

臺南市公立仁德區長興國民小學 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/□藝才班)

教材版本	自編教材/參考康軒	實施年級 (班級/組別)	二年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(57)節		
課程目標	1. 學生能理解自我健康照護的重要性，並配合學校進行相關的身體健康檢查活動。 2. 學生能模仿並熟悉基本的暖身動作，並於激烈運動前先自行運用暖身動作活動身體，避免運動傷害。 3. 學生能活用個人肢體能力，搭配全身協調動作，模仿各種舞蹈動作，並配合參加才藝表演。 4. 透過校內的各項遊樂設備，訓練學生全身平衡、協調能力以及上肢及下肢動作能力的加強。 5. 利用各種球類運動，增進學生各項感官知覺的反應能力，並促進身體機能的健康運作。 6. 藉由各項運動遊戲，讓學生在活動中學習人際互動技巧，並樂於從事各種體能性的活動。						
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-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		
第 01~05 週	一、飲食行動家	14	一、認識六大食物及了解正確飲食習慣。	1a- I -1 認識個人的基本健康常識。 1a- I -2 認識個人的健康生活習慣。 1c- I -2 認識簡易的運動常識。 1d- I -1 認識基本動作技能。 2b- I -1 接受個	Ba- I -1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	紙筆評量 口頭評量 觀察評量 指認評量 實作評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 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。
第 06~10 週	二、保健小學堂	12	二、認識常見疾病及洗手的步驟。		Ba- I -2 學校傷害事件急救處理方法。		
第 11~15 週	三、球球大作戰	15	三、能用手做傳球和接球的活動字。		Bc- I -1 常見暖身伸展動作的認識。		
第 16~21 週	四、舞動遊戲	16	四、能做常見的口令動作。(如立正，雙手伸直)		Cb- I -1 基本的運動安全常識與運動對身體健康的益		

				人的健康生活規範。 2c- I -1 表現適當的團體互動行為。 2d- I -2 接受並體驗身體活動。 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。 4c- I -2 選擇適合個人的簡易身體活動。 4d- I -1 願意從事日常身體活動。 4d- I -2 利用學校資源從事身體活動。	處。 Cb- I -2 常見班級性體育活動。 Cd- I -1 戶外休閒運動的參與。 Ce- I -1 其他休閒運動的參與。 Da- I -2 身體的部位與衛生保健的重要性。 Ga- I -1 走、跑、跳與投擲遊戲。 Hc- I -1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調。 Ia- I -1 簡易滾翻、支撐、平衡遊戲。 Ib- I -1 簡易唱、跳與模仿性律動遊戲。		

◎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

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

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。

臺南市公立仁德區長興國民小學 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/□藝才班)

教材版本	自編教材/參考康軒	實施年級 (班級/組別)	二年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(53)節		
課程目標	1. 學生能理解自我健康照護的重要性，並配合學校進行相關的身體健康檢查活動。 2. 學生能模仿並熟悉基本的暖身動作，並於激烈運動前先自行運用暖身動作活動身體，避免運動傷害。 3. 學生能活用個人肢體能力，搭配全身協調動作，模仿各種舞蹈動作，並配合參加才藝表演。 4. 透過校內的各項遊樂設備，訓練學生全身平衡、協調能力以及上肢及下肢動作能力的加強。 5. 利用各種球類運動，增進學生各項感官知覺的反應能力，並促進身體機能的健康運作。 6. 藉由各項運動遊戲，讓學生在活動中學習人際互動技巧，並樂於從事各種體能性的活動。						
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-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		
第 01~06 週	一、成長的變化	13	一、能透過量身高和體重，了解成長的變化。	1a- I -1 認識個人的基本健康常識。	Ba- I -1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。	紙筆評量 口頭評量 觀察評量 指認評量 實作評量	人 E8 了解兒童對遊戲權利的需求。 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。
第 07~11 週	二、生活保健有一套	13	二、能簡易清潔身體或是其他部位。	1a- I -2 認識個人的健康生活習慣。	Ba- I -2 學校傷害事件急救處理方法。		
第 12~16 週	三、控球小奇兵	15	三、能用手往前滾球和往後滾球的活動字。	1c- I -2 認識簡易的運動常識。	Bc- I -1 常見暖身伸展動作的認識。		
第 17~21 週	四、繩索小玩家	12	四、能利用繩子與身體互動碰碰樂。	1d- I -1 認識基本動作技能。	Cb- I -1 基本的運動安全常識與運動對身體健康的益		
				2b- I -1 接受個			

				人的健康生活規範。 2c- I -1 表現適當的團體互動行為。 2d- I -2 接受並體驗身體活動。 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。 4c- I -2 選擇適合個人的簡易身體活動。 4d- I -1 願意從事日常身體活動。 4d- I -2 利用學校資源從事身體活動。	處。 Cb- I -2 常見班級性體育活動。 Cd- I -1 戶外休閒運動的參與。 Ce- I -1 其他休閒運動的參與。 Da- I -2 身體的部位與衛生保健的重要性。 Ga- I -1 走、跑、跳與投擲遊戲。 Hc- I -1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調。 Ia- I -1 簡易滾翻、支撐、平衡遊戲。 Ib- I -1 簡易唱、跳與模仿性律動遊戲。		

◎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

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

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。