

類別	一年級上學期	一年級下學期
健康	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 健康又快樂 認識健康中心 安全的遊戲守則 遊戲天地 <ul style="list-style-type: none"> ◎ 身體會說話 五個好幫手 好好愛我 身體總動員 <ul style="list-style-type: none"> ◎ 健康每一天 一天的開始 小行動大健康 吃飯的時候 飯後好習慣 天天排便好健康 好好愛身體 天天都健康	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 我的好夥伴 我想交朋友 如何交朋友 <ul style="list-style-type: none"> ◎ 舒適的環境 社區尋寶 動手愛家園 假日好休閒 旅遊要規畫野外安全 親近大自然 珍惜地球資源 <ul style="list-style-type: none"> ◎ 保健小學堂 疾病不要來 症狀大集合 出遊「藥」注意 <ul style="list-style-type: none"> ◎ 小水滴旅行 跳躍的水滴 溪流到大海
體育	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 學習教育部推動新式健康操「剪刀石頭布」(低年級)。 ◎ 上課單元:60m 短跑、跳繩、立定跳、低年級健康操、籃球、拍球、足球運球、呼啦圈、墊上運動。 ◎ 體育課配合每週五運動日活動(上午 8:00 - 8:40) 活動內容以趣味性、遊戲化的方式進行團體競賽。 ◎ 運動日活動項目：移物接力、障礙賽跑、大腳哈利、母雞下蛋、觀摩健康操與基本動作原地轉法比賽、拍球、袋鼠跳、足球接力及兩人三腳。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 熟悉教育部推動新式健康操「剪刀石頭布」(低年級)。 ◎ 配合課程用手寫字，用到手部的小肌肉，安排體育課上拍球(籃球)課程加強小肌肉練習。 ◎ 上課單元:60m 短跑、跳繩、立定跳、低年級健康操、籃球、拍球、足球運球、呼啦圈、墊上運動。 ◎ 延續上學體育課與運動日結合活動內容以趣味性、遊戲化的方式進行團體競賽。 ◎ 運動日活動項目：桌球接力、跳繩、呼啦圈接力、拔河、觀摩越野賽跑及觀摩大隊接力比賽。 ◎ 配合校慶運動會練習比賽項目(低年級 60 公尺)及表演活動。

類別	二年級上學期	二年級下學期
健康	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 健康守護神 正確有效的用藥 我會保管藥物 <ul style="list-style-type: none"> ◎ 愛護五官 神奇的五官 愛護五官有妙招 <ul style="list-style-type: none"> ◎ 健康的飲食 遠離糖果屋 健康小尖兵 飲食與健康 <ul style="list-style-type: none"> ◎ 家庭歡樂派 歡樂時光 你好我也好 愛的禮物	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 聰明消費保健康 運動消費停看聽 運動資訊通 <ul style="list-style-type: none"> ◎ 健康飲食 選購食品學問多 食品安全紅綠燈 外食有一套 怎樣吃最健康 <ul style="list-style-type: none"> ◎ 成長與安全 迎接新生命 成長的足跡 小君長大了 身體的接觸 當身體的好主人 預防迷路妙招
體育	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 精熟教育部推動新式健康操「剪刀石頭布」(低年級)。 ◎ 配合課程進行體育遊戲，建立運動安全的正確觀念。 ◎ 上課單元: 60m 短跑、跳繩、立定跳、低年級健康操、籃球拍球、足球運球、踢毬子、單槓 爬竿、仰臥起坐、呼啦圈。 ◎ 體育課配合每週五運動日活動(上午 8:00 - 8:40) 活動內容以趣味性、遊戲化的方式進行團體競賽。 ◎ 運動日活動項目：移物接力、障礙賽跑、大腳哈利、母雞下蛋、觀摩健康操與基本動作原地轉法比賽、拍球、袋鼠跳、足球接力及兩人三腳。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 配合課程進行體育遊戲，加強運動安全宣導。 ◎ 上課單元: 60m 短跑、跳繩、立定跳、低年級健康操、籃球拍球、足球運球、踢毬子、單槓爬竿、仰臥起坐、呼啦圈。 ◎ 延續上學體育課與運動日結合活動內容以趣味性、遊戲化的方式進行團體競賽。 ◎ 運動日活動項目：移物接力、障礙賽跑、大腳哈利、母雞下蛋、觀摩健康操與基本動作原地轉法比賽、拍球、袋鼠跳、足球接力及兩人三腳。 ◎ 配合校慶運動會練習比賽項目(低年級 60 公尺)及表演活動。

類別	三年級上學期	三年級下學期
健康	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 寶貝我的感官 耳聰目明 愛護鼻、舌和皮膚 ◎ 聲明的樂章 出生圓舞曲 和家人相處 老化與死亡 ◎ 快樂的社區 社區新體驗 健康又環保 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 安全小專家 居家安全 生活中的安全 校園霸凌 ◎ 飲食與健康 飲食學問大 怎麼吃才健康 ◎ 健康小達人 健康生活有一套 消費停看聽
體育	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 學習教育部推動新式健康操「GO! GO 跑、跳、蹦」(中高年級)。 ◎ 上課單元: 足球射門、手球擲準、中高年級健康操、100m 短跑、樂樂棒打擊、籃球投籃、越野賽跑。 ◎ 體育課配合每週五運動日活動(上午 8:00 - 9:20) 活動內容以趣味性、遊戲化的方式進行團體競賽。 ◎ 運動日活動項目: 拔河比賽、健康操與基本動作原地轉法比賽、大隊接力比賽、越野賽跑及龍排球。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 上課單元: 足球射門、手球擲準、中高年級健康操、100m 短跑、樂樂棒打擊、籃球投籃、越野賽跑。 ◎ 延續上學體育課與運動日結合活動內容以趣味性、遊戲化的方式進行團體競賽。 ◎ 運動日活動項目: 拔河比賽、紙接力、兩人三腳、跳長繩、大隊接力、越野賽跑、連線遊戲及躲避球。 ◎ 配合校慶運動會練習比賽項目(100m)及表演活動。

類別	四年級上學期	四年級下學期
健康	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 危機總動員 危險就在身邊 可怕的火災 救護小先鋒 親水遊戲 ◎ 飲食與運動 神奇的營養素 飲食運動要注意 ◎ 口腔保衛戰 認識牙齒 口腔疾病知多少 護齒大作戰 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 迎向青春期 成長路快慢行 青春你我他 關心與尊重 ◎ 天然災害知多少 天搖地動 颱風來襲 ◎ 健康耳鼻喉 耳鼻喉健康診所 耳鼻喉守護者
體育	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 複習教育部推動新式健康操「GO! GO 跑、跳、蹦」(中高年級)。 ◎ 於課程中納入教育部四項體適能測驗: 坐姿體前彎、800m、100m 及立定跳遠。 ◎ 上課單元: 躲避球、桌球、中高年級健康操、100m 短跑、800m 中長跑、立定跳、仰臥起坐、坐姿體前彎、樂樂棒、籃球籃下 30 秒擦板、游泳。 ◎ 體育課配合每週五運動日活動(上午 8:00 - 9:20) 活動內容以趣味性、遊戲化的方式進行團體競賽。 ◎ 運動日活動項目: 拔河比賽、健康操與基本動作原地轉法比賽、大隊接力比賽、越野賽跑及龍排球。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 上課單元: 躲避球、桌球、中高年級健康操、100m 短跑、800m 中長跑、立定跳、仰臥起坐、坐姿體前彎、樂樂棒、籃球籃下 30 秒擦板、游泳。 ◎ 延續上學體育課與運動日結合活動內容以趣味性、遊戲化的方式進行團體競賽。 ◎ 運動日活動項目: 拔河比賽、紙接力、兩人三腳、跳長繩、大隊接力、越野賽跑、連線遊戲及躲避球。 ◎ 配合校慶運動會練習比賽項目(跳遠、100m、壘球擲遠)及表演活動。

類別	五年級上學期	五年級下學期
健康	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 安全新生活 事故傷害放大鏡 平安去郊遊 家庭休閒活動日 ◎ 做自己愛自己 獨特的自己 珍愛自己 ◎ 健康防護罩 當心傳染病 醫療服務觀測站 醫療消費有一套 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 寶貝我的家 溝通的藝術 家庭危機 ◎ 美麗人生 生長你我他 飲食小專家 ◎ 搶救地球 生病的地球 環境污染面面觀 ◎ 老化與健康 關懷老年人 健康檢查
體育	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 複習教育部推動新式健康操「GO! GO 跑、跳、蹦」(中高年級)。 ◎ 於課程中納入教育部四項體適能測驗:坐姿體前彎、800m、100m 及立定跳遠。 ◎ 上課單元:羽球、中高年級健康操、100m 短跑、800m 中長跑、立定跳、仰臥起坐、坐姿體前彎、籃球運球上籃、游泳。 ◎ 體育課配合每週五運動日活動(上午 8:00 - 9:20) 活動內容以趣味性、遊戲化的方式進行團體競賽。 ◎ 運動日活動項目:拔河比賽、健康操與基本動作原地轉法比賽、大隊接力比賽、越野賽跑及龍排球。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 上課單元:羽球、中高年級健康操、100m 短跑、800m 中長跑、立定跳、仰臥起坐、坐姿體前彎、籃球運球上籃、游泳。 ◎ 延續上學體育課與運動日結合活動內容以趣味性、遊戲化的方式進行團體競賽。 ◎ 運動日活動項目:拔河比賽、紙接力、兩人三腳、跳長繩、大隊接力、越野賽跑、連線遊戲及躲避球。 ◎ 配合校慶運動會練習比賽項目(跳遠、100m、壘球擲遠)及表演活動。

類別	六年級上學期	六年級下學期
健康	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 人際加油站 人際交流 拒絕的藝術 化解衝突 ◎ 聰明消費學問多 消費停看聽 消費高手 ◎ 非常男女大不同 哪裡不一樣 拒絕騷擾與侵害 性別平等與自我肯定 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 健康保衛 全力開跑 健康有氧 醫療資源站 用藥保安康 醫療糾紛知多少 ◎ 飲食防疫 認識食品中毒 傳染病知多少 ◎ 談「性」說「網」 青春性事 網路世界
體育	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 複習教育部推動新式健康操「GO! GO 跑、跳、蹦」(中高年級)。 ◎ 於課程中納入教育部四項體適能測驗:坐姿體前彎、800m、100m 及立定跳遠。 ◎ 上課單元:羽球、中高年級健康操、100m 短跑、800m 中長跑、立定跳、仰臥起坐、坐姿體前彎、排球、籃球跳投、游泳。 ◎ 體育課配合每週五運動日活動(上午 8:00 - 9:20) 活動內容以趣味性、遊戲化的方式進行團體競賽。 ◎ 運動日活動項目:拔河比賽、健康操與基本動作原地轉法比賽、大隊接力比賽、越野賽跑及龍排球。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 上課單元:羽球 中高年級健康操、100m 短跑、800m 中長跑、立定跳、仰臥起坐、坐姿體前彎、排球、籃球跳投、游泳。 ◎ 延續上學體育課與運動日結合活動內容以趣味性、遊戲化的方式進行團體競賽。 ◎ 運動日活動項目:拔河比賽、紙接力、兩人三腳、跳長繩、大隊接力、越野賽跑、連線遊戲及躲避球。 ◎ 配合校慶運動會練習比賽項目(跳遠、100m、壘球擲遠)及表演活動。