

小三升小四導讀

新舊課程應注意的銜接點，只是代表在這些銜接點上面，「可能」發生學習困難。因為，轉軌學生有無學習困難應由教師做出專業判斷，特別是【健康與體育】學習領域的能力指標是隨著「人」的生長、成熟而逐漸加深、加廣，其意義代表著「人」只要生理與心理發展成熟至某一階段，某些基本能力亦會自然達成，所以身處教學現場的第一線教師應特別注意。事實上，每個學生的銜接點不大相同，有些內容老師教過但也有的老師沒教過；教過的不一定會，沒教的也不一定不會。我們深信教師的專業與能力，透過編輯小組所完成的分析表及建議表的資料，決策自己的教學計畫，讓學生學得基本的能力。

因此，本手冊的主要目的是「提供資源，支援第一線學校及教師進行處理」，而不是指揮第一線學校及教師「應如何進行教學」，且手冊所提供之可用資源或許只能滿足該能力指標之一部份，教師對學生學習困難的處理，必須摻入教師自身的專業判斷與專業創造，幫助轉軌學生銜接課程，其教材、教法亦由教師決定，教師瞭解學生健康行為習慣的實踐與身體生長發展的成熟度，判斷學生起點行為是否不足，再決定是否需要進行補救教學，絕不是依拿到的銜接教材來照本宣科。

最後，感謝所有編輯小組的伙伴及指導委員，犧牲自己的假日與其他寶貴的時間，使得課程銜接手冊在集合眾人智慧與教學經驗的努力與分享下出爐，雖然是一件很辛苦的工作，但也是一件很有意義的事！若各位老師有任何寶貴的建議，歡迎與我們聯繫，謝謝！

健康與體育學習領域「小三升小四」新舊課程內涵銜接分析表

說明：本表所採用之能力指標取自教育部「國民中小學九年一貫課程綱要(草案)」(91年6月28日版)。

▲主題 1：生長、發育		82 年版國小課程標準一至三年級教材綱要		待銜接能力指標或學習內涵	可資 源分析
能力指標	九年一貫課程第一學習階段能力指標 補充說明	健康	體育		
1-1-1 知道並描述對於出生、成長、老化、死亡的概念與感覺。	1-1-1-1 了解出生、成長、老化、死亡是每個人一生的必經過程。	【一上】了解人體成長的過程(身高、體重)。 【三下】認識生命過程(生殖)。 【三下】觀察人體與其他動、植物的外部，比較生物的構造與生長的狀況。		無	
	1-1-1-2 認識生物需要兩性的結合，才能產生新生命，並了解各項身體的特徵是遺傳的結果。	【三下】認識生命過程(生殖)。 【三下】觀察人體與其他動、植物的外部，比較生物的構造與生長的狀況。			
	1-1-1-3 分享新生兒的誕生對自己生活的影響。	【一上】了解人體成長的過程(身高、體重)。			
	1-1-1-4 描述自己出生至今的生長發育變化，以及對這些變化的感覺。				
1-1-2 觀察並比較不同人生階段的異同。	1-1-1-5 以健康的態度面對已故或瀕死的家人、同伴或其他生物。			1-1-1-5 以健康的態度面對已故或瀕死的家人、同伴或其他生物。	【漢聲出版社】再見斑斑
	1-1-2-1 分辨家人們所處之人生階段，並指出其外觀之異同。			無	
	1-1-2-2 比較人生各階段的個人，如嬰兒、老人等，其活動能力、需求及照顧的異同。	【三下】觀察人體與其他動、植物的外部，比較生物的構造與生長的狀況。		1-1-2-2 比較人生各階段的個人，如嬰兒、老人等，其活動能力、需求及照顧的異同。	【南一-健體】二上主題一第一單元我長大了
	1-1-2-3 描述不同人生階段如青少年、壯年的責任與成就感。	【三下】說明每個家庭成員的責任和權利。 【三下】觀察人體與其他動、植物的外部，比較生物的構造與生長的狀況。			無

▲主題 1：生長、發育				82 年版國小課程標準一至三年級教材綱要		待銜接能力 指標或學習 內涵		可用資 源分析	
九年一 貫課程第一學 習階段能力指 標		補充說明		健康		體育			
1-1-3 認識 身體發 展的順 序與個 別差 異。	1-1-3-1 比較不同生長速率對身體活動的影響。	【一上】了解人體成長的過程（身高、體重）。 【二下】敘述影響生長發育的因素（含運動和休息、食物：奶類、姿勢：站、走、坐）。							
	1-1-3-2 比較不同的身體型態。	【一上】了解人體成長的過程（身高、體重）。 【三下】說明男孩和女孩的生理與社會特徵							
	1-1-3-3 知道身體發展在特殊時期會趨於成熟。	【三下】觀察人體與其他動、植物的外部，比較生物的構造與生長的狀況。							
	1-1-4-1 認識人體各部位的正确名稱及其基本功能。	【一上】認識身體主要部分的名稱（頭、頸、軀幹、四肢等外形）。							
1-1-4 養成 良好的 健康態 度和習 慣，並 能表現 於生活 中。	1-1-4-2 體會眼睛、耳朵、牙齒的重要性，列舉並實行眼、耳、鼻、口腔的保健方法。	【一上】描述五官所提供的不同訊息。 【二上】學習維護五官（視、聽、觸、嗅、味覺）功能的方法。 【一下】認識牙齒保健，實行牙齒的檢查與矯治。 【二上】認識齶齒與正確的刷牙方法。 【三上】認識牙結石和正確使用牙線的方法。 【三上】了解眼、耳的基本構造和功能。							
	1-1-4-3 了解姿勢對生長的影响，並表現出坐、站立、行走、閱讀及提物时的正确姿勢。	【二下】敘述影響生長發育的因素（含運動和休息、食物：奶類、姿勢：站、走、坐）。 【三下】說明骨骼、肌肉系統運動的方法。							
	1-1-4-4 了解健康習慣對整體形象的影响，並表現出整體的舒適感，如身體清潔、衣著打扮等。	【二上】維持良好的生活習慣，並說明其好處。							

▲主題 1：生長、發育				可用資源分析
能力指標	九年一貫課程第一學習階段能力指標	82 年版國小課程標準一至三年級教材綱要	待銜接能力指標或學習內涵	體育
	補充說明	健康		
1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。	1-1-4-5 建立日常生活中的健康習慣，如正確的洗手方式、正確使用廁所及按時如廁。	【一下】描述廁所和浴室的正確使用方法。 【二上】保持衣服、鞋襪、指甲、鼻、眼的清潔。 【三上】保持個人盥洗用具與飲食用具的清潔，不與他人共用。	無	【光復-健體】一上主題二第六單元我愛我自己
	1-1-4-6 表現願意於日常生活中實踐健康習慣的意願。	【一上】養成良好的生活習慣（飲食、休息、睡眠、大小便、姿勢、閱讀）。 【三上】養成規律的生活習慣。		
	1-1-4-7 養成運動流汗後擦乾、更衣並補充水分之習慣。	【三上】了解飲水的重要。		
1-1-5 討論對於身體的感覺與態度，尊重身體的自主權與隱私。	1-1-5-1 描述對身體不同的感覺與情感。	【一下健康】預防性騷擾。	1-1-5-1 描述對身體不同的感覺與情感。	無
	1-1-5-2 描述遊戲、擁抱、親吻等身體接觸，並說出對這些身體接觸的感覺。	【一下健康】預防性騷擾。		
	1-1-5-3 了解隱私是一種個人需求，並學習尊重自己與別人的身體自主權與隱私權。	【一下】預防性騷擾。 【二上】尊重自己和他人的隱私權。		
	1-1-5-4 保持身體清潔，包括生殖器官的清潔，並保持整體儀表舒適。	【一上】保持臉、牙、手、頭髮等身體各部位的清潔（含外生殖器官之清潔）。		
	1-1-5-5 建立正確的身體意象並接受自己的外型。	【三下】說明男孩和女孩的生理與社會特徵。 【一下】認識自己，喜歡自己		

▲主題 2：人與食物			
九年一貫課程第一學習階段能力指標		82年版國小課程標準一至三年級教材綱要	
能力指標	補充說明	健康	體育
2-1-1 體會食物在生理及心理需求上的重要性。	2-1-1-1 體會及討論飢餓及飽足感和食物攝取的關係。		
	2-1-1-2 體認人對有誘人味道、外表、氣味、聲音或質地的食物會產生吃的動機。		
	2-1-1-3 討論提供成長及身體活動所需的六大類食物。	<p>【一下】認識常見的五大類基本食物。</p> <p>【二上】描述五穀類和奶、蛋、豆、魚、肉類食物來源及功能。</p> <p>【三上】描述油脂類、蔬菜類和水果類食物的來源及功能。</p>	
	2-1-1-4 每日攝取多樣化食物，以維持身體健康。	<p>【一下】了解食物與生長、健康的關係。</p> <p>【二上】選擇有益於健康的食物：攝取多樣化及價廉物美美的食物，且明白食物中營養的差異性。</p>	
	2-1-1-5 能準備簡單且立即可吃的食物，以符合健康的原則，並滿足生理及心理的需求。	<p>【三上】選擇健康的食物：依年齡、運動量、工作、量、季節。</p>	
		<p>2-1-1-1 體會及討論飢餓及飽足感和食物攝取的關係。</p>	<p>【康軒-健體】二上主題一第一單元營養均衡健康滿分</p>
		<p>2-1-1-2 體認人對有誘人味道、外表、氣味、聲音或質地的食物會產生吃的動機。</p>	<p>【康軒-健體】二上主題一第二單元長高絕招</p>
			無

▲主題 2：人與食物				
九年一貫課程第一學習階段能力指標	82 年版國小課程標準一至三年級教材綱要	待銜接能力指標或學習內涵	可用資源分析	
能力指標	補充說明	體育		
2-1-2 了解環境因素如何影響到食物的質與量並探討影響飲食習慣的因素。	2-1-2-1 討論食物生產及分布情形與食物攝取的關係。		2-1-2-1 討論食物生產及分布情形與食物攝取的關係。 【翰林-健體】 二上第五單元食物在哪裡	
	2-1-2-2 比較家庭內成員及不同家庭的飲食型態。		2-1-2-2 比較家庭內成員及不同家庭的飲食型態。 【康軒-健體】 一下主題五 第二單元飲食停聽看	
	2-1-2-3 討論食品廣告、朋友、不同飲食場所等周遭環境因素對個人飲食習慣的影響。	【二上】 解釋電視廣告對選擇食物和其他產品的影響。	無	
	2-1-2-4 認識本土、外來食物及飲料對飲食習慣的影響。		2-1-2-4 認識本土、外來食物及飲料對飲食習慣的影響。	【南一-道健】 三上第四單元 吃出健康
	2-1-3 培養良好的飲食習慣。	2-1-3-1 養成每天吃早餐的習慣。 2-1-3-2 了解並實踐“早餐吃的飽、午餐吃的好、晚餐吃的少”的飲食原則。 2-1-3-3 培養不偏食、定時定量、細嚼慢嚥、珍惜食物、飯前洗手、飯後刷牙、飯後不做劇烈運動等良好飲食習慣，並能自我檢視。 2-1-3-4 示範良好的餐桌禮儀，並能選擇良好的飲食場所。 2-1-3-5 養成喝白開水的習慣，少喝含糖飲料。		
	【一下】 明白吃早餐的重要。 【一上】 養成良好的飲食習慣 (1) (如定時定量、細嚼慢嚥、飯前飯後不做劇烈運動)。 【一上】 養成良好的飲食習慣 (1) (如定時定量、細嚼慢嚥、飯前飯後不做劇烈運動)。 【三上】 養成良好的飲食習慣 (2) (如愉快進餐、不偏食、不挑食、協助擺放餐具)。 【二上】 學習良好正確的飲食禮貌 (如：餐桌禮儀)。 【三上】 了解飲水的重要。	無		

▲主題 2：人與食物				
九年一貫課程第一學習階段能力指標		82 年版國小課程標準一至三年級教材綱要		可用資源分析
能力指標	補充說明	健康	體育	待銜接能力指標或學習內涵
2-1-3 培養良好的飲食習慣。	2-1-3-6 嚐試新食物，並願意納入日常飲食中。	【一下】願意嘗試新的、不同的食物。		無
	2-1-3-7 保持愉快的用餐情緒。	【三上】養成良好的飲食習慣(2)(如愉快進餐……)。		
2-1-4 辨識食物的安全性，並選擇健康的營養點。	2-1-4-1 以感官分辨食物的安全性。	【二上】注意飲食衛生(含不吃路邊攤食物、選擇適當的進食場所)。		無
	2-1-4-2 能選購包裝完整且符合環保概念的安全食品。			2-1-4-2 能選購包裝完整且符合環保概念的安全食品。
	2-1-4-3 以少糖、少鹽、少油、多纖維的原則，選擇有益健康的高營養密度食物。			2-1-4-3 以少糖、少鹽、少油、多纖維的原則，選擇有益健康的高營養密度食物。
2-1-4-4 了解零食、速食與休閒飲料不是飲食中必須的成分並減少攝取量。		【一下】了解適當的健康點心。 【三上】認識健康點心與垃圾食物。		無

▲主題3：運動技能			82 年版國小課程標準一至三年級教材綱要		待銜接能力 指標或學習 內涵	可用資 源分析	
九年一貫課程第一學習階段能力指標		補充說明	健康	體育			
3-1-1 表現簡單的全身性體活動。	3-1-1-1 了解跑、跳、爬、擲等動作的方式。			【低年級】跑：追逐跑、繞物跑、猜測跑、小步跑、大步跑、跑跳步與側跑等遊戲田徑。			
	3-1-1-2 由遊戲中表現跑、跳、改變方向、急停等動作。			【低年級】跳：跳越河溝、跳越橡皮筋、跳格子、跳上跳下等遊戲。			
	3-1-1-3 對簡單性軸心運動能表現協調與平衡的動作，如重心轉移、伸展等。	3-1-1-3-1 對簡單性軸心運動能表現協調與平衡的動作，如重心轉移、伸展等。			【低年級】推拉：單人推拉、雙人以上推拉等遊戲。		
		3-1-1-3-2 對簡單性軸心運動能表現協調與平衡的動作，如重心轉移、伸展等。			【低年級】接力：穿梭接力、繞物接力、移放接力等遊戲。		
		3-1-1-3-3 對簡單性軸心運動能表現協調與平衡的動作，如重心轉移、伸展等。			【中年級】短距離跑：四0至六0公尺全速直道或彎道跑（以站立式起跑）。		
		3-1-1-3-4 對簡單性軸心運動能表現協調與平衡的動作，如重心轉移、伸展等。			【中年級】接力跑：穿梭接力、繞物接力、換物接力。		
3-1-1-4 配合音樂節奏表現身體律動。			【中年級】障礙跑：跨越三～四處（高度約三0公分）障礙。				
3-1-1-5 將簡單的動作應用於日常生活中。			【中年級】耐力跑：三～四分鐘跑或走。				
3-1-1-6 由身體動作中體驗空間、時間、力量與關係等動作概念。			【中年級】跳遠：立定跳遠、急行跳遠（助跑11～13步）。				
3-1-2 表現運動設備的使用能力。	3-1-2-1 了解上課使用的器材名稱及使用方法。			【中年級】跳高：急行跳高（助跑5～7步，以剪式過竿）。			
	3-1-2-2 能與同學一起搬運或使用器材。			【中年級】徒手體操：屈伸、擺振、彎、轉、繞環、跳躍等運動。			
	3-1-2-3 選擇在適當的場地從事身體活動。			【低年級目標】能具有操作身體的能力。			
	3-1-2-4 了解各種場地的使用方法與使用規則。	3-1-2-4-1 了解各種場地的使用方法與使用規則。			【中年級目標】能具有控制身體的能力。		
		3-1-2-4-2 了解各種場地的使用方法與使用規則。			【低年級】固定設備：單槓、滑梯、攀登架、鞦韆、蹺蹺板、浪木、爬竿、踏臺、梅花樁等遊戲。		
		3-1-2-4-3 了解各種場地的使用方法與使用規則。			【低年級】移動設備：跳箱、墊子、平衡木、輪胎等遊戲。		
				【中年級】單槓：單槓遊戲（足猜拳、跳上跳下、懸垂擺振、掛膝懸垂等）、後迴環上、單掛膝擺振上等運動。			
				【中年級】墊上：動物模仿、滾筒、雞蛋滾翻、搖籃、各種前後滾翻等運動。			
				【中年級】跳箱：踏跳越、跨越、跳上箱前跳下、分腿騰越等運動。			
				【中年級】平衡木：前進、後退、側行、單足平衡、平衡木遊戲等運動。			

▲主題 3：運動技能			82 課程標準一至三年級教材綱要		待銜接能力指標或學習內涵		可用資源分析				
九年一貫課程一至三年級能力指標		體育									
能力指標	補充說明	健康									
3-1-3 表現操作運動器材的能力。	3-1-3-1 表現簡單的拍球、運球、踢球、滾球等基本運動能力。		<p>【低年級】 器具：繩索、棍棒、呼拉圈、竹竿、毬子、布條、球等遊戲。</p> <p>【低年級】 傳接：靜止間傳接球：頭上、腳下、左右迴旋、蛇行、直線等。</p> <p>【低年級】 傳接：行進間傳接球：直線、折返、蛇行、各種反彈傳接球。</p> <p>【低年級】 踢：踢球躲避、踢準、踢遠、踢球接力等遊戲。</p> <p>【低年級】 拍：拍球運行、單、雙人或分組拍球、向上或向下拍球、花式拍球。</p>						無		
	3-1-3-2 藉有效操弄器材，做出拍、打、擊...等動作。		<p>【低年級】 投擲：軟球擲遠擲準、投籃、沙袋投擲。</p> <p>【低年級】 其他：滾大球、盤球接力、用球韻律。</p> <p>【中年級】 器具體操：用球、環、繩、彩帶等運動。</p> <p>【中年級】 躲避球：圓形、雙圓形、正方形躲避球（圓形直徑、方形邊長 6~8 公尺）。</p>								
3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。	3-1-4-1 說出遊戲的玩法及簡易規則。		<p>【中年級】 籃球：端區球、角區球。 【中年級】 足球：對陣足球、端線足球。</p>						無		
	3-1-4-2 於遊戲活動中表現聯合性的基本運動能力。		<p>【中年級】 手球：對陣手球、端線手球。</p> <p>【中年級】 排球：低手發球、各種傳接球。</p> <p>【中年級】 壘球擲遠：原地投擲、投擲遊戲。</p> <p>【中年級】 壘球：三壘手壘球、四壘手壘球。</p> <p>【中年級】 自衛運動：國術、跆拳道等。 【中年級】 滑輪運動：輪式溜冰、滑板。</p>								
3-1-4-3 於身體活動中表現手眼、手腳及全身性的協調能力。			<p>【中年級】 水上運動：水中遊戲、漂浮、游泳基本動作。</p>								

▲主題 4：運動參與		82 課程標準一至三年級教材綱要		待銜接能力指標或學習內涵	可資 源分析	
九年一貫課程一至三年級能力指標	補充說明	健康	體育			
4-1-1 藉語言或動作，來表達參與身體活動的感覺。	4-1-1-1 在嘗試各種活動時，說出自已的感覺與情緒。	【一】 做有助於生長發育的大肌肉運動（戶外遊戲）。 【二下】 了解運動與休息的重要。 【三上】 知道工作與休閒的關係。 【一年級始業輔導】 輔導兒童認識學校環境及設備。 【二年級社會】 社區生活環境。 【二~六年級輔導活動】 協助兒童認識社區，並能有有效的運用社區資源。	【低年級】 唱和跳：簡易兒歌、簡易遊戲歌曲等唱跳遊戲。 【低年級】 模仿遊戲：人物、動植物、交通工具、遊樂設備等周遭事物的模仿遊戲（把握形狀及動態的特徵）。 【中年級】 創作舞：以動植物、機器、節慶、工作等為題材（以簡單動作把握特徵予以表達）。	無		
	4-1-1-2 體驗運動前、中、後的身體變化，如呼吸、心跳、體溫的改變等。		【低年級目標】 能主動參與各種遊戲，享受運動樂趣。 【中年級目標】 能積極參與各種運動，養成運動習慣。			
	4-1-1-3 在活動或遊戲中，利用身體動作表達自己的感覺與情緒。		體育課程 【低、中年級】 固定設備			
4-1-2 認識休閒運動並積極參與。	4-1-2-1 描述在觀看身體活動、電視節目及參加休閒活動的理由及反應。	【一年級始業輔導】 輔導兒童認識學校環境及設備。 【二年級社會】 社區生活環境。 【二~六年級輔導活動】 協助兒童認識社區，並能有有效的運用社區資源。	【低年級目標】 能主動參與各種遊戲，享受運動樂趣。 【中年級目標】 能積極參與各種運動，養成運動習慣。	無		
	4-1-2-2 能夠積極參與各項休閒運動。					體育課程 【低、中年級】 固定設備
	4-1-2-3 能描述參與休閒運動後的感覺與改變。					
4-1-3 認識並使用遊戲器材與場地。	4-1-3-1 每位學生能了解校園中可遊戲的場地。 4-1-3-2 利用校園的遊戲器材，從事各項身體活動。 4-1-3-3 描述在校園附近，可提供遊戲及玩耍的場地，並會使用這些場地。	【一年級始業輔導】 輔導兒童認識學校環境及設備。 【二年級社會】 社區生活環境。 【二~六年級輔導活動】 協助兒童認識社區，並能有有效的運用社區資源。	【低、中年級】 固定設備	無		

▲主題 4：運動參與				
九年一貫課程一至三年級能力指標	82 課程標準一至三年級教材綱要		待銜接能力指標或學習內涵	可用資源分析
	補充說明	健康 體育		
4-1-4 養成規律運動習慣，保持良好體能。	4-1-4-1 了解並保持適度的身體活動，如快走、慢跑、自行車、游泳、舞蹈、有氧運動…等。		無	
	4-1-4-2 經常參與心肺耐力、肌力與肌耐力、柔軟度、身體組成等活動以促進體適能。	【中年級目標】 能積極參與各種運動，養成運動習慣。	4-1-4-3 依據個人興趣及生活作息，安排每週至少運動三次，每次 30 分鐘以上，運動心跳達到 130 次左右之有氧運動。	【康軒-健體】一下-單元 (五) 健康加油站。 【仁林-健體】二上-單元 (一) 愛的表現-小單元 (三) 我愛運動。 【仁林-健體】二上-單元 (四) 當我們同在一起-小單元 (1) 和家人在一起
4-1-4-4 利用課後或假日時間，邀集家人或朋友，一同到戶外從事身體活動。	【一下】做有助於生長發育的大肌肉運動 (戶外遊戲)。 【一至六年級輔導活動】協助家長妥善安排並參與兒童的休閒生活。	【體育課程之親子活動】	無	

▲主題 4：運動參與			82 課程標準一至三年級教材綱要		待銜接能力指標或學習內涵	可用資源分析
九年一貫課程一至三年級能力指標	補充說明	健康	體育			
4-1-5 透過童玩、民俗等身體活動，了解本土文化。	4-1-5-1 認識童玩，民俗運動的項目。 4-1-5-2 認識並學會童玩、民俗運動的遊戲方法。 4-1-5-3 從童玩、民俗活動中，認識不同族群的身體活動。	<p>【二年級社會】習俗與生活：生活中常見的習俗與民藝活動。外地習俗的認識。參與民俗活動的能力。</p> <p>【三下道德】親近鄉土文化和生活</p>	<p>【中年級】民俗：跳繩、陽毽、滾鐵環、扯鈴、飛盤等。</p>	無		

▲主題 5：安全生活			
九年一貫課程一至三年級能力指標		82 課程標準一至三年級教材綱要	
能力指標	補充說明	健康	體育
5-1-1 分辨日常生活情境的安全與不安全。	5-1-1-1 描述所能看到及接觸到的危險事物，如電器、瓦斯、用火、殺蟲劑、刀剪、隱蔽或死角場所等。	【一上】敘述居家與學校的安全注意事項(含尖銳物品、操場、死角、樓梯、廁所、用火、用電)。	無
	5-1-1-2 比較安全與不安全的情境，如進食、陌生人搭訕、路人問路、馬路上行走、騎腳踏車等。	【三下】認識腳踏車安全。 【一下】注意與他人相處時的安全，拒絕他人不合理的要求。	
	5-1-1-3 確認安全活動的注意事項。	【三下】說明一般安全規則(含家電、農藥、殺蟲劑、游泳、運動)。	
	5-1-1-4 使用遊戲器材前能分辨其安全性。	【一上】說明遊樂場所的安全注意事項。	
	5-1-1-5 從事水上活動時，了解不同水域的潛在危險因素。	【三下】說明一般安全規則(含家電、農藥、殺蟲劑、游泳、運動)。	
5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。	5-1-2-1 遵守團體規範及紀律，以確保個人及他人的安全，如遵守校內紀律及安全規定等。	【三下】說明個人對於減少危險和避免傷害所應負的責任。 【一上道德】遵守校園常規。 【三下道德】遵守遊戲規則。	無
	5-1-2-2 演示當面臨迷路、落單或新的環境，而感到害怕、難過、或不安全時，可以採取的行動。	【一至六年級輔導活動】輔導兒童注意日常生活與自身防護的安全問題。 【一上】熟悉學校與家之間的道路狀況，並能安全通過。	
	5-1-2-3 描述並演練上下學安全注意事項，如熟悉道路狀況、排隊搭車、專心走路及過馬路等。		
			【康軒-健體】 一下-單元 (四)我會保護自己-小單元 (5)安全小勇士
			無

▲主題 5：安全生活				
九年一貫課程一至三年級能力指標		82 課程標準一至三年級教材綱要		特銜接能力指標或學習內涵
能力指標	補充說明	健康	體育	可用資源分析
5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。	5-1-2-4 選擇適當的遊戲場所，如不在浴室或廚房玩耍。 5-1-2-5 遵守不同活動場所的安全規則，如體育館、運動場、及水上活動場所等。 5-1-2-6 穿著合適的服裝從事身體活動。 5-1-2-7 認識並演練休閒旅遊的安全規則，如不進入危險場所、安全帶的使用、避免接觸有毒動植物。	【一上】敘述居家與學校的安全注意事項。 【三下】說明一般安全規則（含家電、農藥、殺蟲劑、游泳、運動）。 【三上道德】穿著合度 【一上】說明遊樂場所的安全注意事項。	【低年級目標】能注意遊戲活動的安全。 【中年級目標】能遵守運動安全。	無
5-1-3 思考並演練處理危險和緊急情況的方法。	5-1-3-1 確認具威脅性的行為如惡性犯規、恐嚇、勒索、被跟蹤、綁架、誘拐、被虐待、性侵害等，並說出能提供協助的人或支援，如報告老師、父母或使用 119、110 等。 5-1-3-2 了解如何處理流鼻血等情形，並能運用急救箱來處理小傷口。 5-1-3-3 了解並演練灼、燙傷的處理口訣及步驟。	【一上】描述如何利用感官來幫助我們避免傷害。 【一下】注意與他人相處時的安全，拒絕他人不合理的要求。 【一下】說明在緊急時如何獲得幫助(含撥或按一一九電話)。 【二下】描述小傷口的簡易處理方法。 【三上】說明如何避免眼睛、嘴巴和耳朵的傷害事件及基本的急救處理。 【一至六年級輔導活動】輔導兒童注意日常生活與自身防護的安全問題。	無	5-1-3-3 了解並演練灼、燙傷的處理口訣及步驟。 【國編-健康】四下-八、受傷了怎麼辦
	5-1-3-4 了解運動傷害簡易的處理方法。	【二下】描述小傷口的簡易處理方法。 【三上】說明如何避免眼睛、嘴巴和耳朵的傷害事件及基本的急救處理。 【三下】敘述預防骨骼和肌肉傷害的方法。	【低年級目標】能注意遊戲活動的安全。 【中年級目標】能遵守運動安全。	無

▲主題 5：安全生活			
九年一貫課程一至三年級能力指標		82 課程標準一至三年級教材綱要	
能力指標	補充說明	健康	體育
5-1-4 認識藥物及其對身體的影響並能正確使用。	5-1-4-1 認識藥物及對身體的影響。	<p>【一下】說明藥物是什麼。</p> <p>【二下】了解藥物與健康的關係。</p> <p>【三下】敘述醫師處方藥和成藥。</p> <p>【一下】拜訪社區牙醫和學校護士及認識對自己健康有幫助者。</p> <p>【一下】認識健康顧問（醫師、藥師、護士）。</p> <p>【一下】解釋安全用藥的重要性（含遵循醫囑、不用他人藥物、告知父母）。</p> <p>【二下】說出正確服用藥物的方法。</p> <p>【三上】認識藥物使用與藥物濫用。</p> <p>【三下】知道服用成藥前應先請教藥師。</p> <p>【二下】了解菸、酒、檳榔與健康的關係。</p>	無
	5-1-4-2 了解能提供藥物的專業人員及可獲得諮詢的場所。	5-1-4-3 描述內服或外用藥物之正確用法，如遵醫囑、不用他人藥物、適當存放藥物等。	<p>【三下道德】遵守遊戲規則。</p> <p>【三下】說明一般安全規則（含家電、農藥、殺蟲劑、游泳、運動）。</p> <p>【一至六年級輔導活動】輔導兒童注意日常生活與自身防護的安全問題。</p> <p>【三下】敘述預防骨骼和肌肉傷害的方法。</p> <p>【一下】說明在緊急時如何獲得幫助（含撥或按一一九電話）。</p>
5-1-5 說明並演練預防運動傷害的方法。	<p>5-1-5-1 在活動中注意指導者傳達的活動規定並能確實遵守。</p> <p>5-1-5-2 安排安全的運動環境，如在籃球場投籃、空曠的場地打棒球等。</p> <p>5-1-5-3 說出救生員不在場時，不可下水的原因。</p> <p>5-1-5-4 了解運動傷害的預防觀念，並在日常運動中實行。</p> <p>5-1-5-5 在運動發生事故傷害時，能馬上通知其他人協助處理。</p>	無	無
待銜接能力指標或學習內涵			
可用資源分析			

▲主題 6：健康心理				
九年一貫課程一至三年級能力指標		82 課程標準一至三年級教材綱要		
能力指標	補充說明	健康	體育	
6-1-1 描述自己的特質如性別、年齡、人格特質、動作能力、喜歡與不喜歡的事物，並能表現喜歡自己的行為。	6-1-1-1 描述自己的特質如性別、年齡、人格特質、動作能力、喜歡與不喜歡的事物，並能表現喜歡自己的行為。	【一上】敘述自己和其他人的積極特質。 【一下】認識自己、喜歡自己。		
	6-1-1-2 在遊戲情境中，認識自己。	【一下】認識自己、喜歡自己。		
	6-1-1-3 察覺自己與他人的異同。	【三下】說明人與人之間的相似點和不同點。		
	6-1-1-4 描述自己所居住社區的特色。	【二至六輔導活動】介紹社區環境及其特色 【二年級社會】社區的生活環境 【三年級社會】家鄉：鄉鎮市區、縣市		
	6-1-1-5 知道有些人的身體是殘障的，對這些人應加以協助及尊重。	【三下】說明人與人之間的相似點和不同點。 【三下】描述朋友互相幫助的方法。 【三上、三下】描述個人的行為會如何幫助或傷害其他的人。		
	6-1-1-6 與身心障礙學生一同參與各種身體活動。	【三下道德】幫助弱小 【一至六年級輔導活動】輔導一般兒童了解智障、肢障、聽障、視障及多重障礙兒童之限制與能力，進而以同理心接納各種殘障兒童。 【一至六年級輔導活動】輔導一般兒童在日常生活協助殘障兒童。		
			無	
				待銜接能力指標或學習內涵
				可用資源分析

▲主題 6：健康心理		82 課程標準一至三年級教材綱要		待銜接能力指標或學習內涵		可用資源	
九年一貫課程一至三年級能力指標		健康		體育			
能力指標	補充說明						
6-1-2 學習如何與家人和睦相處。	6-1-2-1 說明家庭成員間的血親和姻親關係。	【一上】說明家庭的功能。 【三下】說明每一個家庭成員的責任和權利。 【一上】說明家庭是由父母因愛而結合，親子之間有血緣的親密關係。					
	6-1-2-2 列舉出家人相處與親愛的方 式，如常把愛掛在口中、對家人的 體貼等語言與非語言的方式，表達 對家人的關愛。	【一上】說明每一個家庭成員應如何互相幫助。 【一至六輔導活動】協助兒童增進親子關係與親子溝通。 【一年級社會】家庭的成員：家人的相處					
	6-1-2-3 表現願意親近家中之老年人的 態度，並指出與老年人和諧、親愛 相處的方法。	【二上】珍視個人生命中重要的家庭保護人。 【一上道德】尊敬長輩		無			
	6-1-2-4 願意與家人一起參與各種遊戲 或活動。	【一至六輔導活動】協助家長妥善安排並參與兒童的休 閒生活。 【一年級社會】家庭生活的安排：休閒活動		體育課 程			
	6-1-2-5 在家人意見不合或有衝突時， 能與家人溝通。	【二上】遇有情緒、藥物安全、就醫、身體等相關事情， 會與家人討論。 【三下】描述友誼的不同類型。 【三下】描述朋友互相幫助的方法。 【三上、三下】描述個人的行為會如何幫助或傷害其他 的人。					
6-1-3 展示 能增進 人際關 係、團 隊表現 及社區 意識的 行為。	6-1-3-1 展示坦誠、互相幫助等建立友 誼的方法，促進人際關係。	【一上】說明被他人接受和不被接受的行為。 【二年級社會】假期生活		無			
	6-1-3-2 列舉別人接受或不被接受的行 為。	【一至六輔導活動】結合教學，提供多樣性的休閒活動， 如郊遊、遠足、游泳、競技、音樂、美術等，豐富兒 童的生活內容。					
	6-1-3-3 參與各種團體休閒活動。						

▲主題 6：健康心理			82 課程標準一至三年級教材綱要		待銜接能力指標或學習內涵	可用資源分析
九年一貫課程一至三年級能力指標	補充說明	健康	體育			
6-1-5 了解並認同團體規範，從團體中學習快樂的生活態度。	6-1-5-1 在身體活動中，養成互助合作的精神。	【三下道德】珍惜團隊情感 【二上道德】愛惜名譽 【三下道德】遵守會議規範 【三下道德】服從團體的決議 【三下道德】遵守約定 【一下道德】保持公共整潔 【二下道德】遵守公共秩序	【二下道德】遵守時間	【中年級目標】能表現守法的精神和合作的態度。	無	
	6-1-5-2 認同團體的目標或所關心的事項，培養對團體的歸屬感。	【三上道德】遵守遊戲規則。 【二年級社會】團體生活：群己關係及其互動		【低年級目標】能表現遵守規律的精神和友愛的態度。 能主動參與各種遊戲，享受運動樂趣。		
	6-1-5-3 學習和別人輪流參與遊戲或活動，並從中了解團體規範。	【三上道德】尊重他人 【三下道德】尊重別人的意見 【三下道德】互助合作 【三下道德】服從團體的決議 【三下道德】遵守約定 【三下道德】信守朋友 【二年級社會】團體生活：適應團體生活的方法		【低年級目標】能表現遵守規律的精神和友愛的態度。		
	6-1-5-4 遵守團體活動規範，享受團隊合作，達成目標之愉悅感受。					
	6-1-5-5 學習在作決定前要先了解事實，並徵詢父母、師長的意見。	【三至六年級輔導活動】協助兒童增進價值判斷與解決問題的能力。				

▲主題 7：群體健康			
九年一貫課程一至三年級能力指標	82 課程標準一至三年級教材綱要		待銜接能力指標或學習內涵
	補充說明	健康	
7-1-1 了解健康的定義，並指出人們為促進健康所採取的行動。	7-1-1-1 描述自己對健康的想法，並分辨是否合乎健康理念。	【一下】解釋生病和健康時個人感覺的不同。	無
	7-1-1-2 簡單歸納健康人在身體、情緒、人際關係等方面所展現的特質，並知道健康是生理、心理、社會各層面平衡安適的狀態。		7-1-1-2 簡單歸納健康人在身體、情緒、人際關係等方面所展現的特質，並知道健康是生理、心理、社會各層面平衡安適的狀態。
	7-1-1-3 列出兒童期常見的疾病，分享生病的感受和被照顧的經驗及處理情形。	【一下】說出生病了怎麼辦。 【一下】解釋生病和健康時個人感覺的不同。 【二下】用適當措施避免於感染及傳播疾病（如：罹患流行性感冒不進入公共場所、身體不舒服一定要看醫師）。 【三上】說出眼睛、耳朵、牙齒和口腔的疾病。 【二下】討論病原體和疾病間的關係（含預防接種）。 【三下】敘述增強身體抵抗力的方法（運動、飲食、空氣、休息、情緒）。	無
	7-1-1-4 能以尊重他人，保護自己的原則，對待周遭的病人。		
	7-1-1-5 了解有些疾病會藉由咳嗽、打噴嚏等方式傳播，進而明瞭在患病時，如何避免傳染給他人。		
	7-1-1-6 了解規律運動是健康促進的重要策略。	【一下健康】做有助於生長發育的大肌肉運動（戶外遊戲）。 【二下健康】了解運動與休息的重要。 【三下健康】敘述增強身體抵抗力的方法（運動、飲食、空氣、休息、情緒）。	【總目標】增進保健知能，實踐健康行為。

▲主題 7：群體健康

九年一貫課程一至三年級能力指標		82 課程標準一至三年級教材綱要		待銜接能力指標 或學習內涵	可用資 源分析
能力指標	補充說明	健康	體育		
7-1-2 描述人們在選擇健康與運動的服務及產品之過程與責任。	7-1-2-1 描述如何與家人一同選購牙刷、牙膏、清潔劑、化妝保養品等保健用品，以及家人使用之情形。	【三上】描述如何有計畫的購買物品。 【三上】保持個人盥洗用具與飲食用具的清潔，並不與他人共用。			
	7-1-2-2 舉例說出家人購買常用保健產品時，受到傳銷及媒體廣告的影響。	【二上】分辨藥物廣告。 【二上健康】解釋電視廣告對選擇食物和其他產品的影響。		無	
	7-1-2-3 經由老師、校護、醫生、藥劑師等的協助，獲得正確的健康資訊。	【健康教育課程】			
	7-1-2-4 舉例指出標示完整、檢驗合格、衛生安全的健康產品或服務。			7-1-2-4 舉例指出標示完整、檢驗合格、衛生安全的健康產品或服務。	【國編-健康】四上-四、家庭保健 【南一-健體】二上-單元(二)營養又健康-小單元(5)我會買東西。
	7-1-2-5 訪問學校健康中心、社區診所、衛生所、清潔隊、藥局等提供健康照護者，及了解人們如何利用這些相關服務。		【一下】拜訪社區牙醫和學校護士及認識對自己健康有幫助者。 【一下】認識健康顧問(醫師、藥師、護士)。		無

▲主題 7：群體健康		82 課程標準一至三年級教材綱要		待銜接能力指標或學習內涵	可用資源分析
九年一貫課程一至三年級能力指標	補充說明	健康	體育		
7-1-5 體認人類是自然環境中的一部分，並主動關心環境，以維護、促進人類的健康。	7-1-5-1 體認人與其他生物皆為自然環境的一分子，有互相依存的密切關係。	【二下】了解人、生物與環境之間的相互關係。		無	
	7-1-5-2 進行戶外自然環境探索活動，並分享親近、欣賞、體驗自然環境的心得。	【一下】接觸大自然並能照顧動、植物。	【三上】敘述保護生態環境是個人和社會共同的責任。 【一下】保持周遭環境的整潔。 【一下】說明環境衛生的維護是個人和社區的共同責任。 【一下】愛護並謹慎使用公共物品。 【三上、三下】說明個人可以協助維護家庭與學校環境的衛生。 【三下】保持公共場所的整潔（如道路、公園、公廁、合作社、游泳池）。 【三下】了解家庭、學校和社區垃圾處理的觀念和方法，並能配合實行。	無	
	7-1-5-3 保護生態環境與維護社區環境衛生是個人與社會共同的責任。				

健康與體育學習領域待銜接教材內涵融入四上課程計畫建議表(僅供參考)

- 說明：1. 下述待銜接能力指標無法融入四上領域課程計畫者，於四下到六下適當時機再行融入。
 2. 「仁林」版本審定通過之教材，於完稿前未送達，故未能對該版本提出銜接建議。
 3. 本表所採用之能力指標取自教育部「國民中小學九年一貫課程綱要(草案)」(91年6月28日版)。

待銜接能力指標	康軒文教學業	翰林出版社	南一書局	光復書局
1-1-1-5 以健康的態度面對已故或瀕死的家人、同伴或其他生物。				
1-1-2-2 比較人生各階段的個人，如嬰兒、老人等，其活動能力、需求及照顧的異同。			主題一第一單元 奇妙的身體(一) 主題一第三單元 身體的律動	主題二單元4 唱出快樂、跳出健康
1-1-5-1 描述對身體不同的感覺與情感。				
2-1-1-1 體會及討論飢餓及飽足感和食物攝取的關係。	主題二第四單元 均衡一下		主題四第九單元 吃出健康來	
2-1-1-2 體認人對有誘人味道、外表、氣味、聲音或質地的食物會產生吃的動機。	主題二第二單元 適當的選擇		主題四第九單元 吃出健康來	
2-1-2-1 討論食物生產及分布情形與食物攝取的關係。				
2-1-2-2 比較家庭內成員及不同家庭的飲食型態。			主題一第九單元 吃出健康來	
2-1-2-4 認識本土、外來食物及飲料對飲食習慣的影響。				主題三單元8-1 便當的對話
2-1-4-2 能選購包裝完整且符合環保概念的安全食品。				
2-1-4-3 以少糖、少鹽、少油、多纖維的原則，選擇有益健康的高營養密度食物。	主題二第一單元 神奇的營養素	主題三單元1-1 控制自如		

待銜接能力指標	康軒文教事業	翰林出版社	南一書局	光復書局
4-1-4-3 依據個人興趣及生活作息，安排每週至少運動三次，每次 30 分鐘以上，運動心跳達到 130 次左右之有氧運動。		主題一單元 2-1 健康體適能	主題二第四單元 運動體能好	
5-1-2-2 演示當面臨迷路、落單或新的環境，而感到害怕、難過、或不安時，可以採取的行動。				
5-1-3-3 了解並演練灼、燙傷的處理口訣及步驟。	主題一第二單元 救護小先鋒			
6-1-3-4 運用方法將活動訊息告知家人、朋友，鼓勵大家積極參與社區之健康動態休閒活動。	主題三第四單元 躲避球遊戲			
7-1-1-2 簡單歸納健康人在身體、情緒、人際關係等方面所展現的特質，並知道健康是生理、心理、社會各層面平衡安適的狀態。			主題二第五單元 毛巾操	
7-1-2-4 舉例指出標示完整、檢驗合格、衛生安全的健康產品或服務。				
7-1-3-5 熟悉媒體及資訊中提供的體育諮詢服務。				
7-1-4-2 描述進入新的、陌生的、特殊的場所時，所產生的感受如恐懼、好奇、興奮、小心翼翼等，對人體安適的影響。				
7-1-4-3 歸納說出令人感到舒適的生活環境之共同特徵。				主題二單元 6-3 我是環保小尖兵