臺南市公立北門區三慈國民小學 114 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. 能能能知知 2. 能能 2. 的自 2. 能能 4. 能知 2. 的是 3. 化 4. 的是 3. 化 4. 的是 3. 的是 3. 的是 3. 的是 4. 的是	方已相,品時不剩不腳上賽中法的處利旗,,餘同跳的的相好,,餘同跳的的相對,,餘可跳的的相關,,餘時大平基關縣。法出不體服會體跳動動類培養。事同育藥汙動等作作技持,。	學感受調適自己的心情 要感受氣汙染。 動該注意的安全事項 動該注意的安全事項 時間、用法與用量 中 最 是 動作。	有哪些。	
該學習階段領域核心素養	健體-E-A2 具備探索与 健體-E-A3 具備擬定基 健體-E-B1 具備應用量 健體-E-B3 具備運動員 驗。 健體-E-C1 具備生活中	P體活動與健康生活動與健康生態 基本的運動與保健患 豐育與健康之相關名 以健康有關的創作者 以有關運動與健康自 以有關運動,在體育 以人感受	舌問題的思考能力, 計畫及實作能力,並 符號知能,能以同理 和欣賞的基本素養, 的道德知識與是非判 的動和健康生活中樂	並透過體驗與實 以創 思考 居 生 生 的 化 進 多 元 年 的 化 進 多 元 中 的 , 更 動 , 並 於 與 人 互 動 , 並 於 與	在認識個人特質,發展運動與保健的潛能。 環踐,處理日常生活中運動與健康的問題。 市,因應日常生活情境。 中的運動、保健與人際溝通上。 自發展,在生活環境中培養運動與健康有關的美感體 在遵守相關的道德規範,培養公民意識,關懷社會。 在與團隊成員合作,促進身心健康。 也容文化的多元性。

			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	皇點 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。
	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	【安全教育】 安 E4 探討日常生 活應注意的安全。
	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。 2a-I-2 感覺態度與行為。 2a-I-2 感受健康問題或脅性。 3a-I-2 能於引導下,於生活中捷號子中操作。 3b-I-3 能與用生活中嘗試運用	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。	觀察評量口為檢評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身 體與心理面向。

9(9(3 HEINE(8)	五/町 豊						
				技能。			
	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。 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	【安全教育】 安 E4 探討日常生 活應注意的安全。
=	壹、健康有一套 一.健康做得到	1	1. 能知道體重在飲 食能與生活習慣 意。 2. 能與生活習慣 體健 體健 。 3. 能習慣 。 4. 能習質 生活習慣 生活習慣 生活習慣 生活習慣 生活習慣 生活習慣 生活習慣 生活過 生活過 生活過 生活過 生 生 生 生 生 生 生 生 生 生 。 生 生 生 生 生 生 生 生	3a-I-2 能於引導下,於生活中操作簡易的是I-1 能於引動的是I-1 能對的數字,表現實施,表現實施的是I-3 能對的數字。 3b-I-3 能對生活中嘗試運用大生活力,其一個人工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工工	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。	觀口行態規生「的與察頭為度劃上分記生評評檢評每台享錄習量後量位發自飲慣	【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. 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。 3. 專注觀賞他人的動作表現。 4. 表現出在不同情境下躲雨的動作。 5. 認真參與,並與他人合作完成任務。	2c-I-2表現認真 參與的學習態度 2d-I-1專注觀現 他人的動作表現基現 動作與模仿的 力。 4c-I-2選擇活動 個人的身體活動。	Ib-I-1 唱、跳 與模仿性律動 遊戲。	觀察評量 口	【安全教育】 安 E4 探討日常生 活應注意的安全。

			1		1		
			6. 選擇適合自己的身體				
			活動。				
			7. 認真參與,並與他人合				
			作完成創作任務。		_		
			1. 能知道蛀牙的形成原		Da-I-1 日常生		
			因。	1a-I-1 認識基本	活中的基本衛	觀察評量	【生命教育】
	壹、健康有一套	1	2. 能知道蛀牙的處理辦	的健康常識。	生習慣。	口頭評量	生 E2 理解人的身
	二. 愛護牙齒有一套	1	法。	1a-I-2 認識健康	Da-I-2 身體的	行為檢核	體與心理面向。
			3. 能知道愛護牙齒的方	的生活習慣。	部位與衛生保	態度評量	股外 0 经 面 的
			法,避免造成蛀牙。		健的重要性。		
四			1. 認識並遵守遊戲規則。				
			2. 專注觀察他人動作表	1c-I-1 認識身體			
			現。	活動的基本動作。	Ga-I-1 走、	觀察評量	【安全教育】
	貳、運動樂趣多	2	3. 能在「紅綠燈遊戲」	2d-I-1 專注觀賞		口頭評量	
	七、跑跳遊戲	Δ	中,表現出適合自己的追	他人的動作表現。	跑、跳與投擲	行為檢核	安 E4 探討日常生
			逐跑方式。	4c-I-2 選擇適合	遊戲。	態度評量	活應注意的安全。
			4. 能完成折返、曲線跑的	個人的身體活動。			
			動作。				
			1. 能知道牙齒分為乳齒		Da-I-1 日常生		
			和恆齒。	la-I-l 認識基本	活中的基本衛	觀察評量	【小人切去】
	壹、健康有一套	1	2. 能知道乳齒和恆齒分	的健康常識。	生習慣。	口頭評量	【生命教育】
	二. 愛護牙齒有一套	1	別有其重要性。	1a-I-2 認識健康	Da-I-2 身體的	行為檢核	生 E2 理解人的身
五			3. 能知道牙齒的功能及	的生活習慣。	部位與衛生保	態度評量	體與心理面向。
			名稱。		健的重要性。		
			1. 能完成折返、曲線跑的	1c-I-1 認識身體	Co. I. 1. +	觀察評量	【它入业本】
	貳、運動樂趣多	2	動作。	活動的基本動作。	Ga-I-1 走、	口頭評量	【安全教育】
	七、跑跳遊戲	Ζ	2. 明白能將折返、曲線跑	4d-I-2 利用學校	跑、跳與投擲	行為檢核	安 E4 探討日常生
			的動作運用在追逐跑遊	或社區資源從事	遊戲。	態度評量	活應注意的安全。

			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。	身體活動。			
	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 個人健康習慣實 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 口為檢 經歷	【生命教育】 生 E2 理解人的身 體與心理面向。
六	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、 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 動作常識問題。	Ga-I-1 走、 跑、跳與投擲 遊戲。	觀察評量 口病 檢 評量	【安全教育】 安 E4 探討日常生 活應注意的安全。
t	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	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-I 日常生 活中的基本衛 生習慣。 Da-I-2 身體的	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。

			生習慣。	2b-I-2 願意養成	部位與衛生保		
			3. 能記錄一周的刷牙情	個人健康習慣。	健的重要性。		
			形,並做檢討與改進。	4a-I-2 養成健康			
				的生活習慣。			
	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、跳組合。 3. 能認識校園需要平衡 能力的遊戲設備。	Ic-I-1 認識身體 活動的基本動集 Ic-I-2 認識多 的運動常識。 3c-I-1 表現其仿的 動作與其的的 为。 3d-I-1 應用基理 動作常識,處題 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、戲。 Ia-I-1滾翻、 支達遊戲。	觀察評量口行為大學	【安全教育】 安 E4 探討日常生 活應注意的安全。
Л	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 行為 檢 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 八. 我們都是平衡高 手	2	 能練習平衡動作。 專注觀賞他人的動作表現。 表現認真參與的學習態度。 認識平衡木上的動作 	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 技能基本常識。	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	【安全教育】 安 E4 探討日常生 活應注意的安全。

			要領及安全注意事項。	2c-I-2 表現認真			
			5. 學會上下平衡木。	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。			
九	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	【性別平等養性別中養性別時養達情的 【家庭察色家) 一次
	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-I 滾翻、 支撐、平衡、 懸垂遊戲。	觀察評量 口頭評量 行為檢	演的角色。 【安全教育】 安 E4 探討日常生 活應注意的安全。
+	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	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	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】

		先調適心情,在引導下, 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、反省想 法、再決定怎麼做。	際溝通互動技能。			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 八. 我們都是 手		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。 2d-I-1表現態型 2d-I-1專門 2d-I-1動作現態 3c-I-1表數 4c-I-2選擇 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、遊 懸垂遊戲。	觀察評量行為檢評量	【安全教育】 安 E4 探討日常生 活應注意的安全。
十一 壹、健康有三. 我愛爹		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	【性 E11 培養情別 目台 自 表達情別 一 表達情的 一 家 在 家 在 多
貳、運動樂	き趣多 2	1. 能利用學校或社區資	1c-I-1 認識身體	Ab-I-1 體適能	觀察評量	【家庭教育】

	九. 社區運動樂	源從事身體活動。	活動的基本動作。	遊戲。	口頭評量	家 E12 規畫個人
		2. 能了解並應用各種趣	3d-I-1 應用基本	Cd-I-1 户外休	行為檢核	與家庭生活作息。
		味競賽的基本動作,從事	動作常識,處理練	閒運動入門遊	態度評量	【品德教育】
		身體活動。	習或遊戲問題。	戲。		品 E3 溝通合作與
		3. 能運用基本的動作常	4d-I-2 利用學校			和諧人際關係。
		識,處理練習或遊戲所產	或社區資源從事			
		生的問題。	身體活動。			
+=	壹、健康有一套 三. 我愛家人	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。	下,表現簡易的人	Fa-I-2 與家人 及朋友和諧相 處的方式。	觀察評量 口為檢 經	【性B11 培養性別 間合 化 是 11 电
	貳、運動樂趣多 九. 社區運動樂	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 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。
+=	壹、健康有一套 四. 空氣汙染大作戰	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。	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

			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。				本免【安活全安活件【防包土旱防生的災安E4態。 E5 害。 災災洪流… E5 時解的教討意 好全 教害、乾 同適能生】常的 出种的 计重量 解全 育的 配 以 ,
	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。 3. 能與家人討論,選擇並 規畫適合的身體活動,增 進體適能。	2c-I-1表現尊重 的團體互動行為 3d-I-1應用基型 動作常識問題 對或此數 4c-I-2選體活動 4d-I-2利用 與體活動 4d-I-2利源 與體活動 與體活動 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 檢察 評量 核 態度 評量	行為。 【家庭教育】 家庭生活作息。 【品德教育】 品E3 溝通合作與 和諧人際關係。
十四	壹、健康有一套	1	1. 知道紅色空品旗升起	1a-I-1 認識基本	Ca-I-1 生活中	觀察評量	【環境教育】

四. 空氣汙染大作戰		時,要應對的活動行為。	的健康常識。	與健康相關的	口頭評量	環 E12 養成對災
		2. 發覺空氣汙染時,在戶	2a-I-1 發覺影響	環境。	行為檢核	害的警覺心及敏
		外活動對身體健康的影	健康的生活態度		態度評量	感度,對災害有基
		響。	與行為。			本的了解,並能避
		3. 知道室內、室外空氣汙	2a-I-2 感受健康			免災害的發生。
		染的程度並不同。	問題對自己造成			【安全教育】
		4. 知道空氣品質不好	的威脅性。			安 E4 探討日常生
		時,進行體育活動該注意				活應該注意的安
		的事項有哪些。				全。
						安 E5 了解日常生
						活危害安全的事
						件。
						【防災教育】
						防 El 災害的種類
						包含洪水、颱風、
						土石流、乾
						早。
						防 E5 不同災害發
						生時的適當避難
						行為。
		1. 能知道並做到你傳我	1d-I-1 描述動作	Hb-I-1 陣地攻		
		接活動的動作內容。	技能基本常識。	守球類運動相		
		2. 能願意並盡力做到和	2c-I-2 表現認真	關的簡易拍、	觀察評量	【品德教育】
貳、運動樂趣多	2	他人合作完成你傳我接	參與的學習態度。	拋、接、擲、	口頭評量	品 E3 溝通合作與
十. 玩球樂趣多	_	的動作。	3c-I-1 表現基本	傳、滾及踢、	行為檢核	和諧人際關係。
		3. 知道並做到配合拍球	動作與模仿的能	控、停之手	態度評量	A CONTRACTOR OF THE PARTY OF TH
		的節奏,穩定的拍球。	カ。	眼、手腳動作		
		4. 了解拍球說 Hello 活	4d-I-1 願意從事	協調、力量及		

			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。	規律身體活動。	準確性控球動 作。		
十五	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 出現各種不舒服的 之.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。	觀口行態察頭為評極經	【環害感本免【安活全安活件【防包土旱防生行環12警,了害全探該 了害 災災洪流 医時為育成心災,發育計意
	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	1d-I-1 描述動作 技能基本常識。 2c-I-2 表現認真	Hb-I-1 陣地攻 守球類運動相 關的簡易拍、	觀察評量 口頭評量 行為檢核	【品德教育】 品 E3 溝通合作與 和諧人際關係。

C5-1 (积)《字目咏任(明正/J1) 里						
		作,球的行進路徑不同 處。 3.能和他人合作完三種 傳接球動作。 4.能知道並完成高球穿 接的動作。 5.和他人順暢的完成活動。	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。	拋, 樓, 沒, 學, 本,	態度評量	
十六 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。	觀口行態察評檢評量量核量	【環害感本免【安活全安活件【防包土旱防生環12警,了害全探該 了害 災災洪流… 下的教養覺對解的教詩意 匠危。防EI含石… E5的成心災,發育計意 解全 育害、乾 同適計及害並生】常的 日的 】種風 害避災敏有能。 生安 生事 類、

							行為。
	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 增加球感。	Id-I-I 描述動作 技能基本常識認。 2c-I-2 表現認認度 多與的學習應用學習 3d-I-I 應用 動作常識,處理 練習遊戲問題 4d-I-I 願意從 規律身體活動。	Hb-I-1 關拋傳控眼協準作轉動拍換踢手動量球的、、、調確。 地域相、、、、調確。 性數的接滾停手、性 地域相、、、 作及動	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。
十七	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 行為 檢核 態度評量	【安全教育】 安E4探討日常生 安E5了解日常生 安E5了解日常生 方危害安全的事件。 安E14知道通報 系急事件的方式。
	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	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/ 跑分性球的關係 動相關的 , 中 期 期 , 之 , , , , , , , , , , , , , , , ,	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。

		實踐。				
+1	壹、健康有一套 五.正確使用藥物	※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 行 態度評量	【安全教育】 安E4 探討日常生 活應該注意的安 全 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	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。	1d-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,並的 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。
十九	壹、健康有一套 五.正確使用藥物	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,於生活中正確服藥水和外用藥子的使用時間、用法與明時間、用法與所以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以	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。	觀察評量行為實際課人	【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 活危害安全的情况。 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	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	Bd-I-1 武術模 仿遊戲。 Bd-I-2 技擊模 仿遊戲。	觀察評量 口為檢	【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】
			覆練習,增進體適能。	練習遊戲問題。 4d-I-I 願意從事 規律身體活動。	F V ~ 194	心/X **I 至	涯 E7 培養良好的 人際互動能力。
二 +	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 口為檢評量 行為檢評量	【安全教育】 安E4探討日常生 活應該注意的安 全 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 口頭 行為檢 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。
二十一	壹、健康有一套	1	1. 能於大人引導下,正確	2a-I-1 發覺影響	Bb-I-1 常見的	觀察評量	【安全教育】

五. 正確使用藥物		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	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。	藥物使用方法 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
		的處理廢棄藥物。				件。 安 E14 知道通報 緊急事件的方式。 【人權教育】
貳、運動樂趣多 十一. 功夫小子 休業式	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	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。

- ◎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。

臺南市公立北門區三慈國民小學 114 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	性未能自了了知能由知能以能三向能能性知知,就是自了了知能由知能以能三向能能性知知的出與自接你出動並道成識菸友活同,不他他人的的與踢成英的表操學感感遊透,平他他人的的與踢成英的表操學感感遊遊,平他他人的的與踢成英的義拒身作不染,數對維危與絕體完 同期則活為不知。	的岁诗身異受,要養球連泪與害手故動,感在並動,想要體同招是領與的續關戒,菸出動 屬家和,觀努注自,待獲、親相踢動菸進和各和 ,照同做察力意主並的得健友關球作的而三種遊 知護學出、,的權進注友走間動相;好感手肢遊 道的合直描探事。一意誼前的作關知處受菸體戲 道的合直述索項 步事的要情,動道,到,動, 流要作線記自、 深項好注誼能价你發二且作從 感點完快	錄已安 足,方意。知,來覺手運,中 的,成自的全 了能法的 道透我家菸用專養 染成的趣行 自用進項 何練的吸三作欣契 式好成及上 已方而, 和習活菸手拒賞, 、個長對下 、法能積 他增動的菸吸並, 、個長對下 、法能積 他增動的菸吸並通 流人们, 不衡 賞待用參 一踢則為人手習力 感衛生。的木 自好社與 瓦球、對體菸他合 快售	體期, 已友交健 合球遵個健的人作 篩習會望完 也、技走 作感守人康標動鬼 目。成,成 欣分巧運 踢,你與與示作困 的的 衡 同出知, ,中我庭活支現難 與萬 本 學別道規 並培往的品持。並 預悅 的 《人增畫》《卷的总質無在完 防	不接受的行為應如何改進;知道誠意讚美與讓朋友 曾進人際關係的方法。 別適合全家的健走路線,並養成運動的好習慣,並藉 愛揮創意,創造不同踢擊動作。 基本球感,闖關過程中盡力完成並從中學習球感, 的活動規則並和人一同進行活動。 包害,並對親友適切表達戒菸的好處;認識二手菸和 質的影響,覺察拒吸二手菸和三手菸的重要性,適切

	14. 知道如何分辨且能	具體描	5述如何選擇新鮮食物的方法	 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。				
	15. 了解游泳池的硬體	建設備、	安全設施、注意事項與衛	生守則,並能遵守游	泳池的規則;認	識游泳前暖身運	動的重要性與正確				
	做出暖身操,學會	在水中	行走、水中閉氣、漂浮等游	浡泳基礎技能 。							
	健體-E-A1 具備良好身	身體活重	动與健康生活的習慣,以促	進身心健全發展,立	龙認識個人特質 ,	發展運動與保健	建的潛能。				
	健體-E-A2 具備探索身	身體活重	动與健康生活問題的思考能	力,並透過體驗與實	胥踐,處理日常生	活中運動與健康	長的問題 。				
	健體-E-A3 具備擬定基	基本的資	運動與保健計畫及實作能力	,並以創新思考方式	弋,因應日常生活	·情境。					
該學習階段	健體-E-B1 具備運用鼎	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。									
領域核心素養	健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養,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 。										
	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	毒脈絡							
11.29.1		ht 1.	42 at a lar	學習重	鱼點	評量方式	融入議題				
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習表現	學習內容	(表現任務)	實質內涵				
							【性別平等教育】				
							性 E3 覺察性別角				
						觀察評量	色的刻板印象,了				
			1. 能了解不同人生階段			口頭評量	解家庭、學校與職				
			成長情形。		Aa-I-1 不同人	行為檢核	業的分工,不應受				
_	壹、健康點點名	1	2. 能觀察並描述自己的	1a-I-1 認識基本	1	態度評量	性別的限制。				
	一. 歡樂成長派	1	成長情形。	的健康常識。	生階段的成長 情形。	規劃每位學	【生涯規劃教育】				
			3. 能透過活動,記錄自己		T月 7D ~ 	生上台發表	涯 E4 認識自己的				
			的成長情形。			「分享自己	特質與興趣。				
						的成長情形」	涯 E9 認識不同類				
							型工作/教育環				
		1					境。				

	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. 能運門等力量。 4. 表現認真參與的學習 態度。 5. 專注觀賞他人的動作 表現。	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 技能基本常識。 2c-I-2 表現認度。	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 口頭檢核 態度評量	【安全教育】 安 E4 探討日常生 活應該注意的安 全。
-	壹、健康點點名 一. 歡樂成長派	0	1. 能知道成長過程受到 成長過程學到 家人的照顧所表 的所屬 。 能開會成長的 意度 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。	Aa-I-1 不同 人生階段的成 長情形。	觀解頭為經歷	【性B3覺板學業性 E3 的 解 業性 E3 的 解 等性 B 的 解 的 別 生 E4 與 認 伊 E9 認 與 認 一 表 的 內 與 證 的 與 證 的 與 證 的 與 證 的 與 證 的 與 證 的 與 證 的 與 證 的 與 證 的 與 數 是 E9 的 與 證 的 與 證 的 與 證 的 與 證 的 與 證 的 與 證 的 與 如 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於 於
	貳、運動好事多 六.單槓遊戲真好玩	0	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	【安全教育】 安 E4 探討日常生 活應該注意的安 全。

	1		1		ı		,
=	壹、健康點點名一. 歡樂成長派	1	1. 家 2. 能長 3. 成 4. 對 5. 性 6. 板 7. 不能人能用。能長能未能別能印能受益的實力,成額人能用。能長期子之之,以為一個人。 2. 能長期子之之,以為一個人。 2. 能長期子之之,以為一個人。 4. 對 5. 性 6. 板 7. 不到的,成的人人,成的人人,成的人人,成的人人,或是一种人,或是一种人,也是一种,也是一种人,也是一种人,也是一种人,也是一种人,也是一种人,也是一种人,也是一种人,也是一种,也是一种人,也是一种人,也是一种人,也是一种人,也是一种,也是一种人,也是一种,也是一种,也是一种,也是一种,也是一种,也是一种,也是一种,也是一种	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2a-I-1 發覺影應 健康的生活態度 與行為。 4b-I-1 發表的立 場。	Aa-I-1 不同人 生階段。 Db-I-1 日常中的性别 色。	觀察評量一行態語學量核量	【性B的解案性【涯特涯型境別學案性象與應工限規劃自由。 同類 是 E Y 的 题 题 的 是 E Y 的 是 E Y 的 E Y 的 是 E Y 的 是 E Y 的 的 E Y 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 E Y 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 的 是 的
	貳、運動好事多 六. 單槓遊戲真好玩	2	1. 2. 注 3. 作 4. 5. 作 6. 量運 7. 度學學學事項 一	1d-I-1 描述動作 技能基本常識。 2c-I-2 表現認度 參與 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、懸垂遊戲。	觀察頭頭為評量量核	【安全教育】 安 E4 探討日常生 活應該注意的安 全。

			8. 會注意同學的表現。				
四	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. 能與無業的性別刻 板印與一個人。 3. 能與知道自己想做的事 不受性別限制自己未來的 4. 能認識為夢想努力。 想 想 想 想 想 想 想 想 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	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。	觀解評量行為一個人。	【性别平等教育】 性E3 覺察性別, 解解性別數 解印象 的解解的 所以 是 是 的 是 是 的 的 是 是 的 的 的 是 是 的 的 是 是 的 的 是 是 的 的 是 是 的 的 是 是 的 的 是 是 的 的 是 是 的 是 。 是 的 是 。 是 的 是 。 是 的 是 。 是 的 是 。 是 的 。 是 的 。 是 的 。 是 。 是
	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 技能基本常識動。 2d-I-2 接身體 動。 3b-I-3 能用生活 中嘗試運用生活 技能-I-2 利用學源 身體活動。	Cb-I-1運動安 全常識、 量少 生 生 生 生 生 生 生 生 生 生 是 是 是 是 是 是 是 是 是	觀察評量 口為 檢 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。
五	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。	1a-I-1 認識基本 的健康常識。	Fb-I-2 兒童常 見疾病的預防	觀察評量 口頭評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習

			2. 知道處理身體不適的		與照顧方法。	行為檢核	慣與德行。
			正確方法。			態度評量	品 E7 知行合一。
	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-I運動安全常識、運動的益處。 Cd-I-I戶外休閒運動入門遊戲。	觀察評量 口 行為 檢 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。
六	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	【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 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-I運動安全常識、運動 全常識、運動 對身體健康的 益處。 Cd-I-I戶外休 閒運動入門遊 戲。	觀察評量 口頭 行為 檢度評量	【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。
t	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	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	Da-I-1 日常生 活中的基本衛 生習慣。 Fb-I-2 兒童常	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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。

			T	T	1		
			呼吸道衛生與咳嗽禮節。	與行為。	見疾病的預防		
			4. 能養成良好個人衛生	4a-I-2 養成健康	與照顧方法。		
			習慣。	的生活習慣。			
			1. 能表現出教材中的足		Hb-I-1陣地攻		
			球熱身動作。		守性球類運動		
			2. 能於活動中展現出身	 2c-I-2 表現認真	相關的簡易		
	貳、運動好事多 八. 踢球樂		體平衡。	多與的學習態度。	拍、拋、接、	觀察評量	【口编数套】
		2	3. 能於活動中努力練習	3c-I-1 表現基本	擲、傳、滾及	口頭評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與
		۷	嘗試。	動作與模仿的能	踢、控、停之	行為檢核	和諧人際關係。
			4. 展現出努力體驗踢球	力。	手眼、手腳動	態度評量	不過入所願你。
			活動。	71 °	作協調、力量		
			5. 可以和他人合作完成		及準確性控球		
			活動。		動作。		
Л	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。 3.能在生活中落實流感 預防與照護的好行為。	1a-I-1 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性子,於生活中操能。 4b-I-1 發表側立對促進健康的立場。	Fb-I-1 個人對 健康的自我 現的自我 現所 現所 見一I-2 的 可 是 題 所 題 所 題 的 的 的 的 為 表 是 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 的 。 的 的 。 的 的 。 。 的 。	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。 3c-I-1 表現基本	Cb-I-I 運動安 全常識、運動 對身體健康的 益處。 Hb-I-I 陣地攻	觀察評量 口頭評量 行為檢核 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。	動作與模仿的能 力。	守相拍擲踢手作及動性球的拋傳控、調解、、眼協準、調確、調確、手、性機等。		
九	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 口為檢評量	【人E7 記錄 有】 人E7 認 表 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是
	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球的拋傳, 、眼協準地運易接滾停腳力控攻動、及之動量球	觀察評量 口	【品德教育】 品 E3 溝通合作與 和諧人際關係。

					動作。		
+	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。	觀察評量口行為檢評量	【人E7 認識生活理、 有】 人E7 認識生活理、 有人是有。 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是
	貳、運動好事多 八. 踢球樂	2	1. 可以他人合作進行踢接球。 2. 可以於對牆踢接活動中展現出踢球停球的動作。 3. 能於足球遊戲中展現踢擊動作。 4. 能和他人合作進行活動。	1d-I-1 描述動作 技能基本常識。 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 時期 時期 時期 時期 時期 時期 時期 時期 時期 時期 時期 時期 時期	觀察評量 口 行為檢 經	【品德教育】 品 E3 溝通合作與 和諧人際關係。
+-	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	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

				場。			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。	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 口頭檢 接度評量	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。	觀察評量行為檢評量	【人E7記報 有】 人E7認報 是2 是3 是3 是4 是4 是4 是4 是4 是5 是6 是6 是6 是6 是6 是6 是6 是6 是6 是6 是6 是6 是6
	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 各種身體動作。	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	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	無

			3. 能專注觀摩與學習他	2d-I-1 專注觀賞	遊戲。		
			人動作表現。	他人的動作表現。			
			4. 能應用正確的動作與	3d-I-1 應用基本			
			同學合作練習活動。	動作常識,處理練			
			5. 能與同學培養默契,通	習或遊戲問題。			
			力合作克服困難並完成				
			動作。				
			※覺察自己與他人的優	3b-I-1 能於引導	Fa-I-2 與家	觀察評量	【性別平等教育】
	壹、健康點點名	1	點,並進一步深入了解自	下,表現簡易的自	Fa-1-2 與家 人及朋友和諧	口頭評量	性 E11 培養性別
	四. 愉快的聚會	1	己、欣賞自己也欣賞同	下, 表现间勿时目 我調適技能。	八及朋及和留 相處的方式。	行為檢核	間合宜表達情感
			學。	我 词 翅 牧 彤 °	相处的刀式。	態度評量	的能力。
			1. 能學會所教導的舞蹈				
			動作。	1c-I-1 認識身體			
			2. 利用活動開展肢體,並	活動的基本動作。			
	貳、運動好事多 1、小四世界12mm		增進身體的協調性。	2c-I-2 表現認真			
十三			3. 能專注欣賞並學習他	參與的學習態度。		 	
			人優良動作表現。	2d-I-1 專注觀賞	身伸展動作。	觀察評量	
		2	4. 能與同學培養默契,通	他人的動作表現。	Ib-I-1唱、跳	口頭評量	無
	九. 我們都是好朋友		力合作克服困難並完成	3d-I-1 應用基本	與模仿性律動	行為檢核 態度評量	
			動作。	動作常識,處理練	遊戲。	怨及計里	
			5. 能認真參與並與他人	習或遊戲問題。			
			合作完成動作表現。	4c-I-2 選擇適合			
			6. 能了解自己並選擇適	個人的身體活動。			
			合個人的身體活動。				
			1. 能利用適當方法邀請	3b-I-1 能於引導	Fa-I-2 與家	觀察評量	【性別平等教育】
十四	壹、健康點點名	1	同學。	下,表現簡易的自		口頭評量	性 E11 培養性別
	四. 愉快的聚會		2. 能運用社交技巧,知道	我調適技能。 人及朋友和諧	行為檢核	間合宜表達情感	
			增進人際關係的方法。	3b-I-2 能於引導	相處的方式。	態度評量	的能力。

			9 化マ初什完则许丛性	丁, 丰田笳日丛 1			
			3. 能了解住家附近的特	下,表現簡易的人			
			色。	際溝通互動技能。			
				3b-I-3 能於生活			
				中嘗試運用生活			
				技能。			
			1. 能利用學校或社區資	1c-I-1 認識身體			
			源進行戶外休閒運動。	活動的基本動作。			
			2. 能體會並分享追逐跑	2d-I-2 接受並體	0 111	觀察評量	
	貳、運動好事多	0	的樂趣。	驗多元性身體活	Ga-I-1走、	口頭評量 行為檢核	<u>_</u>
	十. 跑的遊戲	2	3. 能盡力完成快跑的活	動。	跑、跳與投擲		無
			動。	4d-I-2 利用學校	遊戲。	態度評量	
			4. 能體驗並分享跑步時	或社區資源從事			
			速度與迎風的感受。	身體活動。			
				3b-I-1 能於引導			
				下,表現簡易的自			
				我調適技能。		物应证目	
	+ 14 + 11 11 10		14/15 har 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12	3b-I-2 能於引導	Fa-I-2 與家	觀察評量	【性別平等教育】
	壹、健康點點名	1	※能了解接待客人的注	下,表現簡易的人	人及朋友和諧	口頭評量	性 Ell 培養性別
	四. 愉快的聚會		意事項。	際溝通互動技能。	相處的方式。	行為檢核	間合宜表達情感
十五				 3b-I-3 能於生活		態度評量	的能力。
				中嘗試運用生活			
				技能。			
						觀察評量	
	貳、運動好事多		1. 能做出直線快跑動作。	2d-I-2 接受並體	Ga-I-1走、	口頭評量	
	十. 跑的遊戲	2	2. 能學習並表現出運動	驗多元性身體活	跑、跳與投擲	行為檢核	無
	1. 此的观像		家精神。	動。	遊戲。		
	主 /本古町町 カ		1 4 公子古 公山 立 ル 世	りL I O 4ト-2人 31 塔	Eo I O から	態度評量	【以山市总机大】
十六	壹、健康點點名	1	1. 知道真心誠意的讚	3b-I-2 能於引導	Fa-I-2 與家	觀察評量	【性別平等教育】
	四. 愉快的聚會		美,讓朋友知道你心裡對	下,表現簡易的人	人及朋友和諧	口頭評量	性 E11 培養性別

			他的感受,是獲得友誼的	際溝通互動技能。	相處的方式。	行為檢核	間合宜表達情感
			好方法。	3b-I-3 能於生活		態度評量	的能力。
			2. 能知道接受招待時的	中嘗試運用生活			
			注意事項,並分辨出別人	技能。			
			不接受的行為應如何改				
			進。				
			3. 能辨别好主人及好客				
			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。				
	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 口為檢 經	無
++	壹、健康點點名 五. 食品安全我最行	1	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	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。	Eb-I-1健康安全消費的原則。	觀察評量 口頭 評量 行為 檢 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。

			1 赚版并沿山工目的思叻				
	貳、運動好事多 十. 跑的遊戲	2	1體驗並說出不同 線 線 整 之 線 習 中 找 出 適 合 自 自 合 的 題 等 中 表 現 要 等 中 表 現 。 。 。 3. 比 些 長 可 。 5. 此 長 等 的 完 的 。 5. 是 的 等 的 完 。 6. 是 的 。 6. 是 。 6. 是 的 。 6. 是 。 6. 是 6. 是 6. 是 6. 是 6. 是 6. 是 6. 是 6. 是	2c-I-1表現尊重的團體互動行為體互動行為體別。 2d-I-2接受並體動。 3d-I-1應用基本動作常識,處理無關或遊戲問題。	Ga-I-1走、 跑、跳與投擲 遊戲。	觀察評量 口 行為 態度評量	無
	壹、健康點點名 五. 食品安全我最行	1	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。	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。	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。
十八	貳、運動好事多 十一. 浪花朵朵開	2	1. 認識水域休閒運動的 種類。 2. 選擇安全並合適的戶 外休閒活動。 3. 能知道從事游泳時需 要的裝備。 4. 認識游泳池安全設施 和規則。 5. 能了解進行游泳前暖 身的重要性。	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。 4c-I-1 認識與身 體活動相關資源。	Cc-I-1 水域休 閒運動入門遊 戲。 Gb-I-1 游泳池 安全與衛生常 識。	觀察評量口為一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個一個	【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 E7 探究運動基 本的保健。

	壹、健康點點名 五. 食品安全我最行	1	1. 能知道食品標示的重要性。 2. 能檢視包裝食品的標示和外觀。	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 我調適技能。	Eb-I-1健康安 全消費的原 則。	觀察評量 口類檢核 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。
十九	貳、運動好事多 十一. 浪花朵朵開	2	1. 認識各項水中活動的 動作技能。 2. 做出水中行走的游泳 技巧。	1d-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 口為檢評量 核	【海 E2 學會游泳技 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 E7 探究運動基 本的保健。
二十	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 我調適技能。 4a-I-1 發表個 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 口為檢評量 後度評量	【家庭教育】 家 E9 參與家庭消費行動,澄清金錢 與物品的價值。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

	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 戲、水中閉氣 與韻律呼吸與 藉物漂浮。	觀察評量 口為 檢 經 量	【海 E2 學會游泳技 海 E2 學會 ,熟悉自 , 能 安全教育】 安 E4 探討 意的 全 在 医 至 医 至 在 医 至 在 医 至 会 会 会 会 会 会 会 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。
ニナー	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。 3a-I-1 能於引導 事一,表現,表現技能 我們不可以 我們不可以 我們不可以 我們不可以 我們不可以 我們不可以 我們不可 我們 我們 我們 我們 我們 我們 我們 我們 我們 我們 我們 我們 我們	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 口行為 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。
·	貳、運動好事多十一. 浪花朵朵開 休業式	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 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	【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。

- ◎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。