

教材版本	教師自編	實施年級 (班級/組別)	一、二年級	教學節數	每週(3)節，本學期共 61)節		
課程目標	1. 培養獨立生活的自我照顧能力。 2. 培養良好人際關係與團隊合作精神。 3. 培養健康飲食及良好的休閒能力。 4. 充實促進健康的知識、態度與健康技能。						
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。 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。						
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		評量方式 (表現任務)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週~ 第七週	衛生習慣	21	1. 能了解並指認乾淨、 髒亂的環境，正確率達 80%。 2. 能確實洗手（如：飯 前洗手、維持水槽的整 潔等），正確率達 80%。 3. 能認識並指認各種清 潔用品，正確率達 80%。 4. 能依據需求使用合適 的清潔用品進行清潔， 正確率達 80%。	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 -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。 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。 Cb- I -1 生活中與健康相關的 環 境。 Da- I -1 日 常生活中的基本 衛 生 習 慣。	口頭評量 觀察評量 實作評量	【品德教育】品 E1 良好生活習慣與德行。 品 E7 知行合一 品 EJU4 自律負責。 【安全教育】安 E4 探討日常生活應該注意的安全 安 E6 了解自己的身 體。 【家庭教育】家 E13 良好家庭生活習慣。 【生涯規

							劃】 涯 E1 了解個人的自我概念。 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 【防災教育】 防 E8 參與學校的防災疏散演練
第八週~第十四週	校園安全	21	1. 能認識並了解安全的進行運動。 2. 能認識並正確使用遊戲器材、運動設施 3. 能認識並遠離危險的器材。 4. 能了解並遵守先詢問大人才能離開的安全規則。 5. 能依照指令跟隨大人移動而不輕易離開。	1c- I -2 認識簡易的運動常識。 3a- I -2 能於引導下，操作簡易的健康技能。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。(保留) 4d- I -2 利用學校資源從事身體活動。	Ba- I -1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Ba- I -2 學校傷害事件急救處理方法。 Cb- I -1 基本的運動安全常識與運動對身體健康的益處。	口頭評量 觀察評量 實作評量	【人權教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。 品 EJU1 尊重生命。 品 EJU4 自律負責。 【環境教育】 環 E1 參與戶外學習與自然體驗，覺知自然環境的美、平衡、與完整性。 【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全 安 E8 了解校園安全的意義 安 E11 了解急救的重要性 安 E13 了解學校內緊急救護設備的位置。 【家庭教育】 家 E12 社區資源的 了

							解與運用。 家 E13 良好家庭生 活習 慣。 【戶外教育】 戶 E3 善用教室外、 戶外及校外教學， 認 識生活環境（自 然或 人為）。 戶 E5 參加學校校外教 學活動，參訪生 態、環保、地質、 文 化…的戶外學習
第十五週 ~第二十 一週	休閒活動	19	1. 能模仿簡單性 軸心運 動，表現 出協調與平衡 的 動作，如：重心 轉移、 伸展等。 2. 能隨音樂節奏 模仿及 隨興自創 身體活動	1a- I -1 認識基 本的健康常識。 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。 4d- I -2 利用學 校或社區資源從 事身體活動。	Ca- I -1 生 活 中與 健康相關 的環境。 Cd- I -1 戶 外 休閒 運動入門 遊戲。 Db- I -1 日 常 生活 中的性別 角色 Eb- I -1 健 康 安全消 費的原則	口頭評量 觀察評量 實作評量	【環境教育】 環 E1 參與戶外學習 與自然體驗，覺知 自 然環境的美、平 衡、 與完整性。 【品德教育】 品 E1 良好生活習慣 與德行。 品 E7 知 行合一

◎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。

南市公立南區新興國民小學 114 學年度第二學期 一、二 年級 健體 領域學習課程(調整)計畫(□普通班/■特教班)

教材版本	教師自編		實施年級 (班級/組別)	一、二年級	教學節數	每週(3)節，本學期共 58)節	
課程目標	1. 培養獨立生活的自我照顧能力。 2. 養成規律運動與健康生活的習慣。 3. 培養良好人際關係與團隊合作精神。 4. 充實促進健康的知識、態度與健康技能。						
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-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-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		評量方式 (表現任務)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
下學期開始上課-第七週	清潔亮晶晶	18	1. 能表現出符合班級中的適當行為，像是服從指令、保持整潔等。 2. 能發現自己份內的例行性工作，像是收放自己的用品、交聯絡簿等。 3. 能知道行為表現是否適宜，並對自己表現不好的地方進行改善。	1a- I -2 認識個人的健康生活習慣。 2b- I -2 願意養成個人健康習慣。 3b- I -3 能於日常生活中嘗試運用簡易的生活技能。	Da- I -1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da- I -2-2 維護身體清潔的保健方法。 Da- I -2-4 口腔衛生重要性的覺察。	口頭評量 觀察評量 實作評量	【法治教育】 法E7 認識責任。 【家庭教育】 家E13 良好家庭生活習慣 【閱讀素養】 閱E1 認識一般生活情境中需要使用的，以及學習學科基礎知識所應具備的字詞彙。 閱E11 低年級：能在一般生活情境中，

							懂得運用文本習得的知識解決問題
第八週~ 第十四週	21	21	1. 能透過模仿學習基本四肢伸展動作，正確率達80%。 2. 能透過肢體協助完成跳躍動作（單腳跳、雙腳跳、跳前跳後），正確率達80%。 3. 能透過肢體協助完成地板動作（滾動、爬行、撐體移動），正確率達80%。 4. 能認識並安全的完成彈跳床遊戲，正確率達80%。	1d- I -1 認識基本動作技能。 3a- I -2 能於引導下，操作簡易的健康技能。 3d- I -1 應用基本動作常識參與遊戲。	Bc- I -1 常見暖身伸展動作的認識。 Ga- I -1 走與跑的簡易動作。 Ia- I -1 簡易滾翻、支撐、平衡遊戲。	口頭評量 觀察評量 實作評量	【品德教育】 品德 E7 知行合一。 【閱讀素養】 閱讀 E1 認識一般生活情境中需要使用的，以及學習學科基礎知識所應具備的字詞彙。 閱 E11 低年級：能在一般生活情境中，懂得運用文本習得的知識解決問題 【法治教育】 法治 E4 參與規則的制定並遵守之。 【安全教育】 安全 E1 了解安全教育。 安 E7 探究運動基本的保健。 【戶外教育】 戶外 E5 參加學校校外教學活動，參訪生態、環保、地質、文化…的戶外學習
第十五週	團隊合作	19	1. 能在情境引導	2c- I -1 表現適	Fa- I -2 與家人及	口頭評量	【人權教育】 人

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

~第二十一週			下能分辨自己的情緒，正確率達80%。2.能使用合宜的方法表達自己的需求與感覺，正確率達80%。3.在團體遊戲中能接受自己不喜歡的結果，正確率達80%。4.能夠調整自己的心情並參與團體活動，正確率達80%。	當的團體互動行為。 2c-I-2 表現參與的學習態度。	朋友和諧相處的方式。Fa-I-3 情緒的體驗與分辨。 Ib-I-1 簡易唱、跳與模仿性律動遊戲。 Ic-I-1 簡易民俗運動基本動作與遊戲。	觀察評量 實作評量	E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 【品德教育】 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【生命教育】 E16 情緒管理的能力。 【法治教育】 E3 利用規則來避免衝突。 【生涯規劃】 E7 培養良好的人

◎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。