

新北市屈尺國民小學113學年度六年級第1學期部定課程計畫 設計者：楊淑敏

一、課程類別：(請勾選，原住民族語文及新住民語文請分別填寫族別及語文名稱)

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

二、學習節數：每週(3)節，實施(21)週，共(63)節。

三、課程目標(請條列式敘寫)

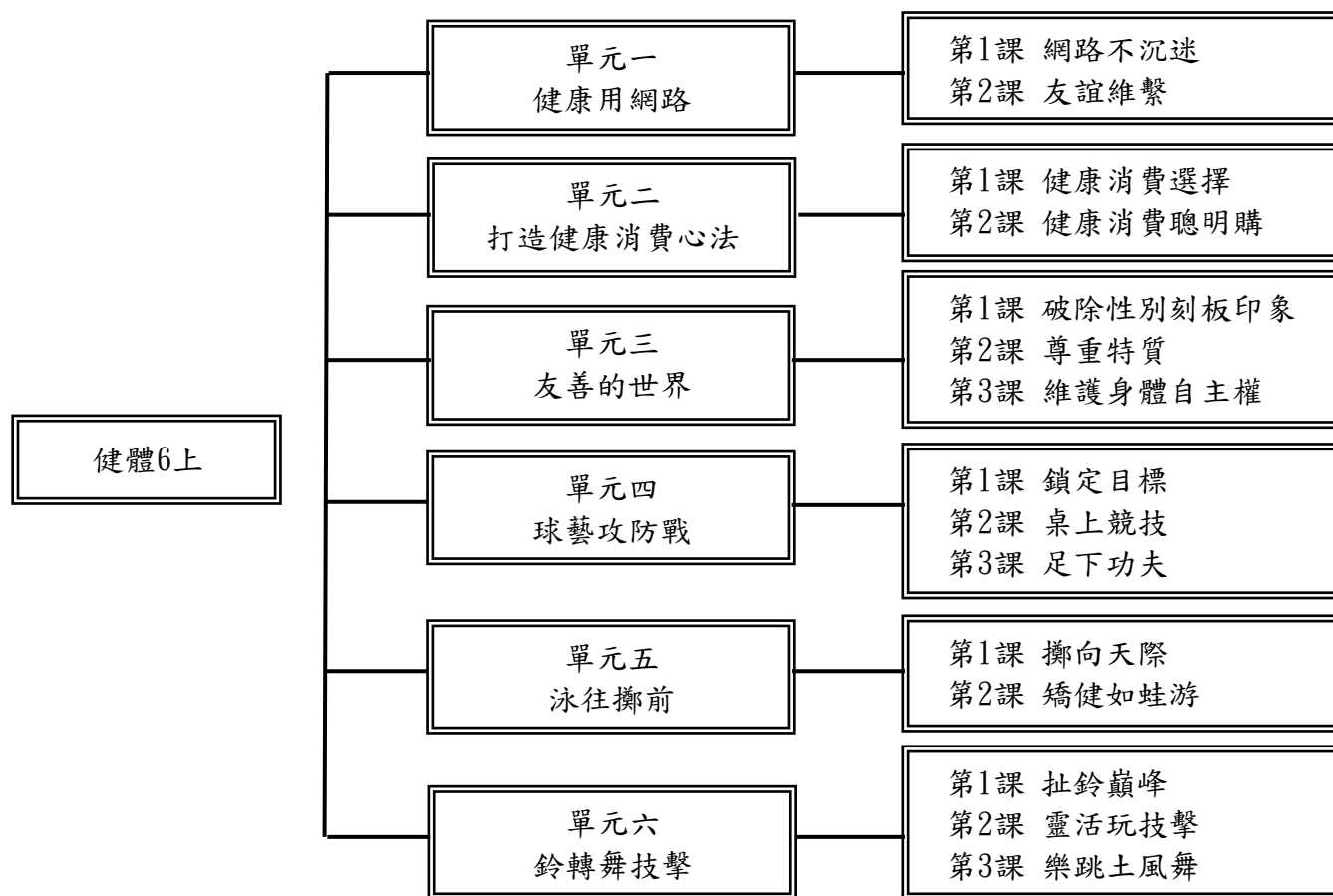
1. 發展身體運動能力，以積極正向的做法促進健康。
2. 發展適應現在及未來生活的基本技能。
3. 透過體驗與探索的活動，學習解決健康與體育核心問題。
4. 尊重每個人都是獨立的個體，培養良好的人際關係及團隊合作精神。
5. 建立健康與體育相關科技與資訊的基本素養。
6. 建立健康與體育相關的感知與欣賞的基本素養。
7. 培養關懷生活、社會、環境的道德意識和公民責任感。
8. 建立健康的生活型態，奠定促進全人健康與社區環境品質的基石。
9. 落實國家政策的推展與宣導。

四、課程內涵：

總綱核心素養	學習領域核心素養
依總綱核心素養項目及具體 內涵勾選 ☐ A1 身心素質與自我精進 ☒ A2 系統思考與解決問題 ☐ A3 規劃執行與創新應變	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-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。

☐ B1 符號運用與溝通表達 ☒ B2 科技資訊與媒體素養 ☒ B3 藝術涵養與美感素養 ☐ C1 道德實踐與公民意識 ☒ C2 人際關係與團隊合作 ☒ C3 多元文化與國際理解	健體-E-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。 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。 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。
--	---

五、課程架構：(自行視需要決定是否呈現)



六、本課程是否實施混齡教學：☐是(年級和 年級) ☒否

七、素養導向教學規劃：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
第一週	1a-III-3 理解促進健康生活的方 法、資源與 規範。 1b-III-1 理解健康技能 和生活技能 對健康維護 的重要性。 1b-III-4 了解健康自主 管理的原則 與方法。 2a-III-2 覺 知健康問題 所造成的威 脅感與嚴重 性。 2b-III-2 願 意培養健康 促進的生活 型態。 3b-III-1 獨 立演練大部 份的自我調 適技能。	Fa-III-4 正向 態度與情緒、 壓力的管理技 巧。 Fb-III-1 健康 各面向平衡安 適的促進方法 與日常健康行 為。	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	3	教學資源 教師準備「網路使 用習慣自我篩檢量 表」、「規畫作息 時間」、「作息時 間表」、「網路使 用規範」、「改進 網路使用習慣」、 「我的壓力紀錄表 (一)」、「我的 壓力紀錄表 (二)」、「五正 四樂促進健康」學 習單。 學習策略 作筆記、提出疑 問、網路檢索。	發表 實作 演練	【資訊教育】 資E11 建立康 健的數位使用 習慣與態度。	☐ 實施跨領域 或跨科目協同 教學(需另申請 授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通互動技能。 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。		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「網路使用規範」學習單。 《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。 《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。 《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					

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			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。 《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，選擇一項分享做法，並在生活中實踐，完成「五正四樂促進健康」學習單。					
第二週	3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通互動技能。 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	Db-III-5 友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。	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	3	教學資源 教師準備「情感合宜表達」學習單。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	發表實作演練總結性評量	【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。	☐實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目：_____ 2. 協同節數：_____ 09/09水域安全

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			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 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？ 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？ 《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。 《活動6》情感合宜表達					

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			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？					
第三週	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。 3b-III-4 能於不同的生	Ca-III-3 環保行動的參與及綠色消費概念。 Eb-III-2 健康消費相關服務與產品的選擇方法。	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？ 《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。 《活動3》健康消費決定 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。 《活動4》綠色消費（居家篇） 教師帶領學生閱讀課本，請	3	教學資源 教師準備「健康消費決定」、「綠色消費行動」、「綠色旅遊」、「認識永續發展目標（一）」、「認識永續發展目標（二）」、「負責任的消費與生產」、「綠色消費倡議」學習單。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	發表實作	【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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____ 09/16水域安全

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	活情境中，運用生活技能。 4a-III-1 運用多元的健康資訊、產品與服務。 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。		學生觀察薇薇和家人的綠色消費行為。 《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。 《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。 《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。 《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					

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			式及其對環境的影響。 《活動9》服飾生命週期各階段的影響 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。 《活動10》綠色消費倡議行動 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。					
第四週	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 1b-III-3 對照生活情境的健康需求，尋求適	Eb-III-1 健康消費資訊與媒體的影響。 Eb-III-2 健康消費相關服務與產品的選擇方法。	第二單元打造健康消費心法 第2課健康消費聰明購 《活動1》破除廣告迷思 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。 《活動2》消費問題處理（一） 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？	3	教學資源 教師準備「破除廣告迷思」學習單。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	發表實作演練總結性評量	【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。	☐實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目：_____ 2. 協同節數：_____ 09/23水域安全

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	用的健康技能和生活技能。 2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。		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？ 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出，但是訓練班不肯解約，這時該如何處理？ 《活動3》消費問題處理（二） 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？ 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？ 《活動4》消費者義務與權利 1.教師帶領學生閱讀課本，說明：身為消費者，應善盡					

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			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。 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。					
第五週	2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。	Db-III-2 不同性傾向的基本概念與性別刻板印象的影響與因應方式。	第三單元友善的世界 第1課破除性別刻板印象 《活動1》性別刻板印象的影響 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。 《活動2》打破性別框架 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。 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。 《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	3	教學資源 教師準備「職業楷模」、「職業訪談」學習單。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	實作演練	【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E8 了解不同性別者的成就與貢獻。	☐實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目：_____ 2. 協同節數：_____ 09/30水域安全

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			呢？ 《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。					
第六週	4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。 4b-III-2 使用適切的事證來支持自己健康促進的立場。	Db-III-2 不同性傾向的基本概念與性別刻板印象的影響與因應方式。	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 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。 2. 教師說明性別特質概念。 《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。 《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鋕事件的悲劇，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。 《活動4》性別友善	3	教學資源 教師準備「性別友善廁所標誌」學習單。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	發表實作	【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。	☐實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			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。					
第七週	1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。	Db-III-3 性騷擾與性侵害的自我防護。	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感受和拒絕，仍持續騷擾，可以採取以下行動。 《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。 《活動6》破除性侵害迷思	3	教學資源 教師準備身體自主權相關影片。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	發表 實作 演練	【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。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____ ★10/14(二)健康路跑。

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			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。 《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。					
第八週	1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。	Db-III-3 性騷擾與性侵害的自我防護。	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。 《活動9》遭受性侵害時的處理方法 教師帶領學生閱讀課本，說明遭受性侵時的處理方法。 《活動10》性侵受害者的求助資源 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，分組上臺分享求助資源的服務內容。 《活動11》破除面對性侵受	3	教學資源 教師準備「性侵害事件調查」學習單。 學習策略 作筆記、提出疑問、網路檢索。	發表 實作 演練 總結性評量	【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。	☐實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目：_____ 2. 協同節數：_____

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			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。 《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？ 《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。 《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。 《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。					

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			《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。 《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。 《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。					
第九週	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能	Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。	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。	3	教學資源 1. 教師準備粉筆或畫線筒、角錐、繩子、紙箱，並依據班級人數準備每人1顆皮球。 2. 教師準備粉筆或	操作發表實作觀察	【品德教育】品E6 同理分享。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	的正確性。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。		《活動2》砲擊顏色 1.教師說明「砲擊顏色」活動規則。 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。 《活動3》助走滾球 1.教師說明並示範「助走滾球」的動作要領。 2.教師將全班分成4人一組，練習助走滾球動作。 《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。 《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：你這組一局中至少滾出幾次球，就擊倒了全部寶特瓶？說一說，你們的策略是什麼？		畫線筒、桌球圍布架、寶特瓶瓶，並依據班級人數準備每人1顆樂樂足球。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。			
第十週 期中評量	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。	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	3	教學資源 教師準備小欄架，每個小欄架以塑帶繫上紙板，紙板標	操作發表實作觀察	【品德教育】品E6 同理分享。	☐實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費)

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。		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。 《活動7》一桿進洞 1. 教師說明「一桿進洞」活動規則。 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。 《活動8》占領數字領地 1. 教師說明「占領數字領地」活動規則。 2. 活動結束後，教師帶領學生討論活動策略。 《活動9》球道挑戰賽 1. 教師說明「球道挑戰賽」活動規則。 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。		示分數，作為得分目標，並依據班級人數準備每人1顆樂樂棒球。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	運動撲滿		1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____
第十一週	1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1d-III-1 了解運動技能	Ha-III-1 網／牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	第四單元球藝攻防戰 第2課桌上競技 《活動1》發球九宮格 1. 教師說明並示範「發球」的動作要領。 2. 教師說明「發球九宮格」	3	教學資源 教師準備粉筆、數顆桌球，並依據班級人數準備每人1枝桌球拍。	操作發表 實作觀察	【品德教育】 品E6 同理分享。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	的要素和要領。 1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。		活動規則。 《活動2》發球連線戰 1.教師說明「發球連線戰」活動規則。 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？ 《活動3》決勝發球 1.教師說明「決勝發球」活動規則。 2.教師提問：擔任發球者時，你的發球策略是什麼呢？ 《活動4》正手左右擊 1.教師說明並示範「擊球腳步移動」的動作要領。 2.教師說明「正手左右擊」活動規則。 《活動5》正手反手擊球挑戰 1.教師說明並示範「反手擊球」的動作要領。 2.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？		學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。			2. 協同節數：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
第十二週	1c-Ⅲ-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-Ⅲ-3 了解比賽的進攻和防守策略。 2c-Ⅲ-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2c-Ⅲ-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-Ⅲ-1 應用學習策略，提高運	Ha-Ⅲ-1 網／牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	第四單元球藝攻防戰 第2課桌上競技 《活動6》正手擊球持久戰 1. 教師說明「正手擊球持久戰」活動規則。 2. 活動結束後，教師帶領學生討論合作策略。 《活動7》反手擊球持久戰 1. 教師說明「反手擊球持久戰」活動規則。 2. 活動結束後，教師帶領學生討論合作策略。 《活動8》桌球單打賽 1. 教師說明「桌球單打賽」活動規則。 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。 《活動9》桌球雙打體驗 1. 教師將全班分成2人一組，兩組進行比賽。 2. 教師提問：比賽時發生了什麼問題呢？ 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？	3	教學資源 教師準備粉筆、數顆桌球，並依據班級人數準備每人1枝桌球拍。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	操作發表實作觀察運動撲滿	【品德教育】 品E6 同理分享。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	動技能學習效能。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。							
第十三週	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-2 演練比賽中的	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	第四單元球藝攻防戰 第3課足下功夫 《活動1》移位停傳球 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。 《活動2》正足背前踢 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。 《活動3》盤球後射門 教師說明「盤球後射門」活動規則，並帶領學生分組進行。 《活動4》過人後射門 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	3	教學資源 教師準備圓盤、角錐，並依據班級人數準備每人1顆足球。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	操作發表實作觀察運動撲滿總結性評量	【品德教育】 品E6 同理分享。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	進攻和防守策略。 4c-III-1 選擇及應用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。		生討論攻防策略，請學生運用討論的結果再次進行活動。 《活動5》合作射門 1.教師說明「合作射門」活動規則。 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。 《活動6》突破防守 1.教師說明「突破防守」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。 《活動7》樂樂足球攻防賽 1.教師說明「樂樂足球攻防賽」活動規則。 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。					
第十四週	1d-III-1 了解運動技能的要素和要	Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。	第五單元泳往擲前 第1課擲向天際 《活動1》認識鉛球運動	3	教學資源 教師依據班級人數 準備每人1顆壘球、	操作 發表 實作	【品德教育】 品E6 同理分享。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。		教師配合影片介紹鉛球運動。 《活動2》鉛球握球方法 1. 教師說明並示範「鉛球握球」的動作要領。 2. 教師將全班分成6組，持壘球練習鉛球握球動作。 《活動3》原地正面推擲 1. 教師說明並示範「原地正面推擲」的動作要領。 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。 《活動4》原地轉身推擲 1. 教師說明並示範「原地轉身推擲」的動作要領。 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。 《活動5》推鉛球體驗 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。 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。		數顆鉛球。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	觀察		授課鐘點費) 1. 協同科目： 2. 協同節數：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			《活動6》推擲跳跳數生肖 1. 教師說明「推擲跳跳數生肖」活動規則。 2. 活動結束後，教師帶領學生討論活動策略。					
第十五週	1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-Ⅲ-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-Ⅲ-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-Ⅲ-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 3d-Ⅲ-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的	Ga-Ⅲ-1 跑、跳與投擲的基本動作。	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。	3	教學資源 教師準備粉筆或畫線筒、數個簡易標槍。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	操作發表 實作觀察 運動撲滿	【品德教育】 品E6 同理分享。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： 2. 協同節數：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	問題。		《活動11》投擲再投擲 教師說明「投擲再投擲」活動規則，並帶領學生分組進行。 《活動12》標槍擲遠團體競賽 1. 教師說明「標槍擲遠團體競賽」活動規則。 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。					
第十六週	1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。	Gb-III-2 手腳聯合動作、藉物游泳前進、游泳前進15公尺（需換氣三次以上）與簡易性游泳比賽。 Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。 Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。 Cb-III-2 區域性運動賽會與	第五單元泳往擲前 第2課矯健如蛙游 《活動1》蛙泳腿部動作要領 1. 教師說明並示範「蛙泳腿部」的動作要領。 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。 《活動2》池邊坐姿蛙泳蹬夾腿 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	3	教學資源 教師請學生攜帶泳裝、泳帽和泳鏡。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	操作發表觀察	【海洋教育】 海E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2d-III-2 分辨運動賽事中選手和觀眾的角色與責任。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 4d-III-3 宣導身體活動促進身心健康的效益。	現代奧林匹克運動會。 Gb-III-1 水中自救方法、仰漂15秒。	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 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。					

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			2.教師說明「身體部位指一指」活動規則。 3.活動結束後，教師帶領學生討論得分策略。 《活動8》蛙泳蹬夾腿前進算一算 1.教師說明「蛙泳蹬夾腿前進算一算」活動規則。 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。					
第十七週	1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德	Gb-III-2 手腳聯合動作、藉物游泳前進、游泳前進15公尺（需換氣三次以上）與簡易性游泳比賽。 Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。 Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。 Cb-III-2 區域	第五單元泳往擲前 第2課矯健如蛙游 《活動9》蛙泳蹬夾腿異程接力賽 1.教師說明「蛙泳蹬夾腿異程接力賽」活動規則。 2.活動結束後，教師帶領學生討論活動策略。 《活動10》游泳抽筋處理與預防 1.教師說明並示範「游泳抽筋處理」的動作要領。 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。 《活動11》水中自救方法	3	教學資源 教師請學生攜帶泳裝、泳帽和泳鏡。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	操作發表 實作觀察 運動撲滿 總結性評量	【海洋教育】 海E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	規範。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2d-III-2 分辨運動賽事中選手和觀眾的角色與責任。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 4d-III-3 宣導身體活動促進身心健康的效益。	性運動賽會與現代奧林匹克運動會。 Gb-III-1 水中自救方法、仰漂15秒。	1.教師說明並示範「水中自救方法」。 2教師將全班分成2人一組，分組演練水中自救方法。 《活動12》仰漂動作要領 1.教師說明並示範「仰漂」的動作要領。 2.教師將全班分成2人一組，分組練習仰漂。 《活動13》藉物仰漂 1.教師說明「藉物仰漂」活動規則。 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。 《活動14》仰漂後站立 1.教師說明並示範「仰漂後站立」的動作要領。 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。 《活動15》向運動員學習 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。 《活動16》認識奧運比賽項					

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			目 1. 教師說明「奧運圖標模仿秀」活動規則。 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。					
第十八週	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	Ic-III-1 民俗運動組合動作與遊戲。 Ic-III-2 民俗運動簡易性表演。	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。	3	教學資源 教師依據班級人數準備每人1個扯鈴（包含單培鈴、鈴棍、鈴繩）。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	操作發表觀察	【品德教育】品E6 同理分享。	☐實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。		2.教師將全班分成4人一組，請學生分組練習金雞飛渡，一人練習時，其他人觀察，並分享被觀察者動作是否正確。 《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。 《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。 《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？					
第十九週	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比	1c-III-1 民俗運動組合動作與遊戲。 1c-III-2 民俗運動簡易性表	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」、	3	教學資源 教師依據班級人數準備每人1個扯鈴（包含單培鈴、鈴棍、鈴繩）。	操作發表實作觀察運動撲滿	【品德教育】 品E6 同理分享。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。	演。	「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 1.教師說明並示範「魚躍龍門」的動作要領。 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？ 《活動9》仰觀星斗 1.教師說明並示範「仰觀星斗」的動作要領。 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？ 《活動10》扯鈴挑戰 non-stop 1.教師說明「扯鈴挑戰 non-stop」活動規則。 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。 《活動11》拋接鈴 1.教師說明並示範「拋接鈴」的動作要領。 2.教師將全班分成4人一組，請學生分組練習拋接		學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。			2. 協同節數：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			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。 《活動12》康莊大道 1.教師說明「康莊大道」活動規則。 2.教師提問：想一想，還可以用什麼方式將鈴放到長繩上呢？ 《活動13》扯鈴運動欣賞 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。 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。					
第廿週 期末評量	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 3c-III-1 表現穩定的身	Bd-III-2 技擊組合動作與應用。	第六單元鈴轉舞技擊 第2課靈活玩技擊 《活動1》手部進擊動作 1.教師說明並示範「手部進擊」的動作要領。 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。	3	教學資源 教師準備2組羽球網柱、2條長繩，以及4個布包（以小枕頭或以小布袋填裝舊衣物後繫上魔鬼氈束帶）、4條泡棉棒（約100公分）。 學習策略	操作發表實作觀察運動撲滿	【品德教育】品E6 同理分享。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： 2. 協同節數：

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
	體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。		《活動2》腳部進擊動作 1. 教師帶領學生複習「腳部進擊」的動作要領。 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。 《活動3》拳打腳踢 教師說明「拳打腳踢」活動規則，並帶領學生分組進行。 《活動4》連續拳腳動作 1. 教師說明「連續拳腳動作」活動規則。 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。 《活動5》布包吸鐵拳 教師說明「布包吸鐵拳」活動規則，並帶領學生分組進行。 《活動6》圍圓擊布包 1. 教師說明「圍圓擊布包」活動規則。 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		遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。			

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			題。 《活動7》慢速進擊與閃躲 1.教師說明「慢速進擊與閃躲」活動規則。 2.教師請學生分享判斷閃躲的訣竅。 《活動8》進擊動作組合 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。 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。 《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。 《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？					

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
第廿一週	1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。	1b-III-2 各國土風舞。	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。 《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。 《活動3》《洛哈地》土風舞基本舞步 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」。 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。 《活動4》《洛哈地》土風舞舞序 1. 教師播放《洛哈地》土風舞教學影片，帶領學生了解	3	教學資源 教師準備《野豌豆》、《洛哈地》土風舞音樂、教學影片。 學習策略 遵守規則、反覆練習、合作學習、檢核動作正確性。	操作發表運動撲滿總結性評量	【品德教育】 品E6 同理分享。	☐ 實施跨領域或跨科目協同教學(需另申請授課鐘點費) 1. 協同科目： _____ 2. 協同節數： _____

教學期程	學習重點		單元/主題名稱與活動內容	節數	教學資源/學習策略	評量方式	融入議題	備註
	學習表現	學習內容						
			舞蹈動作、舞序。 2. 教師說明並示範「《洛哈地》土風舞」舞序。 《活動5》《洛哈地》土風舞表演與欣賞 教師請學生分組上臺表演 《洛哈地》土風舞並相互觀摩。					

八、本課程是否有校外人士協助教學(本表格請勿刪除)

☒ 否，全學年都沒有(以下免填)

☐ 有，部分班級，實施的班級為：_____

☐ 有，全學年實施

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

*上述欄位皆與校外人士協助教學與活動之申請表一致