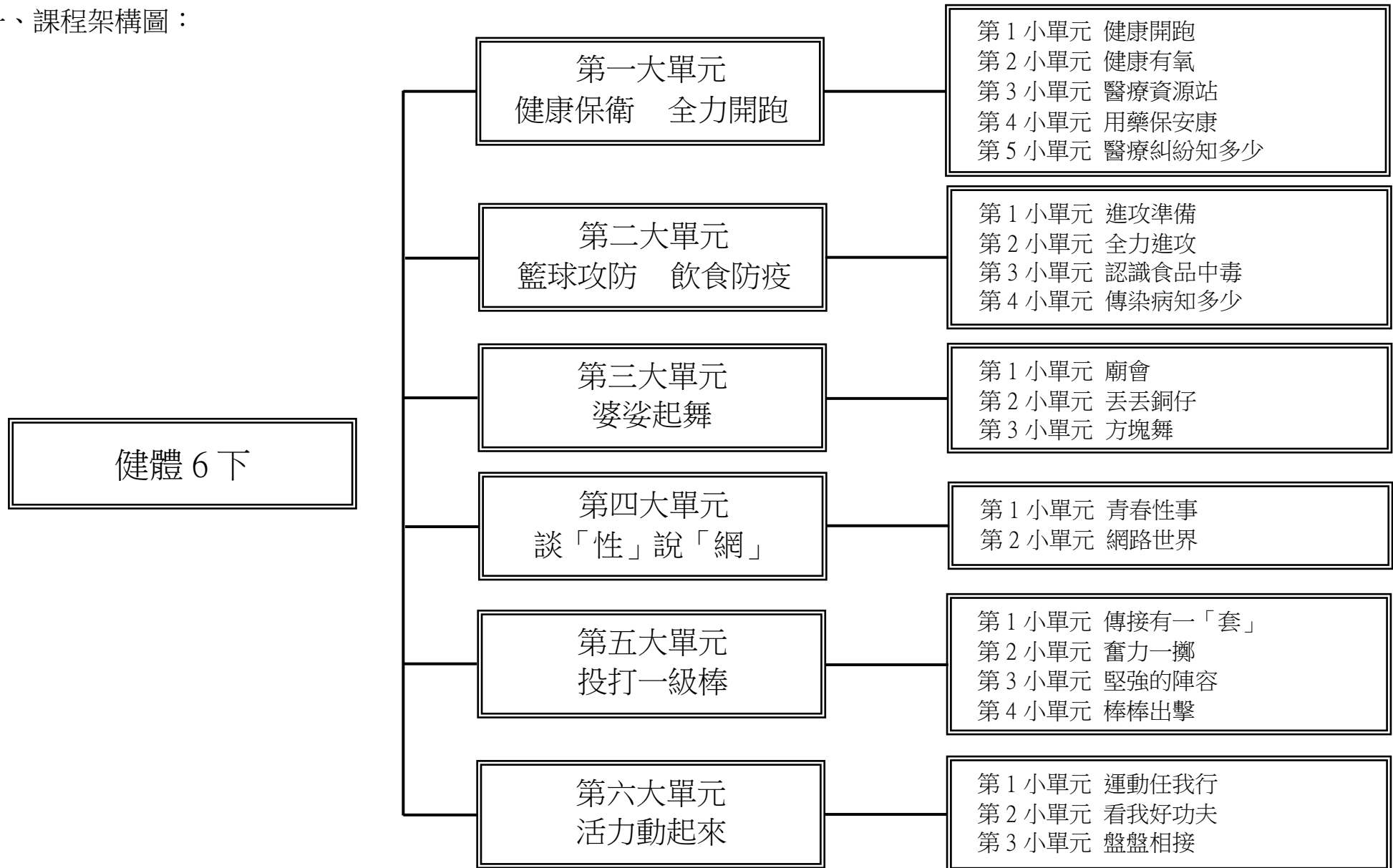


澎湖縣望安鄉將軍國民小學 104 學年度第二學期健康與體育領域課程計畫 設計者:郭筱苙

一、課程架構圖：



二、課程理念：

- 1.以相融相合與相呼相應的模式，將健康與體育做統整教學。
- 2.摒棄傳統健康與體育單一科目的學習，研發更多以「學習者為中心」的教學素材。
- 3.依生長發展、人與食物、運動技能、運動參與、安全生活、健康心理、群體健康等七大主題軸之內涵，加以規畫安排，執行各階段須完成之目標。
- 4.「健康」教材依照學生在不同生長發育階段健康需求的不同，提供充足的健康資訊，作為學生面對健康問題的選擇、判斷及做決定的基礎。
- 5.「體育」教材注重循序漸進發展，在第一階段強調身體基本能力的操作與遊戲活動；第二階段強調運動基本技能的學習與遊戲比賽；第三階段強調應用運動技能與比賽活動的發展。

三、先備經驗或知識簡述：

- 1.了解運動與健康的關係。
- 2.具備辨識、選擇適合的醫療管道的能力，並能選購標示完整的藥品。
- 3.具備操作身體和器具的基本能力，例如：籃球、飛盤、棒壘球、接力跑。
- 4.能認同自我的性別，並了解與兩性互動及相處的方法。
- 5.了解社區可運用的資源與運動場所。

四、課程目標：

- 1.養成尊重生命的觀念，豐富健康與體育生活。
- 2.充實促進健康的知識、態度與技能。
- 3.發展運動概念與運動技能，提升體適能。
- 4.培養增進人際關係與互動的能力。
- 5.培養營造健康社區與環境的責任感和能力。
- 6.培養擬定健康與體育策略與實踐的能力。
- 7.培養運用健康與體育的資訊、產品和服務的能力。

五、教學策略建議：

健康教學以培養兒童具備良好的健康行為為首要目標，本教材運用各種價值澄清、腦力激盪、遊戲法、陪席式討論、布或紙偶戲、演戲、角色扮演、小組討論、實驗、示範、問答、講述法等多元方式，達成各單元的學習目標；體育教學以培養兒童具備良好的身體適應力為首要目標，本教材以啟發、創造、樂趣化之教學，讓兒童在活動中獲得成就感，並享受運動的樂趣。

六、參考資料：

- 1.阮志聰主編（民 88）。運動教育教學手冊。臺北市：教育部臺灣省國民學校教師研習會。
- 2.林正常、王順正（民 91）。健康運動的方法與保健。臺北市：師大書苑。
- 3.行政院衛生署編（民 84）。國民健保手冊。臺北市：衛生署。
- 4.張天任總編輯（民 86）。學生疾病防治與健康醫護手冊。臺北市：教育部。
- 5.晏涵文著（民 91）。兩性關係與性教育。新北市：國立空中大學印行。
- 6.林燕卿、王瑞琪著（民 80）。青春性話。臺北市：耀昇文化事業。
- 7.葉志仙（民 87）。棒球運動——防守技術與戰術。臺北市：中小學棒球運動聯賽籌備委員會。
- 8.張啟隆主編（民 90）。國小體育教學指引。第十、十二冊。新北市：康軒文教。

七、課程計畫：

學習總目標：

- 1.了解接力跑與培養規律的慢跑運動，並建立正確的就醫觀念。
- 2.能熟練各種籃球運動技巧，並培養良好的飲食衛生習慣。
- 3.能同伴相互合作，並正確做出土風舞的基本舞步和動作。
- 4.了解「性」的相關知識，並建立正確的性觀念與兩性交往原則。
- 5.認識壘球運動，並熟練壘球投擲、傳接、打擊等運動技巧。
- 6.了解社區中不同的運動型態，並認識與學習武術與飛盤運動。

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
一	2/12						0				

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
二	2/15 2/20	一、健康保衛 全力開跑	健康開跑、健康有氧	<p>3-2-4 了解運動規則，參與比賽，表現運動技能。</p> <p>4-2-1 了解有助體適能要素促進的活動，並積極參與。</p> <p>4-2-2 評估體適能活動的益處，並藉以提升個人體適能。</p> <p>5-2-5 探討不同運動情境中的傷害預防及其處理。</p> <p>6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。</p>	<p>1.能做出正確的接力跑傳、接棒技巧。</p> <p>2.對慢跑運動與接力跑產生興趣，並認真練習。</p> <p>3.在練習或比賽中，能遵守規則並表現出團隊合作的精神。</p> <p>4.明瞭耐力跑的動作要領和安全的練習方法。</p> <p>5.認識輕鬆運動的好處。</p> <p>6.學會耐力跑的動作技巧。</p> <p>7.訂定提升跑步能力的運動計畫。</p>	<p>體育◎空氣品質議題融入</p> <p>【活動一】跑步運動好處多 1.欣賞田徑圖片或影帶，並徵求看法。</p> <p>【活動二】體適能充電站 1.帶領全班進行提升體適能動作。</p> <p>【活動三】直道全速跑 1.4~6 人一組，取出每人的間隔距離。 2.教師指導正確擺臂與抬腿動作，全班進行直道全速跑。</p> <p>【活動四】彎道全速跑 1.2 人一組，教師指導「彎道全速跑」要領。提醒準備動作、須注意的技巧。</p> <p>【活動五】棒棒相接 1.說明接力賽中傳接棒的重要。示範並指導要領。2 人一組練習並交換角色。</p> <p>【活動六】傳接高手 1.分組進行「原地傳接棒」練習活動。 2.分組進行「慢跑傳接棒」練習活動。 3.分組進行「快跑傳接棒」練習活動。</p> <p>【活動七】團結一心 1.教師說明接力賽團隊合作的重要。 2.4 人一組發表如何發揮團隊合作。</p> <p>【活動八】規則停看聽 1.教師說明接力區範圍與注意事項。 2.各組輪流進行接力區的傳接棒練習。</p> <p>【活動九】接力練習賽 1.4 人一組每人跑 50 公尺，兩人跑彎道，兩人跑直道。互換棒次交替練習。</p> <p>【活動一】大家來慢跑 1.教師說明慢跑時應掌握的要領。</p> <p>【活動二】心肺耐力增強區 1.耐力跑時應循序漸進。 2.以一個循環 800 公尺進行耐力跑。</p> <p>【活動三】輕鬆運動無負擔 1.學生發表輕鬆運動的項目與感覺。</p> <p>【活動四】跑步安全知多少 1.運動時要評估身體與天氣狀況。</p> <p>【活動五】心肺耐力大考驗 1.說明耐力跑路線、要領與呼吸節奏。 2.教師觀察學生跑步情形並記錄成績。</p> <p>【活動六】我的體適能增強計畫 1.依【活動五】成績訂體適能計畫。</p>	3	<p>1.接力棒 4 支、畫線筒。</p> <p>2.教師準備各種運動項目的圖片。</p> <p>3.教師蒐集跑步運動傷害的相關資料。</p>	<p>1.提問回答</p> <p>2.教師觀察</p> <p>3.學生發表</p> <p>4.操作學習</p>	<p>【人權教育】</p> <p>2-3-1 了解人身自由權並具有自我保護的知能。</p>	<p>一、了解自我與發展潛能</p> <p>二、欣賞、表現與創新</p> <p>四、表達、溝通與分享</p> <p>九、主動探索與研究</p> <p>十、獨立思考與解決問題</p>

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
三	2/22 2/26	一、健康保衛 全力開跑	醫療資源站	2-2-6 分享並討論運動與飲食的經驗，並建立個人的健康行為。 7-2-3 確認消費者在與健康相關事務上的權利與義務。	1.分辨西醫的科別。 2.養成正確的就醫行為。 3.願意減少醫療資源的浪費。 4.了解分級醫療和轉診制度的用意。 5.了解部分負擔的用意。	健康 ◎ 空氣品質議題融入 什麼是霾害?什麼是沙塵暴?它們對我們有什麼影響?面對生活中的霾害和沙塵暴，我們可以做些什麼? 【活動一】生病怎麼辦? 1.請學生自由發表運動後正確行為。 2.教師依據課本情境，與學生探討運動後正確行為與生病正確就醫行為。 3.教師歸納說明，並建立學生運動後正確的行為與就醫觀念。 【活動二】該看什麼科? 1.教師徵求學生經驗分享是否有發生過生病卻不知該看哪一科的困擾? 2.教師帶領學生閱讀課本情境，並討論生病時該掛哪一科的相關問題。 3.教師引導學生認識一般醫院或聯合診所的科別，以及這些科別分別診治那些疾病。 4.教師說明家庭醫師的角色與功能，根據症狀求診於適當科別，可把握最佳治療時機。 【活動三】分級醫療 1.教師引導學生思考與發生病到哪裡看病考慮的因素。 2.教師帶領學生思考，若大家不論大病小病都往大醫院求診，會有何後果。 3.教師帶領全班閱讀課本內容，並說明「分級醫療」概念，包含區醫院、區域醫院、醫學中心之差別。 【活動四】部分負擔 1.教師請學生發表不當使用健保卡領藥的看法。 2.教師帶領全班閱讀課本內容，引導學生思考小佳的疑問「看病藥拿得少，算不算吃虧？」 3.教師說明全民健保的精神，並釐清學生看病拿藥的觀念。 4.教師引導學生探討「部分負擔」制度，並強調說明「部分負擔」的目的。	3	1.學生事先記錄之前看病的科別。 2.教師蒐集一般常見的科別症狀對照表。 3.教師準備4級醫療院所圖片，及相關參考資料。	1.提問回答 2.學生發表	【人權教育】 2-3-1 了解人身自由權並具有自我保護的知能。	三、生涯規劃與終身學習 四、表達、溝通與分享 七、規劃、組織與實踐 八、運用科技與資訊 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
四	2/29 3/04	一、健康保衛 全力開跑	用藥保安康、醫療糾紛知多少	1-2-3 體認健康行為的重要性，並運用做決定的技巧來促進健康。 5-2-3 評估危險情境的可能處理方法及其結果。 7-2-3 確認消費者在與健康相關事務上的權利與義務。	1.了解藥品的基本分類。 2.分辨存放藥品的正確方法。 3.了解服用藥品的注意事項。 4.能檢核自己實際的服藥情況。 5.了解醫療糾紛發生的原因。 6.當發生醫療糾紛時，明白如何爭取權益。	健康 【活動一】藥品分3類 1.教師詢問學生，是否聽過有人服用藥品卻使病情更嚴重的例子？ 2.教師說明藥品分級制目的與類別。 3.學生拿出所蒐集的藥品包裝，認識藥品類別：成藥、指示藥、處方藥。 4.教師請學生記錄家中藥品標示上的資料。 【活動二】儲存藥品有一套 1.請學生發表家裡藥品的存放位置，並思考影響藥物存放的因素。 2.教師說明藥品須依包裝的指示存放。 3.教師帶領學生認識儲存藥品的注意事項，補充說明未適當儲存的後果。 【活動三】我會正確服藥 1.教師請學生拿出所蒐集的藥品，及所附的說明書，請學生根據說明書上的內容，演練服藥過程。 2.全班分成6組，每組抽籤演練正確與錯誤服藥的方法，教師再補充說明。 3.請學生配合課本，誠實檢視自己的服藥行為，並改善未做到的部分。 【活動一】認識醫療糾紛 1.教師請學生發表所蒐集的醫療糾紛報導，並嘗試分析形成的可能原因。 2.教師說明「醫療糾紛」的定義。 3.帶領學生閱讀課本案例，請學生思考發生醫療糾紛，該如何處理？ 4.教師歸納說明，「醫療糾紛」可能引發的後果與各方須付出的代價。 5.教師說明醫療糾紛的形成原因。 6.全班分成4組，以角色扮演演出醫療糾紛的狀況，藉此抒發他們的看法。 【活動二】如何避免醫療糾紛？ 1.教師帶領學生閱讀課本內容，並引導學生思考如何避免醫療糾紛。 2.教師說明醫療過程常有不可預測的風險，要避免醫療糾紛，醫療人員、病人和家屬都有責任。 3.教師引導學生討論發生醫療糾紛該如何處理與保障自己的權利。	3	1.教師準備成藥、指示藥、處方藥的實品或圖片。 2.師生事先蒐集吃錯藥的相關報導。 3.師生攜帶藥品的外包裝。 4.師生準備各式藥品（顆粒狀、液狀、粉狀）、藥品說明書、喝藥的量杯。 5.師生事先蒐集醫療糾紛的相關報導。	1.實際演練 2.學生自評 3.提問回答 4.具體實踐	【人權教育】 2-3-1 了解人身自由權並具有自我保護的知能。	三、生涯規劃與終生學習 七、規劃、組織與實踐 八、運用科技與資訊 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
五	3/07 3/11	二、籃球攻防 飲食防疫	進攻準備、全力進攻	3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。 3-2-3 在遊戲或簡單比賽中表現各類運動的基本動作或技術。 6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。	1.能說出上籃的動作要領。 2.能正確做出跨兩步上籃的動作。 3.能正確做出帶球上籃的動作。 4.能與同伴合作，和諧的完成動作或進行遊戲。 5.能正確做出運球上籃的動作。 6.認真學習並注意自己與他人的安全。	體育 【活動一】跑跨跳 1.教師指導學生做全身性暖身活動。 2.教師指導學生沿著籃球場邊線進行跑跨跳活動。 【活動二】上籃首部曲 1.教師說明與示範上籃動作的步伐。 2.請學生嘗試進行跨兩步上籃動作，並在向上躍起時觸摸懸吊的目標物。 3.教師說明跨兩步上籃的步伐，且在第二個跨步後要用力往上跳。 【活動三】上籃二部曲 1.教師利用膠帶在籃球場地上貼出如課本第 35 頁的路線圖，並請學生沿著膠帶做出跨兩步上籃的腳步動作。 2.熟練後，教師示範並說明持球跨兩步上籃的動作，並提醒其注意事項。 3.教師行間巡視學生練習的情況，並適時提醒跨步往上跳。 【活動四】上籃三部曲 1.2 人一組，進行各種不同的跨兩步上籃動作。教師同步說明動作要領。 2.練習的過程中或活動結束，教師請學生發表看法與心得，檢視練習狀況，完成課本上的問題。 3.協調性不佳的學生，教師宜鼓勵放慢節奏，熟悉後再慢慢加快速度。 【活動一】單線進攻 1.教師示範並說明單線進攻動作。 2.教師行間巡視學生練習的狀況，並適時提醒、教導學生動作。 3.教師請學生配合課本，思考如何減少掉球和讓手腳更協調。 【活動二】自行突破 1.教師示範說明右方運球上籃動作。 2.教師示範說明左方運球上籃動作。 3.學生分組練習，教師行間巡視指導。 4.教師提醒學生調整上籃的距離與時機，並且運球前進時眼睛要注視籃框。 5.教師補充說明，運球上籃時必須注意前進的方向和腳步的配合。	3	1.籃球場或寬闊平坦，可供學生跑跳及架設目標物之場所。 2.籃球 6 顆、膠帶、目標物（例如：寶特瓶）數個。 3.籃球場或架有籃框之空曠場地。 4.標誌物 4~6 個（或以椅子替代）。	1.操作學習 2.教師觀察		一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
六	3/14 3/18	二、籃球攻防飲食防疫	全力進攻	<p>3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。</p> <p>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。</p> <p>3-2-3 在遊戲或簡單比賽中表現各類運動的基本動作或技術。</p> <p>3-2-4 了解運動規則，參與比賽，表現運動技能。</p> <p>6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。</p> <p>6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。</p>	<p>1.能說出雙人行進間傳接動作要領。</p> <p>2.能完成雙人行進間傳接及帶球上籃動作。</p> <p>3.能說出轉身過人的動作要領。</p> <p>4.能說出防守的動作要領。</p> <p>5.能正確做出轉身過人的動作。</p> <p>6.能正確做出防守的動作。</p> <p>7.能說出籃球簡單的基本規則。</p> <p>8.能參與小型籃球對抗競賽。</p> <p>9.能與同伴合作，和諧的完成動作或進行遊戲。</p> <p>10.認真學習並注意自己與他人的安全。</p>	<p>體育</p> <p>【活動三】雙人上籃</p> <p>1.2 人一組，相距約 5 公尺，行進間傳球，左方同學持球，傳接 5 次後，由右方同學做出跨兩步上籃動作。</p> <p>2.教師提醒，進行雙人行進間傳球前進時，應注意的事項。</p> <p>3.鼓勵學生思考，是否還有其他要項？請學生踴躍發言。</p> <p>4.教師說明：進行雙人上籃練習最重要的是與同伴的密切配合，並請學生配合課本題目作答，跟全班報告分享。</p> <p>【活動四】轉身過人</p> <p>1.先讓學生練習前後左右運球及運球繞身的練習。</p> <p>2.教師說明並示範轉身過人動作要領。</p> <p>3.學生分組練習轉身過人動作，防守者可以請學生擔任或是放置障礙物。</p> <p>4.學生分成兩組，進行轉身過人運球接力遊戲。</p> <p>【活動五】如影隨形</p> <p>1.教師說明籃球比賽中有效防守的重要性，並講解與示範防守的重點。</p> <p>2.學生 2 人一組練習，一人運球，一人防守。</p> <p>3.教師提醒運球者速度不宜過快，以免防守者無法正確做出防守動作。</p> <p>【活動六】大家來鬥牛</p> <p>1 教師說明籃球比賽規則訂定方式。</p> <p>2.教師引導學生共同討論，有哪些籃球比賽規則可以補充，並且記錄下來。</p> <p>3.教師徵求學生發表課本注意事項中的 3 點，何謂「違規」、「違例」？</p> <p>4.進行分組競賽，教師於競賽過程引導學生適時給予參賽選手加油鼓勵。</p>	3	<p>1.籃球 6 顆。</p> <p>2.籃球場或架有籃框之空曠場地。</p> <p>3.障礙物 4~6 個(或以椅子替代)。</p> <p>4.標誌物 4~6 個(或以椅子替代)。</p>	<p>1.操作學習</p> <p>2.教師觀察</p>		<p>一、了解自我與發展潛能</p> <p>二、欣賞、表現與創新</p> <p>三、生涯規劃與終身學習</p> <p>四、表達、溝通與分享</p> <p>五、尊重、關懷與團隊合作</p> <p>七、規劃、組織與實踐</p>

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
七	3/21 3/25	二、籃球攻防飲食防疫	認識食品中毒	2-2-5 明瞭食物的保存及處理方式會影響食物的營養價值、安全性、外觀及口味。 5-2-3 評估危險情境的可能處理方法及其結果。	1.了解食物的保存方法。 2.能說出食品中毒的定義。 3.能說出造成食品中毒的原因。 4.能說出食品中毒的種類及其症狀。 5.能說出處理食品中毒的方法。 6.能演練處理食品中毒的方法。 7.知道用餐地點的性質與優點。 8.能辨別外出用餐時應注意的事項。	健康 【活動一】病從口入 1.引導學生閱讀課本內容，並發表造成阿宏一家人身體不適的原因。 2.教師配合課本「資訊小站」，說明食品中毒的緊急處理方法。 【活動二】慎防食品中毒 1.教師與學生討論有關食品中毒的報導，並請學生發表對食品中毒的認識。 2.教師說明食品中毒的定義。 3.教師引導學生思考食品中毒常見的原因，並歸納說明。 4.教師與學生討論身為一位消費者可以預防食品中毒的方法。 【活動三】食品中毒的種類與預防方法 1.教師說明不同種類的食品中毒對健康的影響及其預防之道。 2.教師引導學生思考，是否碰過上述食品中毒的情形，處理方式為何？ 3.教師強調，在挑選、調理及食用食品上多加注意，可避免食品中毒發生。 【活動四】食品中毒處理 1.教師說明食品中毒的症狀。 2.教師請學生思考，自己或家人是否曾發生過食品中毒？如何處理？ 3.教師提問：食品中毒後的處理問題，鼓勵學生踴躍發表。 4.教師澄清並歸納學生發表的內容，並說明發生食品中毒時的處理方法。 【活動五】食品中毒檢查站 1.教師說明不同用餐型式優、缺點，並詢問學生「最常外出用餐地點」為何？ 2.教師說明夜市是國人普遍選擇用餐地點，並強調至夜市用餐要注意環境衛生，留意食物安全。 3.教師引導學生思考「外出用餐時，需要注意哪些事項？」，並歸納說明。	3	1.師生於課前蒐集有關食品中毒的報導。 2.請學生於課前上網查詢國內歷年來食品中毒事件的統計資料。 3.師生蒐集關於外出飲食衛生的參考資料。	1.學生發表 2.提問回答 3.具體實踐	【家政教育】 1-3-5 瞭解食物在烹調、貯存、加工等情況下的變化。 【人權教育】 2-3-1 了解人身自由權並具有自我保護的知能。	七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
八	3/28 4/01	二、籃球攻防飲食防疫	傳染病知多少	7-2-1 表現預防疾病的正向行為與活動，以增進身體的安適。	1.能說出傳染病的定義。 2.能說出發生傳染病的三大必要條件。 3.能說出預防傳染病的方法。 4.日常生活中，能確實做到預防傳染病的具體行為。	健康 【活動一】認識傳染病 1.請學生上臺，配合課本演出短劇。 2.教師配合短劇內容，補充說明流行性感冒是種傳染病，並說明傳染途徑。 3.教師說明「帶原者」的定義。 4.教師帶領學生閱讀課本，並設計題目，透過問答方式，澄清學生的觀念。 【活動二】打擊傳染病 1.教師詢問：平日個人的衛生習慣是否良好？徵求學生舉例說明。 2.教師說明為了預防傳染病的發生，可以採取的預防措施。 3.請學生配合課本，檢視生活中做到多少預防傳染病的方法，以舉手表示。 4.徵求學生依據自己蒐集的預防傳染病資料報告，教師歸納整理說明。 5.教師強調平時在個人與環境方面做好防疫措施，以實際行動打擊、消滅傳染病，便可建立一張強固的防疫網。	3	1.師生蒐集傳染病的相關參考資料。 2.學生事先蒐集預防傳染病的相關資料。	1.學生發表 2.提問回答 3.具體實踐		三、生涯規劃與終身學習 七、規劃、組織與實踐

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
九	4/04 4/08	三、婆娑起舞	廟會、丟丟銅仔	3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。 4-2-3 了解影響運動參與的因素。 6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。	1.能說出土風舞動作的順序。 2.能正確的做出踏併步、莎蒂希步、踏點步等舞步。 3.學會將動作組合與連貫。 4.能配合音樂的旋律跳完全舞。 5.能表現合作、愉快的學習態度。 6.能專心學習並表現動作的特點。 7.能表現土風舞應有的禮節。 8.能說出「丟丟銅仔」的源起。	體育 【活動一】歡喜廟會 1.教師解釋土風舞後，詢問並歸納學生參與廟會的經驗及看法，然後帶入主題。 2.介紹活動中敬禮與開始的隊形。 3.請學生練習男女生中國敬禮的動作。 4.教師澄清跳舞時與異性牽手是一種基本禮節。 5.教師指導學生配合「廟會」的歌詞，進行舞步練習活動，利用前奏時間，男右轉女左轉，以中國式敬禮方式敬禮。 【活動二】表演欣賞 1.教師播放「歡喜廟會」音樂，引導學生聆聽、了解舞曲和舞步間的配合。 2.教師帶領學生複習「歡喜廟會」的各個基本舞步。針對較困難的舞步或隊形，教師加強指導並說明。 3.配合音樂，重複整首舞曲 2~3 次，將動作與音樂結合起來。 【活動一】快樂的丟丟銅仔 1.學生發表蒐集的資料，教師整理歸納，並補充有關「丟丟銅仔」的源起。 2.教師解釋「丟丟銅仔」歌詞意涵，並播放 CD 讓學生熟悉其歌詞和旋律。 3.全班分組模擬一列列火車的造型，配合歌詞與旋律，進行創作練習。 4.鼓勵學生發表其他的肢體表現，並利用課餘時間和同伴共同創作。 5.教師指導學生排成「丟丟銅仔」與基本的舞步動作。	3	1.教師準備「廟會」歌詞。 2.輕音樂。 3.教學 CD、錄放音機。 4.寬敞的空間或舞蹈教室。 5.教師準備「丟丟銅仔」歌詞。 6.請學生於課前蒐集「丟丟銅仔」這首歌的源起。	1.學生發表 2.操作學習 3.教師觀察	【性別平等教育】 2-3-2 學習兩性間的互動與合作。 2-3-5 學習兩性團隊合作，積極參與活動。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 十、獨立思考與解決問題

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十	4/11 4/15	三、婆婆起舞	丟丟銅仔、方塊舞	3-2-2 在活動中表現身體的協調性。 4-2-3 了解影響運動參與的因素。 4-2-5 透過運動了解本土與世界文化。 6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。 【期中評量週】	1.能說出「方塊舞」土風舞的含意。 2.能說出土風舞動作的順序。 3.能順暢的交換舞伴。 4.學會將動作組合與連貫。 5.能配合音樂的旋律跳完全舞。 6.能表現合作、愉快的學習態度。 7.能專心學習並表現動作的特點。 8.能表現土風舞應有的禮節。	體育 【活動二】表演欣賞 1.學生聽教師的拍子，複習「丟丟銅仔」的基本舞步。 2.基本舞步熟練後，請學生排成雙圓，再次複習換舞伴的空間隊形變化。 3.教師指導並帶領全班配合隊形，複習全曲的分解動作。 4.教師指導學生 2 人一組，加強練習並將動作組合連貫起來。 5.練習完畢後，全體回到雙圓隊形，接著配合音樂，表演整首曲子。 【活動一】有趣的「方塊舞」 1.師生共同研讀課本內容，了解美國方塊舞的起源。 2.教師介紹美國方塊舞的基本常識。 3.教師配合圖片，講解西方男、女生跳舞前敬禮的基本禮儀，男女生 2 人一組一起練習。 4.教師講解美國方塊舞基本隊形。 5.教師配合英語口令指導動作。 6.教師強調：方塊舞是屬於活動量大、團體默契高的土風舞，課餘時間和同伴多加練習。 【活動二】表演欣賞 1.教師帶領學生複習男女生敬禮的基本禮儀動作。 2.教師引導學生複習方塊舞音樂，解說英語口令的意思與動作。 3.請學生排成行列式的隊形，男左女右，配合教師的拍子，複習方塊舞的動作與隊形的變化。 4.4 人一組，配合口令與節拍，分組練習方塊舞基本舞步、動作與隊形變化。 5.分組練習時，教師在各組間觀察、巡視，糾正與指導正確的動作。 6.教師請學生發表跳方塊舞的感想及其遇到的問題，並針對學生的演出給予適當的鼓勵與講評。	3	1.教師準備「丟丟銅仔」歌詞。 2.教學 CD、錄音機。 3.寬敞的空間或舞蹈教室。	1.學生發表 2.教師觀察 3.操作學習	【性別平等教育】 2-3-2 學習兩性間的互動與合作。 2-3-5 學習兩性團隊合作，積極參與活動。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 六、文化學習與國際了解 十、獨立思考與解決問題

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十一	4/18 4/22	四、談「性」說「網」	青春性事	1-2-5 檢視兩性固有的印象及其對兩性發展的影響。 1-2-6 解釋個人與群體對性方面之行為，表現出不同的信念與價值觀。	1.舉例說出社會文化對性的影響。 2.能採取行動，拒絕黃色笑話。 3.願意與父母討論性話題。 4.能由適當的管道獲得正確的性資訊。	健康 【活動一】知「性」話題 1.教師拿出事先準備的物品，配合音樂傳物，當音樂暫停時，物品在哪位學生手上，該生則起立，並告訴大家他認為「性」是什麼。依此類推，請學生表達個人對性的了解及看法。 2.教師歸納說明，「性」其實是人類正常生活的一部分。透過性教育，我們除了認識自己和異性的生理、心理變化、性別角色之外，也學習到如何和同性、異性朋友相處與交往，建立親密的人際關係。 【活動二】掃黃特區 1.配合課本內容，教師請學生自由發表：聽到身邊有人正在說黃色笑話時，會有何反應？ 2.教師說明，有些人喜歡以講黃色笑話的方式來表達有關「性」的話題，其實這對他人來說是不尊重的表現，而且也算是一種言語上的性騷擾。 3.教師請學生分組，針對遠離及拒絕黃色笑話的方法，進行小組討論及演練。 【活動三】與父母談性 1.請學生自由發表，我們可以從哪些管道獲得性方面的知識。 2.教師說明，「性」其實是可以公開談論的話題，除了從學校的課程可以獲得正確的性知識之外，在家庭中也可以試著主動跟父母談「性」。 3.請學生參考課文內容，演出在家庭中與父母談性的情境。教師強調在對話時如果能注意到課文中所列的事項，可以讓彼此感覺更輕鬆自在。 【活動四】善用資源 1.教師帶領全班配合課文所提示的網站或機構，引導學生認識正確的性知識管道。 2.教師詢問學生還知道哪些管道或資源可以提供正確的性知識或是解答有關性的疑惑？請學生就課前所蒐集的資料提出報告。	3	1.教師準備「音樂傳物」用物品一件（最好是體積大且不具危險性者，例如：布偶、氣球）。 2.音樂 CD 或錄音帶及錄音機。 3.請學生蒐集能提供正確性資訊的機構、網站、參考書籍等資源。	1.學生發表 2.提問回答 3.課堂演練 4.自我實踐 5.學生自評	【性別平等教育】 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 3-3-4 解讀各種媒體所傳遞的性別刻板印象。	一、了解自我與發展潛能 三、生涯規劃與終身學習 五、尊重、關懷與團隊合作

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十二	4/25 4/29	四、談「性」說「網」	網路世界	1-2-3 體認健康行為的重要性，並運用做決定的技巧來促進健康。 1-2-5 檢視兩性固有的印象及其對兩性發展的影響。	1.能思考網路交友的相關問題。 2.能保護自己，避開網路性陷阱。 3.能舉例說出人際交往時需注意的事項。 4.培養正確使用網路的態度。 5.能說出網路成癮對健康的影響。 6.能配合量表評估自己的上網行為。 7.了解戒除網癮的策略。 8.能正確使用網路不沉迷。	健康 【活動一】網路交友陷阱多 1.教師說明網路交友雖然可以滿足許多人際間的需求，但是網路上匿名的特性，讓許多人可以隱藏自己真實的一面，以假冒的身分，透過鍵盤交友。 2.請學生閱讀課本 80 頁小芳結交網友的例子，並共同討論。 3.教師配合課本 81 頁案例，強調網路交友隱藏著許多危險和陷阱，要提高警覺、小心提防。 【活動二】健康的人際交往 1.教師說明網路交友風險高，在現實世界中藉著參與活動來了解朋友、發展社交技巧，是較合適的方式。 2.配合課本內容，請學生發表人際互動時應注意的事項，例如：坦誠相待；多方溝通，了解彼此的價值觀和優缺點；注意禮貌，不亂發脾氣；多尊重和體諒對方的想法與感受。 【活動三】正確使用網路 1.教師說明網路在現今社會中扮演著日益重要的角色，它提供了資料查詢、電子郵件傳遞、學習、商務等。 2.教師舉例說明善用網路的例證，請學生分享平常利用網路做些什麼？一天花多少時間上網？ 【活動四】網路成癮知多少 1.教師帶領學生閱讀 84 頁課文，說明阿國的情況就是網路成癮。 2.師生共同探討網路成癮的影響：生理層面：近視加深、肩膀痠痛；心理層面：焦躁不安、憂鬱；行為層面：生活作息不正常、影響課業、。 3.請學生配合課本 85 頁的網路成癮評量表進行自我評估並分享。 【活動五】擋得住的誘惑 1.為了改善自己的身心健康、家庭生活、人際關係與社會適應情形，應戒除網癮，回復正常上網行為。 2.請學生分組討論，協助網路成癮的組員改善過度使用網路行為。	3	1.分組蒐尋網路交友的實例，並對案例做出評論。 2.師生共同蒐集「人際交往」相關資料。 3.教師蒐集數則網路成癮的案例，可上中小學網路素養與認知網站「焦點新聞」瀏覽。 4.根據前一節課網路成癮的評估結果將學生分組(4~5 人一組)，每組至少有一位危險級或預警級的網路使用者。	1.學生發表 2.教師觀察 3.學生自評 4.提問回答 5.操作學習	【性別平等教育】 1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 3-3-4 解讀各種媒體所傳遞的性別刻板印象。	一、了解自我與發展潛能 三、生涯規劃與終身學習 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十三	5/02 5/06	五、投打一級棒	傳接有一「套」	1-2-2 應用肢體發展之能力，從事適當的身體活動。 3-2-3 在遊戲或簡單比賽中表現各類運動的基本動作或技術。 5-2-5 探討不同運動情境中的傷害預防及其處理。	1.能說出投擲與傳接的動作要領。 2.能說出壘球運動中的傷害預防與處理方法。 3.能戴上手套進行滾地球傳接的動作。 4.能戴上手套進行低手拋接的動作。 5.能戴上手套進行肩上傳接的動作。 6.能戴上手套進行高飛球的傳接動作。	體育 【活動一】牛刀小試 1.請學生自由發表：日常生活中或哪些運動項目需要運用到投擲的技巧？ 2.教師說明壘球的持球動作。 3.教師請學生體驗投球時，手部關節彎曲與伸展等運用的感覺。 4.請學生發表不同關節與不同力量運用後的感覺，教師並補充說明。 【活動二】滾地球傳接 1.教師示範投擲滾地球的動作要領。 2.教師進一步說明接滾地球的方法。 3.教師請學生兩兩一組，進行兩人滾地球傳接的練習活動。 【活動三】低手拋接 1.教師帶領學生進行暖身活動。 2.教師指導並示範低手拋接的動作要領，並請學生戴上手套進行拋接練習。 3.教師說明低手拋擲的動作，並帶領學生利用呼拉圈練習低手拋擲動作。 4.2 人一組，戴上手套練習低手拋接。 【活動四】活動前要暖身 1.教師說明投擲前應加強手部、肩部、腰部等暖身活動。 2.教師可視教學狀況補充說明發生脫臼的情形與原因。 3.教師徵求學生自願發表案例或經驗，並與同學分享當時處理的方式。 4.教師強調，發生脫臼時應避免移動受傷部位，並歸納如何防範與避免。 【活動五】肩上傳接 1.教師帶領學生進行暖身活動。 2.教師指導原地肩上傳接動作技巧，並提醒投擲練習時的安全距離。 3.2 人一組，練習肩上傳接的動作，並以手套接住對方擲出的球，教師則行間巡視，適時指導與糾正學生動作。 4.教師說明：球出手的角度會影響球投擲出去後的高度與遠度，並請學生嘗試改變投球角度，體驗擲出高飛球。 5.2 人一組，練習原地高飛球投擲動作，並以手套接住對方擲出的球。	3	1.壘球約 20 顆。 2.棒、壘球手套 10 個以上。 3.呼啦圈數個。 4.平坦寬廣空曠的場地。	1.提問回答 2.操作學習		一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十四	5/09 5/13	五、投打一級棒	奮力一擲、堅強的陣容、棒球打擊	3-2-3 在遊戲或簡單比賽中表現各類運動的基本動作或技術。 3-2-4 了解運動規則，參與比賽，表現運動技能。 5-2-2 判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。 5-2-5 探討不同運動情境中的傷害預防及其處理。	1.能配合助跑，做出交叉步投擲的動作。 2.能說出壘球運動的場地、守備與規則。 3.能與同伴討論，說出規則。 4.能說出揮棒打擊的動作要領。 5.能利用球座，做出揮棒打擊的動作。 6.能遵守團隊規範，融洽參與。	體育 【活動一】交叉步投擲 1.教師提醒壘球的基本持球動作。 2.教師指導交叉步投擲動作要領。 3.全班分成兩組，一組練習交叉步投擲，一組負責將球撿回。 【活動二】壘球擲遠 1.教師指導學生加上助跑兩步後，再跨出右腳進行投擲。 2.學生分成擲球組與撿球組，輪流更替以助跑結合交叉步投擲的動作，進行壘球擲遠活動。練習完，記錄所投擲的距離。 【活動一】各司其職 1.教師配合課本講解慢速壘球的場地與守備位置，並說明棒、壘球比賽強調團隊的合作，大家需各盡職責。 2.教師徵求學生自由發表參與棒、壘球運動時，應該注意哪些事項？並歸納整理說明。 【活動二】熱鬧滿場 1.運用學過的傳接球技巧，搭配不同的守備位置，進行綜合練習活動。 2.在場地中規畫出4壘的場地，將全班分成3組練習，每組約9~12人。 3.每組練習約6分鐘後，相互對調調整其守備位置與練習方式。 【活動一】真槍實彈 1.教師請學生自由發表嘗試棒、壘球運動的打擊動作感覺，並說明將以木棒或鋁棒進行活動。 2.將球放置樂樂棒球球座練習打擊。 3.教師指導並示範揮棒打擊的動作。 4.學生自由練習，教師行間巡視指導。 【活動二】揮棒不落空 1.全班分成2~3組，每組9~12人，準備球座、球棒與球，開始進行遊戲。 2.每組由一人先開始揮擊，其餘組員則戴上手套分布在球場內，準備迎接組員擊出的高飛球或滾地球。 3.遊戲結束後，各組統計得分，或以個人方式計算得分，教師予以獎勵。	3	1.壘球至少15顆、畫線筒。 2.平坦寬廣空曠的場地。 3.壘球至少20顆，壘包至少4個。 4.棒、壘球手套數個。 5.木棒或鋁棒數支。 6.樂樂棒球球座。 7.平坦寬廣的草地或空地。	1.提問回答 2.操作學習 3.教師觀察		一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 三、生涯規劃與終身學習 九、主動探索與研究 十、獨立思考與解決問題

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十五	5/16 5/20	六、活力動起來	運動任我行、看我好功夫	<p>3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。</p> <p>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。</p> <p>4-2-1 了解有助體適能要素促進的活動，並積極參與。</p> <p>4-2-3 了解影響運動參與的因素。</p> <p>4-2-4 評估社區運動環境並選擇參與。</p> <p>4-2-5 透過運動了解本土與世界文化。</p> <p>7-2-4 確認消費者在運動相關事物上的權利義務及其與健康的關係。</p>	<p>1.能觀察並說出社區中適合運動的場所。</p> <p>2.能分辨消費性的運動服務項目。</p> <p>3.能說出是否喜歡運動，並發表其理由。</p> <p>4.能依個人個性、興趣，或有同伴同行等因素，欣賞並參與所喜好的運動。</p> <p>5.能說出拳掌與步樁動作的名稱與要領。</p> <p>6.能做出基本拳掌與步樁動作。</p> <p>7.能在活動中表現認真參與的態度。</p> <p>8.能搭配拳掌做出馬步與弓步等招式動作。</p>	<p>體育◎空氣品質議題融入</p> <p>【活動一】社區巡禮</p> <p>1.學生調查自己社區中有哪些可供運動的場所，並繪圖標示。</p> <p>2.分組討論其觀察到自己社區中的人、事、時、地等方面，並輪流發表或繪圖說明。教師歸納說明。</p> <p>【活動二】流行運動風</p> <p>1.教師說明雖然運動項目不同，但同樣可以達到強健體魄、健身的目的。</p> <p>2.學生發表為何大家喜歡的運動不同？引導學生釐清影響自己運動參與的因素並想辦法克服。</p> <p>【活動一】摩拳擦掌</p> <p>1.教師強調武術運動講求以穩重的步伐，表現出「四兩撥千斤」的巧勁。</p> <p>2.教師示範武術基本抱拳動作。</p> <p>3.教師介紹武術運動中，握拳與出掌的方法及注意事項。請學生自行練習。</p> <p>【活動二】挑戰新拳王</p> <p>1.教師介紹 5 種基本的拳掌動作。</p> <p>2.教師請學生分組進行拳王猜拳遊戲，猜中對方的拳掌動作表示獲勝。</p> <p>3.教師可請學生討論後，自訂失敗者處罰方式，以增進遊戲樂趣與挑戰。</p> <p>【活動三】四平八穩</p> <p>1.教師介紹武術常見的基本步樁動作。</p> <p>2.教師示範「馬步」、「弓步」動作要領。</p> <p>3.3 人一組，比較誰能維持較久的「馬步」、「弓步」動作，並相互觀察與指導動作，記錄下來。</p> <p>【活動四】歡喜來亮相</p> <p>1 教師示範「馬步」的拳掌組合動作：馬步陰拳、馬步雙劈。</p> <p>2.教師示範「弓步」的拳掌組合動作：弓步立拳、弓步雙推。</p> <p>3.學生 3~5 人一組，練習時應喊出口令並達到整組同時做出動作的程度。</p> <p>【活動五】「戲」弄乾坤</p> <p>1.武術動作可藉由遊戲競賽方式，考驗拳掌與步樁動作。</p> <p>2.進行馬步雙劈、弓步雙推遊戲。</p>	3	<p>1.教師或學生課前蒐集相關運動場所圖照。</p> <p>2.平坦空曠的場地。</p> <p>3.報紙數張。</p> <p>4.相同大小紙箱至少 3 個。</p> <p>5.室外平坦空曠的場地。</p>	<p>1.討論發表</p> <p>2.實際分析</p> <p>3.提問回答</p> <p>4.操作學習</p>	<p>【人權教育】</p> <p>1-3-1 表達個人的基本權利，並了解人權與社會責任的關係。</p> <p>【性別平等教育】</p> <p>2-3-2 學習兩性間的互動與合作。</p> <p>2-3-5 學習兩性團隊合作，積極參與活動。</p>	<p>一、了解自我與發展潛能</p> <p>二、欣賞、表現與創新</p> <p>三、生涯規劃與終身學習</p> <p>四、表達、溝通與分享</p> <p>五、尊重、關懷與團隊合作</p> <p>六、文化學習與國際了解</p> <p>七、規劃、組織與實踐</p> <p>八、運用科技與資訊</p> <p>九、主動探索與研究</p> <p>十、獨立思考與解決問題</p>

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十六	5/23 5/27	六、活力動起來	盤盤相接	3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。 3-2-4 了解運動規則，參與比賽，表現運動技能。 6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。 6-2-5 了解並培養健全的生活態度。	1.認識多樣化的飛盤運動玩法。 2.能從飛盤活動中表現出控制身體移位的能力。 3.學會控制飛盤的飛行路徑與力量技巧。 4.善用課餘時間，與同儕或家人主動選擇。 5.能做出飛盤的傳接動作與創意玩法。 6.能在活動中表現認真參與的態度。	體育 【活動一】飛盤萬花筒 1.教師帶領學生了解飛盤運動對人體的好處。 2.教師指導學生飛盤高爾夫、飛盤花式、回收計時賽遊戲。 【活動二】彈跳飛碟 1.教師說明，彈跳飛碟與一般飛盤傳接的差異。 2.採分組方式進行，以組別輪流更替。 3.教師指導雙人彈跳飛碟傳接動作。 【活動三】搶盤快手 1.分組練習，外場以最快速度做來回傳接，內場之學生需快速移動身體，並將飛盤搶下，成功搶下3次後做內外場輪換練習。 【活動四】穿梭時空 1.2人一組，相距約6~8公尺，複習飛盤的直線傳接練習。 2.改為3人或多人進行傳接練習。 ◎ 空氣品質議題融入	3	1.各種飛盤比賽圖片。 2.每兩個學生準備一個飛盤。 3.室外平坦空曠的草地。	1.提問回答 2.操作學習	【性別平等教育】 2-3-2 學習兩性間的互動與合作。 2-3-5 學習兩性團隊合作，積極參與活動。 【家政教育】 4-3-3 運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。 4-3-5 參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。	一、了解自我與發展潛能 二、欣賞、表現與創新 四、表達、溝通與分享 五、尊重、關懷與團隊合作 七、規劃、組織與實踐

起訖週次	起訖日期	主題	單元名稱	對應能力指標	教學目標	教學活動重點	教學節數	教學資源	評量方式	重大議題	十大基本能力
十七	5/30 6/03	六、活力動起來	盤盤相接	<p>3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。</p> <p>3-2-4 了解運動規則，參與比賽，表現運動技能。</p> <p>6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。</p> <p>6-2-5 了解並培養健全的生活態度。</p> <p>【期末評量週】</p>	<p>1.認識多樣化的飛盤運動玩法。</p> <p>2.能從飛盤活動中表現出控制身體移位的能力。</p> <p>3.學會控制飛盤的飛行路徑與力量技巧。</p> <p>4.善用課餘時間，與同儕或家人主動選擇。</p> <p>5.能做出飛盤的傳接動作與創意玩法。</p> <p>6.能在活動中表現認真參與的態度。</p>	<p>體育</p> <p>【活動五】默契十足</p> <p>1.教師請學生回想看看，自己是否有遇過接不到對方的飛盤或對方傳不好的情況？並徵求學生自願發表。</p> <p>2.引導學生與同伴建立良好溝通、絕佳默契，才能團結一致爭取團隊成績。</p> <p>【活動六】彎盤飛碟</p> <p>1.教師說明示範彎盤角度的大小與飛盤飛行路徑的相互關係。</p> <p>2.2 人一組，進行彎盤角度小的傳接練習，3 分鐘後，再進行彎盤角度大的傳接練習活動。</p> <p>【活動七】飛壘會議</p> <p>1.請學生參考「飛壘賽規則表」中的規則，分組討論，自訂屬於自己組別的規則，以預備進行瘋狂飛壘賽。</p> <p>【活動八】瘋狂飛壘賽</p> <p>1.場地布置如課本圖示。</p> <p>2.每 9 人一組，全班共分成 4~5 組，每人均上場擲完一次後換組進行。</p> <p>3.配合自訂的比賽規則，進行飛盤的綜合比賽活動。</p>	3	<p>1.壘包 3 個、畫線筒。</p> <p>2.飛盤約 4~6 個。</p> <p>3.室外平坦空曠的草地。</p>	<p>1.提問回答</p> <p>2.操作學習</p>	<p>【性別平等教育】</p> <p>2-3-2 學習兩性間的互動與合作。</p> <p>2-3-5 學習兩性團隊合作，積極參與活動。</p> <p>【家政教育】</p> <p>4-3-3 運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。</p> <p>4-3-5 參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。</p>	<p>一、了解自我與發展潛能</p> <p>二、欣賞、表現與創新</p> <p>四、表達、溝通與分享</p> <p>五、尊重、關懷與團隊合作</p> <p>七、規劃、組織與實踐</p>
十八	6/06 6/10			【畢業週】							