臺南市公立永康區大橋國民小學 113 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	實施年級 (班級/組別)	=	教學節數	每週(3)節,本學期共(63)節
課程目標	1. 能分子 2. 能知正確與 4. 能知確選家已 5. 能知道不知道不知 5. 能知道不可 6. 知知了 6. 知知 6. 知知 6. 知知 6. 知知 6. 知明 6. 知知 6. 知知 6. 知明 6. 知明 6. 是 6.	法的處利旗,,餘同跳的的相步刷方說表行:物肢跨衡本球縣。法出不體服會體跳動動類培生不體服會體跳動動類培養 與度動時環。躍如藥的該間境。或的該間境。動質	調適自己的心情。 氣汙染。 意的安全事項有哪些。 用法與用量。 危害身體健康。 。		
該學習階段 領域核心素養	健體-E-A2 具備探索身體 健體-E-A3 具備擬定基本 健體-E-B1 具備應用體育 健體-E-B3 具備運動與健	活動與健康生活問題與健康保健計學與自己的與健康之相關符別的人情,不可以則則與不可以則則則則則則則則則則則則則則則則則則則則則則則則則則則則則則則	的思考能力,並透過體驗實作能力,並以創新思想能,能以同理心應用在生的基本素養,促進多元原知識與是非判斷能力, 健康生活中樂於與人互動	食與實踐,處理日常生 於方師,的運動,在生常生 於官的發展,在生活 於實,在關於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於	些與人際溝通上。 5環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 首德規範,培養公民意識,關懷社會。 6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 學習表現	學習內容	評量方式 (表現任務)	融入議題實質內涵
	壹、健康有一套 一.健康做得到	1	1. 能了解身體檢查通知單的內容、意義與差異性。 2. 能閱讀生活習慣紀錄表,發現造成體重過重的原因。	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 所造成的威脅性。	Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心 理面向。
- \ = 8/30	貳、運動樂趣多 六. 大家來唱跳	2	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	
9/6 (8/30 開學 日) 壹、健康有一套 一. 健康做得到	1	1.能了解身體檢查通知單的內容、意義與差異性。 2.能閱讀生活習慣紀錄表,發現造成體重過重的原因。	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 所造成的威脅性。	Ea-I-2基本的飲食習慣。 Fb-I-1個人對健康的自我覺察與行為表現。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心 理面向。	
	貳、運動樂趣多 六. 大家來唱跳	2	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	
= 9/9 9/13	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原因。 2. 能分辨紅綠燈食物的差異。 3. 能於日常生活中選擇攝取綠燈食物。 4. 能連結課本及生活經驗,說出過重的可能原因。	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 所造成的威脅性。 3a-I-2 能於引導下,於生活 中操作簡易的健康技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用 生活技能。	Ea-I-2基本的飲食習慣。 Fb-I-1個人對健康的自我覺察與行為表現。	觀察評量 口頭評量 行為檢 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心 理面向。
	貳、運動樂趣多 六. 大家來唱跳	2	1. 能隨著音樂,完成舞蹈基本動作。 2. 熟練〈猜拳〉的跳法,並正確的配合音樂跳。	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。	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 口頭檢核 態度評量	

				2d-I-1 專注觀賞他人的動作			
	壹、健康有一套 一. 健康做得到	1	1. 能知道體重過重在飲食上的 調整方法。 2. 能明白養成良好的飲食與生 活習慣能促進身體健康。 3. 能習以發自己的飲食與生活習 慣。 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。	表現。 3a-I-2能於引導下,於生活中操作簡易的健康技能。 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。 4a-I-2養成健康的生活習慣。	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。	觀察評量 口為檢手	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心 理面向。
9/16 9/20	貳、運動樂趣多 六. 大家來唱跳	2	1. 想像並模仿自然界中的自然 現象。 2. 隨著音樂完成舞蹈基本的動作表現。 6. 專注觀賞他人的動作表現。 4. 表明出在不同情境下躲雨的動作表現出在不同情境下躲雨的動作。 5. 認為你。 6. 選擇適合自己的身體活動。 6. 選擇多與,並與他人合作完成創作任務。 6. 成創作任務。	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。 4c-I-2選擇適合個人的身體活動。	Ib-I-1 唱、跳與 模仿性律動遊戲。	觀解語為語為語為	
五 9/23	壹、健康有一套 二. 愛護牙齒有一套	1	1. 能知道蛀牙的形成原因。 2. 能知道蛀牙的處理辦法。 3. 能知道愛護牙齒的方法,避 免造成蛀牙。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。	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 口為檢 態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心 理面向。
 9/27	貳、運動樂趣多 七、跑跳遊戲	2	1. 認識並遵守遊戲規則。 2. 專注觀察他人動作表現。 3. 能在「紅綠燈遊戲」中,表 現出適合自己的追逐跑方式。 4. 能完成折返、曲線跑的動 作。	Ic-I-I 認識身體活動的基本 動作。 2d-I-I 專注觀賞他人的動作 表現。 4c-I-2 選擇適合個人的身體 活動。	Ga-I-I 走、跑、 跳與投擲遊戲。	觀察評量 口為檢修 態度評量	
六 9/30 	壹、健康有一套 二. 愛護牙齒有一套	1	1. 能知道牙齒分為乳齒和恆 齒。 2. 能知道乳齒和恆齒分別有其	1a-I-1 認識基本的健康常 識。 1a-I-2 認識健康的生活習	Da-I-1 日常生活 中的基本衛生習 慣。	觀察評量 口頭評量 行為檢核	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心 理面向。

10/4			重要性。 3. 能知道牙齒的功能及名稱。	慣。	Da-I-2 身體的部 位與衛生保健的重 要性。	態度評量	
	貳、運動樂趣多 七、跑跳遊戲	2	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。	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。	Ga-I-1 走、跑、 跳與投擲遊戲。	觀察 評量 一	
ح 10/7	壹、健康有一套 二. 愛護牙齒有一套	1	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。	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-I 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。	觀察評量日行為語話	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心 理面向。
10/11	貳、運動樂趣多 七、跑跳遊戲	2	1. 能完成跳、跨的組合動作。 2. 體會助跑可增加跳躍能力。 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。	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 的能力。 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 口為檢評 態度評量	
\\\\ 10/14 10/18	壹、健康有一套 二. 愛護牙齒有一套	1	1. 能知道正確刷牙是預防蛀牙 最有效的方法。 2. 能知道正確刷牙的方法和步 驟,培養良好的衛生習慣。 3. 能記錄一周的刷牙情形,並 做檢討與改進。	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 一	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心 理面向。
	貳、運動樂趣多 七、跑跳遊戲、八. 我們都是平衡高 手	2	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	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。	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。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應注 意的安全。

			組合。	3c-I-1 表現基本動作與模仿	Ia-I-1 滾翻、支		
			3. 能認識校園需要平衡能力的	的能力。	撐、平衡、懸垂遊		
			遊戲設備。	3d-I-1 應用基本動作常識,	戲。		
			1 11 1 14 15 14 17 14 11 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14 14	處理練習或遊戲問題。	D 11 - 14 1 -	からいロ	7 1 A 11 T
			1. 能知道愛護牙齒的方法。 2. 能知道牙科醫療院所提供的	1a-I-1 認識基本的健康常 識。	Da-I-1 日常生活 中的基本衛生習	觀察評量 口頭評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心
			2. 能知道才科酱療院所提供的 口腔保健服務。	誠。 1a-I-2 認識健康的生活習	中的基本衛生音 慣。	口頭計里 行為檢核	理面向。
	壹、健康有一套		3. 能養成保健牙齒的生活習	間。 間。	Da-I-2 身體的部	1 為做核態度評量	生国问。
	二. 愛護牙齒有一套	1	慣。	2b-I-2 願意養成個人健康習	位與衛生保健的重	心及可重	
	1,2,3,1,1,1			慣。	要性。		
				4a-I-2 養成健康的生活習			
				慣。			
九			1. 能練習平衡動作。	1c-I-1 認識身體活動的基本	Cb-I-3 學校運動活	觀察評量	【安全教育】
10/21			2. 專注觀賞他人的動作表現。	動作。	動空間與場域。	口頭評量	安 E4 探討日常生活應注
10/25			3. 表現認真參與的學習態度。	1c-I-2 認識基本的運動常	Ia-I-1 滾翻、支	行為檢核	意的安全。
10/25			4. 認識平衡木上的動作要領及	識。	撐、平衡、懸垂遊	態度評量	
	貳、運動樂趣多		安全注意事項。 5. 學會上下平衡木。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。	戲。		
	八. 我們都是平衡高	2	5.字音工厂工模术。	ac-I-2表現認真參與的學習			
	手			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。			
			1. 與家人相處時,若出現不知	3b-I-1 能於引導下,表現簡	Fa-I-2 與家人及	觀察評量	【性別平等教育】
			道如何對應的情緒,能適當的	易的自我調適技能。	朋友和諧相處的方	口頭評量	性 E11 培養性別間合宜
	壹、健康有一套	1	自我調適。 2. 能在課堂上分享自己的經	3b-I-3 能於生活中嘗試運用 生活技能。	式。	行為檢核 態度評量	表達情感的能力。 【家庭教育】
	三. 我愛家人	1	□ 2. 肥任缺至工分字日 ○ 1 印經 □ 驗,討論後嘗試在生活中應用	生冶权ル。		怨及計里	家 E3 察覺家庭中不同角
+			生活技能。				色,並反思個人在家庭中
10/28							扮演的角色。
11/1			1. 認識平衡木上的動作要領及	1d-I-1 描述動作技能基本常	Ia-I-1 滾翻、支	觀察評量	【安全教育】
11/1	貳、運動樂趣多		安全注意事項。	識。	撐、平衡、懸垂遊	口頭評量	安 E4 探討日常生活應注
	八. 我們都是平衡高	2	2. 學會上下平衡木。	2c-I-2 表現認真參與的學習	戲。	行為檢核	意的安全。
	手	_	3. 能學會與完成在平衡木上的	態度。		態度評量	
			動作和安全練習的方法。	3c-I-1 表現基本動作與模仿 的能力。			
+-	壹、健康有一套	1	1. 能覺察自己的情緒,利用說	的能刀。 3b-I-1 能於引導下,表現簡易	Fa-I-2 與家人及	觀察評量	【性別平等教育】
	且 风冰仍 去	1	1. 心见尔口口时用烟 不用机	00111111111111111111111111111111111111	1011分外外八人	地 不 リ 里	11年77日 寸秋月』

11/4 11/8	三. 我愛家人		出事件與感受調適自我的心 情。 2.與家人相處時,對於無法適 理或做錯的狀況, 表現簡易的人 際溝通技能。 3.練習想法的三個步驟,先說 出想法 麼做。	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。	朋友和諧相處的方式。	口頭評量 行為檢核態度評量	性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【家庭教育】 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. 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 口為檢 態度評量	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應注 意的安全。
+= 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 口為檢核態度評量	【性別平等教育】 性 E11 培養性別間合宜 表達情感的能力。 【家庭教育】 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。
 11/15	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識,處 理練習或遊戲所產生的問題。	Ic-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	【家庭教育】 家 E12 規畫個人與家庭 生活作息。 【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人 際關係。
+= 11/18 11/22	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 口為檢核 態度評量	【性別平等教育】 性 E11 培養性別間合宜 表達情感的能力。 【家庭教育】 家 E3 察覺家庭中不同角 色,並反思個人在家庭中

							3
			1. 能利用學校或社區資源從事	2c-I-1 表現尊重的團體互動	Ab-I-1 體適能遊	觀察評量	扮演的角色。 【家庭教育】
			1. 能利用字仪或社區 貞源從事 身體活動。	2C-1-1 衣堄导里的團體互動 行為。	AD-1-1	観祭計重 口頭評量	家 E12 規畫個人與家庭
	貳、運動樂趣多		2. 能認同團體規範,並表現尊	3d-I-1 應用基本動作常識,	K	口與計里 行為檢核	生活作息。
	九. 社區運動樂	2	重的團體互動行為。	處理練習或遊戲問題。	運動入門遊戲。	17 為做极	【品德教育】
	九. 在世廷初示		3. 了解並應用各種趣味競賽的	4d-I-2 利用學校或社區資源	建 到 八 门 过 鼠	忍及可里	品 E3 溝通合作與和諧人
			基本動作,從事身體活動。	從事身體活動。			際關係。
			1. 知道空氣品質達紅色警示的	1a-I-1 認識基本的健康常	Ca-I-1 生活中與	觀察評量	【環境教育】
			意思。	識。	健康相關的環境。	口頭評量	環 E12 養成對災害的警
			2. 知道空氣汙染對人和動物都	па ,	是水和咖啡了农元	一头 重	覺心及敏感度,對災害
			有影響。			態度評量	有基本的了解,並能避
			3. 知道紅色空品旗的作用。			心及叶至	免災害的發生。
			4. 知道空氣汙染期間,外出要				【安全教育】
			戴口罩。				安 E4 探討日常生活應該
	壹、健康有一套						注意的安全。
	四. 空氣汙染大作戰	1					安 E5 了解日常生活危害
							安全的事件。
十四							【防災教育】
11/25							防 E1 災害的種類包含洪
							水、颱風、土石流、乾
11/29							早。
							防 E5 不同災害發生時的
							適當避難行為。
			1. 能利用學校或社區資源從事	2c-I-1 表現尊重的團體互動	Ab-I-1 體適能遊	觀察評量	【家庭教育】
			身體活動。	行為。	戲。	口頭評量	家 E12 規畫個人與家庭
			2. 能清楚知道自己適合的運	3d-I-1 應用基本動作常識,	Cd-I-1 戶外休閒	行為檢核	生活作息。
	貳、運動樂趣多	2	動。	處理練習或遊戲問題。	運動入門遊戲。	態度評量	【品德教育】
	九. 社區運動樂		3. 能與家人討論,選擇並規畫	4c-I-2 選擇適合個人的身體			品 E3 溝通合作與和諧人
			適合的身體活動,增進體適	活動。			際關係。
			能。	4d-I-2 利用學校或社區資源			
				從事身體活動。			
			1. 知道紅色空品旗升起時,要	1a-I-1 認識基本的健康常	Ca-I-1 生活中與	觀察評量	【環境教育】
十五			應對的活動行為。	識。	健康相關的環境。	口頭評量	環 E12 養成對災害的警
12/2	壹、健康有一套		2. 發覺空氣汙染時,在戶外活	2a-I-1 發覺影響健康的生活		行為檢核	覺心及敏感度,對災害
	四. 空氣汙染大作戰	1	動對身體健康的影響。	態度與行為。		態度評量	有基本的了解, 並能避
12/6			3. 知道室內、室外空氣汙染的	2a-I-2 感受健康問題對自己			免災害的發生。
			程度並不同。	造成的威脅性。			【安全教育】
			4. 知道空氣品質不好時,進行				安 E4 探討日常生活應該

	貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多	2	體育活動該注意的事項有哪 1. 能知道於傳我接活動 並做到你傳我接活動 的動作內意盡力做到和他。 2. 能說傾意。 2. 能說傾到和他。 3. 知道於做到配合的 4. 了可式 人人 人人 人 人 各 4. 了可式 成 4. 了方式 成 6. 會利用課餘時間練習以求進	Id-I-I 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、 類、傳之手服動作協調、停之部 動作協調、 及準確性控球動 作。	觀察評量 口預納 檢	注意的安全。 安E5了解日常生活危害 安全的事件。 【防災教育】 防E1災害的種類包含洪 水早。 防医5 不同災害發生時的 適當避難行為。 【品德教育】 品E3溝通合作與和諧人 際關係。
十六 12/9 12/13	壹、健康有一套 四.空氣汙染大作戰 貳、運動樂趣多 十.玩球樂趣多	1	步。 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。 1. 能知道並做到三種傳接球動作,並練習。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。	Ca-I-1 生活中與 健康相關的環境。 Hb-I-1 陣地攻守 球類運動相關的簡	觀口行態解頭為度評評檢評報報量量報報量	【是12 爱有免【安注安安【防水旱防適】 電 是12 爱的的的教育是是一个人。 要 是 在 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是

			2. 能知道三種傳接球動作,球	2c-I-2 表現認真參與的學習	易拍、拋、接、	行為檢核	際關係。
			的行進路徑不同處。	態度。	擲、傳、滾及踢、	態度評量	
			3. 能和他人合作完三種傳接球	3c-I-1 表現基本動作與模仿	控、停之手眼、手		
			動作。	的能力。	腳動作協調、力量		
			4. 能知道並完成高球穿接的動	3d-I-1 應用基本動作常識,	及準確性控球動		
			作。	處理或練習遊戲問題。	作。		
			5. 和他人順暢的完成活動。				
			1. 知道對抗空氣汙染的保健做	1a-I-1 認識基本的健康常	Ca-I-1 生活中與	觀察評量	【環境教育】
			法。	識。	健康相關的環境。	口頭評量	環 E12 養成對災害的警
			2. 面對不同空品旗,能做出適	4a-I-2 養成健康的生活習		行為檢核	覺心及敏感度,對災害
			宜的保健行為。	慣。		態度評量	有基本的了解,並能避
							免災害的發生。
							【安全教育】
							安 E4 探討日常生活應該
	壹、健康有一套	_					注意的安全。
	四. 空氣汙染大作戰	1					安 E5 了解日常生活危害
							安全的事件。
十七							【防災教育】
12/16							防 El 災害的種類包含洪
							水、颱風、土石流、乾
12/20							早。
							防 E5 不同災害發生時的
							適當避難行為。
			1. 能知道和做到彈接高手活動	1d-I-1 描述動作技能基本常	Hb-I-1 陣地攻守	觀察評量	【品德教育】
			中相關的動作,並練習。	識。	球類運動相關的簡	口頭評量	品 E3 溝通合作與和諧人
			2. 能願意並盡力和他人相互合	2c-I-2 表現認真參與的學習	易拍、拋、接、	行為檢核	際關係。
	貳、運動樂趣多	0	作,完成彈接高手活動中的動		擲、傳、滾及踢、	態度評量	
	十. 玩球樂趣多	2	作。	3d-I-1 應用基本動作常識,處	控、停之手眼、手		
			3. 能做到透過課餘練習增加球	理或練習遊戲問題。	腳動作協調、力量		
			感。	4d-I-1 願意從事規律身體活	及準確性控球動		
				動。	作。		
			1. 能了解生病時要遵照醫囑服	1a-I-1 認識基本的健康常	Bb-I-1 常見的藥	觀察評量	【安全教育】
] ,			藥的重要性。	識。	物使用方法與影	口頭評量	安 E4 探討日常生活應該
十八	支 独南土 大		2. 能發覺生病時就醫是維護健	2a-I-1 發覺影響健康的生活	響。	行為檢核	注意的安全。
12/23	壹、健康有一套	1	康的正確態度與行為。	態度與行為。		態度評量	安 E5 了解日常生活危害
12/27	五. 正確使用藥物		3. 能於大人引導下,做到正確				安全的事件。
14/41			的就醫行為。				安 E14 知道通報緊急事
							件的方式。

			1. 能於活動中,知道並遵守攻	1d-I-1 描述動作技能基本常	Hd-I-1 守備/跑分	觀察評量	【品德教育】
	貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多	2	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。	識。 $2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1 應用基本動作常識, 處理或練習遊戲問題。$	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。	口頭評量 行為檢核 態度評量	品 E3 溝通合作與和諧人 際關係。
十九 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 口為檢訴 態度評量	【安全教育】 安E4 探討日常生活應該 注意的安全。 安E5 了解日常生活危害 安全的事件。 安E14 知道通報緊急事 件的方式。
 1/3	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術動作。 3. 能專注觀賞同學表演。 4. 能發揮創意做出動物拳。	Id-I-1 描述動作技能基本常識。 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。	Bd-I-1 武術模仿 遊戲。	觀察評量 口為檢核 態度評量	【人權教育】 人 E3 了解每個人需求的 不同,並討論與遵守團 體的規則。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互 動能力。
二十 1/6	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 口頭海 板態度評量	【安全教育】 安E4 探討日常生活應該 注意的安全。 安E5 了解日常生活危害 安全的事件。 安E14 知道通報緊急事 件的方式。
1/10	貳、運動樂趣多 十一. 功夫小子	2	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 行為檢修	【人權教育】 人E3 了解每個人需求的 不同,並討論與遵守團 體的規則。 【生涯規劃教育】 涯E7 培養良好的人際互 動能力。
ニナー	壹、健康有一套	1	1. 能於大人引導下,正確的保	2a-I-1 發覺影響健康的生活	Bb-I-1 常見的藥	觀察評量	【安全教育】

1/13 1/17	五. 正確使用藥物		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。	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。	物使用方法與影響。	口頭評量 行為檢核 態度評量	安 E4 探討日常生活應該 注意的安全。 安 E5 了解日常生活危害 安全的事件。 安 E14 知道通報緊急事 件的方式。
	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 口行為檢 手	【人權教育】 人 E3 了解每個人需求的 不同,並討論與遵守團 體的規則。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互 動能力。
二十二 1/20	休業式						

- ◎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」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。
- ◎若實施課中差異化教學之班級,其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同,本表僅是呈現進度規劃,各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。

臺南市公立永康區大橋國民小學 113 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	實施年級 (班級/組別)	=	教學節數	每週(3)節,本學期共(60)節
課程目標	動的能體了了是能與知能關於富力的與於大學,與說自解解獲說親道知動認,創靈與道照遵盡步之權已持友健間完並;吸而拒操學感的遊完難立道作識進作活同流護守力的如類,與客庭大健間完並;吸而拒操學感的遊完樂的大好的的情踢對你危到手體,同為一個人人的的情遇對你危到手體,同為一個人人的的情遇對你危到手體,同為一個人人好動館擊對你危到手體,同為一個人人好動館擊對你危到手體,同為一個人人好動館擊對你危到手體,同為一個人人,可以不過一個人。一個人人,可以不過一個人,可以可以不過一個人,可以不過一個人,可以不過一個人,可以可以可以不過一個人,可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以	己,注,待進、相踢的菸和示各种冒良和, 體備、 為進注能走 動相動好手支肢戲類人合直 如全長 事 一意運前 作關規處菸持體,流衛作線 何設情 項 步事用要 ,動則,對無動從感生完快 選施 不 深項社注 能作、發人菸作中的習成跑 擇、 體體 全 了能技的 道透守家健境專培傳價遊動 新注會 自 解運巧事 如過你人康。注釋之 。 。 ()	成行自用,項 何練來吸與 欣大式 完 物項與 所來式 完 物項與 所來式 点 的與你 一旦友際健 合球規個響 一旦友際健 合球規個響 一旦友際健 合球規個響 一旦大條 中 回 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一	康 等 司出方, ,中人庭察 児並預 向 選里的 的 。 人。劃 發養同危吸 在成流 的 數 接 合 創本行,手 動作感 的 解 學 的 家 ,感動對和 , 且的 题 描述 中,染 返 描述 一种, 说 题 , 。 親 三 能能方 如 動 正 正 能 是	中的性別角色,知道自己想做的事不受性別限制;透過活,從過程中認識自己未來的夢想,並為夢想努力,探索自己與完成在平衡木上各種闖關動作,維護自己與尊重他人的身為應如何改進;知道誠意讚美與讓朋友知道你對他的感受,建走路線,並養成運動的好習慣,並藉由運動的參與,培養造不同踢擊動作。 關關過程中盡力完成並從中學習球感,以完成過關英雄的相故適切表達戒菸的好處;認識二手菸和三手菸的定義與危手菸的重要性,適切向親友表達拒絕二手菸和三手菸,且運養著音樂的節奏,完成唱跳學習活動。 [2] 利用活動開展肢體,增進身體的協調性。 [3] 法,與學會呼吸道衛生與咳嗽禮節,知道流感感染期間在 [4] 作,且在遊戲中完成左右曲折及繞物快跑的動作,並體會 [5] 企確選購包裝食品與散裝食品的方法。 [5] 認識游泳前暖身運動的重要性與正確做出暖身操,學會在
該學習階段 領域核心素養	健體-E-A2 具備探索身體 健體-E-A3 具備擬定基本 健體-E-B1 具備運用體育 健體-E-B3 具備運動與健 健體-E-C1 具備生活中有	活動與健康生活問題的 的運動與保健計畫及 與健康之相關符號知 康有關的感知和欣賞的 關運動與健康的道德。	的思考能力,並透過體縣實作能力,並以創新思考 實作能力,並以創新思考 能,能以同理心應用在生 的基本素養,促進多元處 知識與是非判斷能力,理	食與實踐,處理日常生 等方式,的運動、居居出 至活中的變展,保假 或官的發展,在生活 理解並遵守相關的違	>-

				課程架構脈絡			
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	重點 學習內容	評量方式 (表現任務)	融入議題實質內涵
	壹、健康點點名 一. 歡樂成長派	1	1.能了解不同人生階段成長情形。 2.能觀察並描述自己的成長情形。 3.能透過活動,記錄自己的成長情形。	1a-I-1 認識基本的健康 常識。	Aa-I-1 不同人生階段 的成長情形。	觀察 評量 日為 辞 態度 評量	【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。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E9 認識不同類型工作/教育 環境。
- \ := 2/5 	貳、運動好事多 六.單槓遊戲真好 玩	2	1. 能認識校園需要懸垂能力的遊戲設備。 2. 能運用遊戲設備來鍛鍊臂力。 3. 能練習手臂力量。 4. 表現認真參與的學習態度。 5. 專注觀賞他人的動作表現。	Ic-I-I 認識身體活動的基本動作。 Ic-I-2 認識基本的運動常識。 Id-I-I 描述動作技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。	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 口為檢 態度評量	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的 安全。
2/14	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。	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。	Aa-I-1 不同人生階段 的成長情形。	觀 頭 海 爾 爾 教 爾 教 養 郵 報 教 養 郵 報 核 量	【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。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E9 認識不同類型工作/教育環境。
	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。	Id-I-I 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-I 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 口為 所	【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的 安全。
= 2/17 2/21	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。	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 口為檢 態度評量 態度評量	【性别平等教育】 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。

	貳、運動好事多 六.單槓遊戲真好 玩	2	3. 能知道自己想做的事不受性 別限制 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。	Id-I-I 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	【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E9 認識不同類型工作/教育 環境。 【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的 安全。
四 2/24	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 日常生活中的性别角色。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【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。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E9 認識不同類型工作/教育 環境。
2/28	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。	Id-I-I 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 口為檢核態度評量	【家庭教育】家 E12 規畫個人與家庭的生活作息。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。
_	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 口為檢核 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 品 E7 知行合一。
五 3/3 3/7	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走運動。 4. 能學會不同速度的健走技巧。	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-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	【家庭教育】 家 E12 規畫個人與家庭的生活 作息。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。

☆ 3/10 3/14	壹、健康點點名 二. 流感小尖兵 貳、運動好事多 七. 休閒運動快樂 行	2	1.知道流感的傳染方式。 2.知道「生病不上課」的健康觀念。 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。	Ia-I-I 認識基本的健康 常識。 2a-I-I 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。 3b-I-3 能於生活中嘗試 運用生活技能。 4d-I-I 願意從事規律身 體活動。	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。 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。	觀口行態 觀口行態察頭為度 察頭為度 解評檢評 評評檢評	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 品 E7 知行合一。 【家庭教育】 家 E12 規畫個人與家庭的生活 作息。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。
七 3/17	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 口行為檢訴	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 品 E7 知行合一。
3/11 3/21	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。 3. 能於活動中努力練習嘗試。 4. 展現出努力體驗踢球活動。 5. 可以和他人合作完成活動。	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。	Hb-I-1陣地攻守性球類運動相關的簡易 拍、拋、內方, , 次及場外, 等 。 等 。 等 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。	觀察評量 口行為檢評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關 係。
↑ 3/24 3/28	壹、健康點點名 二. 流感小尖兵	1	1. 知道流感感染期間在家照護的要點。 2. 學會正確脫口罩和丟口罩的 技巧。	Ia-I-I 認識基本的健康 常識。 2b-I-1 接受健康的生活 規範。 3a-I-2 能於引導下,於 生活中操作簡易的健康 技能。 4b-I-1 發表個人對促進 健康的立場。	Fb-I-1 個人對健康的 自我覺察與行為表 現。 Fb-I-2 兒童常見疾病 的預防與照顧方法。	觀察評量 口行為檢評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 品 E7 知行合一。
	貳、運動好事多 八. 踢球樂	2	1. 能知道運動前後要注意的相關安全事宜及準備。 2. 能知道如何處理運動時發生的意外事故。	1c-I-2 認識基本的運動 常識。 2c-I-2 表現認真參與的 學習態度。	Cb-I-1 運動安全常 識、運動對身體健康 的益處。 Hb-I-1陣地攻守性球	觀察評量 口頭檢核 態度評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關 係。

			3. 能做到用足背踢球。	3c-I-1 表現基本動作與	類運動相關的簡易		
			0. 16 16 21 11 12 13 14 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	模仿的能力。	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		
					一		
			1 4 7 勿口目以证此何」	1 - 1 1 - 1	1 1 1	物安亚目	
			1. 能了解過量飲酒對個人、家	1a-I-1 認識基本的健康	Bb-I-2 吸菸與飲酒的	觀察評量	【人權教育】
			庭與社會的危害。	常識。	危害及拒絕二手菸的	口頭評量	人 E7 認識生活中不公平、不合
	壹、健康點點名	1	2. 在日常生活中,不嘗試含酒	4b-I-1 發表個人對促進	方法。	行為檢核	理、違反規則和健康受到傷害
	三. 我家拒菸酒	1	精飲料。	健康的立場。		態度評量	等經驗,並知道如何尋求救助
							的管道。
九							【品德教育】
3/31							品 E2 自尊尊人與自愛愛人。
4 / 4			1. 能做到用足內側踢球。	2c-I-2 表現認真參與的	Hb-I-1陣地攻守性球	觀察評量	【品德教育】
4/4			2. 可以和他人合作練習踢球。	學習態度。	類運動相關的簡易	口頭評量	品 E3 溝通合作與和諧人際關
	貳、運動好事多		3. 可以用腳底做出停球動作。	3c-I-1 表現基本動作與	拍、拋、接、擲、	行為檢核	係。
	八. 踢球樂	2		模仿的能力。	傳、滾及踢、控、停	態度評量	
	7 77 7571			4d-I-1 願意從事規律身	之手眼、手腳動作協		
				體活動。	調、力量及準確性控		
					球動作。		
			1. 能發覺吸菸行為對健康所造	1a-I-1 認識基本的健康	Bb-I-2 吸菸與飲酒的	觀察評量	【人權教育】
			成的影響。	常識。	危害及拒絕二手菸的	口頭評量	人 E7 認識生活中不公平、不合
	壹、健康點點名		2. 能於引導下,運用模擬情境	2a-I-1 發覺影響健康的	方法。	行為檢核	理、違反規則和健康受到傷害
	三. 我家拒菸酒	1	角色扮演方式,向家人適切表	生活態度與行為。		態度評量	等經驗,並知道如何尋求救助
			達請勿吸菸的態度。	3b-I-2 能於引導下,表			的管道。
+				現簡易的人際溝通互動			【品德教育】
4/7				技能。			品 E2 自尊尊人與自愛愛人。
			1. 可以他人合作進行踢接球。	1d-I-1 描述動作技能基	Hb-I-1陣地攻守性球	觀察評量	【品德教育】
4/11			2. 可以於對牆踢接活動中展現	本常識。	類運動相關的簡易	口頭評量	品 E3 溝通合作與和諧人際關
	貳、運動好事多		出踢球停球的動作。	3c-I-1 表現基本動作與	拍、拋、接、擲、	行為檢核	係。
	八. 踢球樂	2	3. 能於足球遊戲中展現踢擊動	模仿的能力。	傳、滾及踢、控、停	態度評量	
	7 年 1000年		作。	4d-I-1 願意從事規律身	之手眼、手腳動作協		
			4. 能和他人合作進行活動。	體活動。	調、力量及準確性控		
					球動作。		
+-			※能於引導下,運用模擬情境	3b-I-2 能於引導下,表	Bb-I-2 吸菸與飲酒的	觀察評量	【人權教育】
4/14	壹、健康點點名	1	角色扮演方式,練習拒絕二手	現簡易的人際溝通互動	危害及拒絕二手菸的	口頭評量	人 E7 認識生活中不公平、不合
	三. 我家拒菸酒	1	菸的技巧。	技能。	方法。	行為檢核	理、違反規則和健康受到傷害
4/19				4b-I-1 發表個人對促進		態度評量	等經驗,並知道如何尋求救助

				健康的立場。			的管道。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。
	貳、運動好事多 九. 我們都是好朋 友	2	1. 能隨著音樂拍打節奏。 2. 能靈活操作身體,做出各種 肢體動作。 3. 能隨著音樂節奏,完成唱跳 學習活動。 4. 能靈活操作身體,做出各種 身體動作。 5. 能專注觀摩與學習他人動作 表現。	Ic-I-I 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-I 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	無
	壹、健康點點名 三. 我家拒菸酒	1	※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。	3b-I-2 能於引導下,表現簡易的人際溝通互動技能。 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	【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。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。
+=\+=\ 4/25 5/2	貳、運動好事多 九. 我們都是好朋 友	2	1.能隨著音樂拍打節奏。 2.能靈活操作身體,做出各種 肢體動作。 3.能隨著音樂節奏,完成唱跳 學習活動。 4.能靈活操作身體,做出各種 身體動作。 5.能專注觀摩與學習他人動作 表現。	Ic-I-I 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-I 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	無
	壹、健康點點名 三. 我家拒菸酒	1	※能繪製禁菸標誌,發表個人 拒絕二手菸的立場。	3b-I-2 能於引導下,表 現簡易的人際溝通互動 技能。 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	【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。 【品德教育】 品 E2 自尊尊人與自愛愛人。
	貳、運動好事多 九. 我們都是好朋 友	2	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	1c-I-1 認識身體活動的 基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的	Bc-I-1 各項暖身伸展 動作。 Ib-I-1唱、跳與模仿	觀察評量 口頭評量 行為檢核	無

			身體動作。	學習態度。	性律動遊戲。	態度評量	
			3. 能專注觀摩與學習他人動作	字百思及。 2d-I-1 專注觀賞他人的	1生件 勤 遊鼠。	悠及計里	
			表現。	」 2u-1-1 寻在骪貝他人的 動作表現。			
			4. 能應用正確的動作與同學合	助作私玩。 3d-I-1 應用基本動作常			
			4. 肥應用止罐的動作與同字合作練習活動。	ou-1-1 應用基本動作系 識,處理練習或遊戲問			
			作練習活動。 5. 能與同學培養默契,通力合	一識, <u></u>			
				· 起。			
			作克服困難並完成動作。	01		物房证目	
	+ 14 +		※覺察自己與他人的優點,並	3b-I-1 能於引導下,表	Fa-I-2 與家人及朋友		【性別平等教育】
	壹、健康點點名	1	進一步深入了解自己、欣賞自	現簡易的自我調適技	和諧相處的方式。	口頭評量	性 E11 培養性別間合宜表達情
	四. 愉快的聚會		己也欣賞同學。	能。		行為檢核	感的能力。
						態度評量	
			1. 能學會所教導的舞蹈動作。	1c-I-1 認識身體活動的	Bc-I-1 各項暖身伸展	觀察評量	無
十四			2. 利用活動開展肢體,並增進	基本動作。	動作。	口頭評量	
5/5			身體的協調性。	2c-I-2 表現認真參與的	Ib-I-1唱、跳與模仿	行為檢核	
			3. 能專注欣賞並學習他人優良	學習態度。	性律動遊戲。	態度評量	
5/9	貳、運動好事多		動作表現。	2d-I-1 專注觀賞他人的			
	九. 我們都是好朋	2		動作表現。			
	友		作克服困難並完成動作。	3d-I-1 應用基本動作常			
			5. 能認真參與並與他人合作完	識,處理練習或遊戲問			
			成動作表現。	題。			
			6. 能了解自己並選擇適合個人	4c-I-2 選擇適合個人的			
			的身體活動。	身體活動。			
			1. 能利用適當方法邀請同學。	3b-I-1 能於引導下,表	Fa-I-2 與家人及朋友	觀察評量	【性別平等教育】
			2. 能運用社交技巧,知道增進	現簡易的自我調適技	和諧相處的方式。	口頭評量	性 E11 培養性別間合宜表達情
			人際關係的方法。	能。		行為檢核	感的能力。
	壹、健康點點名	1	3. 能了解住家附近的特色。	3b-I-2 能於引導下,表		態度評量	
	四. 愉快的聚會	1		現簡易的人際溝通互動			
				技能。			
十五				3b-I-3 能於生活中嘗試			
5/12				運用生活技能。			
5/16			1. 能利用學校或社區資源進行	1c-I-1 認識身體活動的	Ga-I-1走、跑、跳與	觀察評量	無
<i>57</i> 10			戶外休閒運動。	基本動作。	投擲遊戲。	口頭評量	
	主, 海和切击夕		2. 能體會並分享追逐跑的樂	2d-I-2 接受並體驗多元		行為檢核	
	貳、運動好事多 上 购 40 滋醇	2	趣。	性身體活動。		態度評量	
	十. 跑的遊戲		3. 能盡力完成快跑的活動。	4d-I-2 利用學校或社區			
			4. 能體驗並分享跑步時速度與	資源從事身體活動。			
			迎風的感受。				
			4. 能體驗並分享跑步時速度與				

			※能了解接待客人的注意事	3b-I-1 能於引導下,表	Fa-I-2 與家人及朋友	觀察評量	【性別平等教育】
			項。	現簡易的自我調適技	和諧相處的方式。	口頭評量	性 E11 培養性別間合宜表達情
				能。		行為檢核	感的能力。
	壹、健康點點名	1		3b-I-2 能於引導下,表		態度評量	
十六	四. 愉快的聚會	1		現簡易的人際溝通互動			
5/19				技能。			
				3b-I-3 能於生活中嘗試			
5/23				運用生活技能。			
			1. 能做出直線快跑動作。	2d-I-2 接受並體驗多元	Ga-I-1走、跑、跳與	觀察評量	無
	貳、運動好事多	2	2. 能學習並表現出運動家精	性身體活動。	投擲遊戲。	口頭評量	
	十. 跑的遊戲	7	神。			行為檢核	
						態度評量	
			1. 知道真心誠意的讚美,讓朋	3b-I-2 能於引導下,表	Fa-I-2 與家人及朋友	觀察評量	【性別平等教育】
			友知道你心裡對他的感受,是	現簡易的人際溝通互動	和諧相處的方式。	口頭評量	性 E11 培養性別間合宜表達情
			獲得友誼的好方法。	技能。		行為檢核	感的能力。
	壹、健康點點名 四. 愉快的聚會		2. 能知道接受招待時的注意事	3b-I-3 能於生活中嘗試		態度評量	
		1	項,並分辨出別人不接受的行	運用生活技能。			
			為應如何改進。				
十七			3. 能辨别好主人及好客人的行				
5/26			為。				
			4. 能了解如何處理聚會中的突				
5/30			發狀況並實際演練。	0 111	0 7 1 1 2 2 2 3 4	*	7.
			1. 能遵守比賽規則。	2c-I-1 表現尊重的團體	Ga-I-1走、跑、跳與	觀察評量	無
			2. 能和同學合作完成比賽。	互動行為。	投擲遊戲。	口頭評量	
	貳、運動好事多	0	3. 能認識並表現運動家精神。	2d-I-2 接受並體驗多元		行為檢核	
	十. 跑的遊戲	2	4. 能在曲線快跑中做出身體重	性身體活動。		態度評量	
			心傾斜動作。	3d-I-1 應用基本動作常			
			5. 能在繞物快跑中做出身體重	識,處理練習或遊戲問題。			
			心傾斜變換動作。 1. 能知道食品包裝完整的重要		Eb-I-1健康安全消費	觀察評量	【家庭教育】
			1. 能知坦食而巴农元登的里安 性。	1a-1-1 認識基本的健康 常識。	ED-1-1健康安全凋貨 的原則。	観祭計里 口頭評量	【
			2. 能知道不建議購買散裝食品	^{市 諷 。} 2a-I-1 發覺影響健康的	中1 /示 片1 °	口頭計里 行為檢核	象 E5 多與家庭消貨行動, 湿消 金錢與物品的價值。
十八 6/2	壹、健康點點名		1. 肥知坦小廷硪牌貝取农良吅 的原因。	Zd=1=1 發見粉音健康的 生;活態度與行為。		11 闷饭饭	亚蚁光初四时原但
0/2	五. 食品安全我最	1	3. 能認識安全購買罐頭與玻璃	3a-I-1 能於引導下,表		心汉川里	
6/6	行		罐食品的原則。	現簡易的自我調適技			
			4. 能了解製造日期及保存期限	能。			
			的意涵	AG			
			7/014		1		

			1 體驗並說出不同跑壘路線的	2c-I-1 表現尊重的團體	Ga-I-1走、跑、跳與	觀察評量	無
				2C 1 1 农坑寺里的图题 互動行為。	投擲遊戲。	机杂 可重 口頭評量	#
			2. 練習中找出適合自己的跑壘	2d-I-2 接受並體驗多元	7文7年之度文	一	
			路線。	性身體活動。		態度評量	
	貳、運動好事多	2		3d-I-1 應用基本動作常		心及可重	
	十. 跑的遊戲		万。	識,處理練習或遊戲問			
			4.和同學快樂的完成比賽,並	題。			
			遵守比賽規則。	~			
			5. 在比賽中表現運動家精神。				
			1. 能認識安全購買鮮乳的原	1a-I-1 認識基本的健康	Eb-I-1 健康安全消費	觀察評量	【家庭教育】
			則。	常識。	的原則。	口頭評量	家 E9 參與家庭消費行動,澄清
	壹、健康點點名		2. 能了解有效日期及認識標章	2a-I-1 發覺影響健康的		行為檢核	金錢與物品的價值。
	五. 食品安全我最	1		生活態度與行為。		態度評量	
	行			3a-I-1 能於引導下,表		.032 / 2	
				現簡易的自我調適技			
十九				能。			
6/9			1. 認識水域休閒運動的種類。	2d-I-2 接受並體驗多元	Cc-I-1 水域休閒運動	觀察評量	【海洋教育】
			2. 選擇安全並合適的戶外休閒	性身體活動。	入門遊戲。	口頭評量	海 E2 學會游泳技巧,熟悉自救
6/13			活動。	3c-I-2 表現安全的身體	Gb-I-1 游泳池安全與	行為檢核	知能。
	貳、運動好事多		3. 能知道從事游泳時需要的裝	活動行為。	衛生常識。	態度評量	【安全教育】
	十一. 浪花朵朵開	2	備。	4c-I-1 認識與身體活動			安 E4 探討日常生活應該注意的
	1 . 水化木木用		4. 認識游泳池安全設施和規	相關資源。			安全。
			則。				安 E7 探究運動基本的保健。
			5. 能了解進行游泳前暖身的重				
			要性。				
			1. 能知道食品標示的重要性。	1a-I-1 認識基本的健康	Eb-I-1健康安全消費	觀察評量	【家庭教育】
			2. 能檢視包裝食品的標示和外	常識。	的原則。	口頭評量	家 E9 參與家庭消費行動,澄清
	壹、健康點點名		觀。	2a-I-1 發覺影響健康的		行為檢核	金錢與物品的價值。
	五. 食品安全我最	1		生活態度與行為。		態度評量	
二十	行			3a-I-1 能於引導下,表			
6/16				現簡易的自我調適技			
07 10				能。			
6/20			1. 認識各項水中活動的動作技	1d-I-1 描述動作技能基	Gb-I-2水中遊戲、水	觀察評量	【海洋教育】
	ナ ゆかいナク		能。	本常識。	中閉氣與韻律呼吸與	口頭評量	海 E2 學會游泳技巧,熟悉自救
	貳、運動好事多	2	2. 做出水中行走的游泳技巧。	2d-I-2 接受並體驗多元	藉物漂浮。	行為檢核	知能。
	十一. 浪花朵朵開			性身體活動。		態度評量	【安全教育】
				3c-I-2表現安全的身體			安 E4 探討日常生活應該注意的
				活動行為。			安全。

							安 E7 探究運動基本的保健。
二十一 6/23	壹、健康點點名 五.食品安全我最 行	1	1. 能了解食品保存方式對健康的重要性。 2. 能認識不同的包裝食品的食用方式及注意事項。 3. 能實際做到安全選購食品的原則。	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。 4a-I-1 發表個人對促進 健康的立場。	Ea-I-2基本的飲食習慣。 Eb-I-1健康安全消費的原則。	觀察評量 口頭評量 行為檢核態度評量	【家庭教育】 家 E9 參與家庭消費行動,澄清 金錢與物品的價值。
 6/27	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。	Id-I-I 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 口頭檢核 態度評量	【海洋教育】 海 E2 學會游泳技巧,熟悉自救 知能。 【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的 安全。 安 E7 探究運動基本的保健。
二十二 6/30	休業式						

- ◎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」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。
- ◎若實施課中差異化教學之班級,其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同,本表僅是呈現進度規劃,各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。