異。(3)教師使用指甲剪示範，說明指甲應順著指尖形狀修剪。</p> <p>3. 進行「請你跟我這樣做」活動：(1)兩人一組，一人先表演洗臉、梳頭髮和檢查指甲，另一人必須像照鏡子一樣，做出相同的動作，分項完成後，針對動作的正確性互相評分。(2)兩人交換角色，重複洗臉、梳頭髮和檢查指甲的動作。</p>			
十四	第三單元 健康超能力	第1課 乾淨的我	1	<p>《活動4》洗手好時機</p> <p>1. 教師說明洗手的時機，例如：吃東西前、上廁所後、擤鼻涕後、看病前後、遊戲後、運動後、回家後、玩玩具後等。</p> <p>《活動5》洗洗手</p> <p>1. 教師播放洗手歌，帶領學生跟著唱。教師示範說明洗手五步驟。</p>	【品德教育】 *品德 E1 良好生活習慣與德行。	口頭問答	
十五	第三單元 健康超能力	第1課 乾淨的我	1	<p>《活動6》身體香噴噴</p> <p>1. 教師配合課本第46~47頁，以布偶示範說明洗澡的步驟。</p> <p>2. 教師帶領學生分組練習，請學生依照洗澡的步驟演練一遍。</p> <p>《活動7》頭髮香噴噴</p> <p>1. 教師配合課本第48~49頁，以布偶示範說明洗頭髮的步驟。</p> <p>2. 教師帶領學生分組練習，請學生依照洗頭髮的步驟演練一遍。</p>	【品德教育】 *品德 E1 良好生活習慣與德行。	口頭發表	
十六	第三單元 健康超能力	第2課 飲食好習慣	1	<p>《活動1》健康白開水</p> <p>1. 教師說明：人體由大量的水組成，維持我們的生命，並幫助新陳代謝、排除毒物、調節體溫，是生活中的重要角色。</p> <p>2. 教師提問：你平常會在什麼時候喝水呢？</p>	【家庭教育】 *家庭 E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作。	口頭問答	

				<p>《活動 2》白開水、飲料比一比</p> <p>1. 教師提問：口渴時，你會喝什麼來解渴呢？</p> <p>2. 教師說明白開水的優點和含糖飲料的缺點：(1)白開水的優點：不含糖、對身體有害的物質最少、能真正解渴。(2)含糖飲料的缺點：含大量的糖分、色素、香料、容易造成肥胖和齲齒、需花錢購買。</p>		
十七	第三單元 健康超能力	第 2 課飲食好習慣	1	<p>《活動 3》飯前要洗手</p> <p>1. 教師請學生閱讀課本第 52~53 頁，討論吃飯前需要做什麼？為什麼飯前需要洗手？洗手對健康有什麼影響？</p> <p>2. 教師請學生一起演練洗手五步驟。</p> <p>《活動 4》吃飯的時候</p> <p>1. 教師透過布偶劇演出情境。</p> <p>2. 教師提問：你們覺得小康吃飯的表現好嗎？不好的地方在哪裡？會影響健康嗎？會影響他人用餐嗎？小康要怎麼改進呢？</p> <p>《活動 5》溫馨用餐</p> <p>1. 教師將學生分組，組員分別扮演爸爸、媽媽、小孩、爺爺、奶奶等不同角色，演出全家人在用餐時間會做的事。</p> <p>2. 教師詢問學生在家中用餐的情形，鼓勵學生利用全家聚餐的時刻和家人說說學校的生活，藉以增加親子間的親密感。</p>	【家庭教育】 *家庭 E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作。	口頭問答 操作評量
十八	第三單元 健康超能力	第 2 課飲食好習慣	1	<p>《活動 6》飯後不劇烈運動</p> <p>1. 教師請學生思考：飯後可以做什麼活動？不能做什麼活動？</p> <p>2. 教師提問：你平常飯後會做哪些活動？</p>	【家庭教育】 *家庭 E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作。	口頭問答 操作評量

				<p>3. 教師說明：飯後可以進行散步、聊天、聽音樂等活動，避免做過於劇烈的活動，以免影響消化作用，造成腸胃的負擔。</p> <p>《活動 7》飯後要潔牙</p> <p>1. 教師提問：飯後除了不能劇烈運動外，還要注意什麼呢？</p> <p>2. 教師帶領學生複習潔牙的時機（餐後和睡前潔牙）。</p> <p>3. 教師請學生對著鏡子張開嘴，檢查牙齒是否乾淨？有沒有齲齒？</p>		
十九	第三單元 健康超能力	第 3 課 好好愛 身體	1	<p>《活動 1》食物的旅行</p> <p>1. 教師提問：我們每天吃進去的食物最後會變成什麼排出體外呢？</p> <p>2. 教師透過圖解並搭配童詩的敘述，簡單說明食物的消化過程。</p> <p>《活動 2》排便好輕鬆</p> <p>1 教師說明幫助排便的好習慣：(1)多吃蔬菜和水果。(2)少吃油炸物。(3)多喝白開水。(4)常運動。(5)每天定時排便。</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>*性別 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。</p> <p>*性別 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>	口頭問答
二十	第三單元 健康超能力	第 3 課 好好愛 身體	1	<p>《活動 3》廁所標誌</p> <p>1. 教師說明生活中男廁、女廁一般都是分開的，接著揭示不同的廁所標誌，說明標誌的性別意涵和使用對象：(1)男廁：男生可以使用。(2)女廁：女生可以使用。(3)親子廁所：家長、小朋友可以使用。在親子廁所裡，家長可以幫嬰兒換尿布，或幫助小朋友上廁所。(4)無障礙廁所：每個人都可以使用，但應禮讓行動不方便的人優先使用。</p> <p>《活動 4》上廁所時要注意</p> <p>1. 教師說明上廁所關門是保護自己身體隱私的做法，進廁所前敲門是尊重他人身體隱私的做法。</p> <p>2. 教師配合課本第 60~61 頁說明如廁禮儀和流程。</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>*性別 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。</p> <p>*性別 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>	口頭問答 操作評量

二十一	第三單元 健康超能力	第3課 好好愛身體	1	<p>《活動5》上完廁所後要注意</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師配合課本第62~63頁說明如廁禮儀和流程。 <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)上完廁所後要沖水。</li> <li>(2)整理服裝，確認服裝穿戴整齊再離開廁所間，並輕輕關門。</li> <li>(3)離開前要用肥皂仔細清洗雙手。</li> </ol> </li> <li>2. 教師加強說明使用小便斗和坐式馬桶的注意事項。</li> <li>3. 教師提醒學生廁所設置的「緊急求救鈴」，平時不能隨便按，發生緊急狀況時，才能按鈴求救。</li> </ol>	<p>【性別平等教育】</p> <p>*性別 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。</p> <p>*性別 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>	口頭問答 操作評量	
	第三單元 健康超能力	第3課 好好愛身體	1	<p>《活動6》姿勢一級棒</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師配合課本第64~65頁，示範正確的坐姿、站姿和睡姿。</li> </ol> <p>《活動7》天天都健康</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師請學生閉眼回想昨天做了哪些事，做這些事時，做到了哪些健康好習慣？</li> </ol>	<p>【性別平等教育】</p> <p>*性別 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。</p> <p>*性別 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>	口頭問答 操作評量	

臺北市大安區仁愛國民小學 114 學年度第 1 學期 一年級健體領域(體育)課程計畫 設計者：一年級教學團隊

核心素養	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>
學習重點 (成績單呈現,無限定幾項)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 練習跑步和傳球的基本動作。</li> <li>2. 練習簡易拋接動作和手眼協調。</li> <li>3. 熟練擲球動作的力量及準確性控制。</li> <li>4. 學習各項暖身伸展動作和運動安全常識。</li> <li>5. 練習各種方式的走、跑遊戲。</li> <li>6. 練習用繩做體操和各種甩繩方式。</li> <li>7. 認識民俗運動基本動作。</li> <li>8. 演練各種模仿性律動遊戲。</li> </ol>

	9. 培養良好的人際關係及團隊合作精神。
成績計算方式	一、形成性評量 33%：隨堂討論、學習態度等。 二、總結性評量 67%：依據課程目標進行體育技能測驗。

教學進度 (週次)	主題名稱	單元名稱	學習節數	教學重點	議題融入	評量方式	備註
一	四、跑跳動起來	4-1 安全運動王	2	1. 了解運動時應穿著合適的服裝。 2. 認識安全且適合運動的場地。 3. 選擇安全的運動方式。	*安全 E1 了解安全教育。 *安全 E8 了解校園安全的意義。	1. 觀察 2. 發表 3. 互評 4. 操作	
二	四、跑跳動起來	4-2 伸展好舒適	2	1. 學會簡易的徒手伸展操動作。 2. 體驗頭、頸、肩、手、腰、腿各身體部位的伸展活動。	*安全 E6 了解自己的身體。	1. 觀察 2. 發表 3. 互評 4. 操作	
三	四、跑跳動起來	4-3 健康起步走	6	1. 認識各種走路與跑步的姿勢。 2. 熟悉各種走路與跑步的動作要領。 3. 結合跑步技能進行活動。 4. 了解動作指令，和同伴合作完成活動。 5. 遊戲時能表現出安全的行為。	【性別平等教育】 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係 人權 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則	1. 觀察 2. 發表 3. 互評 4. 操作	
四	四、跑跳動起來	4-3 健康起步走	6	1. 認識各種走路與跑步的姿勢。 2. 熟悉各種走路與跑步的動作要領。 3. 結合跑步技能進行活動。 4. 了解動作指令，和同伴合作完成活動。 5. 遊戲時能表現出安全的行為。	【性別平等教育】 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係 人權 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則	1. 觀察 2. 發表 3. 互評 4. 操作	
五	四、跑跳動起來	4-3 健康起步走	6	1. 認識各種走路與跑步的姿勢。 2. 熟悉各種走路與跑步的動作要領。 3. 結合跑步技能進行活動。 4. 了解動作指令，和同伴合作完成活動。 5. 遊戲時能表現出安全的行為。	【性別平等教育】 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係	1. 觀察 2. 發表 3. 互評 4. 操作	

					人權 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則		
六	四、跑跳動起來	4-4 和繩做朋友	4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學會跳繩暖身的動作要領。</li> <li>2. 體驗握繩、甩繩的動作要領。</li> <li>3. 學會個人甩繩的基本動作。</li> <li>4. 發揮創意表演，並專注欣賞他人表現。</li> </ol>	*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 發表</li> <li>3. 互評</li> <li>4. 操作</li> </ol>	
七	五、玩球趣味多	5-1 球兒滾呀滾	2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識各種球類。</li> <li>2. 認識並描述滾球的動作要領。</li> <li>3. 表現認真參與的學習態度。</li> <li>4. 運用滾球技能完成活動。</li> <li>5. 應用滾球動作常識，處理練習或遊戲問題。</li> </ol>	*安全 E7 探究運動基本的保健。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 發表</li> <li>3. 互評</li> <li>4. 操作</li> </ol>	
八	五、玩球趣味多	5-2 傳接跑跑跑	8	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識跑步的場地與標線。</li> <li>2. 練習跑步和傳球的基本動作。</li> <li>3. 學會簡易拋、接、擲、傳的動作。</li> <li>4. 覺察棒球守備的基本概念。</li> <li>5. 對他人的協助抱持感謝的心</li> <li>6. 體驗團隊合作的樂趣，遵守活動規則。</li> </ol>	【性別平等教育】 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 發表</li> <li>3. 互評</li> <li>4. 操作</li> </ol>	
九	五、玩球趣味多	5-2 傳接跑跑跑	8	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識跑步的場地與標線。</li> <li>2. 練習跑步和傳球的基本動作。</li> <li>3. 學會簡易拋、接、擲、傳的動作。</li> <li>4. 覺察棒球守備的基本概念。</li> <li>5. 對他人的協助抱持感謝的心</li> <li>6. 體驗團隊合作的樂趣，遵守活動規則。</li> </ol>	【性別平等教育】 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 發表</li> <li>3. 互評</li> <li>4. 操作</li> </ol>	
十	五、玩球趣味多	5-2 傳接跑跑跑	8	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識跑步的場地與標線。</li> <li>2. 練習跑步和傳球的基本動作。</li> <li>3. 學會簡易拋、接、擲、傳的動作。</li> <li>4. 覺察棒球守備的基本概念。</li> <li>5. 對他人的協助抱持感謝的心</li> <li>6. 體驗團隊合作的樂趣，遵守活動規則。</li> </ol>	【性別平等教育】 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 發表</li> <li>3. 互評</li> <li>4. 操作</li> </ol>	

十一	五、玩球趣味多	5-2 傳接跑跑跑	8	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識跑步的場地與標線。</li> <li>2. 練習跑步和傳球的基本動作。</li> <li>3. 學會簡易拋、接、擲、傳的動作。</li> <li>4. 覺察棒球守備的基本概念。</li> <li>5. 對他人的協助抱持感謝的心</li> <li>6. 體驗團隊合作的樂趣，遵守活動規則。</li> </ol>	【性別平等教育】 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 發表</li> <li>3. 互評</li> <li>4. 操作</li> </ol>
十二	五、玩球趣味多	5-3 一線之隔	7	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 體驗徒手拋球與接球過繩。</li> <li>2. 探索拋球過繩的動作要領。</li> <li>3. 探索將球擲準的動作技巧。</li> <li>4. 體驗和同伴運用工具合作接球的樂趣。</li> <li>5. 觀察他人的動作技巧，學習他人長處。</li> <li>6. 在遊戲中體驗快樂互動、認真學習。</li> </ol>	【性別平等教育】 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 發表</li> <li>3. 互評</li> <li>4. 操作</li> </ol>
十三	五、玩球趣味多	5-3 一線之隔	7	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 體驗徒手拋球與接球過繩。</li> <li>2. 探索拋球過繩的動作要領。</li> <li>3. 探索將球擲準的動作技巧。</li> <li>4. 體驗和同伴運用工具合作接球的樂趣。</li> <li>5. 觀察他人的動作技巧，學習他人長處。</li> <li>6. 在遊戲中體驗快樂互動、認真學習。</li> </ol>	【性別平等教育】 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 發表</li> <li>3. 互評</li> <li>4. 操作</li> </ol>
十四	五、玩球趣味多	5-3 一線之隔	7	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 體驗徒手拋球與接球過繩。</li> <li>2. 探索拋球過繩的動作要領。</li> <li>3. 探索將球擲準的動作技巧。</li> <li>4. 體驗和同伴運用工具合作接球的樂趣。</li> <li>5. 觀察他人的動作技巧，學習他人長處。</li> <li>6. 在遊戲中體驗快樂互動、認真學習。</li> </ol>	【性別平等教育】 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 發表</li> <li>3. 互評</li> <li>4. 操作</li> </ol>
十五	五、玩球趣味多	5-3 一線之隔	7	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 體驗徒手拋球與接球過繩。</li> <li>2. 探索拋球過繩的動作要領。</li> <li>3. 探索將球擲準的動作技巧。</li> <li>4. 體驗和同伴運用工具合作接球的樂趣。</li> <li>5. 觀察他人的動作技巧，學習他人長處。</li> <li>6. 在遊戲中體驗快樂互動、認真學習。</li> </ol>	【性別平等教育】 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 發表</li> <li>3. 互評</li> <li>4. 操作</li> </ol>
十六	六、全身動一動	6-1 拳掌好朋友	4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識基本的拳、掌概念，做出武術的拳掌動作。</li> <li>2. 認識並模仿武術的敬禮和騎馬式動作。</li> <li>3. 認識並模仿以弓步和馬步站立的出拳動作。</li> </ol>	*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 發表</li> <li>3. 互評</li> </ol>

				4. 在遊戲中與同學快樂互動、認真學習。	*人權 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。	4. 操作	
十七	六、全身動一動	6-1 拳掌好朋友	4	1. 認識基本的拳、掌概念，做出武術的拳掌動作。 2. 認識並模仿武術的敬禮和騎馬式動作。 3. 認識並模仿以弓步和馬步站立的出拳動作。 4. 在遊戲中與同學快樂互動、認真學習。	*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係 *人權 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。	1. 觀察 2. 發表 3. 互評 4. 操作	
十八	六、全身動一動	6-2 大樹愛遊戲	4	1. 在地面上做出靜態平衡動作。 2. 在地面上做出動態平衡動作。 3. 從造型模仿體驗多元性的身體活動。 4. 嘗試在平衡木上行走。 5. 願意在學校利用課間進行遊戲活動。	*戶外 E1 善用五官感知環境，分別培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈的感受能力。 *戶外 E3 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境(自然或人為)。 *人權 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。	1. 觀察 2. 發表 3. 互評 4. 操作	
十九	六、全身動一動	6-2 大樹愛遊戲	4	1. 在地面上做出靜態平衡動作。 2. 在地面上做出動態平衡動作。 3. 從造型模仿體驗多元性的身體活動。 4. 嘗試在平衡木上行走。 5. 願意在學校利用課間進行遊戲活動。	*戶外 E1 善用五官感知環境，分別培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈的感受能力。 *戶外 E3 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境(自然或人為)。 *人權 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。	1. 觀察 2. 發表 3. 互評 4. 操作	

二十	六、全身動一動	6-3 和風一起玩	4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 模仿氣球，以肢體做出移動和低、中、高水平的動作。</li> <li>2. 認識風車的玩法。</li> <li>3. 模仿風車，做出身體各部位的轉動。</li> <li>4. 模仿風吹動、小草擺動的樣子。</li> <li>5. 配合音樂做出連續的身體律動。</li> <li>6. 願意在課後從事身體活動。</li> <li>7. 在遊戲中與同學快樂互動、認真學習。</li> </ol>	<p>*戶外 E1 善用五官感知環境，分別培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈的感受能力。</p> <p>*戶外 E3 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境(自然或人為)。</p> <p>*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係</p> <p>*人權 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 發表</li> <li>3. 互評</li> <li>4. 操作</li> </ol>	
二十一	課程統整	期末總複習整理與回顧	2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 總複習各單元課程。</li> <li>2. 運用能力順利完成綜合體育活動。</li> <li>3. 認知運動的重要性並喜愛運動。</li> <li>4. 安排寒假中的體育活動。</li> </ol>	<p>*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 發表</li> <li>2. 操作</li> </ol>	

臺北市大安區仁愛國民小學 114 學年度第 2 學期 一年級健體領域(健康)課程計畫

設計者：一年級教學團隊

核心素養	<p>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。</p> <p>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。</p>
學習重點 (成績單呈現,無限定幾項)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能發覺影響五官健康的行為，養成愛護五官的生活習慣。</li> <li>2. 能認識生活中常見的健康食物及其對身體的益處。</li> <li>3. 能知道生病時的照護方式及正確的用藥觀念。</li> </ol>
成績計算方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 形成性評量 50%：隨堂討論、學習態度、口頭發表等。</li> <li>2. 結性評量 50%：紙筆測驗、學習單成果等。</li> </ol>

教學進度 (週次)	主題名稱	單元名稱	學習節數	教學重點	議題融入	評量方式	備註
一	第一單元保護身體好健康	第一課身體好貼心	1	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，須說出用「身體什麼部位」做了「什麼動作」。	【安全教育】 *安全 E6 了解自己的身體。	口頭發表 態度評量	
二	第一單元保護身體好健康	第二課五個好幫手	1	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，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。	【安全教育】 *安全 E6 了解自己的身體。	口頭發表 態度評量	
三	第一單元保護身體好健康	第二課五個好幫手	1	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。	【安全教育】 *安全 E6 了解自己的身體。	口頭發表 態度評量	
四	第一單元保護身體好健康	第二課五個好幫手	1	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。	【安全教育】 *安全 E6 了解自己的身體。	口頭發表 態度評量	
五	第一單元保護身體好健康	第二課五個好幫手	1	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。	【安全教育】 *安全 E6 了解自己的身體。	口頭發表 態度評量	

六	第二單元健康飲食 聰明吃	第一課飲食紅綠燈	1	<p>第二單元健康飲食聰明吃 第1課飲食紅綠燈</p> <p>《活動1》頭好壯壯的方法</p> <p>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？</p> <p>《活動2》紅綠燈食物</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>《活動3》品嚐大會</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>*品德 E1 良好生活習慣與德行。</p>	<p>口頭發表</p> <p>態度評量</p>	
七	第二單元健康飲食 聰明吃	第一課飲食紅綠燈	1	<p>第二單元健康飲食聰明吃 第1課飲食紅綠燈</p> <p>《活動4》綠燈食物好處多</p> <p>1. 請學生思考：吃綠燈食物對身體有什麼好處？</p> <p>《活動5》飲食檢查站</p> <p>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。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>*品德 E1 良好生活習慣與德行。</p>	<p>口頭發表</p> <p>態度評量</p>	
八	第二單元健康飲食 聰明吃	第二課健康飲食我 決定	1	<p>第二單元健康飲食聰明吃 第2課健康飲食我決定</p> <p>《活動1》小義的飲食問題</p> <p>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。</p> <p>《活動2》我的飲食問題</p> <p>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。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>*品德 E1 良好生活習慣與德行。</p>	<p>口頭發表</p> <p>態度評量</p>	
九	第二單元健康飲食 聰明吃	第二課健康飲食我 決定	1	<p>第二單元健康飲食聰明吃 第2課健康飲食我決定</p> <p>《活動3》小義的決定</p> <p>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？</p> <p>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。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>*品德 E1 良好生活習慣與德行。</p>	<p>口頭發表</p> <p>態度評量</p>	
十	第二單元健康飲食 聰明吃	第二課健康飲食我 決定	1	<p>第二單元健康飲食聰明吃 第2課健康飲食我決定</p> <p>《活動4》做個好決定</p> <p>1. 教師取出可樂和白開水，詢問學生：如果口渴時，桌上有可樂和白開水兩種選擇，該怎麼做決定才是健康飲食呢？</p> <p>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？</p>	<p>【品德教育】</p> <p>*品德 E1 良好生活習慣與德行。</p>	<p>口頭發表</p> <p>態度評量</p>	
十一	第二單元健康飲食 聰明吃	第三課健康食物感恩 吃	1	<p>第二單元健康飲食聰明吃 第3課健康食物感恩吃</p> <p>《活動1》食材變變變</p> <p>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？</p> <p>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。</p> <p>《活動2》你在浪費食物嗎？</p> <p>1. 教師請用餐時吃不完的學生說一說：</p> <p>(1) 一天中最常有剩餘食物的是哪一餐？</p> <p>(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？</p> <p>(3) 當你認為餐點的分量過多時，你會怎麼做？</p>	<p>【品德教育】</p> <p>*品德 EJU7 欣賞感恩。</p>	<p>口頭發表</p> <p>態度評量</p>	

十二	第二單元健康飲食 聰明吃	第三課健康食物感恩吃	1	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。 《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。	【品德教育】 *品德 EJU7 欣賞感恩。	口頭發表  態度評量
十三	第三單元健康防護 罩	第一課健身體不舒服	1	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？	【品德教育】 *品德 E1 良好生活習慣與德行。	口頭發表  態度評量
十四	第三單元健康防護 罩	第一課健身體不舒服	1	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？	【品德教育】 *品德 E1 良好生活習慣與德行。	口頭發表  態度評量
十五	第三單元健康防護 罩	第一課健身體不舒服	1	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。 2.教師說明正確用藥的注意事項。	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	口頭發表  態度評量
十六	第三單元健康防護 罩	第二課健遠離疾病 有法寶	1	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。	【品德教育】 *品德 E1 良好生活習慣與德行。	口頭發表  態度評量
十七	第三單元健康防護 罩	第二課健遠離疾病 有法寶	1	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。	【品德教育】 *品德 E1 良好生活習慣與德行。	口頭發表  態度評量

十八	第三單元健康防護罩	第二課健遠離疾病有法寶	1	<p>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</p> <p>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</p> <p>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，雙手比圓，如果是錯誤的做法，雙手比叉。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>【品德教育】 *品德E1 良好生活習慣與德行。</p>	<p>口頭發表 態度評量</p>
十九	第三單元健康防護罩	第三課健康好心情	1	<p>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</p> <p>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？</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>【生命教育】 *生命E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。</p>	<p>口頭發表 態度評量</p>
二十	第三單元健康防護罩	第三課健康好心情	1	<p>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</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>3. 教師以課本情境為例，請學生選擇適當的做法。</p> <p>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？</p> <p>《活動3》好心情小妙招</p> <p>1. 教師舉例說明讓心情變好的方法。</p> <p>2. 教師請學生輪流分享讓心情變好的方法。</p> <p>3. 教師發下「心情日記」學習單，指導學生記錄一週發生的事情、自己的心情，以及讓心情變好的方法。</p>	<p>【生命教育】 *生命E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。</p>	<p>口頭發表 態度評量</p>
二十一	總複習	總複習	1	總複習	總複習	自主學習

臺北市大安區仁愛國民小學 114 學年度第 2 學期 一年級健體領域(體育)課程計畫 設計者：一年級教學團隊

核心素養	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>
學習重點 (成績單呈現,無限定幾項)	<p>1. 認識拍球、擲球和滾球的動作要領。</p> <p>2. 能準確完成拍球等各項球類操作活動。</p> <p>3. 認識運動場地的安全注意事項並選擇安全的運動場所。</p> <p>4. 能在運動前、後進行伸展操活動以減少運動傷害。</p>

	<p>5. 能準確完成跳躍過繩的動作。</p> <p>6. 能透過觀察與模仿完成各種體操活動。</p> <p>7. 能透過觀察大自然的動植物，學習各種肢體律動。</p> <p>8. 認真參與學習活動，並遵守活動規則。</p> <p>9. 培養良好的人際關係及團隊合作精神。</p>
成績計算方式	<p>一、形成性評量 33%：隨堂討論、學習態度等。</p> <p>二、總結性評量 67%：依據課程目標進行體育技能測驗。</p>

教學進度 (週次)	主題名稱	單元名稱	學習節數	教學重點	議題融入	評量方式	備註
一	四、玩球樂	4-1 拍球動一動	6	<p>1. 認識拍球的動作要領。</p> <p>2. 認真參與學習活動，並遵守活動規則。</p> <p>3. 完成各式原地和行進間的拍球活動。</p> <p>4. 透過團體討論，處理活動中遇到的各種問題。</p> <p>5. 願意在學校利用課間進行遊戲活動。</p>	<p>*人權 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。</p> <p>*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>	<p>1. 觀察</p> <p>2. 操作</p> <p>3. 發表</p> <p>4. 實踐</p>	
二	四、玩球樂	4-1 拍球動一動	6	<p>1. 認識拍球的動作要領。</p> <p>2. 認真參與學習活動，並遵守活動規則。</p> <p>3. 完成各式原地和行進間的拍球活動。</p> <p>4. 透過團體討論，處理活動中遇到的各種問題。</p> <p>5. 願意在學校利用課間進行遊戲活動。</p>	<p>*人權 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。</p> <p>*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>	<p>1. 觀察</p> <p>2. 操作</p> <p>3. 發表</p> <p>4. 實踐</p>	
三	四、玩球樂	4-1 拍球動一動	6	<p>1. 認識拍球的動作要領。</p> <p>2. 認真參與學習活動，並遵守活動規則。</p> <p>3. 完成各式原地和行進間的拍球活動。</p> <p>4. 透過團體討論，處理活動中遇到的各種問題。</p> <p>5. 願意在學校利用課間進行遊戲活動。</p>	<p>*人權 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。</p> <p>*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>	<p>1. 觀察</p> <p>2. 操作</p> <p>3. 發表</p> <p>4. 實踐</p>	
四	四、玩球樂	4-2 拋擲我最行	4	<p>1. 認識拋擲球的動作要領。</p> <p>2. 完成拋擲球準確性控球活動。</p> <p>3. 透過團體討論，處理活動中遇到的各種問題。</p>	<p>*人權 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。</p>	<p>1. 觀察</p> <p>2. 操作</p> <p>3. 發表</p> <p>4. 實踐</p>	

					*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係。	
五	四、玩球樂	4-2 拋擲我最行	4	1. 認識拋擲球的動作要領。 2. 完成拋擲球準確性控球活動。 3. 透過團體討論，處理活動中遇到的各種問題。	*人權 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係。	1. 觀察 2. 操作 3. 發表 4. 實踐
六	四、玩球樂	4-3 滾動新樂園	4	1. 認識滾球的動作要領。 2. 完成滾球準確性控球活動。 3. 認真參與學習活動，並遵守活動規則。 4. 透過團體討論，處理活動中遇到的各種問題。 5. 願意在學校利用課間進行遊戲活動。	【性別平等教育】 *人權 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係。 *生命 E1 思考的重要性與進行思考時的適當情意與態度。	1. 觀察 2. 操作 3. 發表 4. 實踐
七	四、玩球樂	4-3 滾動新樂園	4	1. 認識滾球的動作要領。 2. 完成滾球準確性控球活動。 3. 認真參與學習活動，並遵守活動規則。 4. 透過團體討論，處理活動中遇到的各種問題。 5. 願意在學校利用課間進行遊戲活動。	【性別平等教育】 *人權 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係。 *生命 E1 思考的重要性與進行思考時的適當情意與態度。	1. 觀察 2. 操作 3. 發表 4. 實踐
八	五、伸展跑跳樂	5-1 運動安全又健康	2	1. 認識運動場地的安全注意事項。 2. 選擇安全的遊戲場所運動。 3. 認識正確與安全的運動方式。 4. 能嘗試促進個人運動安全的方法。	*安全 E4 探討日常生活應該注意的安全。 *安全 E7 探討運動基本的保健。	1. 問答 2. 觀察 3. 操作 4. 實踐

九	五、伸展跑跳樂	5-2 毛巾伸展操	2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 利用毛巾進行身體各部位的伸展動作。</li> <li>2. 認真參與活動，進行毛巾伸展操。</li> <li>3. 願意在從事運動前後進行伸展操活動。</li> </ol>	*安全 E6 了解自己的身體。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 操作</li> <li>3. 發表</li> <li>4. 實踐</li> </ol>
十	五、伸展跑跳樂	5-3 一起來跳繩	6	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識跳繩擺盪的特性及跳躍過繩的要領。</li> <li>2. 與同伴互相配合跳躍過繩。</li> <li>3. 嘗試練習自己甩繩並跳躍過繩的動作。</li> <li>4. 願意利用課餘時間練習跳繩。</li> </ol>	*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 操作</li> <li>3. 發表</li> <li>4. 實踐</li> </ol>
十一	五、伸展跑跳樂	5-3 一起來跳繩	6	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識跳繩擺盪的特性及跳躍過繩的要領。</li> <li>2. 與同伴互相配合跳躍過繩。</li> <li>3. 嘗試練習自己甩繩並跳躍過繩的動作。</li> <li>4. 願意利用課餘時間練習跳繩。</li> </ol>	*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 操作</li> <li>3. 發表</li> <li>4. 實踐</li> </ol>
十二	五、伸展跑跳樂	5-3 一起來跳繩	6	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識跳繩擺盪的特性及跳躍過繩的要領。</li> <li>2. 與同伴互相配合跳躍過繩。</li> <li>3. 嘗試練習自己甩繩並跳躍過繩的動作。</li> <li>4. 願意利用課餘時間練習跳繩。</li> </ol>	*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 操作</li> <li>3. 發表</li> <li>4. 實踐</li> </ol>
十三	五、伸展跑跳樂	5-4 用報紙玩遊戲	4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 利用紙棒進行跑、跳或拋擲等動作。</li> <li>2. 願意在課後從事各項身體活動。</li> <li>3. 能表現認真參與及互助合作的態度。</li> </ol>	*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 操作</li> <li>3. 發表</li> <li>4. 實踐</li> </ol>
十四	五、伸展跑跳樂	5-4 用報紙玩遊戲	4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 利用紙棒進行跑、跳或拋擲等動作。</li> <li>2. 願意在課後從事各項身體活動。</li> <li>3. 能表現認真參與及互助合作的態度。</li> </ol>	*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 操作</li> <li>3. 發表</li> <li>4. 實踐</li> </ol>
十五	六、模仿樂趣多	6-1 小巨人和紙鏢	2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識弓步、馬步的基本概念。</li> <li>2. 表現弓步、馬步和進攻、防守的動作技巧。</li> <li>3. 在遊戲中表現和諧的人際互動，並遵守團體規範。</li> </ol>	<b>【性別平等教育】</b> *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 操作</li> <li>3. 養成</li> <li>4. 發表</li> </ol>
十六	六、模仿樂趣多	6-2 模仿滾翻秀	4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 嘗試以模仿的動作來表現支撐的技巧。</li> <li>2. 嘗試以身體伸展或捲曲的動作，做出滾動式的移動。</li> <li>3. 嘗試以猴子行走的動作通過平衡木。</li> </ol>	*戶外 E1 善用五官感知環境，分別培養眼、耳、鼻、舌、觸	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 操作</li> <li>3. 發表</li> </ol>

				<p>4. 結合滾翻及平衡的動作，體驗多元性身體活動。</p> <p>5. 專注觀賞他人的表現，並嘗試分享觀察到的動作型態。</p>	<p>覺及心靈的感受能力。</p> <p>*人權 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p>	4. 實踐	
十七	六、模仿樂趣多	6-2 模仿滾翻秀	4	<p>1. 嘗試以模仿的動作來表現支撐的技巧。</p> <p>2. 嘗試以身體伸展或捲曲的動作，做出滾動式的移動。</p> <p>3. 嘗試以猴子行走的動作通過平衡木。</p> <p>4. 結合滾翻及平衡的動作，體驗多元性身體活動。</p> <p>5. 專注觀賞他人的表現，並嘗試分享觀察到的動作型態。</p>	<p>*戶外 E1 善用五官感知環境，分別培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈的感受能力。</p> <p>*人權 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p>	<p>1. 觀察</p> <p>2. 操作</p> <p>3. 發表</p> <p>4. 實踐</p>	
十八	六、模仿樂趣多	6-3 走向綠地	6	<p>1. 嘗試透過五官探索，觀察並以身體詮釋生物特徵。</p> <p>2. 利用身體各個部位結合動作力量的變化，嘗試模仿大自然生物的動作。</p> <p>3. 專注觀賞他人的表現，並嘗試分享觀察到的動作形態。</p> <p>4. 在遊戲中表現正向的學習態度、和諧的人際互動。</p> <p>5. 願意在課後進行觀察、聯想與模仿的遊戲。</p>	<p>*戶外 E1 善用五官感知環境，分別培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈的感受能力。</p> <p>*戶 E3 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。</p> <p>*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係</p> <p>*人權 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。</p>	<p>1. 觀察</p> <p>2. 操作</p> <p>3. 發表</p> <p>4. 實踐</p>	
十九	六、模仿樂趣多	6-3 走向綠地	6	<p>1. 嘗試透過五官探索，觀察並以身體詮釋生物特徵。</p> <p>2. 利用身體各個部位結合動作力量的變化，嘗試模仿大自然生物的動作。</p> <p>3. 專注觀賞他人的表現，並嘗試分享觀察到的動作形態。</p> <p>4. 在遊戲中表現正向的學習態度、和諧的人際互動。</p> <p>5. 願意在課後進行觀察、聯想與模仿的遊戲。</p>	<p>*戶外 E1 善用五官感知環境，分別培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈的感受能力。</p> <p>*戶 E3 善用教室外、戶外及校外教</p>	<p>1. 觀察</p> <p>2. 操作</p> <p>3. 發表</p> <p>4. 實踐</p>	

					學，認識生活環境（自然或人為）。 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係 *人權 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。		
二十	六、模仿樂趣多	6-3 走向綠地	6	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 嘗試透過五官探索，觀察並以身體詮釋生物特徵。</li> <li>2. 利用身體各個部位結合動作力量的變化，嘗試模仿大自然生物的動作。</li> <li>3. 專注觀賞他人的表現，並嘗試分享觀察到的動作形態。</li> <li>4. 在遊戲中表現正向的學習態度、和諧的人際互動。</li> <li>5. 願意在課後進行觀察、聯想與模仿的遊戲。</li> </ol>	*戶外 E1 善用五官感知環境，分別培養眼、耳、鼻、舌、觸覺及心靈的感受能力。 *戶 E3 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。 *品德 E3 溝通合作與和諧人際關係 *人權 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察</li> <li>2. 操作</li> <li>3. 發表</li> <li>4. 實踐</li> </ol>	
二十一	課程統整	期末總複習整理與回顧	2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 總複習各單元課程。</li> <li>2. 運用能力順利完成綜合體育活動。</li> <li>3. 認知運動的重要性並喜愛運動。</li> <li>4. 安排暑假中的體育活動。</li> </ol>	*品德 E3 溝通合作與和諧人際關係	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 發表</li> <li>2. 操作</li> </ol>	