

南投縣秀峰國民小學 114 學年度領域課程計畫

【第一學期】

領域/科目	健體	年級/班級	六年級 共 1 班
教師	吳仁俊	上課週/節數	每週 3 節，21 週，共 63 節

課程目標:

- 1.學習調適壓力、避免網路沉迷。
- 2.運用網路與人溝通時，表現合宜的禮儀。
- 3.覺察消費對環境的影響，做出健康消費選擇。
- 4.破除性別刻板印象，尊重每個人的不同。
- 5.認識性騷擾、性侵害與性剝削，學習自我保護。
- 6.演練擲球、滾球、推桿擊球、桌球、足球的基本動作和攻防策略。
- 7.挑戰推擲鉛球、投擲簡易標槍。
- 8.練習蛙泳蹬夾腿和仰漂。
- 9.學習水中抽筋處理和水中自救。
- 10.玩扯鈴遊戲，並進行扯鈴表演。
- 11.體驗技擊活動，在生活中應用技擊保護自己。
- 12.學跳《野豌豆》土風舞、《洛哈地》土風舞。

教學進度		核心素養	教學重點	評量方式	議題融入/ 跨領域(選填)
週次	單元名稱				

<p>一</p>	<p>第一單元健康用網路 第一課網路不沉迷</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>第一單元健康用網路 第 1 課網路不沉迷 《活動 1》網路的正向使用 教師帶領學生閱讀課本並提問： 1.你和家人平常會使用網路嗎？在哪些狀況下會使用網路呢？ 2.使用網路帶給你哪些正面的幫助？ 《活動 2》你迷「網」了嗎？ 教師帶領學生閱讀課本，並請學生完成「網路使用習慣自我篩檢量表」學習單。 《活動 3》網路沉迷的影響 1.教師以小傑為例說明網路沉迷所形成的惡性循環。 2.教師播放網路沉迷相關影片，統整說明網路沉迷對生活造成的影響。 《活動 4》遠離迷「網」 1.教師帶領學生閱讀課本並配合影片說明避免網路沉迷的方法。 2.教師請學生嘗試規畫放學後的作息時間表，完成「規畫作息時間」、「作息時間表」學習單。 3.教師請學生課後與家人訂定網路使用規範，完成「網路和 3C 產品的使用規範」學習單。</p>	<p>發表：說明網路沉迷對生活的影響。 實作：完成「改進網路使用習慣」學習單。 演練：運用生活技能「人際溝通」，與家人溝通網路使用時間。</p>	<p>【資訊教育】 資 E11 建立康健的數位使用習慣與態度。</p>
----------	-------------------------------	---	---	--	---

		<p>《活動 5》溝通方法——我訊息 教師請學生上臺演練運用人際溝通方法「我訊息」，與家人溝通網路使用時間。</p> <p>《活動 6》改進網路使用習慣 1.教師引導學生運用生活技能「自我管理與監督」，反省與修正網路使用的習慣。 2.教師請學生寫下需要改進的網路使用習慣、訂定目標，分組討論改進的方法，將討論結果記錄在「改進網路使用習慣」學習單。</p> <p>《活動 7》面對壓力 1.教師帶領學生閱讀課本，說明：小傑會藉著上網逃避壓力，使網路沉迷狀況更加難以改善。想一想，藉著上網逃避壓力是健康的處理方法嗎？會造成什麼影響呢？ 2.教師提問：想一想，當你面對壓力時會出現什麼反應？ 3.教師帶領學生討論減少壓力的方法，完成課本生活行動家，寫下一件曾讓你感到有壓力的事，以及面對壓力的方法。</p> <p>《活動 8》五正四樂促進健康 教師請學生在「五正四樂促進健康」的原則中，選擇一項分享做</p>	
--	--	---	--

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

			法，並在生活中實踐，完成「五正四樂促進健康」學習單。		
二	第一單元健康用網路 第二課友誼維繫	健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。	第一單元健康用網路 第 2 課友誼維繫 《活動 1》通訊軟體溝通禮儀 教師帶領學生閱讀課本並配合影片說明通訊軟體溝通禮儀。 《活動 2》網路訊息分享禮儀 (一) 1.教師帶領學生閱讀課本並提問：你認為在社群網站任意上傳朋友出糗照片的行為適當嗎？為什麼？ 2.教師帶領學生閱讀課本並提問：你認為每天在社群網站分享數十篇貼文的行為適當嗎？為什麼？ 《活動 3》社群訊息分享禮儀 (二) 1.教師帶領學生閱讀課本並提問：你認為在社群網站直接貼上並發布他人分享的訊息適當嗎？為什麼？ 2.教師帶領學生閱讀課本並提問：你認為發送未經證實的訊息適當嗎？為什麼？ 《活動 4》網路上互動的迷思	發表：說明在網路分享訊息的適當方法。 實作：完成課本第 25 頁生活行動家。 演練：運用通訊軟體溝通禮儀，解決生活中的溝通問題。 總結性評量：完成課本單元一「現學現用」。	【資訊教育】 資 E7 使用資訊科技與他人建立良好的互動關係。 資 E12 了解並遵守資訊倫理與使用資訊科技的相關規範。

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

			<p>1.教師提問：你會在在意自己社群貼文的按讚數和留言，如果沒有受到朋友的關注，你會有什麼反應呢？</p> <p>2.教師提問：與朋友在網路互動和在真實世界互動，這兩種互動形式中，你認為哪一種形式有助於友誼的維繫呢？為什麼？</p> <p>《活動 5》自我肯定 教師引導學生運用生活技能「自我肯定」，建立與朋友互動的自信。</p> <p>《活動 6》情感合宜表達 教師帶領學生閱讀課本，引導學生思考下列溝通情境中「隱藏自己真實的想法」、「沒有考慮對方的感受」、「同時考慮自己和他人的感受」，哪一種方法比較適當？</p>		
三	<p>第二單元打造健康消費心法 第一課健康消費選擇</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>第二單元打造健康消費心法 第 1 課健康消費選擇 《活動 1》消費選擇 教師帶領學生閱讀課本並提問：如果你是薇薇，聽完同學購物的做法，你會怎麼做？為什麼？</p> <p>《活動 2》想要與需要大不同 教師帶領學生閱讀課本並配合健康消費相關影片，引導學生理解「想要」和「需要」的差異。</p> <p>《活動 3》健康消費決定</p>	<p>發表：說明「想要」和「需要」的差異。</p> <p>實作：完成「健康消費決定」學習單。</p>	<p>【環境教育】 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。</p>

			<p>教師以選購運動鞋為例，配合影片引導學生運用生活技能「做決定」，做出健康消費的選擇。</p> <p>《活動 4》綠色消費（居家篇） 教師帶領學生閱讀課本，請學生觀察薇薇和家人的綠色消費行為。</p> <p>《活動 5》綠色消費（飲食篇） 教師帶領學生閱讀課本並配合影片說明綠色飲食的做法。</p> <p>《活動 6》綠色消費（旅遊篇） 1. 教師帶領學生閱讀課本並配合影片說明綠色旅遊的做法。 2. 教師請學生嘗試運用綠色旅遊概念，規畫兩天一夜的家庭旅遊行程，完成「綠色旅遊」學習單。</p> <p>《活動 7》認識永續發展目標 12 教師配合影片帶領學生認識 SDGs 的由來與意義，以及和 SDGs 的 17 項目標，並請學生完成「認識永續發展目標（一）」、「認識永續發展目標（二）」學習單。</p> <p>《活動 8》消費方式對環境的影響 教師帶領學生閱讀課本並配合影片說明快時尚的消費方式及其對環境的影響。</p> <p>《活動 9》服飾生命週期各階段的影響</p>	
--	--	--	---	--

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

			<p>教師帶領學生閱讀課本，引導學生分析服飾生命週期的各個階段對環境造成的影響。</p> <p>《活動 10》綠色消費倡議行動</p> <p>教師請學生和同學討論，思考可以如何以具有創意的方式向家人、朋友宣傳綠色消費行動，完成「綠色消費倡議」學習單，並上臺分享。</p>		
四	<p>第二單元打造健康消費心法</p> <p>第二課健康消費聰明購</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-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。</p>	<p>第二單元打造健康消費心法</p> <p>第 2 課健康消費聰明購</p> <p>《活動 1》破除廣告迷思</p> <p>教師帶領學生閱讀課本並配合影片引導學生運用生活技能「批判性思考」，判斷廣告媒體的消費資訊。</p> <p>《活動 2》消費問題處理（一）</p> <p>1.教師帶領學生閱讀課本，討論情境 1 薇薇購買現點現做的巧克力牛奶，其中所添加的牛奶過期，該如何處理？</p> <p>2.教師帶領學生閱讀課本，討論情境 2 媽媽想購買健康食品給薇薇吃，她應該注意什麼？</p> <p>3.教師帶領學生閱讀課本，討論情境 3 上國中的哥哥想要學習游泳，養成規律運動習慣，自己報名游泳訓練班。他上了一節課後想要退</p>	<p>發表：說明消費問題的處理方法。</p> <p>實作：完成「破除廣告迷思」學習單。</p> <p>演練：運用生活技能「批判性思考」，判斷廣告媒體的消費資訊。</p> <p>總結性評量：完成課本單元二「現學現用」。</p>	<p>【人權教育】</p> <p>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。</p>

			<p>出，但是訓練班不肯解約，這時該如何處理？</p> <p>《活動 3》消費問題處理 (二)</p> <p>1. 教師帶領學生閱讀課本，討論情境 4 爸爸為了參加鐵人三項競賽，在網路購物平臺訂購一輛自行車，檢查後對品質不滿意，這時該如何處理？</p> <p>2. 教師帶領學生閱讀課本，討論情境 5 薇薇偷用爸爸的信用卡購買遊戲點數，爸爸收到信用卡帳單才發現，這時該如何處理？</p> <p>《活動 4》消費者義務與權利</p> <p>1. 教師帶領學生閱讀課本，說明：身為消費者，應善盡消費者的義務、了解消費者的權利，請根據以下原則，和同學討論並舉例消費者義務與權利的做法。</p> <p>2. 教師請學生在生活中和家人實踐消費者的義務和權利，成為健康消費生活家。</p>		
五	<p>第三單元友善的世界</p> <p>第一課破除性別刻板印象</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</p>	<p>第三單元友善的世界</p> <p>第 1 課破除性別刻板印象</p> <p>《活動 1》性別刻板印象的影響</p> <p>教師帶領學生閱讀課本並配合影片引導學生運用「4F 思考法」思考。</p> <p>《活動 2》打破性別框架</p>	<p>實作：完成課本第 77 頁的考量與對話。</p> <p>演練：運用 4F 思考法省思性別刻板印象。</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。</p>

		<p>活中運動與健康的問題。</p>	<p>1.教師以「男兒有淚不輕彈」為例，帶領學生運用 4F 思考法省思性別刻板印象。</p> <p>2.教師請學生分組討論，運用 4F 思考法完成課本第 77 頁對話，省思「女生應該負責做家事」的性別刻板印象。</p> <p>《活動 3》職業不分性別 教師請學生上臺分享「職業楷模」學習單，並提問：想一想，不同性別有各自適合的職業嗎？你有什麼想法呢？</p> <p>《活動 4》職業訪談 教師請學生上臺分享「職業訪談」學習單，說明職業所需具備的能力、工作的主要內容、性別是否對工作造成影響。</p>		<p>性 E8 了解不同性別者的成就與貢獻。</p>
六	<p>第三單元友善的世界 第二課尊重特質</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>第三單元友善的世界 第 2 課尊重特質 《活動 1》認識性別友善廁所</p> <p>1.教師帶領學生閱讀課本並配合影片說明性別友善廁所的定義及設置理念。</p> <p>2.教師說明性別特質概念。</p> <p>《活動 2》葉永鋕事件 教師帶領學生閱讀課本，說明玫瑰少年葉永鋕事件。</p>	<p>發表：說明性別友善廁所的定義及設置理念。</p> <p>實作：完成「性別友善廁所標誌」學習單。</p>	<p>【性別平等教育】 性 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 性 E12 了解與尊重家庭型態的多樣性。</p>

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

			<p>《活動 3》尊重差異 教師帶領學生閱讀課本，說明：為了避免發生如同葉永鋳事件的悲劇，面對不同性別特質者，「尊重差異」是消弭偏見和歧視的關鍵。你願意這麼做嗎？如果願意，請在「不歧視約定書」簽名。</p> <p>《活動 4》性別友善 1. 教師帶領學生閱讀課本並配合影片說明同性婚姻。 2. 教師透過教育部性別平等教育全球資訊網說明性傾向基本概念。</p>		
七	<p>第三單元友善的世界 第三課維護身體自主權</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>第三單元友善的世界 第 3 課護身體自主權 《活動 1》認識性騷擾 教師帶領學生閱讀課本並配合影片說明性騷擾的定義。 《活動 2》身體界線與身體自主權 教師帶領學生閱讀課本並配合影片說明身體界線與身體自主權。 《活動 3》冷靜拒絕性騷擾 教師請學生分組上臺演練拒絕性騷擾。 《活動 4》性騷擾因應方式 教師帶領學生閱讀課本，說明：遭遇性騷擾時，如果對方不尊重你的</p>	<p>發表：說明身體界線與身體自主權的概念。 實作：在生活中實踐預防性侵害的方法，並和家人分享做法。 演練：面對性騷擾時，冷靜的拒絕。</p>	<p>【性別平等教育】 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。</p>

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

			<p>感受和拒絕，仍持續騷擾，可以採取以下行動。</p> <p>《活動 5》認識性侵害 教師帶領學生閱讀課本，說明性侵害的定義。</p> <p>《活動 6》破除性侵害迷思 教師提問：預防性侵害須具備正確的觀念，以提高警覺、防範危險發生。想一想，性侵害的加害者只可能是陌生人嗎？請運用「批判性思考」技能反思。</p> <p>《活動 7》預防性侵害的方法 教師帶領學生閱讀課本，說明預防性侵害的方法。</p>		
八	<p>第三單元友善的世界 第三課維護身體自主權</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>第三單元友善的世界 第 3 課護身體自主權 《活動 8》遭遇性侵害時的自救方法 教師帶領學生閱讀課本，說明遭遇性侵害時的自救方法。</p> <p>《活動 9》遭受性侵害時的處理方法 教師帶領學生閱讀課本，說明遭受性侵害時的處理方法。</p> <p>《活動 10》性侵害受害者的求助資源 教師帶領學生閱讀課本並請學生上網搜尋性侵害受害者的求助資源，</p>	<p>發表：說明網路兒少性剝削的類型。</p> <p>實作：完成「性侵害事件調查」學習單。</p> <p>演練：做出遭遇性侵害時的自救方法。</p> <p>總結性評量：完成課本單元三「現學現用」。</p>	<p>【性別平等教育】 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。</p>

			<p>分組上臺分享求助資源的服務內容。</p> <p>《活動 11》破除面對性侵受害者的錯誤觀念 教師帶領學生閱讀課本，引導學生運用生活技能「批判性思考」，破除針對性侵受害者說法的迷思。</p> <p>《活動 12》關懷性侵受害者 教師帶領學生閱讀課本並提問：性侵害受害者常獨自承受壓力、不敢求助，除了專業機構所提供的協助之外，周遭的人也可以適時伸出援手，你知道可以怎麼做嗎？</p> <p>《活動 13》情境演練 教師帶領學生閱讀課本並提問：遭遇以下狀況時，你會如何應變？和同學分享你的做法，分組上臺演練。</p> <p>《活動 14》認識兒少性剝削 教師配合影片介紹網路兒少性剝削。</p> <p>《活動 15》網路兒少性剝削陷阱 教師帶領學生閱讀課本並配合影片和衛生福利部保護服務司兒童及少年性剝削防制《小心！照騙十大手法》帶領學生了解網路兒少性剝削陷阱。</p>		
--	--	--	---	--	--

			<p>《活動 16》避免私密影像外流 教師帶領學生閱讀課本並配合影片說明避免私密影像外流的原則。</p> <p>《活動 17》拒絕成為加害者 教師帶領學生閱讀課本並配合衛生福利部保護服務司兒童及少年性剝削防制《分享照片很有事! ?》說明避免成為網路性剝削加害者的原則。</p> <p>《活動 18》私密影像外流處理 1. 教師提問：如果不幸遭遇私密影像外流的情況，可以怎麼做？ 2. 教師介紹性影像處理中心，並帶領學生到性影像處理中心查詢調高社群和通訊軟體隱私設定的方法。</p>		
九	<p>第四單元球藝攻防戰 第一課鎖定目標</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>第四單元球藝攻防戰 第 1 課鎖定目標 《活動 1》彈跳小砲彈 1. 教師說明並示範「擲球」的動作要領。 2. 教師說明「彈跳小砲彈」活動規則。 (1) 4 人一組，輪流將球擲向彈地區，使球反彈越過繩。 (2) 擊中紅色目標得 1 分，擊中藍色目標得 2 分，擊中綠色目標得 3 分。</p>	<p>操作：表現擲球彈地擊向目標。 發表：分享活動的得分策略和控球方法。</p>	<p>【品德教育】 品 E6 同理分享。</p>

			<p>(3)每人有 2 次擲球機會，最後累積得分最高的組別獲勝。</p> <p>《活動 2》砲擊顏色</p> <p>1.教師說明「砲擊顏色」活動規則。</p> <p>(1)4 人一組，一次 2 組上場，一組為出題組，另一組為解題組；出題組每人說出 1 個顏色作為題目，解題組負責擲彈地球解題。</p> <p>(2)解題組討論並分配每人負責的顏色。</p> <p>(3)依據討論的結果各自輪流行動，將球擲向彈地區，使球反彈越過繩後擊向目標。</p> <p>(4)解題完成後，兩組角色互換，最後成功解出較多題的組別獲勝。</p> <p>2.教師提問：你達成任務了嗎？和同學一起討論如何調整擲球方向、角度和力量，才能準確擊中目標。</p> <p>《活動 3》助走滾球</p> <p>1.教師說明並示範「助走滾球」的動作要領。</p> <p>(1)一手在球下托球，另一手在球側，跨出右腳。</p> <p>(2)手向下、向後擺，跨左腳。</p> <p>(3)持球手後擺向上。</p> <p>(4)向前滾出球。</p>		
--	--	--	---	--	--

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

			<p>2.教師將全班分成 4 人一組，練習助走滾球動作。</p> <p>《活動 4》滾球擊瓶 教師說明「滾球擊瓶」活動規則，並帶領學生分組進行。</p> <p>《活動 5》滾球擊瓶進階挑戰 1.教師說明「滾球擊瓶進階挑戰」活動規則。 2.教師提問：你這組一局中最少滾出幾次球，就擊倒了全部寶特瓶？說一說，你們的策略是什麼？</p>		
十	<p>第四單元球藝攻防戰 第一課鎖定目標</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>第四單元球藝攻防戰 第 1 課鎖定目標 《活動 6》推桿練習 1.教師說明並示範「推桿擊球」的動作要領。 2.教師將全班分成 4 人一組，練習推桿擊球動作。</p> <p>《活動 7》一桿進洞 1.教師說明「一桿進洞」活動規則。 (1)4 人一組，每人有 3 次機會，選擇有把握的目標，推桿擊球。 (2)目標的距離越遠得分越高，2 個目標和 3 個目標的挑戰關，每人只能挑戰一次。 (3)最後累積得分最高的組別獲勝。</p>	<p>操作：表現推桿擊球動作。 發表：描述自己或他人推桿擊球動作的正確性。 實作：完成「占領數字領地」學習單。 觀察：表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 運動撲滿：完成運動撲滿設定的課後運動實踐。</p>	<p>【品德教育】 品 E6 同理分享。</p>

			<p>2.教師提問：推桿擊球擊向不同目標時，你會注意什麼呢？和同學分享你的訣竅。</p> <p>《活動 8》占領數字領地</p> <p>1.教師說明「占領數字領地」活動規則。</p> <p>(1)4 人一組，一次 2 組分別在 2 個場地同時進行。每人選擇有把握的目標，推桿擊球。</p> <p>(2)兩組派人輪流擊球，擊中目標即獲得該數字的一次使用權。</p> <p>(3)數字地圖中，每個數字代表 1 塊地。將推桿擊球獲得的數字相乘，所得的乘積數字即為可占領的土地，兩組以不同顏色的白板筆圈起占領的土地。</p> <p>(4)擊中的數字不得重複使用，用過一次後須再次推桿擊球，以獲得新的數字使用權。</p> <p>(5)時間結束後，占領土地較多的組別獲勝。</p> <p>2.活動結束後，教師帶領學生討論活動策略。</p> <p>《活動 9》球道挑戰賽</p> <p>1.教師說明「球道挑戰賽」活動規則。</p> <p>(1)4 人一組，一次 2 組同時進行。</p>	
--	--	--	--	--

附件 2-5 (一至五/七至九年級適用)

			<p>(2)每人負責 1 個球道。在球道上推桿擊球，使球避開障礙物進入球道終點的目標，即完成該球道任務。</p> <p>(3)如果球滾出場地，須從出界處擊球入場，且桿數加 1 桿。</p> <p>(4)用最少桿數完成所有球道任務的組別獲勝。</p> <p>2.教師提問：活動時，你遇到了什麼問題？和同學討論解決問題的方法，再次挑戰。</p>		
十一	<p>第四單元球藝攻防戰</p> <p>第二課桌上競技</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>	<p>第四單元球藝攻防戰</p> <p>第 2 課桌上競技</p> <p>《活動 1》發球九宮格</p> <p>1.教師說明並示範「發球」的動作要領。</p> <p>2.教師說明「發球九宮格」活動規則：每人發 9 球，球落在對面球桌的位置以圓盤占領，看誰占領最多格。</p> <p>《活動 2》發球連線戰</p> <p>1.教師說明「發球連線戰」活動規則。</p> <p>(1)4 人一組，一次 2 組上場，兩組輪流發球。</p> <p>(2)發球到對面後，將球落在桌面的位置以圓盤占領。</p> <p>(3)占領的圓盤先連線的組別獲勝。</p>	<p>操作：發球擊中不同目標。</p> <p>發表：分享發球控球方法。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 E6 同理分享。</p>

			<p>2.教師提問：想一想，發球時如何能準確的擊球，讓球落在不同位置呢？</p> <p>《活動 3》決勝發球</p> <p>1.教師說明「決勝發球」活動規則。</p> <p>(1)4 人一組，1 人擔任發球者，其他人擔任接球者。</p> <p>(2)發球者發球，若接球者無法成功回擊，則發球者得 1 分；若接球者成功回擊，則換人擔任發球者。</p> <p>(3)4 人都當過發球者後，累積得分最高的人獲勝。</p> <p>2.教師提問：擔任發球者時，你的發球策略是什麼呢？</p> <p>《活動 4》正手左右擊</p> <p>1.教師說明並示範「移動擊球」、「正手擊球」的動作要領。</p> <p>2.教師說明「正手左右擊」活動規則。</p> <p>(1)4 人一組，1 人擔任發球者，輪流向左側、右側發球，其他人在球桌另一端當接球者。</p> <p>(2)接球者依序練習正手擊球，每人練習 10 球，接到 1 球得 1 分。</p>		
--	--	--	---	--	--

			<p>(3)3 位接球者都完成練習後，其中一人與發球者角色互換，最後累積得分最高的組別獲勝。</p> <p>《活動 5》正手反手擊球挑戰</p> <p>1.教師說明並示範「反手擊球」的動作要領。</p> <p>2.教師說明「正手反手擊球挑戰」活動規則。</p> <p>(1)4 人一組，一人擔任拋球者，拋球落至任一數字區域。每人拋 2 球，每次拋到不同數字區域。</p> <p>(2)其他人擔任接球者，運用正手或反手的方式回擊球，每人挑戰 2 次，成功回擊一次得 1 分。</p> <p>(3)3 位接球者都完成挑戰後，其中一位接球者與拋球者角色互換，最後累積得分最高的組別獲勝。</p> <p>3.教師提問：想一想，球落在不同數字區域時，你會選擇用什麼方式擊球？</p>		
十二	<p>第四單元球藝攻防戰</p> <p>第二課桌上競技</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>	<p>第四單元球藝攻防戰</p> <p>第 2 課桌上競技</p> <p>《活動 6》正手擊球持久戰</p> <p>1.教師說明「正手擊球持久戰」活動規則：4 人一組，兩兩分別站在球桌的兩端，以正手擊球的方式接</p>	<p>操作：以接力方式合作正手擊球或反手擊球。</p> <p>發表：分享接力擊球的合作策略。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 E6 同理分享。</p>

			<p>力擊球，連續擊球不中斷，維持時間最久的組別獲勝。</p> <p>2.活動結束後，教師帶領學生討論合作策略。</p> <p>《活動 7》反手擊球持久戰</p> <p>1.教師說明「反手擊球持久戰」活動規則：4 人一組，兩兩分別站在球桌的兩端，以反手擊球的方式接力擊球，連續擊球不中斷，維持時間最久的組別獲勝。</p> <p>2.活動結束後，教師帶領學生討論合作策略。</p> <p>《活動 8》桌球單打賽</p> <p>1.教師說明「桌球單打賽」活動規則。</p> <p>(1)4 人一組，每人與其他組員各比賽一局；比賽時，未上場者一人擔任裁判，另一人記錄分數。</p> <p>(2)選擇「先發球或先接發球」和選擇「球桌的這一端或那一端」的權利，由抽籤決定。</p> <p>(3)當對方未能正確發球（使球先觸及己方桌面，接著觸及對方桌面）或正確回擊（使球直接觸及對方桌面），則得 1 分。</p> <p>(4)每打 2 分之後，「接發球方」即成為「發球方」，以此類推，直至</p>	<p>實作：完成「桌球戰績紀錄」學習單。</p> <p>觀察：表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p> <p>運動撲滿：完成運動撲滿設定的課後運動實踐。</p>	
--	--	--	--	---	--

			<p>該局比賽結束。但當雙方比數都達到 10 分時，每人只輪發 1 分球，發球和接發球的順序不變。</p> <p>(5)一局比賽中，先得 11 分的一方獲勝。若雙方各得 10 分，以先多得 2 分的一方獲勝。獲勝者得 3 分積分，落敗者得 1 分，最後計算積分排出名次。</p> <p>2.活動前教師說明戰績表記錄方式，請學生將各組戰績記錄在「桌球戰績紀錄」學習單。</p> <p>《活動 9》桌球雙打體驗</p> <p>1.教師將全班分成 2 人一組，兩組進行比賽。</p> <p>2.教師說明：桌球雙打的得分方式與單打相同，並且一樣每打 2 分後，「接發球方」成為「發球方」，不同之處在於發球區域、擊球順序和換發球輪轉。</p> <p>3.教師請學生以桌球雙打規則進行活動，並提問：運用雙打規則練習，你覺得與體驗時間有哪些差異呢？</p>		
--	--	--	---	--	--

<p>十三</p>	<p>第四單元球藝攻防戰 第三課足下功夫</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>	<p>第四單元球藝攻防戰 第3課足下功夫</p> <p>《活動1》移位停傳球</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師帶領學生複習踢球、停球、盤球的動作要領。 2.教師說明「移位停傳球」活動規則。 <p>《活動2》正足背前踢</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師說明並示範「正足背前踢」的動作要領。 2.教師將全班分成4人一組，面向牆壁練習正足背前踢，熟練定點踢球後，請學生嘗試助跑後正足背前踢。 <p>《活動3》盤球後射門</p> <p>教師說明「盤球後射門」活動規則，並帶領學生分組進行。</p> <p>《活動4》過人後射門</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師說明「過人後射門」活動規則。 2.活動結束後，教師帶領學生討論攻防策略，請學生運用討論的結果再次進行活動。 <p>《活動5》合作射門</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教師說明「合作射門」活動規則。 	<p>操作：表現正足背前踢動作。</p> <p>發表：描述自己或他人正足背前踢動作的正確性。</p> <p>觀察：表現運動精神和道德規範。</p> <p>運動撲滿：完成運動撲滿設定的課後運動實踐。</p> <p>總結性評量：完成課本單元四運動素養升級站</p>	<p>【品德教育】 品 E6 同理分享。</p>
-----------	------------------------------	---	--	--	------------------------------

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

			<p>2.活動結束後，教師帶領學生討論進攻策略，並可視學生練習情況，帶領學生進行進階活動。</p> <p>《活動 6》突破防守</p> <p>1.教師說明「突破防守」活動規則。</p> <p>2.活動結束後，教師帶領學生討論攻防策略，請學生運用討論的結果再次進行活動。</p> <p>《活動 7》樂樂足球攻防賽</p> <p>1.教師說明「樂樂足球攻防賽」活動規則。</p> <p>2.活動結束後，教師請學生分享在活動中運用到的、或在活動中觀察到的攻防策略，請學生運用討論的結果再次進行活動。</p>		
十四	第五單元泳往擲前 第一課擲向天際	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>第五單元泳往擲前 第 1 課擲向天際</p> <p>《活動 1》認識鉛球運動 教師配合影片介紹鉛球運動。</p> <p>《活動 2》鉛球握球方法</p> <p>1.教師說明並示範「鉛球握球」的動作要領。</p> <p>2.教師將全班分成 6 組，持壘球練習鉛球握球動作。</p> <p>《活動 3》原地正面推擲</p>	<p>操作：持壘球練習鉛球握球、原地正面推擲動作。</p> <p>發表：分享對鉛球運動的了解。</p>	【品德教育】 品 E6 同理分享。

			<p>1.教師說明並示範「原地正面推擲」的動作要領。</p> <p>2.教師將全班分成 6 組，先徒手練習原地正面推擲動作，再持壘球練習。</p> <p>《活動 4》原地轉身推擲</p> <p>1.教師說明並示範「原地轉身推擲」的動作要領。</p> <p>2.教師將全班分成 6 組，先徒手練習原地轉身推擲動作，再持壘球練習。</p> <p>《活動 5》推鉛球體驗</p> <p>1.教師說明：用你學過的方法推擲鉛球，觀察並檢核同學的動作，做到的動作要領在課本「推擲鉛球檢核表」打勾。</p> <p>2.活動結束後，教師請學生分享自己或同學鉛球推擲動作是否正確。</p> <p>《活動 6》推擲跳跳數生肖</p> <p>1.教師說明「推擲跳跳數生肖」活動規則。</p> <p>2.活動結束後，教師帶領學生討論活動策略。</p>		
--	--	--	---	--	--

<p>十五</p>	<p>第五單元泳往擲前 第一課擲向天際</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>第五單元泳往擲前 第 1 課擲向天際 《活動 7》認識標槍運動 教師配合影片介紹標槍運動。 《活動 8》原地肩上投擲標槍 1.教師說明並示範「原地肩上投擲」的動作要領。 2.教師說明「原地肩上投擲標槍」活動規則。 《活動 9》投擲跑跳大富翁 1.教師說明「投擲跑跳大富翁」活動規則。 2.教師變換線梯動作規定和國旗，請學生再次進行活動。 《活動 10》行進間肩上投擲標槍 1.教師說明並示範「行進間肩上投擲」的動作要領。 2.教師說明「行進間肩上投擲標槍」活動規則。 《活動 11》投擲再投擲 教師說明「投擲再投擲」活動規則： (1)4 人一組輪流投擲，自行選擇運用「側併步肩上投擲」、「前交叉步肩上投擲」的方式投擲標槍。 (2)投擲的距離決定獲得的球數（標槍落於 7 公尺內獲得 1 顆球，落於</p>	<p>操作：表現原地肩上投擲標槍。 發表：分享對標槍運動的了解。 實作：完成「標槍擲遠團體競賽」活動紀錄。 運動撲滿：完成運動撲滿設定的課後運動實踐。</p>	<p>【品德教育】 品 E6 同理分享。</p>
-----------	-----------------------------	---	---	---	------------------------------

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

			<p>7-10 公尺間獲得 2 顆球，落於 10-13 公尺間獲得 3 顆球，超過 13 公尺獲 4 顆球)。</p> <p>(3)持球向球籃投擲，投進一次得 1 分，累積得分最高的組別獲勝。</p> <p>《活動 12》標槍擲遠團體競賽</p> <p>1.教師說明「標槍擲遠團體競賽」活動規則。</p> <p>2.教師請學生記錄組員獲得的最高分及其投擲的方式，完成課本生活行動家。</p> <p>3.教師請學生課後自製紙棒作為標槍替代器材，運用原地肩上投擲和行進間肩上投擲的方式練習，檢視自己肩上投擲的表現，完成「標槍練習計畫」學習單。</p>		
十六	<p>第五單元泳往擲前</p> <p>第二課矯健如蛙游</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-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及</p>	<p>第五單元泳往擲前</p> <p>第 2 課矯健如蛙游</p> <p>《活動 1》蛙泳腿部動作要領</p> <p>1.教師說明並示範「蛙泳腿部」的動作要領。</p> <p>2.教師提示常見的蛙泳腿部錯誤動作，引導學生注意同學是否做出這些常見的錯誤，提醒他正確的動作要領。</p> <p>《活動 2》池邊坐姿蛙泳蹬夾腿</p>	<p>操作：表現扶牆蛙泳腿部動作。</p> <p>發表：描述自己或他人蛙泳腿部動作的正確性。</p> <p>觀察：表現同理心、正向溝通的團隊精神。</p>	<p>【海洋教育】</p> <p>海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。</p>

		<p>包容文化的多元性。</p>	<p>1. 教師說明「池邊坐姿蛙泳蹬夾腿」活動規則。 2. 一人練習時，另一人觀察，並分享被觀察者動作是否正確。 《活動 3》池邊俯姿蛙泳蹬夾腿 1. 教師說明「池邊俯姿蛙泳蹬夾腿」活動規則。 2. 一人練習時，另一人觀察，並分享被觀察者動作是否正確。 《活動 4》扶牆蛙泳蹬夾腿 1. 教師說明「扶牆蛙泳蹬夾腿」活動規則。 2. 一人練習時，另一人觀察，完成課本「蛙泳腿部動作檢核」。 《活動 5》雙人持浮板蛙泳蹬夾腿前進 教師說明「雙人持浮板蛙泳蹬夾腿前進」活動規則，並帶領學生分組進行。 《活動 6》單人持浮板蛙泳蹬夾腿前進 教師說明「單人持浮板蛙泳蹬夾腿前進」活動規則，並帶領學生分組進行。 《活動 7》身體部位指一指</p>		
--	--	------------------	---	--	--

附件 2-5 (一至五/七至九年級適用)

			<p>1.教師運用身體部位英文字卡帶領學生複習英語課所學的身體部位單字。</p> <p>2.教師說明「身體部位指一指」活動規則。</p> <p>3.活動結束後，教師帶領學生討論得分策略。</p> <p>《活動 8》蛙泳蹬夾腿前進算一算</p> <p>1.教師說明「蛙泳蹬夾腿前進算一算」活動規則。</p> <p>2.活動結束後，教師請學生分享觀察到的成功訣竅或發現的問題，討論後再次進行挑戰。</p>		
十七	<p>第五單元泳往擲前 第二課矯健如蛙游</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-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。</p>	<p>第五單元泳往擲前 第 2 課矯健如蛙游</p> <p>《活動 9》蛙泳蹬夾腿異程接力賽</p> <p>1.教師說明「蛙泳蹬夾腿異程接力賽」活動規則。</p> <p>2.活動結束後，教師帶領學生討論活動策略。</p> <p>《活動 10》游泳抽筋處理與預防</p> <p>1.教師說明並示範「游泳抽筋處理」的動作要領。</p> <p>2.教師將全班分成 3 人一組，在水中演練大腿、小腿、腳趾抽筋的處理方法。</p> <p>《活動 11》水中自救方法</p>	<p>操作：完成「蛙泳蹬夾腿異程接力賽」活動。</p> <p>發表：說明預防游泳抽筋的方法。</p> <p>實作：完成「向運動員學習」學習單。</p> <p>運動撲滿：完成運動撲滿設定的課後運動實踐。</p> <p>總結性評量：完成課本單元五運動素養升級站。</p>	<p>【海洋教育】 海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。</p>

			<p>1.教師說明並示範「水中自救方法」。</p> <p>2 教師將全班分成 2 人一組，分組演練水中自救方法。</p> <p>《活動 12》仰漂動作要領</p> <p>1.教師說明並示範「仰漂」的動作要領。</p> <p>2.教師將全班分成 2 人一組，分組練習仰漂。</p> <p>《活動 13》藉物仰漂</p> <p>1.教師說明「藉物仰漂」活動規則。</p> <p>2.教師請學生嘗試運用大寶特瓶代替浮板和浮條練習仰漂。</p> <p>《活動 14》仰漂後站立</p> <p>1.教師說明並示範「仰漂後站立」的動作要領。</p> <p>2.教師將全班分成 2 人一組，分組挑戰仰漂 15 秒，仰漂後踩地站起。</p> <p>《活動 15》向運動員學習</p> <p>教師請學生上臺分享「向運動員學習」學習單，說明欣賞的運動員曾參與的賽事、為比賽付出的努力，以及想向運動員學習的運動精神。</p> <p>《活動 16》認識奧運比賽項目</p> <p>1.教師說明「奧運圖標模仿秀」活動規則。</p>		
--	--	--	--	--	--

			2.教師透過影片和奧運運動項目圖卡，帶領學生複習英語課所學的奧運運動項目單字。		
十八	第六單元鈴轉舞技擊 第一課扯鈴巔峰	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。	第六單元鈴轉舞技擊 第 1 課扯鈴巔峰 《活動 1》金雞上架 1.教師說明並示範「金雞上架」的動作要領。 2.教師將全班分成 4 人一組，請學生分組練習金雞上架，一人練習時，其他人觀察，並分享被觀察者動作是否正確。 《活動 2》金雞爬高' 1.教師說明並示範「金雞爬高」的動作要領。 2.教師將全班分成 4 人一組，請學生分組練習金雞爬高，一人練習時，其他人觀察，並分享被觀察者動作是否正確。 《活動 3》金雞飛渡 1.教師說明並示範「金雞飛渡」的動作要領。 2.教師將全班分成 4 人一組，請學生分組練習金雞飛渡，一人練習	操作：表現扯鈴金雞上架、金雞爬高動作。 發表：描述自己或他人扯鈴金雞上架、金雞爬高動作的正確性。 觀察：表現積極參與、接受挑戰的學習態度。	【品德教育】 品 E6 同理分享。

			<p>時，其他人觀察，並分享被觀察者動作是否正確。</p> <p>《活動 4》金雞動作組合 教師請學生挑戰做出金雞上架、金雞爬高、金雞飛渡動作，連續不中斷。</p> <p>《活動 5》魔術解鈴 1. 教師說明並示範「魔術解鈴」的動作要領。 2. 教師將全班分成 4 人一組，請學生分組練習魔術解鈴，一人練習時，其他人觀察，並分享被觀察者動作是否正確。</p> <p>《活動 6》翻筋斗 1. 教師說明並示範「翻筋斗」的動作要領。 2. 教師提問：練習翻筋斗動作時你遇到什麼狀況，使你無法順利完成？</p>		
十九	<p>第六單元鈴轉舞技擊 第一課扯鈴巔峰</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>第六單元鈴轉舞技擊 第 1 課扯鈴巔峰 《活動 7》扯鈴表演秀 教師將全班分成 3 人一組，合作運用「魔術解鈴」、「翻筋斗」技巧設計組合動作，練習熟練後，分組上臺表演。 《活動 8》魚躍龍門</p>	<p>操作：合作展演扯鈴表演秀。 發表：分享欣賞扯鈴表演的美感體驗。 實作：完成「扯鈴表演秀」學習單。</p>	<p>【品德教育】 品 E6 同理分享。</p>

		<p>1.教師說明並示範「魚躍龍門」的動作要領。</p> <p>2.教師提問：練習魚躍龍門動作時你遇到什麼狀況，使你無法順利完成？</p> <p>《活動 9》仰觀星斗</p> <p>1.教師說明並示範「仰觀星斗」的動作要領。</p> <p>2.教師提問：練習仰觀星斗動作時你遇到什麼狀況，使你無法順利完成？</p> <p>《活動 10》扯鈴挑戰 non-stop</p> <p>1.教師說明「扯鈴挑戰 non-stop」活動規則。</p> <p>2.教師提問：你這組都挑戰成功了嗎？和同學說出你遇到的問題，共同解決並再次挑戰。</p> <p>《活動 11》拋接鈴</p> <p>1.教師說明並示範「拋接鈴」的動作要領。</p> <p>2.教師將全班分成 4 人一組，請學生分組練習拋接鈴，一人練習時，其他人觀察，並分享被觀察者動作須調整之處。</p> <p>《活動 12》康莊大道</p> <p>1.教師說明「康莊大道」活動規則。</p>	<p>運動撲滿：完成運動撲滿設定的課後運動實踐。</p>	
--	--	---	------------------------------	--

			<p>2.教師提問：想一想，還可以用什麼方式將鈴放到長繩上呢？</p> <p>《活動 13》扯鈴運動欣賞</p> <p>1.教師提問：扯鈴可與多種元素結合，創作出豐富變化的表演。你曾經觀賞扯鈴表演嗎？請分享你的扯鈴運動欣賞體驗。</p> <p>2.教師請學生分享表演中印象最深刻的部分，並完成課本內容。</p>		
廿	<p>第六單元鈴轉舞技擊</p> <p>第二課靈活玩技擊</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>第六單元鈴轉舞技擊</p> <p>第 2 課靈活玩技擊</p> <p>《活動 1》手部進擊動作</p> <p>1.教師說明並示範「手部進擊」的動作要領。</p> <p>2.教師將全班分成 4 人一組，請學生分組練習手部進擊動作，一人練習時，其他人觀察，並分享被觀察者動作是否正確。</p> <p>《活動 2》腳部進擊動作</p> <p>1.教師帶領學生複習「腳部進擊」的動作要領。</p> <p>2.教師將全班分成 4 人一組，請學生分組練習腳部進擊動作，一人練習時，其他人觀察，並分享被觀察者動作是否正確。</p> <p>《活動 3》拳打腳踢</p>	<p>操作：表現手部、腳部進擊動作。</p> <p>發表：描述自己或他人手部、腳部進擊動作的正確性。</p> <p>實作：完成「進擊動作組合」學習單。</p> <p>觀察：表現同理心、正向溝通的團隊精神。</p> <p>運動撲滿：完成運動撲滿設定的課後運動實踐。</p>	<p>【品德教育】</p> <p>品 E6 同理分享。</p>

			<p>教師說明「拳打腳踢」活動規則，並帶領學生分組進行。</p> <p>《活動 4》連續拳腳動作</p> <p>1. 教師說明「連續拳腳動作」活動規則。</p> <p>2. 教師請學生分享拳腳動作組合方式，嘗試同學的組合再次演練。</p> <p>《活動 5》布包吸鐵拳</p> <p>教師說明「布包吸鐵拳」活動規則，並帶領學生分組進行。</p> <p>《活動 6》圍圓擊布包</p> <p>1. 教師說明「圍圓擊布包」活動規則。</p> <p>2. 教師提問：練習擊打移動目標時你遇到什麼問題？請和同學討論並嘗試解決問題。</p> <p>《活動 7》慢速進擊與閃躲</p> <p>1. 教師說明「慢速進擊與閃躲」活動規則。</p> <p>2. 教師請學生分享判斷閃躲的訣竅。</p> <p>《活動 8》進擊動作組合</p> <p>1. 教師呈列進擊動作卡，並將全班分成 4 人一組，討論、演練 5 個進擊動作的組合方式。</p> <p>2. 教師請學生運用進擊動作卡分享進擊動作組合，並上臺演練。</p>		
--	--	--	--	--	--

			<p>《活動 9》進擊動作組合防守 教師提問：想一想，進擊動作組合的各個動作可以如何防守？和同學討論後試著做做看。</p> <p>《活動 10》開心玩攻防 1.教師說明「開心玩攻防」活動規則。 2.教師提問：在生活中如果遭遇危險，可以善用身邊的物品抵禦歹徒。想一想，可以如何運用隨手可得的物品保護自己呢？</p>		
廿一	<p>第六單元鈴轉舞技擊 第三課樂跳土風舞</p>	<p>健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。</p> <p>健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。</p>	<p>第六單元鈴轉舞技擊 第 3 課樂跳土風舞 《活動 1》《野豌豆》土風舞舞序 1.教師播放《野豌豆》土風舞教學影片，帶領學生了解舞蹈動作、舞序。 2.教師說明並示範「《野豌豆》土風舞」舞序。</p> <p>《活動 2》《野豌豆》土風舞表演與欣賞 教師請學生分組上臺表演《野豌豆》土風舞並相互觀摩。</p> <p>《活動 3》《洛哈地》土風舞基本舞步</p>	<p>操作：表演《野豌豆》土風舞。 發表：分享觀舞心得。 運動撲滿：完成運動撲滿設定的課後運動實踐。 總結性評量：完成課本單元六運動素養升級站。</p>	<p>【品德教育】 品 E6 同理分享。</p>

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

			<p>1.教師配合《洛哈地》土風舞教學影片，說明並示範「《洛哈地》土風舞基本舞步」。</p> <p>2.教師將全班分成 2 人一組練習基本舞步，請學生互相觀察動作的正確性，以及動作調整方法。</p> <p>《活動 4》《洛哈地》土風舞舞序</p> <p>1.教師播放《洛哈地》土風舞教學影片，帶領學生了解舞蹈動作、舞序。</p> <p>2.教師說明並示範「《洛哈地》土風舞」舞序。</p> <p>《活動 5》《洛哈地》土風舞表演與欣賞</p> <p>教師請學生分組上臺表演《洛哈地》土風舞並相互觀摩。</p>		
--	--	--	--	--	--

註:

1. 本表格係依〈國民中學及國民小學課程計畫備查作業參考原則〉設計而成。
2. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。