

臺南市公立關廟區深坑國民小學 112 學年度第一學期 二年級 健康與體育 領域學習課程(調整)計畫(☑普通班/☐特教班)

教材版本	南一版第三冊	實施年級 (班級/組別)	二年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(59)節		
課程目標	能分辨紅綠燈食物的差異。能知道正確刷牙的方法和步驟，培養良好的衛生習慣。能覺察自己的情緒，利用說出事件與感受調適自己的心情。知道不同顏色的空品旗代表不同程度的空氣汙染。並知道在空氣品質不好時，進行體育活動該注意的安全事項有哪些。能了解藥袋上的標示，並能發覺錯誤的處理剩餘藥物會汙染環境與危害身體健康。提供多樣化的身體學習經驗，發展多元化的身體運動能力。						
該學習階段 領域核心素養	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方師，因應日常生活情境。</p> <p>健體-E-B1 具備應用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 08/30-09/02 ●08/30(三)開學	貳、運動樂趣多 六. 大家來唱跳	1	1. 能在遊戲中靈活操作身體，做出各種肢體動作技能。 2. 能專注觀賞他人的動作表現。 3. 認真參與，並與他人合作完成遊戲活動。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第二週 09/03-09/09	壹、健康有一套 一. 健康做得到	1	1. 能閱讀生活習慣紀錄表，發現造成體重過重的	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度	Ea-I-2 基本的飲食習慣。	觀察評量 口頭評量	

			<p>原因。</p> <p>2. 能分辨紅綠燈食物的差異。</p> <p>3. 能於日常生活中選擇攝取綠燈食物。</p> <p>4. 能連結課本及生活經驗，說出過重的可能原因。</p>	<p>與行為。</p> <p>2a-I-2 感受健康問題對自己所造成的威脅性。</p> <p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p> <p>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p>	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	行為檢核 態度評量	
	<p>貳、運動樂趣多</p> <p>六. 大家來唱跳</p>	2	<p>1. 能隨著音樂，完成舞蹈基本動作。</p> <p>2. 熟練〈猜拳〉的跳法，並正確的配合音樂跳。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p>	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	
<p>第三週</p> <p>09/10-09/16</p>	<p>壹、健康有一套</p> <p>一. 健康做得到</p>	1	<p>1. 能知道體重過重在飲食上的調整方法。</p> <p>2. 能明白養成良好的飲食與生活習慣能促進身體健康。</p> <p>3. 能記錄自己的飲食與生活習慣。</p> <p>4. 能覺察自己的飲食與生活習慣不適宜處，並提出改善的方法。</p>	<p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p> <p>3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。</p> <p>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>	Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Fb-I-1 個人對健康的覺察與行為表現。	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	
	<p>貳、運動樂趣多</p>	2	1. 想像並模仿自然界中	2c-I-2 表現認真	Ib-I-1 唱、跳	觀察評量	

	六. 大家來唱跳		<p>的自然現象。</p> <p>2. 隨著音樂完成舞蹈基本的動作。</p> <p>3. 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>4. 表現出在不同情境下躲雨的動作。</p> <p>5. 認真參與，並與他人合作完成任務。</p> <p>6. 選擇適合自己的身體活動。</p> <p>7. 認真參與，並與他人合作完成創作任務。</p>	<p>參與的學習態度。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	與模仿性律動遊戲。	口頭評量 行為檢核 態度評量	
<p>第四週</p> <p>09/17-09/23</p> <p>●9/23(六)補上 10/9(一)課程</p>	<p>壹、健康有一套</p> <p>二. 愛護牙齒有一套</p>	1	<p>1. 能知道蛀牙的形成原因。</p> <p>2. 能知道蛀牙的處理辦法。</p> <p>3. 能知道愛護牙齒的方法，避免造成蛀牙。</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p>	<p>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	
	<p>貳、運動樂趣多</p> <p>七、跑跳遊戲</p>	3	<p>1. 認識並遵守遊戲規則。</p> <p>2. 專注觀察他人動作表現。</p> <p>3. 能在「紅綠燈遊戲」中，表現出適合自己的追逐跑方式。</p> <p>4. 能完成折返、曲線跑的動作。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	<p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	
09/24-09/30	壹、健康有一套	1	1. 能知道牙齒分為乳齒	1a-I-1 認識基本	Da-I-1 日常生	觀察評量	

<p>●9/29(五)中秋節放假</p>	<p>二. 愛護牙齒有一套</p>		<p>和恆齒。 2. 能知道乳齒和恆齒分別有其重要性。 3. 能知道牙齒的功能及名稱。</p>	<p>的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。</p>	<p>活中的基本衛生習慣。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p>	<p>口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	
	<p>貳、運動樂趣多 七、跑跳遊戲</p>	<p>2</p>	<p>1. 能完成折返、曲線跑的動作。 2. 明白能將折返、曲線跑的動作運用在追逐跑遊戲上。 3. 能選擇安全的遊戲場地。 4. 認識並做出單腳跳、雙腳跳及跨跳等跳躍動作。 5. 能完成跳、跨的組合動作。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	
<p>第六週 10/01-10/07</p>	<p>壹、健康有一套 二. 愛護牙齒有一套</p>	<p>1</p>	<p>1. 能判斷更換牙刷的時機。 2. 能正確挑選適合自己的牙刷。 3. 能透過自我檢視，正確存放與更換牙刷。</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>	<p>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	
	<p>貳、運動樂趣多 七、跑跳遊戲</p>	<p>2</p>	<p>1. 能完成跳、跨的組合動作。 2. 體會助跑可增加跳躍能力。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能</p>	<p>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	

			3. 能在移動過程中做出方向的改變，以及單、雙腳跳的連續動作。 4. 能跟隨同學做出追逐跑、跳組合。	力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。			
第七週 10/08-10/14 ●10/9(一)彈性放假 ●10/10(二)國慶日放假	貳、運動樂趣多 七、跑跳遊戲、八、我們都是平衡高手	1	1. 能在移動過程中做出方向的改變，以及單、雙腳跳的連續動作。 2. 能跟隨同學做出追逐跑、跳組合。 3. 能認識校園需要平衡能力的遊戲設備。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第八週 10/15-10/21	壹、健康有一套 二、愛護牙齒有一套	1	1. 能知道愛護牙齒的方法。 2. 能知道牙科醫療院所提供的口腔保健服務。 3. 能養成保健牙齒的生活習慣。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	貳、運動樂趣多 八、我們都是平衡高手	2	1. 能練習平衡動作。 2. 專注觀賞他人的動作表現。 3. 表現認真參與的學習態度。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 1d-I-1 描述動作	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

			4. 認識平衡木上的動作要領及安全注意事項。 5. 學會上下平衡木。	技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識,處理練習或遊戲問題。	懸垂遊戲。		
第九週 10/22-10/28	壹、健康有一套 三. 我愛家人	1	1. 與家人相處時,若出現不知道如何對應的情緒,能適當的自我調適。 2. 能在課堂上分享自己的經驗,討論後嘗試在生活中應用生活技能。	3b-I-1 能於引導下,表現簡易的自我調適技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【家庭暴力防治教育】 家E3 察覺家庭中不同角色,並反思個人在家庭中扮演的角色。
	貳、運動樂趣多 八. 我們都是平衡高手	2	1. 認識平衡木上的動作要領及安全注意事項。 2. 學會上下平衡木。 3. 能學會與完成在平衡木上的動作和安全練習的方法。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第十週 10/29-11/04 ●期中考週	壹、健康有一套 三. 我愛家人	1	1. 能覺察自己的情緒,利用說出事件與感受調適自我的心情。 2. 與家人相處時,對於無法處理或做錯的狀況,能先調適心情,在引導下,表現簡易的人際溝通技	3b-I-1 能於引導下,表現簡易的自我調適技能。 3b-I-2 能於引導下,表現簡易的人際溝通互動技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【家庭暴力防治教育】 家E3 察覺家庭中不同角色,並反思個人在家庭中扮演的角色。

			能。 3. 練習想法的三個步驟，先說出想法、反省想法、再決定怎麼做。				
	貳、運動樂趣多 八. 我們都是平衡高手	2	1. 能學會與完成在平衡木上的動作和安全練習的方法。 2. 學會選擇適合自己的身體活動。	2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第十一週 11/05-11/11	壹、健康有一套 三. 我愛家人	1	1. 運用後設認知的技巧，先預想可能的後果，再來選擇最佳的做法。 2. 能練習平心靜氣說出自己的想法讓對方知道。	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【家庭暴力防治教育】 家E3 察覺家庭中不同角色，並反思個人在家庭中扮演的角色。
	貳、運動樂趣多 九. 社區運動樂	2	1. 能利用學校或社區資源從事身體活動。 2. 能了解並應用各種趣味競賽的基本動作，從事身體活動。 3. 能運用基本的動作常	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-2 利用學校	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

			識，處理練習或遊戲所產生的問題。	或社區資源從事身體活動。			
第十二週 11/12-11/18	壹、健康有一套 三. 我愛家人	1	1. 常把愛掛在口中、對家人的體貼等語言與非語言的方式，來表達對家人的關愛。 2. 能知道與家人和諧相處的方法。	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	貳、運動樂趣多 九. 社區運動樂	2	1. 能利用學校或社區資源從事身體活動。 2. 能認同團體規範，並表現尊重的團體互動行為。 3. 了解並應用各種趣味競賽的基本動作，從事身體活動。	2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【安全教育】 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。
第十三週 11/19-11/25	壹、健康有一套 四. 空氣汙染大作戰	1	1. 知道空氣品質達紅色警示的意思。 2. 知道空氣汙染對人和動物都有影響。 3. 知道紅色空品旗的作用。 4. 知道空氣汙染期間，外出要戴口罩。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【環境教育】 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。
	貳、運動樂趣多 九. 社區運動樂	2	1. 能利用學校或社區資源從事身體活動。 2. 能清楚知道自己適合的運動。	2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

			3.能與家人討論，選擇並規畫適合的身體活動，增進體適能。	習或遊戲問題。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	戲。		
第十四週 11/26-12/02	壹、健康有一套 四. 空氣汙染大作戰	1	1. 知道紅色空品旗升起時，要應對的活動行為。 2. 發覺空氣汙染時，在戶外活動對身體健康的影響。 3. 知道室內、室外空氣汙染的程度並不同。 4. 知道空氣品質不好時，進行體育活動該注意的事項有哪些。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【環境教育】 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。
	貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多	2	1. 能知道並做到你傳我接活動的動作內容。 2. 能願意並盡力做到和他人合作完成你傳我接的動作。 3. 知道並做到配合拍球的節奏，穩定的拍球。 4. 了解拍球說 Hello 活動的進行方式，並和同學合作努力完成。 5. 會利用課餘時間練習以求進步。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Hb-I-1 陣地攻守球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

第十五週 12/03-12/09	壹、健康有一套 四. 空氣汙染大作戰	1	1. 知道空氣汙染會讓身體出現各種不舒服的症狀。 2. 知道空氣汙染時期因應身體不舒服症狀的處理方式。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【環境教育】 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。
	貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多	2	1. 能知道並做到三種傳接球動作，並練習。 2. 能知道三種傳接球動作，球的行進路徑不同處。 3. 能和其他人合作完三種傳接球動作。 4. 能知道並完成高球穿接的動作。 5. 和其他人順暢的完成活動。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。	Hb-I-1 陣地攻守球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第十六週 12/10-12/16	壹、健康有一套 四. 空氣汙染大作戰	1	1. 知道對抗空氣汙染的保健做法。 2. 面對不同空品旗，能做出適宜的保健行為。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多	2	1. 能知道和做到彈接高手活動中相關的動作，並練習。 2. 能願意並盡力和他人相互合作，完成彈接高手活動中的動作。 3. 能做到透過課餘練習	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。	Hb-I-1 陣地攻守球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

			增加球感。	4d-I-1 願意從事規律身體活動。	協調、力量及準確性控球動作。		
第十七週 12/17-12/23	壹、健康有一套 五. 正確使用藥物	1	1. 能了解生病時要遵照醫囑服藥的重要性。 2. 能發覺生病時就醫是維護健康的正確態度與行為。 3. 能於大人引導下，做到正確的就醫行為。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多	2	1. 能於活動中，知道並遵守攻占城堡的活動規則。 2. 能願意並盡力做到和他人合作，完成攻占城堡活動。 3. 能做到透過攻占城堡活動和他人一同討論學習，找出更佳得分方式並實踐。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。	Hd-I-1 守備/跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第十八週 12/24-12/30	壹、健康有一套 五. 正確使用藥物	1	※能在大人引導下，適切的請教藥師與認讀藥袋上的各項標示與說明。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	貳、運動樂趣多 十一. 功夫小子	2	1. 能做出正確的模仿動物動作及特徵。 2. 能做出正確的基本武	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2d-I-1 專注觀賞	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核	

			術動作。 3. 能專注觀賞同學表演。 4. 能發揮創意做出動物拳。	他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。		態度評量	
第十九週 12/31-01/06 ●01/01(一)元旦放假	壹、健康有一套 五. 正確使用藥物	1	1. 能了解藥袋上服藥的時間、用法與用量。 2. 能在大人引導下，於生活中正確服藥。 3. 能了解眼藥水和外用藥膏的使用時間、用法與用量。 4. 能在大人引導下，於生活中正確使用眼藥水和外用藥膏。	3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	貳、運動樂趣多 十一. 功夫小子	1	1. 能表現出正確的技擊動作。 2. 能運用基本動作，與同學完成遊戲。 3. 藉由遊戲的操作及反覆練習，增進體適能。	2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Bd-I-1 武術模仿遊戲。 Bd-I-2 技擊模仿遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第二十週 01/07-01/13 ●期末考週	壹、健康有一套 五. 正確使用藥物	1	1. 能於大人引導下，正確的保存藥物。 2. 能發覺錯誤的處理廢棄藥物會汙染環境與危	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-2 能於引導	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	觀察評量 口頭評量 態度評量	

			害人類身體健康。 3.能於大人引導下，正確的處理廢棄藥物。	下，於生活中操作簡易的健康技能。			
	貳、運動樂趣多 十一.功夫小子	2	1.能運用武術及技擊動作，與同學完成比賽。 2.藉由遊戲的操作及反覆練習，增進體適能。	3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Bd-I-2 技擊模仿遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第二十一週 01/14-01/20 ●01/19(五)休業式	壹、健康有一套 五.正確使用藥物	1	1.能於大人引導下，正確的保存藥物。 2.能發覺錯誤的處理廢棄藥物會汙染環境與危害人類身體健康。 3.能於大人引導下，正確的處理廢棄藥物。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。	觀察評量 口頭評量 態度評量	
	貳、運動樂趣多 十一.功夫小子	2	1.能運用武術及技擊動作，與同學完成比賽。 2.藉由遊戲的操作及反覆練習，增進體適能。	3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Bd-I-2 技擊模仿遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要中小學彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

臺南市公立關廟區深坑國民小學 112 學年度第二學期 二年級 健康與體育 領域學習課程(調整)計畫(☑普通班/☐特教班)

教材版本	南一版第四冊	實施年級 (班級/組別)	二年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(54)節		
課程目標	能了解不同人生階段成長情形，從過程中認識自己未來的夢想，並為夢想努力，探索自己的興趣及對未來的期望，並能運用社交技巧，知道增進人際關係的方法。能認識吸菸的危害與戒菸的好處，進而感受到二手菸和二手菸對人體健康與生活品質的影響，覺察拒吸二手菸和二手菸的重要性。知道流感的傳染方式、流感快篩的目的與預防流感感染的方法，和感染期間在家照護的要點，養成良好個人衛生習慣。知道如何分辨和選擇新鮮食物的方法；知道如何挑選且能具體描述正確選購包裝食品與散裝食品的方法。能靈活操作身體，做出各種肢體動作，且能利用活動開展肢體，增進身體的協調性。藉由體育活動的參與，發展樂於與人互動、溝通，培養良好人際關係與團隊合作精神。						
該學習階段 領域核心素養	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。 健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 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。 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。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 02/15-02/17 ●02/15(四)開學 ●02/16(五)正式上課 ●02/17(六)補上 2/15的課程							
第二週 02/18-02/24	壹、健康點點名 一. 歡樂成長派	1	1. 能知道成長過程受到家人的照顧與陪伴。 2. 能體會成長的喜悅，並	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響	Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。	觀察評量 口頭評量 行為檢核	

			能用健康的態度面對成長。 3.能觀察並描述自己的成長情形。 4.能探索自己的興趣及對未來的期望。	健康的生活態度與行為。		態度評量	
	貳、運動好事多 六.單槓遊戲真好玩	2	1.能學習握住單槓。 2.能學習使用單槓時要注意的事項。 3.在單槓上學習模仿動作。 4.能進行單槓遊戲動作。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第三週 02/25-03/02 ●02/28(三)和平 紀念日放假	壹、健康點點名 一.歡樂成長派	1	1.能認識日常生活中的性別角色。 2.能覺察職業的性別刻板印象。 3.能知道自己想做的事不受性別限制	1a-I-1 認識基本的健康常識。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	貳、運動好事多 六.單槓遊戲真好玩	1	1.能學會在單槓上的動作。 2.了解及運用雙手的力量選擇需要懸垂能力的運動項目。 3.會表現認真學習的態度。 4.會注意同學的表現。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

第四週 03/03-03/09	壹、健康點點名 一. 歡樂成長派	1	1. 能認識日常生活中的性別角色。 2. 能覺察職業的性別刻板印象。 3. 能知道自己想做的事不受性別限制。 4. 能認識自己未來的夢想，並為夢想努力。	4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Db-I-1 日常生活中的性別角色。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	貳、運動好事多 七. 休閒運動快樂行	2	1. 認識戶外及其他各種休閒運動。 2. 樂於參與休閒運動。 3. 能找出社區內的運動場地。 4. 能選擇適合全家參與的休閒運動。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。 Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【安全教育】 Ca-I-2 知道合宜的服裝、兩具與行人安全的關係。
第五週 03/10-03/16	壹、健康點點名 二. 流感小尖兵	1	1. 知道如何表達身體不舒服的症狀。 2. 知道處理身體不適的正確方法。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	貳、運動好事多 七. 休閒運動快樂行	2	1. 能快樂的接受並體驗健走運動。 2. 能學會正確的健走技巧。 3. 能快樂接受並體驗健	2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Cd-I-1 戶外休	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

			走運動。 4.能學會不同速度的健走技巧。	技能。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	閒運動入門遊戲。		
第六週 03/17-03/23	壹、健康點點名 二. 流感小尖兵	1	1. 知道流感的傳染方式。 2. 知道「生病不上課」的健康觀念。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	貳、運動好事多 七. 休閒運動快樂行	2	1. 能學會不同節奏的健走。 2. 能學會不同方式的健走技巧。 3. 能規畫並繪製校園健走地圖。 4. 能積極參與健走運動。	3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第七週 03/24-03/30	壹、健康點點名 二. 流感小尖兵	1	1. 探討避免感染流感、維護健康的行為。 2. 知道預防流感的方法。 3. 能在日常生活中展現呼吸道衛生與咳嗽禮節。 4. 能養成良好個人衛生習慣。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	貳、運動好事多 八. 踢球樂	2	1. 能表現出教材中的足球熱身動作。 2. 能於活動中展現出身體平衡。	2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能	Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

			<p>3. 能於活動中努力練習嘗試。</p> <p>4. 展現出努力體驗踢球活動。</p> <p>5. 可以和其他人合作完成活動。</p>	力。	擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。		
<p>第八週 03/31-04/07</p> <p>●04/04(四)兒童節放假</p> <p>●04/05(五)清明節放假</p>	<p>壹、健康點點名</p> <p>二. 流感小尖兵</p>	1	<p>1. 知道流感感染期間在家照護的要點。</p> <p>2. 學會正確脫口罩和丟口罩的技巧。</p> <p>3. 能在生活中落實流感預防與照護的好行為。</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>2b-I-1 接受健康的生活規範。</p> <p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p> <p>4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。</p>	<p>Fb-I-1 個人對健康的自我觀察與行為表現。</p> <p>Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	
	<p>貳、運動好事多</p> <p>八. 踢球樂</p>	2	<p>1. 能知道運動前後要注意的相關安全事宜及準備。</p> <p>2. 能知道如何處理運動時發生的意外事故。</p> <p>3. 能做到用足背踢球。</p>	<p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p>	<p>Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。</p> <p>Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	

					及準確性控球動作。		
第九週 04/07-04/13	壹、健康點點名 三. 我家拒菸酒	1	1. 能了解過量飲酒對個人、家庭與社會的危害。 2. 在日常生活中，不嘗試含酒精飲料。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。	Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	貳、運動好事多 八. 踢球樂	2	1. 能做到用足內側踢球。 2. 可以和其他人合作練習踢球。 3. 可以用腳底做出停球動作。	2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第十週 04/14-04/20 ●期中考週	壹、健康點點名 三. 我家拒菸酒	1	1. 能發覺吸菸行為對健康所造成的影響。 2. 能於引導下，運用模擬情境角色扮演方式，向家人適切表達請勿吸菸的態度。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	貳、運動好事多 八. 踢球樂	2	1. 可以他人合作進行踢球。 2. 可以於對牆踢接活動	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 3c-I-1 表現基本	Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易	觀察評量 口頭評量 行為檢核	

			<p>中展現出踢球停球的動作。</p> <p>3.能於足球遊戲中展現踢擊動作。</p> <p>4.能和他人合作進行活動。</p>	<p>動作與模仿的能力。</p> <p>4d-I-1 願意從事規律身體活動。</p>	<p>拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。</p>	<p>態度評量</p>	
<p>第十一週 04/21-04/27</p>	<p>壹、健康點點名 三. 我家拒菸酒</p>	1	<p>※能於引導下，運用模擬情境角色扮演方式，練習拒絕二手菸的技巧。</p>	<p>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。</p> <p>4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。</p>	<p>Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	
	<p>貳、運動好事多 九. 我們都是好朋友</p>	2	<p>1. 能隨著音樂拍打節奏。</p> <p>2. 能靈活操作身體，做出各種肢體動作。</p> <p>3. 能隨著音樂節奏，完成唱跳學習活動。</p> <p>4. 能靈活操作身體，做出各種身體動作。</p> <p>5. 能專注觀摩與學習他人動作表現。</p>	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p>	<p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	
<p>第十二週 04/28-05/04</p>	<p>壹、健康點點名 三. 我家拒菸酒</p>	1	<p>※能繪製禁菸標誌，發表個人拒絕二手菸的立場。</p>	<p>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。</p> <p>4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。</p>	<p>Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	

	貳、運動好事多 九. 我們都是好朋友	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能隨著音樂節奏，完成唱跳學習活動。 2. 能靈活操作身體，做出各種身體動作。 3. 能專注觀摩與學習他人動作表現。 4. 能應用正確的動作與同學合作練習活動。 5. 能與同學培養默契，通力合作克服困難並完成動作。 	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p>	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	壹、健康點點名 四. 愉快的聚會	1	※覺察自己與他人的優點，並進一步深入了解自己、欣賞自己也欣賞同學。	3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性侵害防治教育】 E5 認識性騷擾、性侵害與性霸凌及其求助管道
<p>第十三週 05/05-05/11</p> <p>●05/06(一)母親節暨教學成果發表會補假一天</p>	貳、運動好事多 九. 我們都是好朋友	1	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能學會所教導的舞蹈動作。 2. 利用活動開展肢體，並增進身體的協調性。 3. 能專注欣賞並學習他人優良動作表現。 4. 能與同學培養默契，通力合作克服困難並完成動作。 5. 能認真參與並與他人合作完成動作表現。 6. 能了解自己並選擇適 	<p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。</p>	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

			合個人的身體活動。				
第十四週 05/12-05/18	壹、健康點點名 四.愉快的聚會	1	1.能利用適當方法邀請同學。 2.能運用社交技巧,知道增進人際關係的方法。 3.能了解住家附近的特色。	3b-I-1 能於引導下,表現簡易的自我調適技能。 3b-I-2 能於引導下,表現簡易的人際溝通互動技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性侵害防治教育】 E5 認識性騷擾、性侵害與性霸凌及其求助管道
	貳、運動好事多 十.跑的遊戲	2	1.能利用學校或社區資源進行戶外休閒運動。 2.能體會並分享追逐跑的樂趣。 3.能盡力完成快跑的活動。 4.能體驗並分享跑步時速度與迎風的感受。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第十五週 05/19-05/25	壹、健康點點名 四.愉快的聚會	1	※能了解接待客人的注意事項。	3b-I-1 能於引導下,表現簡易的自我調適技能。 3b-I-2 能於引導下,表現簡易的人際溝通互動技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【性侵害防治教育】 E5 認識性騷擾、性侵害與性霸凌及其求助管道

				技能。			
	貳、運動好事多 十. 跑的遊戲	2	1. 能做出直線快跑動作。 2. 能學習並表現出運動家精神。	2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第十六週 05/26-06/01	壹、健康點點名 四. 愉快的聚會	1	1. 知道真心誠意的讚美，讓朋友知道你心裡對他的感受，是獲得友誼的好方法。 2. 能知道接受招待時的注意事項，並分辨出別人不接受的行為應如何改進。 3. 能辨別好主人及好客人的行為。 4. 能了解如何處理聚會中的突發狀況並實際演練。	3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
	貳、運動好事多 十. 跑的遊戲	2	1. 能遵守比賽規則。 2. 能和同學合作完成比賽。 3. 能認識並表現運動家精神。 4. 能在曲線快跑中做出身體重心傾斜動作。 5. 能在繞物快跑中做出身體重心傾斜變換動作。	2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

<p>第十七週 06/02-06/08 ●畢業考週</p>	<p>壹、健康點點名 五. 食品安全我最行</p>	1	<p>1. 能知道食品包裝完整的重要性。 2. 能知道不建議購買散裝食品的原因。 3. 能認識安全購買罐頭與玻璃罐食品的原則。 4. 能了解製造日期及保存期限的意涵</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生;活態度與行為。 3a-I-1 能於引導下,表現簡易的自我調適技能。</p>	<p>Eb-I-1健康安全消費的原則。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	
	<p>貳、運動好事多 十. 跑的遊戲</p>	2	<p>1 體驗並說出不同跑壘路線的差異。 2. 練習中找出適合自己的跑壘路線。 3. 比賽中表現曲線繞彎跑壘技巧。 4. 和同學快樂的完成比賽,並遵守比賽規則。 5. 在比賽中表現運動家精神。</p>	<p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3d-I-1 應用基本動作常識,處理練習或遊戲問題。</p>	<p>Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	
<p>第十八週 06/09-06/15 ●06/10(一)端午節放假</p>	<p>壹、健康點點名 五. 食品安全我最行</p>	1	<p>1. 能認識安全購買鮮乳的原則。 2. 能了解有效日期及認識標章的意涵。</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-1 能於引導下,表現簡易的自我調適技能。</p>	<p>Eb-I-1 健康安全消費的原則。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	
	<p>貳、運動好事多 十一. 浪花朵朵開</p>	1	<p>1. 認識水域休閒運動的種類。</p>	<p>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活</p>	<p>Cc-I-1 水域休閒運動入門遊</p>	<p>觀察評量 口頭評量</p>	

			<p>2. 選擇安全並合適的戶外休閒活動。</p> <p>3. 能知道從事游泳時需要的裝備。</p> <p>4. 認識游泳池安全設施和規則。</p> <p>5. 能了解進行游泳前暖身的重要性。</p>	<p>動。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p> <p>4c-I-1 認識與身體活動相關資源。</p>	<p>戲。</p> <p>Gb-I-1 游泳池安全與衛生常識。</p>	<p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	
<p>第十九週</p> <p>06/16-06/22</p> <p>●06/19(三)下午四時三十分畢業典禮</p> <p>●期末考週</p>	<p>壹、健康點點名</p> <p>五. 食品安全我最行</p>	1	<p>1. 能知道食品標示的重要性。</p> <p>2. 能檢視包裝食品的標示和外觀。</p>	<p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>3a-I-1 能於引導下,表現簡易的自我調適技能。</p>	<p>Eb-I-1 健康安全消費的原則。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	
	<p>貳、運動好事多</p> <p>十一. 浪花朵朵開</p>	2	<p>1. 認識各項水中活動的動作技能。</p> <p>2. 做出水中行走的游泳技巧。</p>	<p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p>	<p>Gb-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻律呼吸與藉物漂浮。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	
<p>第二十週</p> <p>06/23-06/29</p> <p>●06/28(五)休業式</p>	<p>壹、健康點點名</p> <p>五. 食品安全我最行</p>	1	<p>1. 能了解食品保存方式對健康的重要性。</p> <p>2. 能認識不同的包裝食品的食用方式及注意事項。</p>	<p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p> <p>3a-I-1 能於引導下,表現簡易的自</p>	<p>Ea-I-2 基本的飲食習慣。</p> <p>Eb-I-1 健康安全消費的原則。</p>	<p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p>	

			3. 能實際做到安全選購食品的原則。	我調適技能。 4a-I-1 發表個人對促進健康的立場。			
	貳、運動好事多 十一. 浪花朵朵開	2	1. 認識水中閉氣、韻律呼吸與藉物漂浮的動作技能。 2. 做出水中閉氣、韻律呼吸與藉物漂浮的動作技巧。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Gb-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻律呼吸與藉物漂浮。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。