

南投縣秀峰國民小學 114 學年度領域學習課程計畫

【第一學期】

領域 /科目	健康與體育	年級/班級	一年忠班
教師	許嘉珍	上課週節數	每週 3 節，20 週，共 60 節

課程目標：

1. 知道交通安全的常識及重要性，嘗試修正個人不當的交通行為，並養成遵守交通注意事項的好習慣。
2. 學習列舉校園內適合遊戲的地方，知道遊戲安全的常識，並能正確操作遊戲設施。
3. 學習日常生活中做到守護身體健康的行為，如：正確洗手、洗澡、洗臉的方法，培養良好的衛生習慣。
4. 知道動作、言語與表情可以表達情緒狀態，並尊重同一事件中的不同感受。
5. 能和同儕一起玩樂及學習，喜歡共好的感受，並於日常生活中因自我能力的提升得到自我悅納感。
6. 學習連結生活經驗，發覺早餐的重要性，接納並嘗試不同的早餐，養成吃早餐的習慣。
7. 知道選擇健康食物的原則，覺察珍惜食物的重要性，並做到良好的用餐行為。
8. 知道學校健康中心的設備使用方法及護理師的工作內容，能禮貌對待護理人員，並適時表達謝意。
9. 在學校身體不舒服時，能主動尋求協助，於日常生活中，做到守護身體健康的行為。
10. 學習正確使用學校空間及遵守操作各項遊戲設施的規則，與同學互助互動，達到安全和快樂的目的。
11. 學習利用呼拉圈做各種身體活動，如：完成搖動呼拉圈的動作，並在運動過程中與同學合作，展現積極且認真的態度，避免運動傷害。
12. 學習在遊戲中認識肢體各部位，與同學合作，運用身體表演造型動作。
13. 學習操場、跑道的使用規則，並利用時間進行走、跑、跳運動或遊戲。
14. 學習在玩球的過程中，做到夾球、夾球跳和滾接動作，完成闖關活動。

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 (必填)	單元名稱				
一	一. 新生進行	健體-E-A2 具備探索身體活	壹、快樂上學去	口頭評量：	◎安全教育

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

	曲	動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	一. 新生進行曲 【活動 1】安全上學去-1 • 走路上學 (一)教師舉例說明學童上下學常發生的交通事故，讓學童體會交通安全的重要性。 (二)教師調查學童平日上下學的方式。 (三)教師提醒學童走路上學會遇到各種狀況，並說明要注意的行為，請學童說一說自己的想法及理由。 (四)教師提問：站在路邊等待，哪種情形才適合過馬路？正在過馬路時，要注意哪些事情？在沒有行人穿越道的地方，要怎麼穿越馬路？ (五)師生討論走路上學時，可運用問題解決做正確的判斷和選擇，避免發生危險。 (六)教師可提醒學童謹記且落實安全過馬路五步驟「停、看、轉、揮、動」口訣，提高自身安全防禦。 (七)教師指導學童運用安全過馬路五步驟，進行「我會過馬路」的情境演練。 (八)教師提問：想一想，你做到哪些過馬路的注意事項？ (九)學童對於上學過馬路的安全行為進行自我察覺與檢討改進。 (十)師生共同討論關於發表內容的安全與危險行為。	說出走路上學情境中，過馬路的安全常識。 行為檢核： 能正確演練安全過馬路五步驟 「停、看、轉、揮、動」。	安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。
一	六. 小小探險家	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動和健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	貳、運動樂趣多 六. 小小探險家 【活動 1】運動場地大調查 (一)引起動機：調查校園中有哪些運動空間？可以做什麼運動。 (二)學童分享：最喜歡利用哪一個場地做運動呢？為什麼？ (三)師生共同歸納：運動或遊戲時要注意安全；運動有益健康，可以充分利用學校的運動空間與設施從事運動。 【活動 2】安全停看聽 (一)引起動機：學童分享玩過的遊戲器材名稱及所在地點。 (二)教師詢問：使用校園及社區公園設施前，除了看清楚安全使用說明之外，還要注意哪些事項呢？ (三)暖身活動 (四)體驗與操作：帶領學童觀察滑梯外形，了解滑梯的特性，並	口頭評量： 能說出校園內各項遊戲設施的位置及名稱及遊戲時的注意事項。 行為檢核： 能利用學校運動空間，從事身體活動。	◎人權教育 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

			討論使用滑梯的注意事項，再進行體驗。 (五)師生共同歸納：正確使用遊戲設施，不僅可延長使用壽命，也可以確保遊戲安全。 【活動 3】安全玩遊戲-1 (一)請學童發表以前操作遊戲器材時的受傷經驗。 (二)討論發表：引導學童說出使用的注意事項，並做正確的示範。 (三)實際演練溜滑梯、盪秋千、搖搖椅及翹翹板的正確使用方式。		
二	一. 新生進行曲	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	壹、快樂上學去 一. 新生進行曲 【活動 1】安全上學去-1 • 走路上學 (一)教師舉例說明學童上下學常發生的交通事故，讓學童體會交通安全的重要性。 (二)教師調查學童平日上下學的方式。 (三)教師提醒學童走路上學會遇到各種狀況，並說明要注意的行為，請學童說一說自己的想法及理由。 (四)教師提問：站在路邊等待，哪種情形才適合過馬路？正在過馬路時，要注意哪些事情？在沒有行人穿越道的地方，要怎麼穿越馬路？ (五)師生討論走路上學時，可運用問題解決做正確的判斷和選擇，避免發生危險。 (六)教師可提醒學童謹記且落實安全過馬路五步驟「停、看、轉、揮、動」口訣，提高自身安全防禦。 (七)教師指導學童運用安全過馬路五步驟，進行「我會過馬路」的情境演練。 (八)教師提問：想一想，你做到哪些過馬路的注意事項？ (九)學童對於上學過馬路的安全行為進行自我察覺與檢討改進。 (十)師生共同討論關於發表內容的安全與危險行為。	口頭評量： 說出走路上學情境中，過馬路的安全常識。 行為檢核： 能正確演練安全過馬路五步驟「停、看、轉、揮、動」。	◎安全教育 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。
二	六. 小小探險家	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	貳、運動樂趣多 六. 小小探險家 【活動 1】運動場地大調查	口頭評量： 能說出校園內各項遊戲	◎人權教育 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

		踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動和健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	(一)引起動機：調查校園中有哪些運動空間？可以做什麼運動。 (二)學童分享：最喜歡利用哪一個場地做運動呢？為什麼？ (三)師生共同歸納：運動或遊戲時要注意安全；運動有益健康，可以充分利用學校的運動空間與設施從事運動。 【活動 2】安全停看聽 (一)引起動機：學童分享玩過的遊戲器材名稱及所在地點。 (二)教師詢問：使用校園及社區公園設施前，除了看清楚安全使用說明之外，還要注意哪些事項呢？ (三)暖身活動 (四)體驗與操作：帶領學童觀察滑梯外形，了解滑梯的特性，並討論使用滑梯的注意事項，再進行體驗。 (五)師生共同歸納：正確使用遊戲設施，不僅可延長使用壽命，也可以確保遊戲安全。 【活動 3】安全玩遊戲-1 (一)請學童發表以前操作遊戲器材時的受傷經驗。 (二)討論發表：引導學童說出使用的注意事項，並做正確的示範。 (三)實際演練溜滑梯、盪秋千、搖搖椅及翹翹板的正確使用方式。	設施的位置及名稱及遊戲時的注意事項。 行為檢核：能利用學校運動空間，從事身體活動。	人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
三	一. 新生進行曲	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動和健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	壹、快樂上學去 一. 新生進行曲 【活動1】安全上學去-2 • 乘車上學 (一)教師詢問學童是否更注意上下學情況，並能體會交通安全的重要性。 (二)教師調查學童上下學機車戴安全帽、乘坐汽車繫安全帶與排隊上下公車的情形。 (三)教師說明學校交通路線圖、汽機車接送區、徒步路線圖，請學童依上下學的方式分區等待家長接送或行走。 (四)教師以課本的情境，引導學童討論搭車上學應該注意的事項與可能遇到的各種危險情況，再以做決定的技巧做出正確的選擇，避免發生危險的情形。 (五)教師安排觀看教學影片：再次指導正確的交通安全觀念。	口頭評量：能列舉搭乘汽機車或公車的安全常識。 行為檢核：能正確演練汽車乘客下車方法，並能有秩序的排隊搭乘公車。	◎安全教育 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

			(六)分組進行「乘車安全」演練，並從演練過程中修正錯誤行為。		
三	六.小小探險家	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動和健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	貳、運動樂趣多 六.小小探險家 【活動 3】安全玩遊戲-2 • 走平衡木 (一)走一走 (二)猜一猜 • 來吊單槓 (一)握槓屈肘 (二)單槓垂吊 • 過山洞 (一)由教師規定進出口方向，以蹲走或彎身方式通過。 (二)大家一起來接龍 (三)師生共同歸納：若未學會遊戲器材正確的使用方法，不可輕易嘗試，以避免受傷。	行為檢核： 遵守遊戲規則。	◎人權教育 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 人E8了解兒童對遊戲權利的需求。
四	一.新生進行曲	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	壹、快樂上學去 一.新生進行曲 【活動 2】在校園玩遊戲 (一)教師播放校園環境設施的影片，引起學童學習興趣，並與生活經驗相結合。 (二)教師提問並請學童自由發表：剛才下課時，你去哪裡玩呢？ (三)以做決定的技巧（步驟概念）討論校園內適合遊戲的地方。 (四)教師依序介紹校園適合遊戲的地方，並說明適合的遊戲活動。 (五)教師可詢問校園中不適合遊戲的地方，指導學童要小心。 (六)全班一起查看危險的原因，安靜聆聽同學發表。 (七)請學童指出情境圖的危險行為，發表正確的遊戲方法。 (九)教師出題，學童搶答，表達個人對遊戲安全的想法與立場。 (十)教師歸納：學校是學習的場所，有各種不同功能的場地，要視使用需求選擇適合的地方，確保個人與他人的安全。	觀察評量 口頭評量： 能說出校園中適合的地方及其安全常識。 行為檢核： 於指導下嘗試運用做決定的技巧選擇適合遊戲的地方。	◎安全教育 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。
四	六.小小探險家	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	貳、運動樂趣多 六.小小探險家 【活動 4】我是攀爬王 (一)說明攀爬設施的使用注意事項，並請學童做正確的示範。	行為檢核： 能正確的操作各項遊戲設施。	◎人權教育 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 人E8了解兒童對遊戲權利的需

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

		與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動和健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	(二)教師應提醒學童，以體驗為主，安全第一，求穩不求快。 (三)完成活力存摺。 (四)師生共同歸納：使用遊戲設施時要遵守使用規則並注意安全，運動中隨時補充水分，運動後記得要洗手、擦汗。	紙筆測驗： 能完成活力存摺。	求。
五	一. 新生進行曲	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	壹、快樂上學去 一. 新生進行曲 【活動 3】放學平安回家 (一)教師播放校園環境設施的影片，引起學童學習興趣，並與生活經驗相結合。 (二)教師指導學童放學時要注意的行為，請學童說一說自己的想法及理由。 (三)教師統整說明放學的安全事項，提醒學童要做正確的判斷和選擇，避免發生危險。 (四)請學童排放學路隊，走出校門實地觀察現況與說明各情境。 (五)教師指導學童完成活力存摺。 (六)進行「○×大考驗」遊戲。	口頭評量： 能列舉放學路上的安全常識。 行為檢核： 能在生活中表現遵守放學注意事項的好行為。 紙筆測驗： 能完成活力存摺。	◎安全教育 安 E2 了解危機與安全。 安 E8 了解校園安全的意義。
五	七. 來玩呼拉圈	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-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈 【活動 1】呼拉圈真好玩-1 • 利用呼拉圈伸展身體 (一)教師帶領學童進行熱身活動。 (二)伸展活動 1.腰部伸展活動 2.坐姿伸展活動 3.腳部伸展活動 (三)教師歸納：詢問學童進行呼拉圈伸展運動時，有什麼感覺？還可以做哪些伸展動作？ • 串糖葫蘆 (一)教師帶領學童進行熱身活動。 (二)活動前，利用呼拉圈練習感覺。	行為檢核： 能完成指定的動作。	◎人權教育 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

			(三)發展活動：五人或多人為一組合作，手拉手將呼拉圈從第一位，穿到最後一位，看哪一組所運用時間最短為優勝。 (四)教師歸納：詢問學童，一起合作完成任務，有什麼特別感受。		
六	二. 健康小達人	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。	壹、快樂上學去 二. 健康小達人 【活動 1】我的身體 (一)身體動一動 (二)認識身體部位名稱： 1. 教師提示身體部位名稱，一邊請學童指出自己身體的部位。 2. 來玩「老師說」的遊戲。 (三)問題討論 1. 如果手弄髒了怎麼辦？可以直接拿東西來吃嗎？ 2. 下課時只顧著玩，沒有去上廁所，一直憋尿可能會發生什麼事？ 3. 覺得口渴了，怎麼辦？ 4. 流汗了，怎麼辦？ 5. 經過一天的活動，身體或是衣服弄髒了，該怎麼辦？ (四)師生共同歸納：身體可以做出許多動作與活動，要保持身體乾淨，好好愛護它。	口頭評量： 能說出身體部位名稱。	◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。
六	七. 來玩呼拉圈	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-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈 【活動 1】呼拉圈真好玩-2 • 搖動呼拉圈 (一)熱身活動 (二)搖呼拉圈 1. 運用單手手臂搖動呼拉圈 2. 運用雙手搖動呼拉圈 3. 運用腰部搖動呼拉圈 4. 試試用腰部搖動兩個呼拉圈 (三)教師歸納：平時可以利用呼拉圈來做運動，讓身體更健康。 • 呼拉圈高手 (一)比一比	行為檢核： 能完成指定的動作。	◎人權教育 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

			(二)數一數		
七	二. 健康小達人	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。	壹、快樂上學去 二. 健康小達人 【活動 2】身體清潔嚕啦啦-1 • 我會洗手 (一)討論時間 1. 檢查自己的雙手乾淨嗎？ 2. 什麼時候該洗手？ (二)洗手五步驟「溼、搓、沖、捧、擦」。 (三)搓手七字訣「內、外、夾、弓、大、立、腕」 (四)一起來洗手 1. 讓學童跟著洗手歌影片唱歌、練習洗手動作及步驟。 2. 讓學童實際依照洗手的正確步驟及方式進行洗手活動。 (五)師生共同歸納：平時養成良好的健康態度和習慣，勤洗手、定期修剪指甲，讓自己成為清潔寶寶。	口頭評量： 能說出保持身體乾淨的重要性。 行為檢核： 能用正確的方法清潔雙手。	◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。
七	七. 來玩呼拉圈	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-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	貳、運動樂趣多 七. 來玩呼拉圈 【活動 2】一起來合作-1 • 火車過山洞 (一)熱身活動 (二)進行活動前，先利用呼拉圈來練習感覺，包含身體伸展、搖一搖呼拉圈。 (三)發展活動 • 猜拳高手 (一)熱身活動 (二)進行活動前，先利用呼拉圈練習感覺，包含身體伸展、搖一搖呼拉圈。 (三)發展活動	行為檢核： 能完成指定的動作。	◎人權教育 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
八	二. 健康小達人	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。	壹、快樂上學去 二. 健康小達人 【活動 2】身體清潔嚕啦啦-2 • 我會洗臉 (一)請每位學童準備一面小鏡子、毛巾。	行為檢核： 能用正確的方法清潔臉部及身體。	◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。

附件 3-3（一、二、三／七、八年級適用）

			1.照一照：請學童拿鏡子看自己的臉，說一說臉部各部位的名稱。 2.說一說：臉上哪些部位容易髒？ 3.教師示範擦拭臉部。 4.讓學童用小毛巾對著鏡子練習洗臉。 (二)教師歸納：臉部的清潔很重要，要養成良好的衛生習慣。 • 我會洗頭 (一)教師詢問 1.你會自己洗頭嗎？ 2.怎麼做才可以把頭髮裡的泡沫沖乾淨？ (二)洗頭髮的步驟和方法 • 我會洗澡 (一)教師詢問 1.經過一天的活動，身體會變得髒髒臭臭，要怎麼讓身體變乾淨？ 2.如果不洗澡，身體會怎麼樣？ 3.要將身體的哪些部位洗乾淨呢？ (二)洗澡的步驟和方法 (三)師生共同歸納：每天要將身體清洗乾淨，換上乾淨的內衣褲、襪子。		
八	七.來玩呼拉圈	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-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	貳、運動樂趣多 七.來玩呼拉圈 【活動二】一起來合作-2 • 滾動呼拉圈 (一)伸展活動 (二)發展活動 • 風火輪 (一)發展活動 • 呼拉圈接力賽 (一)熱身活動 (二)伸展活動 (三)發展活動 (四)教師詢問學童：說一說，大家一起合作完成任務的感覺好不	行為檢核： 1.能完成指定的動作。 2.能與同學合作一起完成呼拉圈遊戲	◎人權教育 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

			好？為什麼？ (五)學童能說出與同學一起合作完成遊戲，體會互助合作的喜悅。 【活動 3】任務大挑戰 (一)熱身活動 (二)器材準備與場地布置。 (三)發展活動 (四)指導學童完成活力存摺的任務，將徽章上色。 (五)讚美、鼓勵學童的表現。		
九	二. 健康小達人	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。	壹、快樂上學去 二. 健康小達人 【活動 3】我會上廁所 (一)教師帶領學童參觀學校的廁所。 (二)演練時間 1. 我會使用小便斗 2. 我會使用蹲式馬桶 3. 我會使用坐式馬桶 4. 教師可實地指導並示範沖水設備。 (三)衛生紙怎麼用？ (四)討論時間：上廁所要注意哪些事情？ (五)師生共同歸納：我們要正確使用、保持清潔，讓別人也能使用乾淨的廁所。 (六)教師歸納：可由門口標示辨識廁所功能，上廁所時如果較多人等候，要排隊，使用廁所前先敲門，進入後要鎖門。上廁所時要結伴同行，在校園中遇到可疑陌生人時要通知師長。 (七)指導學童完成活力存摺。	口頭評量： 能說出小便斗、蹲式馬桶及坐式馬桶的使用方法。 紙筆測驗： 能完成活力存摺。	◎品德教育 品E1良好生活習慣與德行。
九	八. 快樂動起來	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-B3 具備運動與健康有關的創作和欣賞的基本	貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來 【活動 1】快樂動一動 • 我會做動作 (一)教師先示範並說明動作細節。 (二)教師念口令，讓學童跟著做出動作。 (三)播放音樂讓學童利用身體不同的部位隨著音樂做出各種動	行為檢核： 能用身體不同部位做出三種以上動作。	◎人權教育 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

		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。 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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	作。 (四)分組遊戲 (五)引導學童隨音樂用身體不同部位做出三種以上的動作。 (六)自由創作時學童要互相欣賞與學習。 (七)熱身時要加強身體各部位的柔軟度。 (八)利用節奏啟發學童身體的節奏，並鼓勵學童盡情的展現。 • 快樂小天使 (一)教師說明：心情好時，你會用什麼身體動作來表達？ (二)五至六人一組，將全班分若干組。 (三)播放節奏清楚、節拍輕鬆愉快的音樂。 (四)讓學童隨著音樂說出並做出兩種快樂的動作與表情。 (五)隨著音樂，鼓勵學童利用臉部表情及肢體動作自由創作。 (六)提醒學童隨著音樂節奏的快慢，調整動作的快慢。 (七)分組遊戲 (八)選出能做出有特色動作的學童，全班一起模仿他的動作。 (九)鼓勵學童互相觀摩，並能欣賞他人的表演。		
十	三. 我長大了	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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	壹、快樂上學去 三. 我長大了 【活動 1】喜歡自己做 (一)教師準備一張愛心卡，並在愛心卡上寫「我喜歡我自己」。 (二)全班圍成一個圈圈，將愛心卡依序傳下去，拿到愛心卡的學童，要說出自己獨立完成的事，直到每個人都說過了。 (三)教師發給每人一張長條書卡，在書卡上寫下自己能獨立完成的事，並畫下完成後的表情。 (四)跟同學分享自己的書卡，並裝飾自己的書卡。 (五)教師說故事時間。 (六)教師提醒學童，能閱讀故事書和學會使用蹲式馬桶，是一年級要學習的事，每個人都要好好學習。 (七)由於一年級學童正值學習階段，任何可以獨力完成的技能都值得給予鼓勵；還未學會的學童可以鼓勵他再接再厲。 (八)師生共同歸納：學習自己完成一件事，也是成長中的重要階段。	行為檢核： 能說出自己獨自完成的事及完成後的感覺。	◎性別平等教育 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
十	八. 快樂動起	健體-E-A1 具備良好身體活	貳、運動樂趣多	行為檢核：	◎人權教育

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

	來	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-B3 具備運動與健康有關的創作和欣賞的基本素養，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。 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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	八. 快樂動起來 【活動 2】我和你打招呼 (一)熱身活動 (二)發展活動 (三)請學童將上述的動作練習一遍後，播放音樂，讓學童隨著音樂，與同學分組進行打招呼遊戲。 (四)教師歸納：當音樂停止後，請學童再用不同的方式和同學打招呼，詢問學童有什麼感覺？	能完成指定的動作。	人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
十一	三. 我長大了	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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	壹、快樂上學去 三. 我長大了 【活動 2】我會交朋友 (一)教師請學童先試著說說自己喜歡的事，從分享活動中看看有沒有和其他同學的喜好相同。 (二)喜好賓果 (三)故事書分享 (四)感受分享：說說找到伙伴的感受，下課可以一起玩。	行為檢核： 藉由口語尋找伙伴一起活動、遊戲。	◎性別平等教育 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
十一	八. 快樂動起來	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-B3 具備運動與健康有關的創作和欣賞的基本素養，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。 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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來 【活動 3】快樂表演會 (一)活動前，請學童先將學過的一些動作與同學再複習一次。 (二)告知學童應注意事項 • 單人或雙人造型 (一)三角形 (二)長方形 (三)茶壺和杯子 (四)翹翹板 (五)動動腦，想想看，還有哪些造型可以表現的更有趣？	行為檢核： 能與同學一起表演動作。	◎人權教育 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

		受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。	• 多人造型 (一)一朵花 (二)花兒長大了 (三)一棵大樹被風吹 (四)表演時間		
十二	三.我長大了	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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	壹、快樂上學去 三.我長大了 【活動 3】我能分辨心情 (一)教師提問：請從課本圖片，猜猜照片中孩子的感受。 (二)教師抽一張情緒臉譜卡，學童猜猜看是哪種情緒。 (三)學童上臺抽一張情緒字卡，並畫在黑板上，其他學童猜情緒，並提出說明。 (四)教師抽情緒字卡，請所有學童在紙上畫臉譜。 (五)教師提問：請大家回憶第一天上學的狀況，那天的心情是什麼？ (六)教師抽幾個學童，拿著自己畫的情緒臉譜上臺分享。 (七)教師將全班學童第一天上學的情緒臉譜貼在布告欄上。 (八)將自己每天的心情臉譜記錄在聯絡簿上，可以加上簡短的事件說明。	行為檢核： 能從別人的表情或動作猜測他人的情緒，並能說出他人可能的心情。	◎性別平等教育 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
十二	八.快樂動起來	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-B3 具備運動與健康有關的創作和欣賞的基本素養，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。 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，並與團隊成員合作，促進身心	貳、運動樂趣多 八.快樂動起來 【活動 4】快樂唱跳 • 我來唱歌，你來跳 (一)展示「身體歌」情境圖，教唱「身體歌」歌詞。 (二)歌詞：頭兒、肩膀、膝腳趾、膝腳趾、頭兒、肩膀、膝腳趾、眼、耳、鼻和口。 (三)教師先帶領學童依序練習用手指出各部位的位置。 (四)可以兩人或多人分組進行我來唱、你來跳活動並讓學童互相觀摩學習。 • 超級比一比 (一)學童邊唱邊隨著歌詞指出各部位。 (二)分組競賽，先出現錯誤的一組則算輸。 (三)想一想：在比賽時若有人表現不好或比賽輸了，你會怎麼做	口頭評量： 活動後能說出自己的想法及感受。 行為檢核： 能配合唱遊，用肢體指出身體正確的部位。	◎人權教育 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

		健康。	呢？ (四)引領學童以愉悅的心情從事活動。 (五)引導學童要懂得互相鼓勵。 (六)活動後，請學童說一說自己的感想。		
十三	三. 我長大了	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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	壹、快樂上學去 三. 我長大了 【活動 4】說出自己的感受 (一)教師請學童練習說出感受，讓別人知道「你怎麼了？」 (二)教師在黑板上貼小孩哭的圖卡，並請學童看著圖片，試著說出感受。 (三)閱讀課文上的圖片，試試說一說他們的情緒。 (四)教師提問：表達完感受，我們還可以做些什麼嗎？ (五)教師請學童輪流說出自己的想法。 (六)勞作時間 (七)聽故事時間：教師將繪本「眼淚糖」的故事念給學童聽。 (八)教師指導學童完成活力存摺。 (九)師生共同歸納：說出或表達自己的感受是需要勇氣的，讓我們來做喜歡的事情緩和情緒或做些補救。	口頭評量： 能回答老師提問的問題，並提出解決的方案。 紙筆測驗： 完成活力存摺。	◎性別平等教育 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
十三	八. 快樂動起來	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-B3 具備運動與健康有關的創作和欣賞的基本素養，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。 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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	貳、運動樂趣多 八. 快樂動起來 【活動 5】大家一起玩遊戲 • 閃躲遊戲 (一)遊戲規則說明 (二)將全班分組，在規定的範圍內玩閃躲遊戲。 (三)猜拳贏的人主動攻擊，用手輕摸到對方的任何部位皆可（但要避開隱私部位）；猜輸的人採防守姿勢，盡可能閃躲。 (四)當主動攻擊者摸到防守者即得一分，看誰得到的分數較高。 • 老鷹捉小雞 (一)遊戲規則 (二)七至八人一組，每組各派兩人，一人當老鷹一人當母雞，其他人搭肩當小雞。 (三)引導學童能快速靈敏移動身體。 (四)引導學童能藉語言或動作表達參與活動的感覺並分享。	行為檢核： 能在短時間內判斷，並做出移動身體的動作 紙筆測驗： 完成活力存摺。	◎人權教育 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

			(五)完成活力存摺。		
十四	四. 活力加油站	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。	壹、快樂上學去 四. 活力加油站 【活動 1】早餐真重要 (一)教師調查學童今天是否有吃早餐。 (二)教師將學童分成兩組，分別觀察兩種情境，並引導學童發表圖中的情形。 1.沒有吃早餐 2.有吃早餐 (三)討論時間 1.你經常沒吃早餐嗎？ 2.沒吃早餐的感覺與原因是什麼？ 3.吃不吃早餐有什麼不一樣？ 4.幫沒吃早餐的同學想想辦法，怎麼做才能每天都吃早餐呢？ (四)早餐真重要 PK 大賽：教師將全班分成兩大組，並選出小組長，小組討論並記錄「吃早餐有哪些好處？」各組輪流提問、回答。 (五)小小行動家：教師指導學童記錄自己一週吃早餐情況。 (六)師生共同歸納：要養成每天吃早餐的好習慣。	口頭評量： 能說出早餐的重要性。 行為檢核： 能養成吃早餐的習慣並做紀錄。	◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。
十四	九. 快樂走跑跳	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-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳 【活動 1】運動安全有一套 (一)教師帶領學童至操場，講解運動安全知識。 (二)操場跑道及跑步時使用規則。 (三)帶領學童進行暖身跑，並實際操作與體會操場跑道使用規則。 (四)走跑運動 - 關節運動 (一)教師先說明暖身運動對運動安全及運動表現的重要性。 (二)指導學童操作暖身活動 - 伸展運動 (一)各部位肌肉伸展運動。 1.體側伸展	口頭評量： 能說出暖身運動的重要性。 行為檢核： 能做出直線走、快跑、S 形繞物走、側併走、側併跑、繞物跑的動作。	◎人權教育 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

			2.腿部伸展 3.肩背伸展 4.坐姿前伸 5.坐姿側伸 (二)總結活動 【活動 2】走走跑跑 (一)熱身活動 (二)發展活動 1.先在直線上示範與指導學童體驗各式走跑動作。 2.將各式走、跑動作做成折返接力賽。 (三)將各式走、跑動作組合成分站、分段挑戰遊戲。 (四)總結活動		
十五	四. 活力加油站	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。	壹、快樂上學去 四. 活力加油站 【活動 2】早餐點點名 (一)教師引導學童說一說，早餐吃了哪些食物。 (二)教師指導學童閱讀課本內容後，說出主角吃了什麼。 (三)教師提問 1.每天吃相同的食物有什麼缺點？ 2.早餐的食物分量足夠嗎？分量太少或過多的影響是什麼？ (四)教師說明 (五)分組討論 (六)分享時間：在海報紙上繪製組員當天吃的早餐，與全班分享。 (七)教師提問 1.有什麼珍惜食物的好方法？ 2.吃不完的食物應該如何處理？ (八)早餐體驗 (九)演練時間：請學童試著在家裡將課本上的早餐做出來。 (十)師生共同歸納：要天天吃早餐，嘗試不同的食物，不浪費食物。	口頭評量： 能說出自己早餐所吃的食物。 行為檢核： 1.能嘗試不同的早餐食物。 2.能嘗試做出一份自己可以吃得完的早餐。	◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。
十五	九. 快樂走跑跳	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以	貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳	行為檢核： 能模仿與創	◎人權教育 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊

附件 3-3（一、二、三／七、八年級適用）

		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-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	【活動 3】走跑模仿秀 (一)各關節緩慢繞環活動及肌肉暖身運動。 (二)複習上一節課的活動，以接續本節活動。 (三)走跑模仿秀：引導學童創意模仿各種走、跑的方式，請學童觀賞表演，並猜測臺上同學的模仿表演。 (四)總結活動	意做出各項走、跑的動作。	重自己與他人的權利。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
十六	四. 活力加油站	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。	壹、快樂上學去 四. 活力加油站 【活動 3】選擇食物有原則-1 (一)食物大風吹 (二)教師播放電子書情境中的身體圖。 1.請學童仔細觀察兩個身體內的食物。 2.教師提問： (1)身體中各有哪些食物？ (2)哪一種身體比較健康？ (3)你比較喜歡哪種身體？為什麼？ (三)教師引導學童圈出對健康有幫助的食物，並說一說理由。 (四)飲食紅綠燈	行為檢核： 能正確選擇對身體健康有益的食物。	◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。
十六	九. 快樂走跑跳	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-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳 【活動 4】蹦蹦跳跳-1 (一)跳進跳出 1.前跳進，後跳出 2.側跳進出 3.開合跳 4.併腳連跳 5.連續跨跳 (三)猜拳跳：以原地未跳躍的方式，操作腳部做出剪刀、石頭、布的動作，並將學童分組進行猜拳跳比賽。 (四)總結活動	行為檢核： 1.能做出原地跳與連續前進跳的動作 2.能在猜拳跳遊戲中表現跳躍變換動作。	◎人權教育 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
十七	四. 活力加油站	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以	壹、快樂上學去	紙筆測驗： 完成活力存	◎品德教育 品 E1 良好生活習慣與德行。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

		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。	四. 活力加油站 【活動 3】 選擇食物有原則-2 (五)請教師引導學童圈出少糖、不油炸的食物，並和同學互相討論彼此的選擇有何不同。 (六)師生共同歸納：食物可以提供活力，要選擇對身體健康有益的食物。 (七)引導學童回想自己的用餐經驗，並播放班上的用餐影像。 1.引導學童說一說，哪些人表現出良好的行為？對身體健康有什麼幫助？ 2.哪些人表現出不適當的行為？對身體健康有什麼不良的影響？ 3.提醒學童維持良好的飲食習慣，不適當的飲食習慣要立即改善 (八)請學童檢視自己平日的飲食習慣和衛生行為，完成活力存摺。 (九)補充活動：跟飲食好習慣說 YES。	摺。	
十七	九. 快樂走跑跳	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-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	貳、運動樂趣多 九. 快樂走跑跳 【活動 4】 蹦蹦跳跳-2 • 貓捉老鼠 (一)做各關節緩慢繞環活動及肌肉暖身運動。 (二)複習蹦蹦跳跳的動作與猜拳跳遊戲，以接續本節的發展活動。 (三)場地布置。 (四)遊戲規則 (五)遊戲進行前，教師要特別指導學童遵守遊戲規則與遊戲安全規定。 (六)遊戲進行中必須觀察遊戲情形與掌握遊戲安全，必要時吹哨暫停遊戲。 (七)完成活力存摺。	行為檢核： 1. 在遊戲中做出並變換走、跑、跳的動作。 2. 能遵守遊戲規則並和他人一同合作遊戲。 紙筆測驗： 完成活力存摺。	◎人權教育 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。
十八	五. 校園生活健康多	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。	壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多 【活動 1】 身體不舒服或受傷時 (一)教師引導學童回答下列問題 1.我們現在在哪裡？	口頭評量： 能正確說出一定要到健康中心處理的事情。	◎家庭教育 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 ◎生涯規劃教育 涯 E12 學習解決問題與做決定

附件 3-3（一、二、三／七、八年級適用）

		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。	2.我們在學校做什麼活動？ (二)教師提問：除了大家提出的活動，有沒有人在學校有發生過身體不舒服或受傷的情況？ (三)教師引導學童說出事件內容。 (四)請全班學童說出圖示中的小朋友在學校發生什麼事？ (五)指導學童完成教材上「連連看」的活動，教師再以範例說明。 (六)討論與分享：完成「連連看」的活動後，教師引導學童逐一討論並分享適當的處理方式。 (七)教師引導學童一起歸納結果，完成「說說看」活動。 1.在學校發生事情，一定要告訴誰？ 2.在學校能幫助你的有哪些人？ 3.哪些事情要到健康中心處理？		的能力。
十八	十.和球做朋友	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-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	貳、運動樂趣多 十.和球做朋友 【活動 1】地上繞球 • 地上繞球 (一)教學準備 (二)用雙手和球接觸。 1.彎腰繞 2.坐地繞 3.坐地分腿繞 4.蹲地繞 5.創意發揮繞球 • 和球玩遊戲 (一)靠著大球做動作 1.腿放大球 2.球上平衡 1 3.球上平衡 2 (二)帶著小球玩遊戲 1.滾球爬山 2.原地自轉 (三)總結活動	行為檢核： 能順暢完成三種以上的地上繞球、身體繞球、夾球相關動作	◎安全教育 安 E7 探究運動基本的保健。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

			【活動 2】夾球真好玩 (一)單人旅行 (二)結伴同行 1.胸前夾球 2.背後夾球 3.腿部夾球 (三)同心齊力 (四)總結活動 (五)自我評量		
十九	五. 校園生活健康多	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。	壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多 【活動 2】健康中心寶物多 (一)教師向健康中心預約參訪時間，商訂導覽解說內容。 (二)參訪活動 (三)討論與分享 1.教師詢問：在健康中心內看到什麼？ 2.教師提問：還記得健康中心有哪些維護健康的設備和器材嗎？ 3.點選學童配對健康中心設備圖示與對應詞卡。 4.指導學童說一說：護理師會用哪些寶物來處理狀況？ (四)師生共同歸納	口頭評量：能根據狀況說出如何使用健康中心的設備或器材。	◎家庭教育 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 ◎生涯規劃教育 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。
十九	十. 和球做朋友	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-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	貳、運動樂趣多 十. 和球做朋友 【活動 3】球球跳一跳 (一)教師帶領學童做各關節緩慢的繞環活動。 (二)夾球跳一跳 1.大腿夾球原地跳 2.大腿夾球左右跳 3.大腿夾球向前跳 (三)夾球接力 (四)總結活動	行為檢核：能順暢的完成夾球跳的動作。	◎安全教育 安 E7 探究運動基本的保健。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
二十	五. 校園生活健康多	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	壹、快樂上學去 五. 校園生活健康多 【活動 3】健康守護神	口頭評量：能說出學校護理師的工	◎家庭教育 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

		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。	(一)引起動機 1.教師播放電子書情境圖，並詢問學童圖中進行的活動是什麼？ 2.教師提問：情境圖中為我們服務的人是誰？ (二)教師提問：學校護理師的工作還有哪些？ (三)教師播放醫師圖卡，並引導學童說出正確職業名稱「醫師」。 (四)配合教材內容，向學童說明「健康檢查」、「預防接種」。 (五)師生共同歸納：學校健康中心提供許多服務，應感謝護理師的辛勞付出，適時對他們表達謝意。	作內容。	◎生涯規劃教育 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。
二十	十.和球做朋友	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-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	貳、運動樂趣多 十.和球做朋友 【活動 4】地上滾接 (一)教師指導學童整隊，帶操熱身。 (二)教師準備數量足夠的球讓學童操作。 1.面對面互相滾球傳接 2.旁邊互相滾球傳接 3.背對背互相滾球傳接 (三)滾球接力 (四)滾中目標 (五)教師從旁協助學童滾球的動作，並觀察學童活動情形。 (六)教師從旁統計學童於一定時間內能擊中幾個圓錐。 (七)總結活動	行為檢核： 能嘗試和不同人互相合作完成動作。	◎安全教育 安 E7 探究運動基本的保健。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
二十一	五.校園生活健康多	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。	壹、快樂上學去 五.校園生活健康多 【活動 4】再檢查一次 (一)引起動機 1.教師揭示並說明各式學校健康檢查複檢通知單。 2.引導學童發表：拿過哪些複檢通知單？之後怎麼處理？ (二)教師指導學童閱讀教材上的內容，並引導學童討論與發表三位小朋友的做法對不對。 1.視力不合格 2.蛀牙 3 顆 3.聽力沒通過	紙筆測驗： 完成活力存摺。	◎家庭教育 家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。 ◎生涯規劃教育 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。

附件 3-3 (一、二、三／七、八年級適用)

			(三)教師說明強調：收到檢查結果通知單，一定要交給家長。 (四)教師指導學童說明不同的複檢單應該到哪一科院所做進一步的檢查。 (五)教師補充說明，強調複檢的重要性： (六)師生共同歸納 (七)教師指導學童完成活力存摺，並說出宣言內容。		
二十一	十.和球做朋友	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-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，並與團隊成員合作，促進身心健康。	貳、運動樂趣多 十.和球做朋友 【活動 5】玩球小高手 (一)教師指導學童整隊，帶操熱身。 (二)教師準備數量足夠的球，讓學童輪流操作。 (三)滾球入洞 (四)轟炸紙箱 (五)丟中目標 (四)完成活力存摺	行為檢核： 能和同學互相合作一起完成闖關活動。 紙筆測驗： 完成活力存摺。	◎安全教育 安 E7 探究運動基本的保健。 ◎生涯規劃教育 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
二十二	休業式				