臺南市公立安南區顯宮國民小學 114 學年度第一學期二年級健體領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班/□藝才班)

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. 能知知道不知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知知	的方己相,品時示剩不腳上差點的處利旗,,餘同跳的馬利旗,,餘同跳的所代進如藥的及平的說表行:物肢跨衡大出不體服會體跳動傳統對大說大體,會體跳動等與度動時環。躍	感受調適自己的心情 的空氣汙染。 該注意的安全事項 間、用法與用量。 境與危害身體健康	肯哪些。	
該學習階段 領域核心素養	14.可以順暢做到活動 15.能從武術及技擊遊 健體-E-A1 具備良好身 健體-E-A3 具備探索身 健體-E-B1 具備擬定基 健體-E-B3 具備運動與 驗。 健體-E-C1 具備生活中	中相關球類學習,性質的,其一個人類學習,是一個人類學學,是一個人類學學,是一個人類學學,是一個人類學學,一個人類學學,一個人類學學,一個人類學學,一個人類學,一個人們一個人類學,一個人們一個人們一個人們一個人們一個人們一個人們一個人們一個人們一個人們一個人們	對武術產生學習與共活的習慣,以促進身的問題的思考能力, 時間題的思考能力, 計畫及實作能力, 可能知能, 所以同題, 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	心健全發展,並言 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。	的運動、保健與人際溝通上。 發展,在生活環境中培養運動與健康有關的美感體 遵守相關的道德規範,培養公民意識,關懷社會。 與團隊成員合作,促進身心健康。

hi 63 tha da	111 - Ja ve 6, 10 ee	然和	學習目標	學習重	直點	評量方式	融入議題
教學期程	單元與活動名稱	節數		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	2a-I-1 發覺影響	Ea-I-2 基本的	觀察評量	【生命教育】
			單的內容、意義與差異	健康的生活態度	飲食習慣。	口頭評量	生 E2 理解人的身
	壹、健康有一套	1	性。	與行為。	Fb-I-1 個人對	行為檢核	體與心理面向。
	一. 健康做得到	1	2. 能閱讀生活習慣紀錄	2a-I-2 感受健康	健康的自我覺	態度評量	
			表,發現造成體重過重的	問題對自己所造	察與行為表		
- 8/31			原因。	成的威脅性。	現。		
0/31			1. 能在遊戲中靈活操作	1c-I-1 認識身體	Bc-I-1 各項暖	觀察評量	
9/6			身體,做出各種肢體動作	活動的基本動作。	身伸展動作。	口頭評量	
	貳、運動樂趣多		技能。	2c-I-2 表現認真	Ib-I-1 唱、跳	行為檢核	
	京、連助無趣多 六.大家來唱跳	2	2. 能專注觀賞他人的動	參與的學習態度。	與模仿性律動	態度評量	
			作表現。	2d-I-1 專注觀賞	遊戲。		
			3. 認真參與,並與他人合	他人的動作表現。			
			作完成遊戲活動。				
			1. 能閱讀生活習慣紀錄	2a-I-1 發覺影響	Ea-I-2 基本的	觀察評量	【生命教育】
			表,發現造成體重過重的	健康的生活態度	飲食習慣。	口頭評量	生 E2 理解人的身
			原因。	與行為。	Fb-I-1 個人對	行為檢核	體與心理面向。
			2. 能分辨紅綠燈食物的	2a-I-2 感受健康	健康的自我覺	態度評量	
			差異。	問題對自己所造	察與行為表		
<u> </u>	壹、健康有一套	1	3. 能於日常生活中選擇	成的威脅性。	現。		
9/13	一. 健康做得到	1	攝取綠燈食物。	3a-I-2 能於引導			
9/10			4. 能連結課本及生活經	下,於生活中操作			
			驗,說出過重的可能原	簡易的健康技能。			
			因。	3b-I-3 能於生活			
				中嘗試運用生活			
				技能。			

							1
			1. 能隨著音樂, 完成舞蹈	1c-I-1 認識身體	Bc-I-1 各項暖	觀察評量	
			基本動作。	活動的基本動作。	身伸展動作。	口頭評量	
	貳、運動樂趣多	2	2. 熟練〈猜拳〉的跳法,	2c-I-2 表現認真	Ib-I-1 唱、跳	行為檢核	
	六. 大家來唱跳	7	並正確的配合音樂跳。	參與的學習態度。	與模仿性律動	態度評量	
				2d-I-1 專注觀賞	遊戲。		
				他人的動作表現。			
			1. 能知道體重過重在飲	3a-I-2 能於引導	Ea-I-2 基本的	觀察評量	【生命教育】
			食上的調整方法。	下,於生活中操作	飲食習慣。	口頭評量	生 E2 理解人的身
			2. 能明白養成良好的飲	簡易的健康技能。	Fb-I-1 個人對	行為檢核	體與心理面向。
			食與生活習慣能促進身	3b-I-1 能於引導	健康的覺察與	態度評量	
			體健康。	下,表現簡易的自	行為表現。		
	壹、健康有一套	1	3. 能記錄自己的飲食與	我調適技能。			
	一. 健康做得到		生活習慣。	3b-I-3 能於生活			
			4. 能覺察自己的飲食與	中嘗試運用生活			
			生活習慣不適宜處,並提	技能。			
=			出改善的方法。	4a-I-2 養成健康			
三 9/14				的生活習慣。			
9/20			1. 想像並模仿自然界中	2c-I-2 表現認真	Ib-I-1 唱、跳	觀察評量	
9/ 20			的自然現象。	參與的學習態度。	與模仿性律動	口頭評量	
			2. 隨著音樂完成舞蹈基	2d-I-1 專注觀賞	遊戲。	行為檢核	
			本的動作。	他人的動作表現。		態度評量	
	主。 军私 做 扣 夕		3. 專注觀賞他人的動作	3c-I-1 表現基本			
	貳、運動樂趣多 六. 大家來唱跳	2	表現。	動作與模仿的能			
			4. 表現出在不同情境下	カ。			
			躲雨的動作。	4c-I-2 選擇適合			
			5. 認真參與,並與他人合	個人的身體活動。			
			作完成任務。				
			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	1a-I-1 認識基本	Da-I-1 日常生	觀察評量	【生命教育】
			因。	的健康常識。	活中的基本衛	口頭評量	生 E2 理解人的身
	壹、健康有一套	1	2. 能知道蛀牙的處理辦	1a-I-2 認識健康	生習慣。	行為檢核	體與心理面向。
	二. 愛護牙齒有一套	1	法。	的生活習慣。	Da-I-2 身體的	態度評量	
			3. 能知道愛護牙齒的方		部位與衛生保		
四			法,避免造成蛀牙。		健的重要性。		
9/21			1. 認識並遵守遊戲規則。	1c-I-1 認識身體	Ga-I-1 走、	觀察評量	
9/27			2. 專注觀察他人動作表	活動的基本動作。	跑、跳與投擲	口頭評量	
9/21	貳、運動樂趣多		現。	2d-I-1 專注觀賞	遊戲。	行為檢核	
		2	3. 能在「紅綠燈遊戲」	他人的動作表現。		態度評量	
	七、跑跳遊戲		中,表現出適合自己的追	4c-I-2 選擇適合			
			逐跑方式。	個人的身體活動。			
			4. 能完成折返、曲線跑的				
			動作。				
			1. 能知道牙齒分為乳齒	1a-I-1 認識基本	Da-I-1 日常生	觀察評量	【生命教育】
			和恆齒。	的健康常識。	活中的基本衛	口頭評量	生 E2 理解人的身
	壹、健康有一套	1	2. 能知道乳齒和恆齒分	1a-I-2 認識健康	生習慣。	行為檢核	體與心理面向。
	二. 愛護牙齒有一套	1	別有其重要性。	的生活習慣。	Da-I-2 身體的	態度評量	
五0.700			3. 能知道牙齒的功能及		部位與衛生保		
9/28			名稱。		健的重要性。		
10/4			1. 能完成折返、曲線跑的	1c-I-1 認識身體	Ga-I-1 走、	觀察評量	
	貳、運動樂趣多		動作。	活動的基本動作。	跑、跳與投擲	口頭評量	
	1、建助無趣多	2	2. 明白能將折返、曲線跑	4d-I-2 利用學校	遊戲。	行為檢核	
	一、此此处域		的動作運用在追逐跑遊	或社區資源從事		態度評量	
			戲上。	身體活動。			

			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。				
			1. 能判斷更換牙刷的時	la-I-l 認識基本	Da-I-1 日常生	觀察評量	【生命教育】
			機。	的健康常識。	活中的基本衛	口頭評量	生 E2 理解人的身
			2. 能正確挑選適合自己	1a-I-2 認識健康	生習慣。	行為檢核	體與心理面向。
	壹、健康有一套	1	的牙刷。	的生活習慣。	Da-I-2 身體的	態度評量	
	二. 愛護牙齒有一套	1	3. 能透過自我檢視,正確	2b-I-2 願意養成	部位與衛生保		
			存放與更換牙刷。	個人健康習慣。	健的重要性。		
				4a-I-2 養成健康			
六 10/5				的生活習慣。			
10/5			1. 能完成跳、跨的組合動	1c-I-1 認識身體	Ga-I-1 走、	觀察評量	
10/11			作。	活動的基本動作。	跑、跳與投擲	口頭評量	
			2. 體會助跑可增加跳躍	3c-I-1 表現基本	遊戲。	行為檢核	
	+ vp 4. W la A		能力。	動作與模仿的能		態度評量	
	貳、運動樂趣多	2	3. 能在移動過程中做出	力。			
	七、跑跳遊戲		方向的改變,以及單、雙	3d-I-1 應用基本			
			腳跳的連續動作。	動作常識,處理練			
			4. 能跟隨同學做出追逐	習或遊戲問題。			
			跑、跳組合。				
	壹、健康有一套 二. 愛護牙齒有一套		1. 能知道正確刷牙是預	 la-I-l 認識基本	Da-I-1 日常生	觀察評量	【生命教育】
せ			防蛀牙最有效的方法。	的健康常識。	活中的基本衛	口頭評量	生 E2 理解人的身
10/12		1	2. 能知道正確刷牙的方	1a-I-2 認識健康	生習慣。	行為檢核	體與心理面向。
10/18			法和步驟,培養良好的衛	的生活習慣。	Da-I-2 身體的	態度評量	
			生習慣。	2b-I-2 願意養成	部位與衛生保		
				= = 100 K /M	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		

			0 11 11 11 11 11 11 11		11. 11 4 7 11		
			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。			
			1. 能在移動過程中做出	1c-I-1 認識身體	Cb-I-3 學校運	觀察評量	【安全教育】
			方向的改變,以及單、雙	活動的基本動作。	動活動空間與	口頭評量	安 E4 探討日常生
			腳跳的連續動作。	1c-I-2 認識基本	場域。	行為檢核	活應注意的安全。
	貳、運動樂趣多		2. 能跟隨同學做出追逐	的運動常識。	Ga-I-1 走、	態度評量	
	七、跑跳遊戲、八.	0	跑、跳組合。	3c-I-1 表現基本	跑、跳與投擲		
	我們都是平衡高	2	3. 能認識校園需要平衡	動作與模仿的能	遊戲。		
	手		能力的遊戲設備。	カ。	Ia-I-1 滾翻、		
				3d-I-1 應用基本	支撐、平衡、		
				動作常識,處理練	懸垂遊戲。		
				習或遊戲問題。			
			1. 能知道愛護牙齒的方	1a-I-1 認識基本	Da-I-1 日常生	觀察評量	【生命教育】
			法。	的健康常識。	活中的基本衛	口頭評量	生 E2 理解人的身
			2. 能知道牙科醫療院所	1a-I-2 認識健康	生習慣。	行為檢核	體與心理面向。
	壹、健康有一套		提供的口腔保健服務。	的生活習慣。	Da-I-2 身體的	態度評量	
	二. 愛護牙齒有一套	1	3. 能養成保健牙齒的生	2b-I-2 願意養成	部位與衛生保		
			活習慣。	個人健康習慣。	健的重要性。		
八				4a-I-2 養成健康			
10/19				的生活習慣。			
10/25			1. 能練習平衡動作。	1c-I-1 認識身體	Cb-I-3 學校運	觀察評量	【安全教育】
			2. 專注觀賞他人的動作	活動的基本動作。	動活動空間與	口頭評量	安 E4 探討日常生
	貳、運動樂趣多		表現。	1c-I-2 認識基本	場域。	行為檢核	活應注意的安全。
	八. 我們都是平衡高	2	3. 表現認真參與的學習	的運動常識。	Ia-I-1 滾翻、	態度評量	
	手		態度。	1d-I-1 描述動作	支撐、平衡、		
			4. 認識平衡木上的動作	技能基本常識。	懸垂遊戲。		
			要領及安全注意事項。	2c-I-2 表現認真			
				I.	l .		l.

			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。			
			1. 與家人相處時, 若出現	3b-I-1 能於引導	Fa-I-2 與家人	觀察評量	【性別平等教育】
			不知道如何對應的情	下,表現簡易的自	及朋友和諧相	口頭評量	性 E11 培養性別
			緒,能適當的自我調適。	我調適技能。	處的方式。	行為檢核	間合宜表達情感
	壹、健康有一套		2. 能在課堂上分享自己	3b-I-3 能於生活		態度評量	的能力。
	三. 我愛家人	1	的經驗,討論後嘗試在生	中嘗試運用生活			【家庭教育】
	一. 找友参入		活中應用生活技能。	技能。			家 E3 察覺家庭中
h.							不同角色,並反思
九 10/26							個人在家庭中扮
11/1							演的角色。
11/1			1. 認識平衡木上的動作	1d-I-1 描述動作	Ia-I-1 滾翻、	觀察評量	【安全教育】
			要領及安全注意事項。	技能基本常識。	支撐、平衡、	口頭評量	安 E4 探討日常生
	貳、運動樂趣多		2. 學會上下平衡木。	2c-I-2 表現認真	懸垂遊戲。	行為檢核	活應注意的安全。
	八. 我們都是平衡高	2	3. 能學會與完成在平衡	參與的學習態度。		態度評量	
	手		木上的動作和安全練習	3c-I-1 表現基本			
			的方法。	動作與模仿的能			
				カ。			
			1. 能覺察自己的情緒, 利	3b-I-1 能於引導	Fa-I-2 與家人	觀察評量	【性別平等教育】
+	十 11/2 壹、健康有一套		用說出事件與感受調適	下,表現簡易的自	及朋友和諧相	口頭評量	性 E11 培養性別
11/2		1	自我的心情。	我調適技能。	處的方式。	行為檢核	間合宜表達情感
11/8	三. 我愛家人	1	2. 與家人相處時,對於無	3b-I-2 能於引導		態度評量	的能力。
1170			法處理或做錯的狀況,能	下,表現簡易的人			【家庭教育】
			先調適心情,在引導下,	際溝通互動技能。			家 E3 察覺家庭中

			表現簡易的人際溝通技				不同角色,並反思
			能。				個人在家庭中扮
			3. 練習想法的三個步				演的角色。
			驟,先說出想法、反省想				·// ··/ / C
			法、再決定怎麼做。				
			1. 能學會與完成在平衡	2c-I-2 表現認真	Cb-I-1 運動安	觀察評量	【安全教育】
			木上的動作和安全練習	多與的學習態度。 一參與的學習態度。	全常識、運動	口頭評量	安 E4 探討日常生
			的方法。	2d-I-1 專注觀賞	對身體健康的	行為檢核	活應注意的安全。
			2. 學會選擇適合自己的	他人的動作表現。	到 为 脏 足 尿 的	17 為做核 態度評量	冶爬任息的女生。
			身體活動。	3c-I-1 表現基本	血処。 Ia-I-I 滾翻、	怨及計里	
	貳、運動樂趣多		才履活動。	, ,			
	八. 我們都是平衡高	2		動作與模仿的能	支撐、平衡、		
	手			力。	懸垂遊戲。		
				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。			
			1. 運用後設認知的技	3b-I-2 能於引導	Fa-I-2 與家人	觀察評量	【性別平等教育】
			巧,先預想可能的後果,	下,表現簡易的人	及朋友和諧相	口頭評量	性 E11 培養性別
			再來選擇最佳的做法。	際溝通互動技能。	處的方式。	行為檢核	間合宜表達情感
	· · 壹、健康有一套		2. 能練習平心靜氣說出	3b-I-3 能於生活		態度評量	的能力。
+- 11/0	三. 我愛家人	1	自己的想法讓對方知道。	中嘗試運用生活			【家庭教育】
11/9	二. 我复象人			技能。			家 E3 察覺家庭中
11/15							不同角色,並反思
							個人在家庭中扮
							演的角色。
	貳、運動樂趣多	0	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	2	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。			
			1. 常把愛掛在口中、對家	3b-I-2 能於引導	Fa-I-2 與家人	觀察評量	【性別平等教育】
			人的體貼等語言與非語	下,表現簡易的人	及朋友和諧相	口頭評量	性 E11 培養性別
			言的方式,來表達對家人	際溝通互動技能。	處的方式。	行為檢核	間合宜表達情感
	壹、健康有一套		的關愛。	3b-I-3 能於生活		態度評量	的能力。
	三. 我愛家人	1	2. 能知道與家人和諧相	中嘗試運用生活			【家庭教育】
	二. 我发象人		處的方法。	技能。			家 E3 察覺家庭中
							不同角色,並反思
十二 11/10							個人在家庭中扮
11/16							演的角色。
11/22			1. 能利用學校或社區資	2c-I-1 表現尊重	Ab-I-1 體適能	觀察評量	【家庭教育】
	貳、運動樂趣多		源從事身體活動。	的團體互動行為。	遊戲。	口頭評量	家 E12 規畫個人
			2. 能認同團體規範,並表	3d-I-1 應用基本	Cd-I-1 户外休	行為檢核	與家庭生活作息。
		2	現尊重的團體互動行為。	動作常識,處理練	閒運動入門遊	態度評量	【品德教育】
	九. 社區運動樂	7	3. 了解並應用各種趣味	習或遊戲問題。	戲。		品 E3 溝通合作與
			競賽的基本動作,從事身	4d-I-2 利用學校			和諧人際關係。
			體活動。	或社區資源從事			
				身體活動。			
			1. 知道空氣品質達紅色	1a-I-1 認識基本	Ca-I-1 生活中	觀察評量	【環境教育】
十三 11/23	壹、健康有一套		警示的意思。	的健康常識。	與健康相關的	口頭評量	環 E12 養成對災
11/23	四. 空氣汙染大作戰	1	2. 知道空氣汙染對人和		環境。	行為檢核	害的警覺心及敏
11/29	口, 工制 / 示 八 作		動物都有影響。			態度評量	感度,對災害有基
			3. 知道紅色空品旗的作				本的了解,並能避

			用。				免災害的發生。
			4. 知道空氣汙染期間,外				【安全教育】
			出要戴口罩。				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
							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	2c-I-1 表現尊重	Ab-I-1 體適能	觀察評量	【家庭教育】
			源從事身體活動。	的團體互動行為。	遊戲。	口頭評量	家 E12 規畫個人
			2. 能清楚知道自己適合	3d-I-1 應用基本	Cd-I-1 户外休	行為檢核	與家庭生活作息。
			的運動。	動作常識,處理練	閒運動入門遊	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	習或遊戲問題。	戲。		品 E3 溝通合作與
	九. 社區運動樂	2	規畫適合的身體活動,增	4c-I-2 選擇適合			和諧人際關係。
			進體適能。	個人的身體活動。			
				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	1a-I-1 認識基本	Ca-I-1 生活中	觀察評量	【環境教育】
11/30	四. 空氣汙染大作戰	1	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

12/6			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	觀察評量	【品德教育】
			接活動的動作內容。	技能基本常識。	守球類運動相	口頭評量	品 E3 溝通合作與
			2. 能願意並盡力做到和	2c-I-2 表現認真	關的簡易拍、	行為檢核	和諧人際關係。
	貳、運動樂趣多		他人合作完成你傳我接	參與的學習態度。	拋、接、擲、	態度評量	
	十. 玩球樂趣多	2	的動作。	3c-I-1 表現基本	傳、滾及踢、		
	1. 奶场未处乡		3. 知道並做到配合拍球	動作與模仿的能	控、停之手		
			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	規律身體活動。	準確性控球動		

C5-1 领域子自称任(两)	<u> </u>		人儿和上口上		14		
			合作努力完成。		作。		
			5. 會利用課餘時間練習				
			以求進步。				
			1. 知道空氣汙染會讓身	1a-I-1 認識基本	Ca-I-1 生活中	觀察評量	【環境教育】
			體出現各種不舒服的症	的健康常識。	與健康相關的	口頭評量	環 E12 養成對災
			狀。		環境。	行為檢核	害的警覺心及敏
			2. 知道空氣汙染時期因			態度評量	感度,對災害有基
			應身體不舒服症狀的處				本的了解,並能避
			理方式。				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。
	壹、健康有一套	1					安 E5 了解日常生
十五	四. 空氣汙染大作戰						活危害安全的事
12/7							件。
12/13							【防災教育】
							防 El 災害的種類
							包含洪水、颱風、
							土石流、乾
							早。
							b E5 不同災害發
							生時的適當避難
							· 在時的過 · 一
			1 化知诺并从到一任庙	1d-I-1 描述動作	Hb-I-1 陣地攻	鲍安亚里	
	主 军乱坳业夕		1. 能知道並做到三種傳			觀察評量	【品德教育】
	貳、運動樂趣多	2	接球動作,並練習。	技能基本常識。	守球類運動相	口頭評量	品E3 溝通合作與
	十. 玩球樂趣多		2. 能知道三種傳接球動	2c-I-2 表現認真	關的簡易拍、	行為檢核	和諧人際關係。
			作,球的行進路徑不同	參與的學習態度。	抛、接、擲、	態度評量	

		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。	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。	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。		
十六 12/14 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。	觀可行態解頭為度評檢評極	【環害感本免【安活全安活件【防包土旱防生行環E12警,了害全探該 了害 災災洪流 医時為转養覺對解的教討意 盯安 教害水、。不的。对及害並生】目的 日的 】種風 害避災敏有能。 生安 生事 類風 審難

			1. 能知道和做到彈接高	1d-I-1 描述動作	Hb-I-1 陣地攻	觀察評量	【品德教育】
			手活動中相關的動作,並	技能基本常識。	守球類運動相	口頭評量	品 E3 溝通合作與
			練習。	2c-I-2 表現認真	關的簡易拍、	行為檢核	和諧人際關係。
			2. 能願意並盡力和他人	參與的學習態度。	拋、接、擲、	態度評量	
	貳、運動樂趣多	2	相互合作,完成彈接高手	3d-I-1 應用基本	傳、滾及踢、		
	十. 玩球樂趣多	L	活動中的動作。	動作常識,處理或	控、停之手		
			3. 能做到透過課餘練習	練習遊戲問題。	眼、手腳動作		
			增加球感。	4d-I-1 願意從事	協調、力量及		
				規律身體活動。	準確性控球動		
					作。		
			1. 能了解生病時要遵照	1a-I-1 認識基本	Bb-I-1 常見的	觀察評量	【安全教育】
	壹、健康有一套 五. 正確使用藥物		醫囑服藥的重要性。	的健康常識。	藥物使用方法	口頭評量	安 E4 探討日常生
			2. 能發覺生病時就醫是	2a-I-1 發覺影響	與影響。	行為檢核	活應該注意的安
			維護健康的正確態度與	健康的生活態度		態度評量	全。
		1	行為。	與行為。			安 E5 了解日常生
			3. 能於大人引導下,做到				活危害安全的事
			正確的就醫行為。				件。
十七							安 E14 知道通報
12/21							緊急事件的方式。
12/27			1. 能於活動中,知道並遵	1d-I-1 描述動作	Hd-I-1 守備/	觀察評量	【品德教育】
12/21			守攻占城堡的活動規則。	技能基本常識。	跑分性球類運	口頭評量	品 E3 溝通合作與
			2. 能願意並盡力做到和	2c-I-2 表現認真	動相關的簡易	行為檢核	和諧人際關係。
	貳、運動樂趣多		他人合作,完成攻占城堡	參與的學習態度。	拋、接、擲、	態度評量	
	十. 玩球樂趣多	2	活動。	3d-I-1 應用基本	傳之手眼動作		
	十. 坑球荣趣多		3. 能做到透過攻占城堡	動作常識,處理或	協調、力量及		
			活動和他人一同討論學	練習遊戲問題。	準確性控球動		
			習,找出更佳得分方式並		作。		
			實踐。				

					T		
			※能在大人引導下,適切	la-I-l 認識基本	Bb-I-1 常見的	觀察評量	【安全教育】
			的請教藥師與認讀藥袋	的健康常識。	藥物使用方法	口頭評量	安 E4 探討日常生
			上的各項標示與說明。	4a-I-1 能於引導	與影響。	行為檢核	活應該注意的安
	丰。伊电七、 太			下,使用適切的健		態度評量	全。
	壹、健康有一套	1		康資訊、產品與服			安 E5 了解日常生
	五.正確使用藥物			務。			活危害安全的事
							件。
十八							安 E14 知道通報
12/28							緊急事件的方式。
1/3			1. 能做出正確的模仿動	1d-I-1 描述動作	Bd-I-1 武術模	觀察評量	【人權教育】
			物動作及特徵。	技能基本常識。	仿遊戲。	口頭評量	人 E3 了解每個人
	貳、運動樂趣多 十一. 功夫小子		2. 能做出正確的基本武	2d-I-1 專注觀賞		行為檢核	需求的不同,並討
		2	術動作。	他人的動作表現。		態度評量	論與遵守團體的
		۷	3. 能專注觀賞同學表演。	3c-I-1 表現基本			規則。
			4. 能發揮創意做出動物	動作與模仿的能			【生涯規劃教育】
			拳。	力。			涯 E7 培養良好的
							人際互動能力。
			1. 能了解藥袋上服藥的	3a-I-2 能於引導	Bb-I-1 常見的	觀察評量	【安全教育】
			時間、用法與用量。	下,於生活中操作	藥物使用方法	口頭評量	安 E4 探討日常生
			2. 能在大人引導下,於生	簡易的健康技能。	與影響。	行為檢核	活應該注意的安
			活中正確服藥。	4a-I-1 能於引導		態度評量	全。
十九 1/4	壹、健康有一套	1	3. 能了解眼藥水和外用	下,使用適切的健			安 E5 了解日常生
1/4	五. 正確使用藥物	1	藥膏的使用時間、用法與	康資訊、產品與服			活危害安全的事
1/10			用量。	務。			件。
			4. 能在大人引導下,於生				安 E14 知道通報
			活中正確使用眼藥水和				緊急事件的方式。
			外用藥膏。				
	貳、運動樂趣多	2	1. 能表現出正確的技擊	2d-I-1 專注觀賞	Bd-I-1 武術模	觀察評量	【人權教育】

	十一. 功夫小子		動作。	他人的動作表現。	仿遊戲。	口頭評量	人 E3 了解每個人
			2. 能運用基本動作,與同	3c-I-1 表現基本	Bd-I-2 技擊模	行為檢核	需求的不同,並討
			學完成遊戲。	動作與模仿的能	仿遊戲。	態度評量	論與遵守團體的
			3. 藉由遊戲的操作及反	カ。			規則。
			覆練習,增進體適能。	3d-I-1 應用基本			【生涯規劃教育】
				動作常識,處理或			涯 E7 培養良好的
				練習遊戲問題。			人際互動能力。
				4d-I-1 願意從事			
				規律身體活動。			
			1. 能於大人引導下,正確	2a-I-1 發覺影響	Bb-I-1 常見的	觀察評量	【安全教育】
			的保存藥物。	健康的生活態度	藥物使用方法	口頭評量	安 E4 探討日常生
			2. 能發覺錯誤的處理廢	與行為。	與影響。	行為檢核	活應該注意的安
	壹、健康有一套		棄藥物會汙染環境與危	3a-I-2 能於引導		態度評量	全。
	五.正確使用藥物	1	害人類身體健康。	下,於生活中操作			安 E5 了解日常生
	工. 工作区内示切		3. 能於大人引導下,正確	簡易的健康技能。			活危害安全的事
			的處理廢棄藥物。				件。
二十 1/11							安 E14 知道通報
							緊急事件的方式。
1/17			1. 能運用武術及技擊動	3d-I-1 應用基本	Bd-I-2 技擊模	觀察評量	【人權教育】
			作,與同學完成比賽。	動作常識,處理或	仿遊戲。	口頭評量	人 E3 了解每個人
			2. 藉由遊戲的操作及反	練習遊戲問題。		行為檢核	需求的不同,並討
	貳、運動樂趣多	2	覆練習,增進體適能。	4d-I-1 願意從事		態度評量	論與遵守團體的
	十一. 功夫小子			規律身體活動。			規則。
							【生涯規劃教育】
							涯 E7 培養良好的
							人際互動能力。
二十一 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。

臺南市公立安南區顯宮國民小學 114 學年度第二學期二年級健體領域學習課程(調整)計畫(■普通班/□特教班/□藝才班)

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				
	1. 能了解不同人生階	段成長情形,知道	成長過程受到家人的]照顧與陪伴,認	識日常生活中的性別角色,知道自己想做的事不受				
	性別限制;透過活動	動,觀察、描述記	錄自己的成長情形。	體會成長的喜悅	,並能用健康的態度面對成長,從過程中認識自己				
	未來的夢想,並為	夢想努力,探索自	己的興趣及對未來的	期望,					
	2. 能說出使用平衡木	時要注意的事項、	安全自行上下平衡木	、完成平衡木的	遊戲,學會與完成在平衡木上各種闖關動作,維護				
	自己與尊重他人的	身體自主權。							
	3. 了解自己與他人的	異同,並進一步深	入了解自己、欣賞自	1己也欣賞同學。					
	4. 了解接待客人、接	受招待的注意事項	,能運用方法招待好	友、分辨出別人	不接受的行為應如何改進;知道誠意讚美與讓朋友				
	知道你對他的感受	,是獲得友誼的好	方法,進而能運用社	交技巧,知道增	進人際關係的方法。				
	5. 能說出健走的動作	要領、健走前要注	.意的事項,積極參與	·健走運動,規劃	適合全家的健走路線,並養成運動的好習慣,並藉				
	由運動的參與,培	養與親友間的情誼	•						
	6. 知道並完成踢擊紙	球的相關動作,能	知道如何和他人一同	司合作踢擊 ,並發	揮創意,創造不同踢擊動作。				
	7. 能知道並完成對牆	連續踢球相關動作	:,透過練習增加踢球	(球感,從中培養	基本球感,闖關過程中盡力完成並從中學習球感,				
課程目標	以完成過關英雄的相關動作;知道你來我往的活動規則、遵守你來我往的活動規則並和人一同進行活動。								
	8. 能認識吸菸的危害	與戒菸的好處,發	覺家人吸菸的行為對	 個人與家庭的危	害,並對親友適切表達戒菸的好處;認識二手菸和				
	三手菸的定義與危	害,進而感受到二	手菸和三手菸對人體	健康與生活品質	的影響,覺察拒吸二手菸和三手菸的重要性,適切				
	向親友表達拒絕二-	手菸和三手菸,且	運用創作拒吸二手菸	的標示,支持無	菸環境。				
	9. 能靈活操作身體,	做出各種肢體動作	,專注欣賞並學習他	2人動作表現。在	活動中,能隨著音樂的節奏,完成唱跳學習活動。				
	10. 能與同學合作完成性。	戈動作和遊戲,從 「	中培養默契,通力合	作克服困難並完)	成動作,且能利用活動開展肢體,增進身體的協調				
	11. 知道流感不等同於	《感冒,知道流感 的	的傳染方式、流感快	篩的目的與預防沒	流感感染的方法,與學會呼吸道衛生與咳嗽禮節,				
	知道流感感染期間	在家照護的要點,	養成良好個人衛生	習慣。					
	12. 能遵守遊戲規則,	並和同學合作完成	成遊戲。						
	13. 能盡力完成快跑活	舌動,做出直線快區	跑動作、完成直線來	回與左右方向變	换的折返跑動作,且在遊戲中完成左右曲折及繞物				
	快跑的動作,並體	全 會跑步的樂趣。							
	14. 知道如何分辨且能	E具體描述如何選	懌新鮮食物的方法;	知道如何挑選且戶	能具體描述正確選購包裝食品與散裝食品的方法。				

37.37.3 [[27.1]]	15 了解游泳油奶研剧	典記供、	安全設施、注意事項與衛	—————————————————————————————————————	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	端游泳前暌 角海	3 動的重要性的正確					
	. ,	•	安全 政施、注息 事項 與 係 行走、水中 閉氣、 漂浮等 》		「八八八〇日ソフグスリ , 6公	哦/ 小 /小月 吸力 壁	划则里女性兴业唯					
							1 11					
		•	功與健康生活的習慣,以促									
	│ 健體-E-A2 具備探索リ	身體活動	功與健康生活問題的思考能	力,並透過體驗與實	置 践,處理日常生	活中運動與健康	康的問題。					
	健體-E-A3 具備擬定身	基本的资	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 具備運用層	體育與係	建康之相關符號知能,能以	同理心應用在生活中	P 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 具備生活で	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。											
				學習重		15日上に	-1 14 7-					
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標			評量方式	融入議題					
	·			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	1a-I-1 認識基本	Aa-I-1 不同人	觀察評量	【性別平等教育】					
			成長情形。	的健康常識。	生階段的成長	口頭評量	性 E3 覺察性別角					
			2. 能觀察並描述自己的		情形。	行為檢核	色的刻板印象,了					
			成長情形。			態度評量	解家庭、學校與職					
			3. 能透過活動,記錄自己				業的分工,不應受					
	壹、健康點點名		 的成長情形。				性別的限制。					
<u> </u>	一. 歡樂成長派	1					【生涯規劃教育】					
2/0							涯 E4 認識自己的					
2/14							特質與興趣。					
							涯 E9 認識不同類					
							型工作/教育環					
							境。					
	+ 12011-2		1 公司沙拉国南西縣工	1。 Ⅰ 1 →刃→孙 台 四曲	ChIO朗拉雷	細窗江里	1 2					
	貳、運動好事多	2	1. 能認識校園需要懸垂	1c-I-1 認識身體	Cb-I-3 學校運	觀察評量	【安全教育】					
	六. 單槓遊戲真好玩		能力的遊戲設備。	活動的基本動作。	動活動空間與	口頭評量	安 E4 探討日常生					

			O IL VIP III WE HE IS NOT IL I.	1 1 0 10 10 14 1	12.1	1- 16 1 k 1 k	W - + 1
			2. 能運用遊戲設備來鍛	1c-I-2 認識基本	場域。	行為檢核	活應該注意的安
			鍊臂力。	的運動常識。	Ia-I-1滾翻、	態度評量	全。
			3. 能練習手臂力量。	1d-I-1 描述動作	支撐、平衡、		
			4. 表現認真參與的學習	技能基本常識。	懸垂遊戲。		
			態度。	2c-I-2 表現認真			
			5. 專注觀賞他人的動作	參與的學習態度。			
			表現。				
			1. 能知道成長過程受到	1a-I-1 認識基本	Aa-I-1 不同	觀察評量	【性別平等教育】
			家人的照顧與陪伴。	的健康常識。	人生階段的成	口頭評量	性 E3 覺察性別角
			2. 能體會成長的喜悅,並	2a-I-1 發覺影響	長情形。	行為檢核	色的刻板印象,了
			能用健康的態度面對成	健康的生活態度		態度評量	解家庭、學校與職
			長。	與行為。			業的分工,不應受
	壹、健康點點名	0	3. 能觀察並描述自己的				性別的限制。
	一. 歡樂成長派	0	成長情形。				【生涯規劃教育】
			4. 能探索自己的興趣及				涯 E4 認識自己的
=			對未來的期望。				特質與興趣。
2/15							涯 E9 認識不同類
2/21							型工作/教育環
							境。
			1. 能學習握住單槓。	1d-I-1 描述動作	Cb-I-3 學校運	觀察評量	【安全教育】
			2. 能學習使用單槓時要	技能基本常識。	動活動空間與	口頭評量	安 E4 探討日常生
	h) 1972 () 4 - 4 - 4		注意的事項。	2c-I-2 表現認真	場域。	 行為檢核	活應該注意的安
	貳、運動好事多 六.單槓遊戲真好玩	0	3. 在單槓上學習模仿動	參與的學習態度。	│ │Ia-I-1滾翻、	態度評量	全。
			作。	3c-I-1 表現基本	支撐、平衡、		
			4. 能進行單槓遊戲動作。	動作與模仿的能	懸垂遊戲。		
				力。			
= 2/22	壹、健康點點名		1. 能知道成長過程受到		Aa-I-1 不同人	觀察評量	【性別平等教育】
2/22	一. 歡樂成長派	1	家人的照顧與陪伴。	的健康常識。	生階段的成長	口頭評量	性 E3 覺察性別角
						, , , <u> </u>	25 1,1 1 17,1

2/28			2. 能體會成長的喜悅,並	2a-I-1 發覺影響	情形。	行為檢核	色的刻板印象,了
			能用健康的態度面對成	健康的生活態度	Db-I-1 日常生	態度評量	解家庭、學校與職
			長。	與行為。	活中的性別角		業的分工,不應受
			3. 能觀察並描述自己的	4b-I-1 發表個人	色。		性別的限制。
			成長情形。	對促進健康的立			【生涯規劃教育】
			4. 能探索自己的興趣及	場。			涯 E4 認識自己的
			對未來的期望。				特質與興趣。
			5. 能認識日常生活中的				涯 E9 認識不同類
			性別角色。				型工作/教育環
			6. 能覺察職業的性別刻				境。
			板印象。				
			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	Cb-I-3 學校運	觀察評量	【安全教育】
			2. 能學習使用單槓時要	技能基本常識。	動活動空間與	口頭評量	安 E4 探討日常生
			注意的事項。	2c-I-2 表現認真	場域。	行為檢核	活應該注意的安
			3. 在單槓上學習模仿動	參與的學習態度。	Ia-I-1滾翻、	態度評量	全。
			作。	3c-I-1 表現基本	支撐、平衡、		
			4. 能進行單槓遊戲動作。	動作與模仿的能	懸垂遊戲。		
	貳、運動好事多	2	5. 能學會在單槓上的動	カ。			
	六. 單槓遊戲真好玩	7	作。				
			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 外知地口当儿工与儿	41- T 1 改生加丁	DL I 1 n 出 l	抽 宏 	【山山正然机去】
			1. 能認識日常生活中的	4b-I-1 發表個人	Db-I-1 日常生	觀察評量	【性別平等教育】
			性別角色。	對促進健康的立	活中的性別角	口頭評量	性 E3 覺察性別角
			2. 能覺察職業的性別刻	場。	色。	行為檢核	色的刻板印象,了
			板印象。			態度評量	解家庭、學校與職
			3. 能知道自己想做的事				業的分工,不應受
	壹、健康點點名	1	不受性別限制。				性別的限制。
	一. 歡樂成長派	1	4. 能認識自己未來的夢				【生涯規劃教育】
			想,並為夢想努力。				涯 E4 認識自己的
							特質與興趣。
							涯 E9 認識不同類
四							型工作/教育環
3/1							境。
3/7			1. 認識戶外及其他各種	1d-I-1 描述動作	Cb-I-1 運動安	觀察評量	【家庭教育】
			休閒運動。	技能基本常識。	全常識、運動	口頭評量	家 E12 規畫個人
			2. 樂於參與休閒運動。	2d-I-2 接受並體	對身體健康的	行為檢核	與家庭的生活作
			3. 能找出社區內的運動	驗多元性身體活	益處。	態度評量	息。
	本 		場地。	動。	Cd-I-1 户外休		【安全教育】
	貳、運動好事多	2	4. 能選擇適合全家參與	3b-I-3 能於生活	閒運動入門遊		安 E7 探究運動基
	七. 休閒運動快樂行		的休閒運動。	中嘗試運用生活	戲。		本的保健。
				技能。	Ce-I-1其他休		
				4d-I-2 利用學校	閒運動入門遊		
				或社區資源從事	戲。		
				身體活動。			
_			1. 知道如何表達身體不	1a-I-1 認識基本	Fb-I-2 兒童常	觀察評量	【品德教育】
五 3/8	壹、健康點點名	1	舒服的症狀。	的健康常識。	見疾病的預防	口頭評量	品 E1 良好生活習
	二. 流感小尖兵	1	2. 知道處理身體不適的		與照顧方法。	行為檢核	慣與德行。
3/14			正確方法。			態度評量	品 E7 知行合一。

-							
			1. 能快樂的接受並體驗	2d-I-2 接受並體	Cb-I-1 運動安	觀察評量	【家庭教育】
			健走運動。	驗多元性身體活	全常識、運動	口頭評量	家 E12 規畫個人
			2. 能學會正確的健走技	動。	對身體健康的	行為檢核	與家庭的生活作
	貳、運動好事多	2	巧。	3b-I-3 能於生活	益處。	態度評量	息。
	七. 休閒運動快樂行	7	3. 能快樂接受並體驗健	中嘗試運用生活	Cd-I-1户外休		【安全教育】
			走運動。	技能。	閒運動入門遊		安 E7 探究運動基
			4. 能學會不同速度的健	4d-I-1 願意從事	戲。		本的保健。
			走技巧。	規律身體活動。			
			1. 知道流感的傳染方式。	1a-I-1 認識基本	Da-I-1 日常生	觀察評量	【品德教育】
			2. 知道「生病不上課」的	的健康常識。	活中的基本衛	口頭評量	品 E1 良好生活習
	壹、健康點點名		健康觀念。	2a-I-1 發覺影響	生習慣。	行為檢核	慣與德行。
	二. 流感小尖兵	1		健康的生活態度	Fb-I-2 兒童常	態度評量	品 E7 知行合一。
	一. 流然介关六			與行為。	見疾病的預防		
<u>ب</u>				4a-I-2 養成健康	與照顧方法。		
六 3/15				的生活習慣。			
3/21			1. 能學會不同節奏的健	3b-I-3 能於生活	Cb-I-1 運動安	觀察評量	【家庭教育】
07 21			走。	中嘗試運用生活	全常識、運動	口頭評量	家 E12 規畫個人
	貳、運動好事多		2. 能學會不同方式的健	技能。	對身體健康的	行為檢核	與家庭的生活作
	七. 休閒運動快樂行	2	走技巧。	4d-I-1 願意從事	益處。	態度評量	息。
	C. 作机之勤以外们		3. 能規畫並繪製校園健	規律身體活動。	Cd-I-1户外休		【安全教育】
			走地圖。		閒運動入門遊		安 E7 探究運動基
			4. 能積極參與健走運動。		戲。		本的保健。
			1. 探討避免感染流感、維	1a-I-1 認識基本	Da-I-1 日常生	觀察評量	【品德教育】
せ			護健康的行為。	的健康常識。	活中的基本衛	口頭評量	品 E1 良好生活習
3/22	- 流咸小尘丘	1	2. 知道預防流感的方法。	2a-I-1 發覺影響	生習慣。	行為檢核	慣與德行。
3/28		1	3. 能在日常生活中展現	健康的生活態度	Fb-I-2 兒童常	態度評量	品 E7 知行合一。
0, 20			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	2c-I-2 表現認真	Hb-I-1陣地攻	觀察評量	【品德教育】
			球熱身動作。	參與的學習態度。	守性球類運動	口頭評量	品E3溝通合作與
			2. 能於活動中展現出身	3c-I-1 表現基本	相關的簡易	行為檢核	和諧人際關係。
			體平衡。	動作與模仿的能	拍、拋、接、	態度評量	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
	貳、運動好事多		3. 能於活動中努力練習	カ。	擲、傳、滾及		
	八. 踢球樂	2	嘗試。		踢、控、停之		
			4. 展現出努力體驗踢球		手眼、手腳動		
			活動。		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。		
			1. 知道流感感染期間在	1a-I-1 認識基本	Fb-I-1 個人對	觀察評量	【品德教育】
			家照護的要點。	的健康常識。	健康的自我覺	口頭評量	品 E1 良好生活習
			2. 學會正確脫口罩和丟	2b-I-1 接受健康	察與行為表	- 行為檢核	慣與德行。
			口罩的技巧。	的生活規範。	現。	態度評量	品 E7 知行合一。
	壹、健康點點名		3. 能在生活中落實流感	3a-I-2 能於引導	Fb-I-2 兒童常		
	二. 流感小尖兵	1	預防與照護的好行為。	下,於生活中操作	見疾病的預防		
				簡易的健康技能。	與照顧方法。		
八				4b-I-1 發表個人			
3/29				對促進健康的立			
4/4				場。			
			1. 能知道運動前後要注	1c-I-2 認識基本	Cb-I-1 運動安	觀察評量	【品德教育】
			意的相關安全事宜及準	的運動常識。	全常識、運動	口頭評量	品 E3 溝通合作與
	京 罗利以声夕		備。	2c-I-2 表現認真	對身體健康的	行為檢核	和諧人際關係。
	貳、運動好事多	2	2. 能知道如何處理運動	參與的學習態度。	益處。	態度評量	
	八. 踢球樂		時發生的意外事故。	3c-I-1 表現基本	Hb-I-1陣地攻		
			3. 能做到用足背踢球。	動作與模仿的能	守性球類運動		
				カ。	相關的簡易		

V 24.1 PB(IT()	4.4/1.1	_	1	1	1	1	
WAY LINE					拍、大樓、大樓、大樓、大樓、大樓、大樓、大樓、大樓、大樓、大樓、大樓、大樓、大樓、		
			1. 能了解過量飲酒對個	1a-I-1 認識基本	Bb-I-2 吸菸與	觀察評量	【人權教育】
			人、家庭與社會的危害。	的健康常識。	飲酒的危害及	口頭評量	人 E7 認識生活中
			2. 在日常生活中,不嘗試		拒絕二手菸的	行為檢核	不公平、不合理、
			含酒精飲料。	對促進健康的立	方法。	態度評量	違反規則和健康
	壹、健康點點名	1		場。			受到傷害等經
	三. 我家拒菸酒						驗,並知道如何尋
							求救助的管道。
							【品德教育】
1 1.							品 E2 自尊尊人與
九 4/5							自愛愛人。
4/11			1. 能做到用足內側踢球。	2c-I-2 表現認真	Hb-I-1陣地攻	觀察評量	【品德教育】
7/11			2. 可以和他人合作練習	參與的學習態度。	守性球類運動	口頭評量	品 E3 溝通合作與
			踢球。	3c-I-1 表現基本	相關的簡易	行為檢核	和諧人際關係。
			3. 可以用腳底做出停球	動作與模仿的能	拍、拋、接、	態度評量	
	貳、運動好事多	2	動作。	力。	擲、傳、滾及		
	八. 踢球樂			4d-I-1 願意從事	踢、控、停之		
				規律身體活動。	手眼、手腳動		
					作協調、力量		
					及準確性控球		
					動作。		

0,013 Epine (#1)		-					
			1. 能發覺吸菸行為對健	la-I-l 認識基本	Bb-I-2 吸菸與	觀察評量	【人權教育】
			康所造成的影響。	的健康常識。	飲酒的危害及	口頭評量	人 E7 認識生活中
			2. 能於引導下,運用模擬	2a-I-1 發覺影響	拒絕二手菸的	行為檢核	不公平、不合理、
			情境角色扮演方式,向家	健康的生活態度	方法。	態度評量	違反規則和健康
	壹、健康點點名	1	人適切表達請勿吸菸的	與行為。			受到傷害等經
	三. 我家拒菸酒	1	態度。	3b-I-2 能於引導			驗,並知道如何尋
				下,表現簡易的人			求救助的管道。
				際溝通互動技能。			【品德教育】
							品 E2 自尊尊人與
+ 4/12							自愛愛人。
4/18			1. 可以他人合作進行踢	1d-I-1 描述動作	Hb-I-1陣地攻	觀察評量	【品德教育】
4/10			接球。	技能基本常識。	守性球類運動	口頭評量	品 E3 溝通合作與
		2	2. 可以於對牆踢接活動	3c-I-1 表現基本	相關的簡易	行為檢核	和諧人際關係。
			中展現出踢球停球的動	動作與模仿的能	拍、拋、接、	態度評量	
	貳、運動好事多 八. 踢球樂		作。	カ。	擲、傳、滾及		
			3. 能於足球遊戲中展現	4d-I-1 願意從事	踢、控、停之		
			踢擊動作。	規律身體活動。	手眼、手腳動		
			4. 能和他人合作進行活		作協調、力量		
			動。		及準確性控球		
					動作。		
			※能於引導下,運用模擬	3b-I-2 能於引導	Bb-I-2 吸菸與	觀察評量	【人權教育】
			情境角色扮演方式,練習	下,表現簡易的人	飲酒的危害及	口頭評量	人 E7 認識生活中
<u>+ -</u>			拒絕二手菸的技巧。	際溝通互動技能。	拒絕二手菸的	行為檢核	不公平、不合理、
+- 4/19	壹、健康點點名	1		4b-I-1 發表個人	方法。	態度評量	違反規則和健康
 4/25	三. 我家拒菸酒	1		對促進健康的立			受到傷害等經
4/ 43				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。
			1. 能隨著音樂拍打節奏。	1c-I-1 認識身體	Bc-I-1 各項暖	觀察評量	無
			2. 能靈活操作身體,做出	活動的基本動作。	身伸展動作。	口頭評量	
			各種肢體動作。	2c-I-2 表現認真	Ib-I-1 唱、跳	行為檢核	
	貳、運動好事多		3. 能隨著音樂節奏,完成	參與的學習態度。	與模仿性律動	態度評量	
	九. 我們都是好朋友	2	唱跳學習活動。	2d-I-1 專注觀賞	遊戲。		
	70. 我们和及xxxxx		4. 能靈活操作身體,做出	他人的動作表現。			
			各種身體動作。				
			5. 能專注觀摩與學習他				
			人動作表現。				
			※能繪製禁菸標誌,發表	3b-I-2 能於引導	Bb-I-2 吸菸與	觀察評量	【人權教育】
	壹、健康點點名 三. 我家拒菸酒		個人拒絕二手菸的立場。	下,表現簡易的人	飲酒的危害及	口頭評量	人 E7 認識生活中
		1		際溝通互動技能。	拒絕二手菸的	行為檢核	不公平、不合理、
				4b-I-1 發表個人	方法。	態度評量	違反規則和健康
				對促進健康的立			受到傷害等經
		1		場。			驗,並知道如何尋
							求救助的管道。
十二 4/26							【品德教育】
4/20							品 E2 自尊尊人與
5/2							自愛愛人。
			1. 能隨著音樂節奏,完成	1c-I-1 認識身體	Bc-I-1 各項暖	觀察評量	無
			唱跳學習活動。	活動的基本動作。	身伸展動作。	口頭評量	
	貳、運動好事多		2. 能靈活操作身體,做出	2c-I-2 表現認真	Ib-I-1唱、跳	行為檢核	
	九. 我們都是好朋友	2	各種身體動作。	參與的學習態度。	與模仿性律動	態度評量	
	70. 42 H J H J C A AA Z		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			

			口與人佔特羽江和	私 佐 岩 坳 , 占 田 丛			
			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	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	我調適技能。	相處的方式。	行為檢核	間合宜表達情感
			學。			態度評量	的能力。
			1. 能學會所教導的舞蹈	1c-I-1 認識身體	Bc-I-1 各項暖	觀察評量	無
			動作。	活動的基本動作。	 身伸展動作。	口頭評量	
			2. 利用活動開展肢體,並	2c-I-2 表現認真	 Ib-I-1唱、跳	 行為檢核	
十三 5/3			增進身體的協調性。	參與的學習態度。	 與模仿性律動	態度評量	
5/3			3. 能專注欣賞並學習他	2d-I-1 專注觀賞	遊戲。		
5/9			人優良動作表現。	他人的動作表現。			
	貳、運動好事多	2	4. 能與同學培養默契,通	3d-I-1 應用基本			
	九. 我們都是好朋友		力合作克服困難並完成	動作常識,處理練			
			到	習或遊戲問題。			
				4c-I-2 選擇適合			
			5. 能認真參與並與他人				
			合作完成動作表現。	個人的身體活動。			
			6. 能了解自己並選擇適				
			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】
			同學。	下,表現簡易的自	人及朋友和諧	口頭評量	性 E11 培養性別
十四	壹、健康點點名		2. 能運用社交技巧,知道	我調適技能。	相處的方式。	行為檢核	間合宜表達情感
5/10		1	增進人際關係的方法。	3b-I-2 能於引導		態度評量	的能力。
5/16	四. 愉快的聚會		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		Ga-I-1走、	觀察評量	無
			源進行戶外休閒運動。	活動的基本動作。	跑、跳與投擲	口頭評量	
			2. 能體會並分享追逐跑	2d-I-2 接受並體	遊戲。	行為檢核	
	貳、運動好事多	0	的樂趣。	驗多元性身體活		態度評量	
	十. 跑的遊戲	2	3. 能盡力完成快跑的活	動。			
			動。	4d-I-2 利用學校			
			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。			
			※能了解接待客人的注	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 四. 愉快的聚會	1	意事項。	下,表現簡易的自	人及朋友和諧	口頭評量	性 E11 培養性別
				我調適技能。	相處的方式。	行為檢核	間合宜表達情感
				3b-I-2 能於引導		態度評量	的能力。
				下,表現簡易的人			
十五				際溝通互動技能。			
5/17				3b-I-3 能於生活			
5/23				中嘗試運用生活			
				技能。			
			1. 能做出直線快跑動作。	2d-I-2 接受並體	Ga-I-1走、	觀察評量	無
	貳、運動好事多	2	2. 能學習並表現出運動	驗多元性身體活	跑、跳與投擲	口頭評量	
	十. 跑的遊戲	7	家精神。	動。	遊戲。	行為檢核	
						態度評量	
			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】
十六 5/24	壹、健康點點名		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
	四.愉快的聚會	1	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
5/30	一 加 八 4 7 4 日		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			

			少·	11-41-			
			注意事項,並分辨出別人	技能。			
			不接受的行為應如何改				
			進。				
			3. 能辨別好主人及好客				
			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。				
			1. 能遵守比賽規則。	2c-I-1 表現尊重	Ga-I-1走、	觀察評量	無
			2. 能和同學合作完成比	的團體互動行為。	跑、跳與投擲	口頭評量	
			賽。	2d-I-2 接受並體	遊戲。	行為檢核	
	ナーゆかいすり		3. 能認識並表現運動家	驗多元性身體活		態度評量	
	貳、運動好事多	2	精神。	動。			
	十. 跑的遊戲		4. 能在曲線快跑中做出	3d-I-1 應用基本			
			身體重心傾斜動作。	動作常識,處理練			
			5. 能在繞物快跑中做出	習或遊戲問題。			
			身體重心傾斜變換動作。				
			1. 能知道食品包裝完整	1a-I-1 認識基本	Eb-I-1健康安	觀察評量	【家庭教育】
			的重要性。	的健康常識。	全消費的原	口頭評量	家 E9 參與家庭消
			2. 能知道不建議購買散	2a-I-1 發覺影響	則。	行為檢核	費行動,澄清金錢
	壹、健康點點名		裝食品的原因。	健康的生;活態度		態度評量	與物品的價值。
十七	五. 食品安全我最行	1	3. 能認識安全購買罐頭	與行為。		10:50 / 1	
5/31			與玻璃罐食品的原則。	3a-I-1 能於引導			
6/6			4. 能了解製造日期及保	下,表現簡易的自			
			存期限的意涵	我調適技能。			
			1體驗並說出不同跑壘路	2c-I-1 表現尊重	Ga-I-1走、	觀察評量	無
	貳、運動好事多	2	線的差異。	20 1 1 Q 5 4 5 4 5 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6	跑、跳與投擲	一	////
	十. 跑的遊戲	۷	•		,		
			2. 練習中找出適合自己	2d-I-2 接受並體	遊戲。	行為檢核	

				1		1	1
			的跑壘路線。	驗多元性身體活		態度評量	
			3. 比賽中表現曲線繞彎	動。			
			跑壘技巧。	3d-I-1 應用基本			
			4. 和同學快樂的完成比	動作常識,處理練			
			賽,並遵守比賽規則。	習或遊戲問題。			
			5. 在比賽中表現運動家				
			精神。				
			1. 能認識安全購買鮮乳	1a-I-1 認識基本	Eb-I-1 健康安	觀察評量	【家庭教育】
			的原則。	的健康常識。	全消費的原	口頭評量	家 E9 參與家庭消
			2. 能了解有效日期及認	2a-I-1 發覺影響	則。	行為檢核	費行動,澄清金錢
	壹、健康點點名	1	識標章的意涵。	健康的生活態度		態度評量	與物品的價值。
	五. 食品安全我最行	1		與行為。			
				3a-I-1 能於引導			
				下,表現簡易的自			
L >				我調適技能。			
十八 6/7			1. 認識水域休閒運動的	2d-I-2 接受並體	Cc-I-1 水域休	觀察評量	【海洋教育】
6/13			種類。	驗多元性身體活	閒運動入門遊	口頭評量	海 E2 學會游泳技
0/10		2	2. 選擇安全並合適的戶	動。	戲。	行為檢核	巧,熟悉自救知
			外休閒活動。	3c-I-2 表現安全	Gb-I-1 游泳池	態度評量	能。
	貳、運動好事多	9	3. 能知道從事游泳時需	的身體活動行為。	安全與衛生常		【安全教育】
	十一. 浪花朵朵開	7	要的裝備。	4c-I-1 認識與身	識。		安 E4 探討日常生
			4. 認識游泳池安全設施	體活動相關資源。			活應該注意的安
			和規則。				全。
			5. 能了解進行游泳前暖				安 E7 探究運動基
			身的重要性。				本的保健。
十九	壹、健康點點名		1. 能知道食品標示的重	1a-I-1 認識基本	Eb-I-1健康安	觀察評量	【家庭教育】
6/14		1	要性。	的健康常識。	全消費的原	口頭評量	家 E9 參與家庭消
6/20	五. 食品安全我最行		2. 能檢視包裝食品的標	2a-I-1 發覺影響	則。	行為檢核	費行動,澄清金錢

			示和外觀。	健康的生活態度		態度評量	與物品的價值。
				與行為。			7, 14 pe 44 12 1E
				3a-I-1 能於引導			
				下,表現簡易的自			
				我調適技能。			
			1 初始夕石山内江和山		Ch I O 小中海	邮 安 环 旦	【治兴业右】
			1. 認識各項水中活動的	ld-I-1 描述動作	Gb-I-2水中遊	觀察評量	【海洋教育】
			動作技能。	技能基本常識。	戲、水中閉氣	口頭評量	海 E2 學會游泳技
			2. 做出水中行走的游泳	2d-I-2 接受並體	與韻律呼吸與	行為檢核	巧,熟悉自救知
	N		技巧。	驗多元性身體活	藉物漂浮。	態度評量	能。
	貳、運動好事多	2		動。			【安全教育】
	十一. 浪花朵朵開			3c-I-2 表現安全			安 E4 探討日常生
				的身體活動行為。			活應該注意的安
							全。
							安 E7 探究運動基
							本的保健。
			1. 能了解食品保存方式	2a-I-1 發覺影響	Ea-I-2 基本的	觀察評量	【家庭教育】
			對健康的重要性。	健康的生活態度	飲食習慣。	口頭評量	家 E9 參與家庭消
			2. 能認識不同的包裝食	與行為。	Eb-I-1健康安	行為檢核	費行動,澄清金錢
	士 /4 床 啊! 啊! 力		品的食用方式及注意事	3a-I-1 能於引導	全消費的原	態度評量	與物品的價值。
	壹、健康點點名	1	項。	下,表現簡易的自	則。		
二十 6/21	五. 食品安全我最行		3. 能實際做到安全選購	我調適技能。			
6/21 6/27			食品的原則。	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	1d-I-1 描述動作	Gb-I-2 水中遊	觀察評量	【海洋教育】
	貳、運動好事多 十一. 浪花朵朵開	0	吸與藉物漂浮的動作技	技能基本常識。	戲、水中閉氣	口頭評量	海 E2 學會游泳技
		2	能。	2d-I-2 接受並體	與韻律呼吸與	 行為檢核	巧,熟悉自救知
			2. 做出水中閉氣、韻律呼		藉物漂浮。	態度評量	能。
			1. 欧山小 初和 : 明件 丁		相物亦作"	心	NC -

		吸與藉物漂浮的動作技	動。		【安全教育】
		巧。	3c-I-2 表現安全		安 E4 探討日常生
			的身體活動行為。		活應該注意的安
					全。
					安 E7 探究運動基
					本的保健。
=+- 6/28 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。