臺南市公立佳里區子龍國民小學 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								
	1. 能分辨紅綠燈食物的差	異。											
	2. 能知道正確刷牙的方法	六和步驟,培養良好白	的衛生習慣。										
	3. 能正確挑選適合自己的	7牙刷。											
	4. 能知道與家人和諧相處	的方法。											
	5. 能覺察自己的情緒,利用說出事件與感受調適自己的心情。												
	6. 知道不同顏色的空品顏	6. 知道不同顏色的空品旗代表不同程度的空氣汙染。											
	7. 知道空氣品質不好時,進行體育活動該注意的安全事項有哪些。												
課程目標	8. 能了解藥袋上的標示,	如:服藥的時間、原	用法與用量。										
	9. 能發覺錯誤的處理剩餘藥物會汙染環境與危害身體健康。												
	10. 能隨機應變表現出不同的肢體動作。												
	11. 能做出單腳跳、雙腳跳及跨跳等跳躍動作。												
	12. 完成各種在平衡木上的平衡動作。												
	13. 能做出各項趣味競賽的	]基本動作。	<b>f</b> •										
	14. 可以順暢做到活動中相	1關球類技巧的動作	0										
	15. 能從武術及技擊遊戲中	·快樂學習,並對武征	析產生學習興趣。										
	健體-E-A1 具備良好身體?	舌動與健康生活的習	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?	<b>舌動與健康生活問題</b>	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	的運動與保健計畫及實	實作能力,並以創新思考方	·師,因應日常生活	情境。								
該學習階段	健體-E-B1 具備應用體育與	民健康之相關符號知前	<b>岜,能以同理心應用在生活</b>	中的運動、保健與	4人際溝通上。								
領域核心素養	健體-E-B3 具備運動與健康	有關的創作和欣賞的	为基本素養,促進多元感官	的發展,在生活環境	境中培養運動與健康有關的美感體驗。健								
			7		l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,並與團隊成員合作,促進身心健康。												
	健體-E-C3 具備理解與關バ	·本土、國際體育與6			<u>.</u> •								
			課程架構脈終	2									

h. 7/2 No. A-		<i>tt</i>	(9 m - 14	學習重點		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
			1. 能了解身體檢查通知單的	2a-I-1 發覺影響健康	Ea-I-2 基本的飲	觀察評量	【生命教育】
	· 上 (4) 市 · 大		內容、意義與差異性。	的生活態度與行為。	食習慣。	口頭評量	生E2 理解人的身體與
	壹、健康有一套	1	2. 能閱讀生活習慣紀錄表,發	2a-I-2 感受健康問題	Fb-I-1 個人對健	行為檢核	心理面向。
	一. 健康做得到		現造成體重過重的原因。	對自己所造成的威脅	康的自我覺察與	態度評量	
~				性。	行為表現。		
8/31			1. 能在遊戲中靈活操作身	1c-I-1 認識身體活動	Bc-I-1 各項暖身	觀察評量	
9/6			體,做出各種肢體動作技能。	的基本動作。	伸展動作。	口頭評量	
	貳、運動樂趣多	2	2. 能專注觀賞他人的動作表	2c-I-2 表現認真參與	Ib-I-1 唱、跳與	行為檢核	
	六. 大家來唱跳	2	現。	的學習態度。	模仿性律動遊戲。	態度評量	
			3. 認真參與,並與他人合作完	2d-I-1 專注觀賞他人			
			成遊戲活動。	的動作表現。			
			1. 能閱讀生活習慣紀錄表,發	2a-I-1 發覺影響健康	Ea-I-2 基本的飲	觀察評量	【生命教育】
			現造成體重過重的原因。	的生活態度與行為。	食習慣。	口頭評量	生E2 理解人的身體與
			2. 能分辨紅綠燈食物的差異。	2a-I-2 感受健康問題	Fb-I-1 個人對健	行為檢核	心理面向。
			3. 能於日常生活中選擇攝取	對自己所造成的威脅	康的自我覺察與	態度評量	
	壹、健康有一套	1	綠燈食物。	性。	行為表現。		
	一. 健康做得到	1	4. 能連結課本及生活經驗,說	3a-I-2 能於引導下,			
<u>-</u> 9/7			出過重的可能原因。	於生活中操作簡易的			
 9/13				健康技能。			
9/10				3b-I-3 能於生活中嘗			
				試運用生活技能。			
	貳、運動樂趣多 六. 大家來唱跳		1. 能隨著音樂,完成舞蹈基本	1c-I-1 認識身體活動	Bc-I-1 各項暖身	觀察評量	
		2	動作。	的基本動作。	伸展動作。	口頭評量	
		2	2. 熟練〈猜拳〉的跳法,並正	2c-I-2 表現認真參與	Ib-I-1 唱、跳與	行為檢核	
			確的配合音樂跳。	的學習態度。	模仿性律動遊戲。	態度評量	

2d-I-1 專注	觀賞他人
的動作表現	•
1. 能知道體重過重在飲食上 3a-I-2 能於	引導下, Ea-I-2 基本的飲 觀察評量 【生命教育】
的調整方法。	作簡易的 食習慣。 口頭評量 生E2 理解人的身體與
2. 能明白養成良好的飲食與 健康技能。	Fb-I-1 個人對健 行為檢核 心理面向。
生活習慣能促進身體健康。 3b-I-1 能於	引導下, 康的覺察與行為 態度評量
壹、健康有一套 3. 能記錄自己的飲食與生活 表現簡易的!	自我調適 表現。
一.健康做得到 習慣。 技能。	
4. 能覺察自己的飲食與生活 3b-I-3 能於	生活中嘗
習慣不適宜處,並提出改善的試運用生活打	技能。
方法。 4a-I-2 養成	健康的生
活習慣。	
三 9/14 1. 想像並模仿自然界中的自 2c-I-2 表現	認真參與 [b-I-1 唱、跳與 觀察評量
然現象。 的學習態度	。 模仿性律動遊戲。 口頭評量
9/20 2. 隨著音樂完成舞蹈基本的 2d-I-1 專注	觀賞他人 行為檢核
動作。    的動作表現	· 態度評量
3. 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現	基本動作
貳、運動樂趣多 4. 表現出在不同情境下躲雨 與模仿的能力	カ。
六. 大家來唱跳 的動作。 4c-I-2 選擇	適合個人
5. 認真參與, 並與他人合作完 的身體活動	•
成任務。	
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因。 la-I-1 認識	基本的健 Da-I-1 日常生活 觀察評量 【生命教育】
9/21 壹、健康有一套 2. 能知道蛀牙的處理辦法。 康常識。	中的基本衛生習 口頭評量 生E2 理解人的身體與
二. 愛護牙齒有一套   3. 能知道愛護牙齒的方法,避   1a-I-2 認識   9/27	健康的生 慣。 行為檢核 心理面向。

					位與衛生保健的		
					重要性。		
			1. 認識並遵守遊戲規則。	1c-I-1 認識身體活動	Ga-I-I 走、跑、	觀察評量	
			2. 專注觀察他人動作表現。	的基本動作。	跳與投擲遊戲。	口頭評量	
	貳、運動樂趣多	2	3. 能在「紅綠燈遊戲」中,表	2d-I-1 專注觀賞他人		行為檢核	
	七、跑跳遊戲	Z	現出適合自己的追逐跑方式。	的動作表現。		態度評量	
			4. 能完成折返、曲線跑的動	4c-I-2 選擇適合個人			
			作。	的身體活動。			
			1. 能知道牙齒分為乳齒和恆	1a-I-1 認識基本的健	Da-I-1 日常生活	觀察評量	【生命教育】
			齒。	康常識。	中的基本衛生習	口頭評量	生E2 理解人的身體與
	壹、健康有一套	1	2. 能知道乳齒和恆齒分別有	1a-I-2 認識健康的生	慣。	行為檢核	心理面向。
	二. 愛護牙齒有一套	1	其重要性。	活習慣。	Da-I-2 身體的部	態度評量	
			3. 能知道牙齒的功能及名稱。		位與衛生保健的		
_					重要性。		
五 9/28			1. 能完成折返、曲線跑的動	1c-I-1 認識身體活動	Ga-I-I 走、跑、	觀察評量	
 10/4			作。	的基本動作。	跳與投擲遊戲。	口頭評量	
10/4			2. 明白能將折返、曲線跑的動	4d-I-2 利用學校或社		行為檢核	
	貳、運動樂趣多	2	作運用在追逐跑遊戲上。	區資源從事身體活		態度評量	
	七、跑跳遊戲	7	3. 能選擇安全的遊戲場地。	動。			
			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。				
			1. 能判斷更換牙刷的時機。	1a-I-1 認識基本的健	Da-I-1 日常生活	觀察評量	【生命教育】
			2. 能正確挑選適合自己的牙	康常識。	中的基本衛生習	口頭評量	生E2 理解人的身體與
六 10/5	壹、健康有一套	1	刷。	1a-I-2 認識健康的生	慣。	行為檢核	心理面向。
 10/11	二. 愛護牙齒有一套	1	3. 能透過自我檢視,正確存放	活習慣。	Da-I-2 身體的部	態度評量	
10/11			與更換牙刷。	2b-I-2 願意養成個人	位與衛生保健的		
				健康習慣。	重要性。		

20 1 W.W.1 D. M. (20 TE / 2)						
			4a-I-2 養成健康的生			
			活習慣。			
		1. 能完成跳、跨的組合動作。	1c-I-1 認識身體活動	Ga-I-1 走、跑、	觀察評量	
		2. 體會助跑可增加跳躍能力。	的基本動作。	跳與投擲遊戲。	口頭評量	
ず、'害和'做 tu 夕		3. 能在移動過程中做出方向	3c-I-1 表現基本動作		行為檢核	
<ul><li>貳、運動樂趣多</li><li>七、跑跳遊戲</li></ul>	2	的改變,以及單、雙腳跳的連	與模仿的能力。		態度評量	
七、地跳遊戲		續動作。	3d-I-1 應用基本動作			
		4. 能跟隨同學做出追逐跑、跳	常識,處理練習或遊			
		組合。	戲問題。			
		1. 能知道正確刷牙是預防蛀	1a-I-1 認識基本的健	Da-I-1 日常生活	觀察評量	【生命教育】
		牙最有效的方法。	康常識。	中的基本衛生習	口頭評量	生E2 理解人的身體與
		2. 能知道正確刷牙的方法和	1a-I-2 認識健康的生	慣。	行為檢核	心理面向。
壹、健康有一套	1	步驟,培養良好的衛生習慣。	活習慣。	Da-I-2 身體的部	態度評量	
二. 愛護牙齒有一套	1	3. 能記錄一周的刷牙情形,並	2b-I-2 願意養成個人	位與衛生保健的		
		做檢討與改進。	健康習慣。	重要性。		
			4a-I-2 養成健康的生			
t			活習慣。			
10/12		1. 能在移動過程中做出方向	1c-I-1 認識身體活動	Cb-I-3 學校運動	觀察評量	【安全教育】
10/18		的改變,以及單、雙腳跳的連	的基本動作。	活動空間與場域。	口頭評量	安E4 探討日常生活應
		續動作。	1c-I-2 認識基本的運	Ga-I-1 走、跑、	行為檢核	注意的安全。
貳、運動樂趣多		2. 能跟隨同學做出追逐跑、跳	動常識。	跳與投擲遊戲。	態度評量	
七、跑跳遊戲、八. 我	們 2	組合。	3c-I-1 表現基本動作	Ia-I-1 滾翻、支		
都是平衡高手		3. 能認識校園需要平衡能力	與模仿的能力。	撐、平衡、懸垂遊		
		的遊戲設備。	3d-I-1 應用基本動作	戲。		
			常識,處理練習或遊			
			戲問題。			
八 10/19 	1	1. 能知道愛護牙齒的方法。	1a-I-1 認識基本的健	Da-I-1 日常生活	觀察評量	【生命教育】
二. 愛護牙齒有一套	1	2. 能知道牙科醫療院所提供	康常識。	中的基本衛生習	口頭評量	生E2 理解人的身體與

10/25		的口腔保健服務。	1a-I-2 認識健康的生	慣。	行為檢核	心理面向。
		3. 能養成保健牙齒的生活習	活習慣。	Da-I-2 身體的部	態度評量	
		慣。	2b-I-2 願意養成個人	位與衛生保健的		
			健康習慣。	重要性。		
			4a-I-2 養成健康的生			
			活習慣。			
		1. 能練習平衡動作。	1c-I-1 認識身體活動	Cb-I-3 學校運動	觀察評量	【安全教育】
		2. 專注觀賞他人的動作表現。	的基本動作。	活動空間與場域。	口頭評量	安E4 探討日常生活應
		3. 表現認真參與的學習態度。	1c-I-2 認識基本的運	Ia-I-1 滾翻、支	行為檢核	注意的安全。
		4. 認識平衡木上的動作要領	動常識。	撐、平衡、懸垂遊	態度評量	
	貳、運動樂趣多 八. 我們都是平衡高手	及安全注意事項。	1d-I-1 描述動作技能	戲。		
		5. 學會上下平衡木。	基本常識。			
		2	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。			
		1. 與家人相處時,若出現不知	3b-I-1 能於引導下,	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	表現簡易的自我調適	朋友和諧相處的	口頭評量	性 E11 培養性別間合
	壹、健康有一套	自我調適。	技能。	方式。	行為檢核	宜表達情感的能力。
九	三. 我愛家人	1 2. 能在課堂上分享自己的經	3b-I-3 能於生活中嘗		態度評量	【家庭教育】
10/26	一. 我发示人	驗,討論後嘗試在生活中應用	試運用生活技能。			家E3 察覺家庭中不同
11/1		生活技能。				角色,並反思個人在
						家庭中扮演的角色。
	貳、運動樂趣多	1. 認識平衡木上的動作要領	1d-I-1 描述動作技能	Ia-I-1 滾翻、支	觀察評量	【安全教育】
	八. 我們都是平衡高手	2 及安全注意事項。	基本常識。	撐、平衡、懸垂遊	口頭評量	安E4 探討日常生活應

00 1 (//// 1 1 1 1 1 1						
		2. 學會上下平衡木。	2c-I-2 表現認真參與	戲。	行為檢核	注意的安全。
		3. 能學會與完成在平衡木上	的學習態度。		態度評量	
		的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。			
		1. 能覺察自己的情緒,利用說	3b-I-1 能於引導下,	Fa-I-2 與家人及	觀察評量	【性別平等教育】
		出事件與感受調適自我的心	表現簡易的自我調適	朋友和諧相處的	口頭評量	性 E11 培養性別間合
		情。	技能。	方式。	行為檢核	宜表達情感的能力。
		2. 與家人相處時,對於無法處	3b-I-2 能於引導下,		態度評量	【家庭教育】
	壹、健康有一套	理或做錯的狀況,能先調適心	表現簡易的人際溝通			家E3 察覺家庭中不同
	三. 我愛家人	情,在引導下,表現簡易的人	互動技能。			角色,並反思個人在
		際溝通技能。				家庭中扮演的角色。
		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。				
11/2		1. 能學會與完成在平衡木上	2c-I-2 表現認真參與	Cb-I-1 運動安全	觀察評量	【安全教育】
11/8		的動作和安全練習的方法。	的學習態度。	常識、運動對身體	口頭評量	安E4 探討日常生活應
		2. 學會選擇適合自己的身體	2d-I-1 專注觀賞他人	健康的益處。	行為檢核	注意的安全。
		活動。	的動作表現。	Ia-I-1 滾翻、支	態度評量	
	₹ 1841 M JT Ø		3c-I-1 表現基本動作	撐、平衡、懸垂遊		
	貳、運動樂趣多		與模仿的能力。	戲。		
	八. 我們都是平衡高手		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。			
+-	<b>声、健康右一</b> 态	1. 運用後設認知的技巧,先預	3b-I-2 能於引導下,	Fa-I-2 與家人及	觀察評量	【性別平等教育】
11/9	壹、健康有一套 1 三. 我愛家人	想可能的後果,再來選擇最佳	表現簡易的人際溝通	朋友和諧相處的	口頭評量	性 E11 培養性別間合
11/15	二, 找复条八	的做法。	互動技能。	方式。	行為檢核	宜表達情感的能力。

			2. 能練習平心靜氣說出自己	3b-I-3 能於生活中嘗		態度評量	【家庭教育】
			的想法讓對方知道。	試運用生活技能。			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。
			1. 能利用學校或社區資源從	1c-I-1 認識身體活動	Ab-I-1 體適能遊	觀察評量	【家庭教育】
			事身體活動。	的基本動作。	戲。	口頭評量	家 E12 規畫個人與家
			2. 能了解並應用各種趣味競	3d-I-1 應用基本動作	Cd-I-1 戶外休閒	行為檢核	庭生活作息。
	貳、運動樂趣多		賽的基本動作,從事身體活	常識,處理練習或遊	運動入門遊戲。	態度評量	【品德教育】
	九. 社區運動樂	2	動。	戲問題。			品E3 溝通合作與和諧
			3. 能運用基本的動作常識,處	4d-I-2 利用學校或社			人際關係。
			理練習或遊戲所產生的問題。	區資源從事身體活			
				動。			
			1. 常把愛掛在口中、對家人的	3b-I-2 能於引導	Fa-I-2 與家人及	觀察評量	【性別平等教育】
			體貼等語言與非語言的方	下,表現簡易的人際	朋友和諧相處的	口頭評量	性 E11 培養性別間合
	壹、健康有一套 三. 我愛家人		式,來表達對家人的關愛。	溝通互動技能。	方式。	行為檢核	宜表達情感的能力。
		1	2. 能知道與家人和諧相處的	3b-I-3 能於生活中嘗		態度評量	【家庭教育】
			方法。	試運用生活技能。			家E3 察覺家庭中不同
							角色,並反思個人在
十二							家庭中扮演的角色。
11/16			1. 能利用學校或社區資源從	2c-I-1 表現尊重的團	Ab-I-1 體適能遊	觀察評量	【家庭教育】
11/22			事身體活動。	體互動行為。	戲。	口頭評量	家 E12 規畫個人與家
			2. 能認同團體規範,並表現尊	3d-I-1 應用基本動作	Cd-I-1 戶外休閒	行為檢核	庭生活作息。
	貳、運動樂趣多	2	重的團體互動行為。	常識,處理練習或遊	運動入門遊戲。	態度評量	【品德教育】
	九. 社區運動樂	2	3. 了解並應用各種趣味競賽	戲問題。			品E3 溝通合作與和諧
			的基本動作,從事身體活動。	4d-I-2 利用學校或社			人際關係。
				區資源從事身體活			
				動。			
十三	壹、健康有一套	1	1. 知道空氣品質達紅色警示	1a-I-1 認識基本的健	Ca-I-1 生活中與	觀察評量	【環境教育】

11/23			<del></del>	+ 14 m	14 + 1 - 四 11 -四 1-	T IT FI	
11/23	四. 空氣汙染大作戰		的意思。	康常識。	健康相關的環境。	口頭評量	環 E12 養成對災害的
11/29			2. 知道空氣汙染對人和動物			行為檢核	警覺心及敏感度,對
			都有影響。			態度評量	災害有基本的了解,
			3. 知道紅色空品旗的作用。				並能避免災害的發
			4. 知道空氣汙染期間,外出要				生。
			戴口罩。				【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。
							【防災教育】
							防El 災害的種類包含
							洪水、颱風、土石流、
							乾旱。
							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	2c-I-1 表現尊重的團	Ab-I-1 體適能遊	觀察評量	【家庭教育】
			事身體活動。	體互動行為。	戲。	口頭評量	家 E12 規畫個人與家
			2. 能清楚知道自己適合的運	3d-I-1 應用基本動作	Cd-I-1 户外休閒	行為檢核	庭生活作息。
			動。	常識,處理練習或遊	運動入門遊戲。	態度評量	【品德教育】
	貳、運動樂趣多	2	3. 能與家人討論,選擇並規畫	戲問題。			品E3 溝通合作與和諧
	九. 社區運動樂	<u> </u>	適合的身體活動,增進體適	4c-I-2 選擇適合個人			人際關係。
			能。	的身體活動。			
				4d-I-2 利用學校或社			
				區資源從事身體活			
				動。			
十四 11/30	壹、健康有一套	1	1. 知道紅色空品旗升起時,要	1a-I-1 認識基本的健	Ca-I-1 生活中與	觀察評量	【環境教育】
11/30	四. 空氣汙染大作戰	1	應對的活動行為。	康常識。	健康相關的環境。	口頭評量	環 E12 養成對災害的

12/6	2. 發覺空氣汙染時,在戶外活	2a-I-1 發覺影響健康		行為檢核	警覺心及敏感度,對
	動對身體健康的影響。	的生活態度與行為。		態度評量	災害有基本的了解,
	3. 知道室內、室外空氣汙染的	2a-I-2 感受健康問題			並能避免災害的發
	程度並不同。	對自己造成的威脅			生。
	4. 知道空氣品質不好時,進行	性。			【安全教育】
	體育活動該注意的事項有哪				安区4 探討日常生活應
	些。				該注意的安全。
					安匹 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、
					乾旱。
					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接活	1d-I-1 描述動作技能	Hb-I-1 陣地攻守	觀察評量	【品德教育】
	動的動作內容。	基本常識。	球類運動相關的	口頭評量	品E3 溝通合作與和諧
	2. 能願意並盡力做到和他人	2c-I-2 表現認真參與	簡易拍、拋、接、	行為檢核	人際關係。
	合作完成你傳我接的動作。	的學習態度。	擲、傳、滾及踢、	態度評量	
貳、運動樂趣多	3. 知道並做到配合拍球的節	3c-I-1 表現基本動作	控、停之手眼、手		
十. 玩球樂趣多	2 奏,穩定的拍球。	與模仿的能力。	腳動作協調、力量		
1.50次未受多	4. 了解拍球說Hello 活動的進	4d-I-1 願意從事規律	及準確性控球動		
	行方式,並和同學合作努力完	身體活動。	作。		
	成。				
	5. 會利用課餘時間練習以求				
	進步。				
十五 壹、健康有一套 12/7	1. 知道空氣汙染會讓身體出	1a-I-1 認識基本的健	Ca-I-1 生活中與	觀察評量	【環境教育】
四. 空氣汙染大作戰	現各種不舒服的症狀。	康常識。	健康相關的環境。	口頭評量	環 E12 養成對災害的

12/13			2. 知道空氣汙染時期因應身			行為檢核	警覺心及敏感度,對
			體不舒服症狀的處理方式。			態度評量	災害有基本的了解,
							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El 災害的種類包含
							洪水、颱風、土石流、
							乾旱。
							防E5 不同災害發生時
							的適當避難行為。
			1. 能知道並做到三種傳接球	1d-I-1 描述動作技能	Hb-I-1 陣地攻守	觀察評量	【品德教育】
			動作,並練習。	基本常識。	球類運動相關的	口頭評量	品E3 溝通合作與和諧
			2. 能知道三種傳接球動作,球	2c-I-2 表現認真參與	簡易拍、拋、接、	行為檢核	人際關係。
	貳、運動樂趣多		的行進路徑不同處。	的學習態度。	擲、傳、滾及踢、	態度評量	
	十. 玩球樂趣多	2	3. 能和他人合作完三種傳接	3c-I-1 表現基本動作	控、停之手眼、手		
	1.0040,7029		球動作。	與模仿的能力。	腳動作協調、力量		
			4. 能知道並完成高球穿接的	3d-I-1 應用基本動作	及準確性控球動		
			動作。	常識,處理或練習遊	作。		
			5. 和他人順暢的完成活動。	戲問題。			
十六			1. 知道對抗空氣汙染的保健	1a-I-1 認識基本的健	Ca-I-1 生活中與	觀察評量	【環境教育】
12/14	壹、健康有一套	1	做法。	康常識。	健康相關的環境。	口頭評量	環 E12 養成對災害的
12/20	四. 空氣汙染大作戰	-	2. 面對不同空品旗,能做出適	4a-I-2 養成健康的生		行為檢核	警覺心及敏感度,對
12/20			宜的保健行為。	活習慣。		態度評量	災害有基本的了解,

							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El 災害的種類包含
							洪水、颱風、土石流、
							乾旱。
							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	1d-I-1 描述動作技能	Hb-I-1 陣地攻守	觀察評量	【品德教育】
			動中相關的動作,並練習。	基本常識。	球類運動相關的	口頭評量	品E3 溝通合作與和諧
			2. 能願意並盡力和他人相互	2c-I-2 表現認真參與	簡易拍、拋、接、	行為檢核	人際關係。
	貳、運動樂趣多		合作,完成彈接高手活動中的	的學習態度。	擲、傳、滾及踢、	態度評量	
	十. 玩球樂趣多	2	動作。	3d-I-1 應用基本動作	控、停之手眼、手		
	1.7020		3. 能做到透過課餘練習增加	常識,處理或練習遊	腳動作協調、力量		
			球感。	戲問題。	及準確性控球動		
				4d-I-1 願意從事規律	作。		
				身體活動。			
			1. 能了解生病時要遵照醫囑	1a-I-1 認識基本的健	Bb-I-1 常見的藥	觀察評量	【安全教育】
++			服藥的重要性。	康常識。	物使用方法與影	口頭評量	安E4 探討日常生活應
12/21	壹、健康有一套	1	2. 能發覺生病時就醫是維護	2a-I-1 發覺影響健康	響。	行為檢核	該注意的安全。
   12/27	五. 正確使用藥物	•	健康的正確態度與行為。	的生活態度與行為。		態度評量	安E5 了解日常生活危
12, 2 .			3. 能於大人引導下,做到正確				害安全的事件。
			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	Hd-I-1 守備/跑	觀察評量	【品德教育】
			占城堡的活動規則。	基本常識。	分性球類運動相	口頭評量	品E3 溝通合作與和諧
	貳、運動樂趣多		2. 能願意並盡力做到和他人	2c-I-2 表現認真參與	關的簡易拋、接、	行為檢核	人際關係。
		2	合作,完成攻占城堡活動。	的學習態度。	擲、傳之手眼動作	態度評量	
	十. 玩球樂趣多		3. 能做到透過攻占城堡活動	3d-I-1 應用基本動作	協調、力量及準確		
			和他人一同討論學習,找出更	常識,處理或練習遊	性控球動作。		
			佳得分方式並實踐。	戲問題。			
			※能在大人引導下,適切的請	1a-I-1 認識基本的健	Bb-I-1 常見的藥	觀察評量	【安全教育】
	壹、健康有一套 五. 正確使用藥物		教藥師與認讀藥袋上的各項	康常識。	物使用方法與影	口頭評量	安E4 探討日常生活應
			標示與說明。	4a-I-1 能於引導下,	鄉。	行為檢核	該注意的安全。
		1		使用適切的健康資		態度評量	安E5 了解日常生活危
				訊、產品與服務。			害安全的事件。
							安 E14 知道通報緊急
十八 12/28							事件的方式。
1/9			1. 能做出正確的模仿動物動	1d-I-1 描述動作技能	Bd-I-1 武術模仿	觀察評量	【人權教育】
1/3			作及特徵。	基本常識。	遊戲。	口頭評量	人E3 了解每個人需求
	貳、運動樂趣多		2. 能做出正確的基本武術動	2d-I-1 專注觀賞他人		行為檢核	的不同,並討論與遵
	十一. 功夫小子	2	作。	的動作表現。		態度評量	守團體的規則。
			3. 能專注觀賞同學表演。	3c-I-1 表現基本動作			【生涯規劃教育】
			4. 能發揮創意做出動物拳。	與模仿的能力。			涯E7 培養良好的人際
							互動能力。
			1. 能了解藥袋上服藥的時	3a-I-2 能於引導	Bb-I-1 常見的藥	觀察評量	【安全教育】
十九			間、用法與用量。	下,於生活中操作簡	物使用方法與影	口頭評量	安E4 探討日常生活應
1/4	壹、健康有一套	1	2. 能在大人引導下,於生活中	易的健康技能。	響。	行為檢核	該注意的安全。
 1/10	五. 正確使用藥物	1	正確服藥。	4a-I-1 能於引導下,		態度評量	安E5 了解日常生活危
1/10			3. 能了解眼藥水和外用藥膏	使用適切的健康資			害安全的事件。
			的使用時間、用法與用量。	訊、產品與服務。			安 E14 知道通報緊急

00 1 次次于日际在(6)		4. 能在大人引導下,於生活中				事件的方式。
		正確使用眼藥水和外用藥膏。				-
		1. 能表現出正確的技擊動作。	2d-I-1 專注觀賞他人	Bd-I-1 武術模仿	觀察評量	【人權教育】
		2. 能運用基本動作,與同學完	的動作表現。	遊戲。	口頭評量	人E3 了解每個人需求
		成遊戲。	3c-I-1 表現基本動作		行為檢核	的不同,並討論與遵
		3. 藉由遊戲的操作及反覆練	與模仿的能力。	遊戲。	態度評量	守團體的規則。
	貳、運動樂趣多 2	習,增進體適能。	3d-I-1 應用基本動作			【生涯規劃教育】
	十一. 功夫小子		常識,處理或練習遊			涯E7 培養良好的人際
			戲問題。			互動能力。
			4d-I-1 願意從事規律			
			身體活動。			
		1. 能於大人引導下,正確的保	2a-I-1 發覺影響健康	Bb-I-1 常見的藥	觀察評量	【安全教育】
		存藥物。	的生活態度與行為。	物使用方法與影	口頭評量	安E4 探討日常生活應
		2. 能發覺錯誤的處理廢棄藥	3a-I-2 能於引導下,	響。	行為檢核	該注意的安全。
	壹、健康有一套	物會汙染環境與危害人類身	於生活中操作簡易的		態度評量	安E5 了解日常生活危
	五. 正確使用藥物	體健康。	健康技能。			害安全的事件。
		3. 能於大人引導下,正確的處				安 E14 知道通報緊急
二十 1/11		理廢棄藥物。				事件的方式。
		1. 能運用武術及技擊動作,與	3d-I-1 應用基本動作	Bd-I-2 技擊模仿	觀察評量	【人權教育】
1/17		同學完成比賽。	常識,處理或練習遊	遊戲。	口頭評量	人E3 了解每個人需求
	+ 172 € 164 Jr 17	2. 藉由遊戲的操作及反覆練	戲問題。		行為檢核	的不同,並討論與遵
	貳、運動樂趣多	習,增進體適能。	4d-I-1 願意從事規律		態度評量	守團體的規則。
	十一. 功夫小子		身體活動。			【生涯規劃教育】
						涯E7 培養良好的人際
						互動能力。
二十一 1/10						
1/18	休業式					
1/20						

- ◎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。

臺南市公立佳里區子龍國民小學 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)

2/14

貳、運動好事多

六. 單槓遊戲真好玩

C5-1 領域學習課程(	調整)計										
	15. 了解游泳池的硬體設	備、安全	設施、注意事項與衛生守則,並能	能遵守游泳池的規則;認	識游泳前暖身運動的	的重要性與正確做出	1暖身操,學會在水中				
	行走、水中閉氣、漂;	浮等游泳	基礎技能。								
	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。										
가 형 33 mt 전	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。										
該學習階段	健體-E-B1 具備運用體育	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	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。									
				學習重點		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				
			1. 能了解不同人生階段成長	1a-I-1 認識基本的健	Aa-I-1 不同人生	觀察評量	【性別平等教育】				
			情形。	康常識。	階段的成長情形。	口頭評量	性E3 覺察性別角色的				
			2. 能觀察並描述自己的成長			行為檢核	刻板印象,了解家				
			情形。			態度評量	庭、學校與職業的分				
	士 / 4 広 明 明 万		3. 能透過活動,記錄自己的成				工,不應受性別的門				
	壹、健康點點名	1	長情形。				制。				
~	一. 歡樂成長派						【生涯規劃教育】				
2/8							涯E4 認識自己的特質				

1. 能認識校園需要懸垂能力

2. 能運用遊戲設備來鍛鍊臂

的遊戲設備。

力。

1c-I-1 認識身體活動

1c-I-2 認識基本的運

的基本動作。

動常識。

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

觀察評量

口頭評量

行為檢核

態度評量

與興趣。

作/教育環境。

【安全教育】

該注意的安全。

涯E9 認識不同類型工

安E4 探討日常生活應

CU 1 领域子自环性(iii	7.2.7.0		<ol> <li>3. 能練習手臂力量。</li> <li>4. 表現認真參與的學習態度。</li> <li>5. 專注觀賞他人的動作表現。</li> </ol>	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。	戲。	
= 2/15   2/21		0		者	節假期	
= 2/22   2/28	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	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。 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。	【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】

			來的期望。				涯E4 認識自己的特質
			5. 能認識日常生活中的性別				與興趣。
							涯E9 認識不同類型工
			6. 能覺察職業的性別刻板印				作/教育環境。
			象。				
			7. 能知道自己想做的事不受				
			性別限制。				
			1. 能學習握住單槓。	1d-I-1 描述動作技能	Cb-I-3 學校運動	觀察評量	【安全教育】
			2. 能學習使用單槓時要注意	基本常識。	活動空間與場域。	口頭評量	安E4 探討日常生活應
			的事項。	2c-I-2 表現認真參與	Ia-I-1滾翻、支	行為檢核	該注意的安全。
			3. 在單槓上學習模仿動作。	的學習態度。	撐、平衡、懸垂遊	態度評量	
	貳、運動好事多	2	4. 能進行單槓遊戲動作。	3c-I-1 表現基本動作	戲。		
	六. 單槓遊戲真好玩	2	5. 能學會在單槓上的動作。	與模仿的能力。			
			6. 了解及運用雙手的力量選				
			擇需要懸垂能力的運動項目。				
			7. 會表現認真學習的態度。				
			8. 會注意同學的表現。				
			1. 能認識日常生活中的性別	4b-I-1 發表個人對促	Db-I-1 日常生活	觀察評量	【性別平等教育】
			角色。	進健康的立場。	中的性別角色。	口頭評量	性E3 覺察性別角色的
			2. 能覺察職業的性別刻板印			行為檢核	刻板印象,了解家
			象。			態度評量	庭、學校與職業的分
四	生. 4种店即1时 <b>夕</b>		3. 能知道自己想做的事不受				工,不應受性別的限
3/1	壹、健康點點名	1	性別限制。				制。
3/7	一. 歡樂成長派		4. 能認識自己未來的夢想,並				【生涯規劃教育】
			為夢想努力。				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。

00 1 W.M. 1 H.M.							
			1. 認識戶外及其他各種休閒	1d-I-1 描述動作技能	Cb-I-1 運動安全	觀察評量	【家庭教育】
			運動。	基本常識。	常識、運動對身體	口頭評量	家 E12 規畫個人與家
			2. 樂於參與休閒運動。	2d-I-2 接受並體驗多	健康的益處。	行為檢核	庭的生活作息。
	貳、運動好事多		3. 能找出社區內的運動場地。	元性身體活動。	Cd-I-1 户外休閒	態度評量	【安全教育】
		2	4. 能選擇適合全家參與的休	3b-I-3 能於生活中嘗	運動入門遊戲。		安E7 探究運動基本的
	七. 你朋達對伏赤行		閒運動。	試運用生活技能。	Ce-I-1其他休閒		保健。
				4d-I-2 利用學校或社	運動入門遊戲。		
				區資源從事身體活			
				動。			
			1. 知道如何表達身體不舒服	1a-I-1 認識基本的健	Fb-I-2 兒童常見	觀察評量	【品德教育】
	壹、健康點點名	1	的症狀。	康常識。	疾病的預防與照	口頭評量	品E1 良好生活習慣與
	二. 流感小尖兵		2. 知道處理身體不適的正確		顧方法。	行為檢核	德行。
			方法。			態度評量	品 E7 知行合一。
五			1. 能快樂的接受並體驗健走	2d-I-2 接受並體驗多	Cb-I-1 運動安全	觀察評量	【家庭教育】
3/8			運動。	元性身體活動。	常識、運動對身體	口頭評量	家 E12 規畫個人與家
3/14	貳、運動好事多		2. 能學會正確的健走技巧。	3b-I-3 能於生活中嘗	健康的益處。	行為檢核	庭的生活作息。
	七. 休閒運動快樂行	2	3. 能快樂接受並體驗健走運	試運用生活技能。	Cd-I-1戶外休閒	態度評量	【安全教育】
	七. 你朋 建 勤 庆 亲 们		動。	4d-I-1 願意從事規律	運動入門遊戲。		安E7 探究運動基本的
			4. 能學會不同速度的健走技	身體活動。			保健。
			巧。				
			1. 知道流感的傳染方式。	1a-I-1 認識基本的健	Da-I-1 日常生活	觀察評量	【品德教育】
			2. 知道「生病不上課」的健康	康常識。	中的基本衛生習	口頭評量	品E1 良好生活習慣與
_	壹、健康點點名	1	觀念。	2a-I-1 發覺影響健康	慣。	行為檢核	德行。
六 3/15	二. 流感小尖兵	1		的生活態度與行為。	Fb-I-2 兒童常見	態度評量	品 E7 知行合一。
 3/21				4a-I-2 養成健康的生	疾病的預防與照		
3/Z1				活習慣。	顧方法。		
	貳、運動好事多	2	1. 能學會不同節奏的健走。	3b-I-3 能於生活中嘗	Cb-I-1 運動安全	觀察評量	【家庭教育】
	七. 休閒運動快樂行	4	2. 能學會不同方式的健走技	試運用生活技能。	常識、運動對身體	口頭評量	家 E12 規畫個人與家

			TT -	AJ I 1 跖立从击归丛	伊西山兰古	仁为从上	立丛上江北台
			巧。	4d-I-1 願意從事規律	健康的益處。	行為檢核	庭的生活作息。
			3. 能規畫並繪製校園健走地	身體活動。	Cd-I-1戶外休閒	態度評量	【安全教育】
			<u></u>		運動入門遊戲。		安E7 探究運動基本的
			4. 能積極參與健走運動。				保健。
			1. 探討避免感染流感、維護健	1a-I-1 認識基本的健	Da-I-1 日常生活	觀察評量	【品德教育】
			康的行為。	康常識。	中的基本衛生習	口頭評量	品E1 良好生活習慣與
	壹、健康點點名	1	2. 知道預防流感的方法。	2a-I-1 發覺影響健康	慣。	行為檢核	德行。
	二. 流感小尖兵	1	3. 能在日常生活中展現呼吸	的生活態度與行為。	Fb-I-2 兒童常見	態度評量	品 E7 知行合一。
			道衛生與咳嗽禮節。	4a-I-2 養成健康的生	疾病的預防與照		
			4. 能養成良好個人衛生習慣。	活習慣。	顧方法。		
七 3/22			1. 能表現出教材中的足球熱	2c-I-2 表現認真參與	Hb-I-1陣地攻守	觀察評量	【品德教育】
			身動作。	的學習態度。	性球類運動相關	口頭評量	品E3 溝通合作與和諧
3/28			2. 能於活動中展現出身體平	3c-I-1 表現基本動作	的簡易拍、拋、	行為檢核	人際關係。
	貳、運動好事多	0	衡。	與模仿的能力。	接、擲、傳、滾及	態度評量	
	八. 踢球樂	2	3. 能於活動中努力練習嘗試。		踢、控、停之手		
			4. 展現出努力體驗踢球活動。		眼、手腳動作協		
			5. 可以和他人合作完成活動。		調、力量及準確性		
					控球動作。		
			1. 知道流感感染期間在家照	la-I-1 認識基本的健	Fb-I-1 個人對健	觀察評量	【品德教育】
			護的要點。	康常識。	康的自我覺察與	口頭評量	品E1 良好生活習慣與
			2. 學會正確脫口罩和丟口罩	2b-I-1 接受健康的生	行為表現。	行為檢核	德行。
$\wedge$			的技巧。	活規範。	Fb-I-2 兒童常見	態度評量	品 E7 知行合一。
3/29	壹、健康點點名	1	3. 能在生活中落實流感預防	3a-I-2 能於引導下,	疾病的預防與照		
4/4	二. 流感小尖兵		與照護的好行為。	於生活中操作簡易的	顧方法。		
				健康技能。			
				4b-I-1 發表個人對促			
				進健康的立場。			

			1. 能知道運動前後要注意的	1c-I-2 認識基本的運	Cb-I-1 運動安全	觀察評量	【品德教育】
			相關安全事宜及準備。	動常識。	常識、運動對身體	口頭評量	品E3 溝通合作與和諧
			2. 能知道如何處理運動時發	2c-I-2 表現認真參與	健康的益處。	行為檢核	人際關係。
			生的意外事故。	的學習態度。	Hb-I-1陣地攻守	態度評量	
	貳、運動好事多		3. 能做到用足背踢球。	3c-I-1 表現基本動作	性球類運動相關		
	八. 踢球樂	2		與模仿的能力。	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。		
	壹、健康點點名 三. 我家拒菸酒		1. 能了解過量飲酒對個人、家	1a-I-1 認識基本的健	Bb-I-2 吸菸與飲	觀察評量	【人權教育】
			庭與社會的危害。	康常識。	酒的危害及拒絕	口頭評量	人E7 認識生活中不公
			2. 在日常生活中,不嘗試含酒	4b-I-1 發表個人對促	二手菸的方法。	行為檢核	平、不合理、違反規
			精飲料。	進健康的立場。		態度評量	則和健康受到傷害等
		1					經驗,並知道如何尋
							求救助的管道。
							【品德教育】
九							品E2 自尊尊人與自愛
4/5							愛人。
4/11			1. 能做到用足內側踢球。	2c-I-2 表現認真參與	Hb-I-1陣地攻守	觀察評量	【品德教育】
			2. 可以和他人合作練習踢球。	的學習態度。	性球類運動相關	口頭評量	品E3 溝通合作與和諧
			3. 可以用腳底做出停球動作。	3c-I-1 表現基本動作	的簡易拍、拋、	行為檢核	人際關係。
	貳、運動好事多	2		與模仿的能力。	接、擲、傳、滾及	態度評量	
	八. 踢球樂	۷		4d-I-1 願意從事規律	踢、控、停之手		
				身體活動。	眼、手腳動作協		
					調、力量及準確性		
					控球動作。		

			1. 能發覺吸菸行為對健康所	1a-I-1 認識基本的健	Bb-I-2 吸菸與飲	觀察評量	【人權教育】
			造成的影響。	康常識。	酒的危害及拒絕	口頭評量	人E7 認識生活中不公
			2. 能於引導下,運用模擬情境	2a-I-1 發覺影響健康	二手菸的方法。	行為檢核	平、不合理、違反規
	壹、健康點點名		角色扮演方式,向家人適切表	的生活態度與行為。		態度評量	則和健康受到傷害等
		1	達請勿吸菸的態度。	3b-I-2 能於引導下,			經驗,並知道如何尋
	三. 我家拒菸酒			表現簡易的人際溝通			求救助的管道。
				互動技能。			【品德教育】
+							品E2 自尊尊人與自愛
4/12							愛人。
4/18			1. 可以他人合作進行踢接球。	1d-I-1 描述動作技能	Hb-I-1陣地攻守	觀察評量	【品德教育】
			2. 可以於對牆踢接活動中展	基本常識。	性球類運動相關	口頭評量	品E3 溝通合作與和諧
			現出踢球停球的動作。	3c-I-1 表現基本動作	的簡易拍、拋、	行為檢核	人際關係。
	貳、運動好事多	2	3. 能於足球遊戲中展現踢擊	與模仿的能力。	接、擲、傳、滾及	態度評量	
	八. 踢球樂	۷	動作。	4d-I-1 願意從事規律	踢、控、停之手		
			4. 能和他人合作進行活動。	身體活動。	眼、手腳動作協		
					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,	Bb-I-2 吸菸與飲	觀察評量	【人權教育】
			角色扮演方式,練習拒絕二手	表現簡易的人際溝通	酒的危害及拒絕	口頭評量	人E7 認識生活中不公
			菸的技巧。	互動技能。	二手菸的方法。	行為檢核	平、不合理、違反規
	壹、健康點點名			4b-I-1 發表個人對促		態度評量	則和健康受到傷害等
+-	三. 我家拒菸酒	1		進健康的立場。			經驗,並知道如何尋
4/19	二. 找豕桕於酒						求救助的管道。
4/25							【品德教育】
							品E2 自尊尊人與自愛
							愛人。
	貳、運動好事多	2	1. 能隨著音樂拍打節奏。	1c-I-1 認識身體活動	Bc-I-1 各項暖身	觀察評量	無
	九. 我們都是好朋友	<u></u>	2. 能靈活操作身體,做出各種	的基本動作。	伸展動作。	口頭評量	

			肢體動作。	2c-I-2 表現認真參與	Ib-I-1 唱、跳與	行為檢核	
			3. 能隨著音樂節奏,完成唱跳	的學習態度。	模仿性律動遊戲。	態度評量	
			學習活動。	2d-I-1 專注觀賞他人			
			4. 能靈活操作身體,做出各種	的動作表現。			
			身體動作。				
			5. 能專注觀摩與學習他人動				
			作表現。				
			※能繪製禁菸標誌,發表個人	3b-I-2 能於引導下,	Bb-I-2 吸菸與飲	觀察評量	【人權教育】
			拒絕二手菸的立場。	表現簡易的人際溝通	酒的危害及拒絕	口頭評量	人E7 認識生活中不公
				互動技能。	二手菸的方法。	行為檢核	平、不合理、違反規
	壹、健康點點名			4b-I-1 發表個人對促		態度評量	則和健康受到傷害等
	三. 我家拒菸酒	1		進健康的立場。			經驗,並知道如何尋
	二. 找豕拒於個						求救助的管道。
							【品德教育】
							品E2 自尊尊人與自愛
十二							愛人。
4/26			1. 能隨著音樂節奏,完成唱跳	1c-I-1 認識身體活動	Bc-I-1 各項暖身	觀察評量	無
5/2			學習活動。	的基本動作。	伸展動作。	口頭評量	
			2. 能靈活操作身體,做出各種	2c-I-2 表現認真參與	Ib-I-1唱、跳與模	行為檢核	
			身體動作。	的學習態度。	仿性律動遊戲。	態度評量	
	貳、運動好事多	2	3. 能專注觀摩與學習他人動	2d-I-1 專注觀賞他人			
	九. 我們都是好朋友	۷	作表現。	的動作表現。			
			4. 能應用正確的動作與同學	3d-I-1 應用基本動作			
			合作練習活動。	常識,處理練習或遊			
			5. 能與同學培養默契,通力合	戲問題。			
			作克服困難並完成動作。				
十三 5/3	壹、健康點點名	1	※覺察自己與他人的優點,並	3b-I-1 能於引導下,	Fa-I-2 與家人及	觀察評量	【性別平等教育】
	四. 愉快的聚會	1	進一步深入了解自己、欣賞自	表現簡易的自我調適	朋友和諧相處的	口頭評量	性 Ell 培養性別間合

5/9			己也欣賞同學。	技能。	方式。	行為檢核	宜表達情感的能力。
						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	Bc-I-1 各項暖身	觀察評量	無
			2. 利用活動開展肢體,並增進	的基本動作。	伸展動作。	口頭評量	
			身體的協調性。	2c-I-2 表現認真參與	Ib-I-1唱、跳與模	行為檢核	
			3. 能專注欣賞並學習他人優	的學習態度。	仿性律動遊戲。	態度評量	
	本 军利 12 市 9		良動作表現。	2d-I-1 專注觀賞他人			
	貳、運動好事多	2	4. 能與同學培養默契,通力合	的動作表現。			
	九. 我們都是好朋友		作克服困難並完成動作。	3d-I-1 應用基本動作			
			5. 能認真參與並與他人合作	常識,處理練習或遊			
			完成動作表現。	戲問題。			
			6. 能了解自己並選擇適合個	4c-I-2 選擇適合個人			
			人的身體活動。	的身體活動。			
			1. 能利用適當方法邀請同學。	3b-I-1 能於引導下,	Fa-I-2 與家人及	觀察評量	【性別平等教育】
			2. 能運用社交技巧,知道增進	表現簡易的自我調適	朋友和諧相處的	口頭評量	性 Ell 培養性別間合
			人際關係的方法。	技能。	方式。	行為檢核	宜表達情感的能力。
	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,		態度評量	
	四. 愉快的聚會	1		表現簡易的人際溝通			
				互動技能。			
十四				3b-I-3 能於生活中嘗			
5/10				試運用生活技能。			
5/16			1. 能利用學校或社區資源進	1c-I-1 認識身體活動	Ga-I-1走、跑、跳	觀察評量	無
			行戶外休閒運動。	的基本動作。	與投擲遊戲。	口頭評量	
			2. 能體會並分享追逐跑的樂	2d-I-2 接受並體驗多		行為檢核	
	十. 跑的遊戲	2	趣。	元性身體活動。		態度評量	
			3. 能盡力完成快跑的活動。	4d-I-2 利用學校或社			
			4. 能體驗並分享跑步時速度	區資源從事身體活			
			與迎風的感受。	動。			

十五 5/17 	壹、健康點點名		※能了解接待客人的注意事	3b-I-1 能於引導下,	Fa-I-2 與家人及	觀察評量	【性別平等教育】
			項。	表現簡易的自我調適	朋友和諧相處的	口頭評量	性 E11 培養性別間合
				技能。	方式。	行為檢核	宜表達情感的能力。
		1		3b-I-2 能於引導下,		態度評量	
	四. 愉快的聚會			表現簡易的人際溝通			
				互動技能。			
				3b-I-3 能於生活中嘗			
5/23				試運用生活技能。			
			1. 能做出直線快跑動作。	2d-I-2 接受並體驗多	Ga-I-1走、跑、跳	觀察評量	無
	貳、運動好事多	2	2. 能學習並表現出運動家精	元性身體活動。	與投擲遊戲。	口頭評量	
	十. 跑的遊戲	۷	神。			行為檢核	
						態度評量	
	壹、健康點點名 四. 愉快的聚會		1. 知道真心誠意的讚美,讓朋	3b-I-2 能於引導下,	Fa-I-2 與家人及	觀察評量	【性別平等教育】
			友知道你心裡對他的感受,是	表現簡易的人際溝通	朋友和諧相處的	口頭評量	性 Ell 培養性別間合
			獲得友誼的好方法。	互動技能。	方式。	行為檢核	宜表達情感的能力。
			2. 能知道接受招待時的注意	3b-I-3 能於生活中嘗		態度評量	
		1	事項,並分辨出別人不接受的	試運用生活技能。			
			行為應如何改進。				
1 .			3. 能辨别好主人及好客人的				
十六 5/24		行為。					
 5/30			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		1. 能遵守比賽規則。	2c-I-1 表現尊重的團	Ga-I-1走、跑、跳	觀察評量	無
			2. 能和同學合作完成比賽。	體互動行為。	與投擲遊戲。	口頭評量	
		2	3. 能認識並表現運動家精神。	2d-I-2 接受並體驗多		行為檢核	
	十. 跑的遊戲		4. 能在曲線快跑中做出身體	元性身體活動。		態度評量	
			重心傾斜動作。	3d-I-1 應用基本動作			
			5. 能在繞物快跑中做出身體	常識,處理練習或遊			

			重心傾斜變換動作。	戲問題。			
			1. 能知道食品包裝完整的重	1a-I-1 認識基本的健	Eb-I-1健康安全	觀察評量	【家庭教育】
			要性。	康常識。	消費的原則。	口頭評量	家E9 參與家庭消費行
		1	2. 能知道不建議購買散裝食	2a-I-1 發覺影響健康		行為檢核	動,澄清金錢與物品
	壹、健康點點名		品的原因。	的生;活態度與行為。		態度評量	的價值。
	五. 食品安全我最行		3. 能認識安全購買罐頭與玻	3a-I-1 能於引導下,			
			璃罐食品的原則。	表現簡易的自我調適			
			4. 能了解製造日期及保存期	技能。			
十七			限的意涵				
5/31			1 體驗並說出不同跑壘路線的	2c-I-1 表現尊重的團	Ga-I-1走、跑、跳	觀察評量	無
6/6	貳、運動好事多 十. 跑的遊戲		差異。	體互動行為。	與投擲遊戲。	口頭評量	
		2	2. 練習中找出適合自己的跑	2d-I-2 接受並體驗多		行為檢核	
			壘路線。	元性身體活動。		態度評量	
			3. 比賽中表現曲線繞彎跑壘	3d-I-1 應用基本動作			
			技巧。	常識,處理練習或遊			
			4. 和同學快樂的完成比賽,並	戲問題。			
			遵守比賽規則。				
			5. 在比賽中表現運動家精神。				
+ \\ 6/7     6/13	壹、健康點點名 五. 食品安全我最行		1. 能認識安全購買鮮乳的原	la-I-l 認識基本的健	Eb-I-1 健康安全	觀察評量	【家庭教育】
			則。	康常識。	消費的原則。	口頭評量	家E9 參與家庭消費行
			2. 能了解有效日期及認識標	2a-I-1 發覺影響健康		行為檢核	動,澄清金錢與物品
		1	章的意涵。	的生活態度與行為。		態度評量	的價值。
				3a-I-1 能於引導下,			
				表現簡易的自我調適			
				技能。			
	貳、運動好事多	2	1. 認識水域休閒運動的種類。	2d-I-2 接受並體驗多	Cc-I-1 水域休閒	觀察評量	【海洋教育】
	,,, <del>,</del> ,,,						

	十一. 浪花朵朵開		2. 選擇安全並合適的戶外休	元性身體活動。	運動入門遊戲。	口頭評量	海 E2 學會游泳技巧,
			閒活動。	3c-I-2 表現安全的身	Gb-I-1 游泳池安	行為檢核	熟悉自救知能。
			3. 能知道從事游泳時需要的	體活動行為。	全與衛生常識。	態度評量	【安全教育】
			装備。	4c-I-1 認識與身體活			安E4 探討日常生活應
			4. 認識游泳池安全設施和規	動相關資源。			該注意的安全。
			則。				安 E7 探究運動基本
			5. 能了解進行游泳前暖身的				的保健。
			重要性。				
			1. 能知道食品標示的重要性。	la-I-1 認識基本的健	Eb-I-1健康安全	觀察評量	【家庭教育】
			2. 能檢視包裝食品的標示和	康常識。	消費的原則。	口頭評量	家E9 參與家庭消費行
	壹、健康點點名 五. 食品安全我最行		外觀。	2a-I-1 發覺影響健康		行為檢核	動,澄清金錢與物品
		1		的生活態度與行為。		態度評量	的價值。
				3a-I-1 能於引導下,			
				表現簡易的自我調適			
十九				技能。			
6/14	貳、運動好事多 十一. 浪花朵朵開		1. 認識各項水中活動的動作	1d-I-1 描述動作技能	Gb-I-2 水中遊	觀察評量	【海洋教育】
6/20			技能。	基本常識。	戲、水中閉氣與韻	口頭評量	海 E2 學會游泳技巧,
			2. 做出水中行走的游泳技巧。	2d-I-2 接受並體驗多	律呼吸與藉物漂	行為檢核	熟悉自救知能。
		2		元性身體活動。	浮。	態度評量	【安全教育】
		2		3c-I-2 表現安全的身			安E4 探討日常生活應
				體活動行為。			該注意的安全。
							安 E7 探究運動基本
							的保健。
=+ 6/21   6/27	壹、健康點點名 五. 食品安全我最行		1. 能了解食品保存方式對健	2a-I-1 發覺影響健康	Ea-I-2 基本的飲	觀察評量	【家庭教育】
			康的重要性。	的生活態度與行為。	食習慣。	口頭評量	家E9 參與家庭消費行
		1	2. 能認識不同的包裝食品的	3a-I-1 能於引導下,	Eb-I-1健康安全	行為檢核	動,澄清金錢與物品
			食用方式及注意事項。	表現簡易的自我調適	消費的原則。	態度評量	的價值。
			3. 能實際做到安全選購食品	技能。			

			的原則。	4a-I-1 發表個人對促			
				進健康的立場。			
			1. 認識水中閉氣、韻律呼吸與	1d-I-1 描述動作技能	Gb-I-2 水中遊	觀察評量	【海洋教育】
		2	藉物漂浮的動作技能。	基本常識。	戲、水中閉氣與韻	口頭評量	海 E2 學會游泳技巧,
			2. 做出水中閉氣、韻律呼吸與	2d-I-2 接受並體驗多	律呼吸與藉物漂	行為檢核	熟悉自救知能。
	貳、運動好事多		藉物漂浮的動作技巧。	元性身體活動。	浮。	態度評量	【安全教育】
	十一. 浪花朵朵開	۷		3c-I-2 表現安全的身			安E4 探討日常生活應
				體活動行為。			該注意的安全。
							安 E7 探究運動基本
							的保健。
=+- 6/28	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。