

臺南市公立北區大港國民小學 115 學年度第一學期二年級健體領域學習課程計畫

(■普通班/□特教班)

教材版本	康軒版	實施年級 (班級/組別)	二年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(64)節		
課程目標	1.欣賞自己並關心家人。 2.學習保護眼、耳、鼻，養成良好衛生習慣。 3.愛護環境，學會運用健康資源。 4.滾球、拋球、擲球和踢球準確性控球。 2.玩飛盤和溯溪的入門遊戲。 3.繞物跑步和跳躍力練習。 4.在水裡玩遊戲。 5.用繩索練習出拳、閃躲和上繩平衡。 6.單腳、雙腳練跳繩。 7.模仿圓和球的造型，一起圍圓跳舞。						
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與健康的問題。 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。 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 8/31-9/04	第一單元喜歡自己 珍愛家人 第一課成長的變化	1	1.描述自己出生至今生長發育的變化。 2.發表對成長的感覺與對未來的自己的期待。	1a-I-1 認識基本的健康常識。	Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。	報告	【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。
第一週 8/31-9/04	第四單元球類遊戲 不思議	2	1.認識滾球、拋球、擲球的動作	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。	Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易	實作 報告	【人權教育】 人 E5 欣賞、包容個

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

	第一課控球小奇兵		要領。 2.與同伴合作，認真參與活動，並遵守活動規則。 3.專注觀賞並支持他人的運動表現。 4.安全的完成滾球控球活動。 5.透過團體討論處理遊戲問題。	2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。		別差異並尊重自己與他人的權利。
第二週 9/07-9/11	第一單元喜歡自己 珍愛家人 第二課欣賞自己	1	1.認識自己的特點。 2.願意悅納自己的特點，表現簡易的自我調適技能。	3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。	Fa-I-1 認識與喜歡自己的方法。	自我評量 實作	【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。
第二週 9/07-9/11	第四單元球類遊戲 不思議 第一課控球小奇兵	2	1.認識滾球、拋球、擲球的動作要領。 2.與同伴合作，認真參與活動，並遵守活動規則。 3.安全的完成拋球控球活動。 4.安全的完成擲球控球活動。 5.透過團體討論處理遊戲問題。	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。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	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、力量及準確性控球動作。	實作 報告	【人權教育】 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。
第三週 9/14-9/18	第一單元喜歡自己 珍愛家人 第二課欣賞自己	1	1.透過認識自己的優點，喜歡自己。	3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。	Fa-I-1 認識與喜歡自己的方法。	同儕互評	【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

第三週 9/14-9/18	第四單元球類遊戲不思議 第一課控球小奇兵	2	1.認識滾球、拋球、擲球的動作要領。 2.與同伴合作，認真參與活動，並遵守活動規則。 3.安全的完成拋球控球活動。 4.安全的完成擲球控球活動。 5.透過團體討論處理遊戲問題。	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。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	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、力量及準確性控球動作。	實作報告	【人權教育】 人E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。
第四週 9/21-9/25	第一單元喜歡自己珍愛家人 第三課關愛家人	1	1.願意以言語和行動表達對家人的關愛。 2.能與家人和諧相處。 3.願意主動分擔家事。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 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。	Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。 Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	口試 自我評量	【生涯規劃教育】 涯E7 培養良好的人際互動能力。
第四週 9/21-9/25	第四單元球類遊戲不思議 第一課控球小奇兵	2	1.與同伴合作，認真參與活動，並遵守活動規則。 2.安全的完成拋球控球活動。	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。 3c-I-2 表現安全的	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、力量及準確性控球動作。	實作報告 作業	【人權教育】 人E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。

			3.安全的完成擲球控球活動。 4.透過團體討論處理遊戲問題。 5.課後持續練習，增進體適能及拋球、擲球的熟練度。	身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。			
第五週 9/28-10/02	第一單元喜歡自己珍愛家人 第三課關愛家人	1	1.認識飲酒的危害。 2.願意以言語和行動表達對家人的關愛。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 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。	Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。 Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	口試 實作	【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
第五週 9/28-10/02	第四單元球類遊戲不思議 第二課玩球大作戰	2	1.認識傳球、接球的動作要領。 2.與同伴合作，認真參與活動，並遵守活動規則。 3.安全的完成傳球、接球準確性控球活動。 4.透過團體討論處	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動	Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、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。	實作 自我評量 報告	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			理遊戲問題。	作常識，處理練習或遊戲問題。			
第六週 10/05- 10/09	第一單元喜歡自己 珍愛家人 第三課關愛家人	1	1.認識二手菸的危害。 2.舉例說明生活中遇到二手菸危害時適用的生活技能。 3.嘗試運用拒絕技巧，遠離二手菸的危害。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 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。	Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。 Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	口試 實作	【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
第六週 10/05- 10/09	第四單元球類遊戲 不思議 第二課玩球大作戰	2	1.認識傳球、接球的動作要領。 2.與同伴合作，認真參與活動，並遵守活動規則。 3.安全的完成傳球、接球準確性控球活動。 4.透過團體討論處理遊戲問題。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、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。	實作 報告	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第七週 10/12- 10/16	第一單元喜歡自己 珍愛家人 第三課關愛家人	1	1 舉例說明生活中遇到二手菸危害時適用的生活技能。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適	Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。 Fa-I-2 與家人及朋	口試 實作 作業	【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。

			2.嘗試運用拒絕技巧，遠離二手菸的危害。	用的健康技能和 生活技能。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 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。	友和諧相處的方式。		
第七週 10/12- 10/16	第四單元球類遊戲不思議 第二課玩球大作戰	2	1.與同伴合作，認真參與活動，並遵守活動規則。 2.安全的完成傳球、接球準確性控球活動。 3.透過團體討論處理遊戲問題。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、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。	實作 報告	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第八週 10/19- 10/23	第二單元生活保健有一套 第一課眼耳鼻急救站	1	1.發覺可能造成眼睛傷害的行為。 2.舉例說明眼睛各種不舒服情況的急救方法。 3.嘗試練習眼睛各種不舒服情況的急救方法。	1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和 生活技能。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。	Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。	自我評量 實作	【安全教育】 安 E12 操作簡單的急救項目。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

第八週 10/19- 10/23	第四單元球類遊戲 第二課玩球大作戰	2	1.認識用腳控球、踢球、停球的動作要領。 2.與同伴合作，認真參與活動，並遵守活動規則。 3.安全的完成踢球、停球和用腳準確性控球活動。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、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。	實作 作業	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第九週 10/26- 10/30	第二單元生活保健 有一套 第一課眼耳鼻急救站	1	1.發覺可能造成耳朵傷害的行為。 2.舉例說明耳朵各種不舒服情況的急救方法。 3.嘗試練習耳朵各種不舒服情況的急救方法。	1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。	Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。	自我評量 實作	【安全教育】 安 E12 操作簡單的急救項目。
第九週 10/26- 10/30	第五單元跑跳親水樂 第一課休閒好自在	2	1.認識學校的運動空間。 2.利用學校運動空間從事身體活動。 3.認識反手投擲飛盤的動作要領。 4.表現反手投擲飛盤的動作技巧。	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。 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-2 利用學校或社區資源從事身	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 Cc-I-1 水域休閒運動入門遊戲。 Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。	報告 實作	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

				體活動。			
第十週 11/02- 11/06	第二單元生活保健有一套 第一課眼耳鼻急救站	1	1.發覺可能造成鼻子傷害的行為。 2.舉例說明鼻子各種不舒服情況的急救方法。 3.嘗試練習鼻子各種不舒服情況的急救方法。	1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。	Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。	自我評量 實作	【安全教育】 安 E12 操作簡單的急救項目。
第十週 11/02- 11/06	第五單元跑跳親水樂 第一課休閒好自在	2	1.體驗踩石過溪的溯溪遊戲。 2.表現踩石過溪的動作技巧與互助精神。	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。 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-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 Cc-I-1 水域休閒運動入門遊戲。 Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。	實作 報告 作業	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第十一週 11/09- 11/13	第二單元生活保健有一套 第二課照顧我的身體	1	1.舉例說明運動流汗後需要注意的衛生習慣。 2.運動流汗後會做到擦汗、更衣和補充水分。 3.養成運動流汗後擦汗、更衣和補充水分的習慣。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	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。	報告 自我評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

				2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 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。			
第十一週 11/09- 11/13	第五單元跑跳親水樂 第二課歡樂跑跳碰	2	1.認識不同的跑步、跳躍方式。 2.快樂參與活動並遵守遊戲規則。 3.表現繞物跑步及跑步取物的動作。	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。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	實作 自我評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第十二週 11/16- 11/20	第二單元生活保健有一套 第二課照顧我的身體	1	1.舉例說明正確的穿鞋習慣。 2.養成正確的穿鞋習慣。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 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。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	報告 自我評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

第十二週 11/16- 11/20	第五單元跑跳親水樂 第二課歡樂跑跳碰	2	1.認識不同的跑步、跳躍方式。 2.快樂參與活動並遵守遊戲規則。 3.表現各種跳躍方式及跑跳結合性動作。	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。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	實作報告	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第十三週 11/23- 11/27	第二單元生活保健有一套 第二課照顧我的身體	1	1.認識不憋尿的重要性。 2.發覺憋尿的原因並提出解決方法。 3.願意養成不憋尿的健康習慣。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 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。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	自我評量作業	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第十三週 11/23- 11/27	第五單元跑跳親水樂 第二課歡樂跑跳碰	2	1.快樂參與活動並遵守遊戲規則。 2.表現各種跳躍方式及跑跳結合性動作。 3.願意在課後持續練習跳躍遊戲。	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。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	實作報告 作業	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第十四週	第三單元健康的	1	1.發覺影響學校環	1a-I-1 認識基本的	Ca-I-1 生活中與健	報告	【環境教育】

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

11/30-12/04	生活環境 第一課學校環境與健康		境的生活態度與行為。	健康常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	康相關的環境。		環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。
第十四週 11/30-12/04	第五單元跑跳親水樂 第三課快樂水世界	2	1.認識泳池設備及正確使用方式。 2.了解泳池安全與衛生常識。 3.知道游泳前需暖身。 4.認真參與水中遊戲。	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。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Gb-I-1 游泳池安全與衛生常識。 Gb-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻律呼吸與藉物漂浮。	實作 口試	【海洋教育】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。
第十五週 12/07-12/11	第三單元健康的生活環境 第一課學校環境與健康	1	1.認識學校健康資源與健康相關活動。 2.願意使用學校健康資源和參與學校健康相關活動。	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。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 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。	報告 自我評量	【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。
第十五週 12/07-12/11	第五單元跑跳親水樂 第三課快樂水世界	2	1.認識水中閉氣的動作要領。 2.認真參與水中遊戲。 3.表現水中閉氣的動作技巧。	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。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的	Gb-I-1 游泳池安全與衛生常識。 Gb-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻律呼吸與藉物漂浮。	實作 口試 作業	【海洋教育】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

				身體活動行為。			
第十六週 12/14- 12/18	第三單元健康的生活環境 第一課學校環境與健康	1	1.接受健康的學校生活有關的生活規範。 2.養成健康的學校生活的習慣。	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。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 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。	報告 自我評量	【環境教育】 環 E17 養成日常生活節約用水、用電、物質的行為，減少資源的消耗。
第十六週 12/14- 12/18	第六單元全方位動動樂 第一課繩索小玩家	2	1.認識繩索暖身伸展、抓握繩支撐與懸垂的基本動作。 2.體驗繩索暖身伸展、抓握繩支撐與懸垂的多元性活動。 3.表現繩索暖身伸展、抓握繩支撐與懸垂的動作技巧。	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-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	實作 報告	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第十七週 12/21- 12/25	第三單元健康的生活環境 第二課社區環境與健康	1	1.說出整潔、髒亂的社區環境所帶來的感受。 2.發覺影響社區環境的生活態度與行為。 3.認識社區健康相關機構與資源。 4.願意使用社區健康資源促進健康。	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。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2b-I-1 接受健康的生活規範。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	報告	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			康。				
第十七週 12/21- 12/25	第六單元全方動 動樂 第一課繩索小玩 家	2	1.認識繩索暖身伸 展、抓握繩支撐 與懸垂的基本動 作。 2.體驗繩索暖身伸 展、抓握繩支撐 與懸垂的多元性 活動。 3.表現繩索暖身伸 展、抓握繩支撐 與懸垂的動作技 巧。	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-2 接受並體驗 多元性身體活 動。 3c-I-1 表現基本動 作與模仿的能 力。 4c-I-1 認識與身體 活動相關資源。	Bc-I-1 各項暖身伸 展動作。 Ia-I-1 滾翻、支撐、 平衡、懸垂遊戲。	實作 作業	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和 諧人際關係。
第十八週 12/28- 1/01	第三單元健康的 生活環境 第二課社區環境 與健康	1	1.發覺影響社區環 境的生活態度與 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。 2a-I-2 感受健康問 題對自己造成的 威脅性。 2b-I-1 接受健康的 生活規範。	Ca-I-1 生活中與健 康相關的環境。		【品德教育】 品 E1 良好生活習慣 與德行。
第十八週 12/28- 1/01	第六單元全方位 動動樂 第二課樹樁木頭 人	2	1.認識技擊進攻、 低身閃躲的基本 動作。 2.在遊戲中與同學 快樂互動、認真 學習。 3.體驗技擊進攻、 低身閃躲的多元 性活動。	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-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。	Bd-I-2 技擊模仿遊 戲。	實作 報告 作業	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和 諧人際關係。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			4.表現技擊進攻、低身閃躲的安全活動行為。				
第十九週 1/04-1/08	第三單元健康的生活環境 第二課社區環境與健康	1	1.認識社區健康相關機構與資源。	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。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2b-I-1 接受健康的生活規範。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	口試	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第十九週 1/04-1/08	第六單元全方位動動樂 第三課跳出活力	2	1.認識雙腳跳繩、單腳跳繩的方式。 2.專注觀賞同學的跳繩表演。 3.用不同腳步變化，表現雙腳跳繩。 4.用不同腳步變化，表現單腳跳繩。 5.選擇適合自己的跳繩活動，進行練習。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 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。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	實作報告作業	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第廿週 1/11-1/15	第三單元健康的生活環境 第二課社區環境與健康	1	1.認識社區健康相關機構與資源。 2.願意使用社區健康資源促進健康。	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。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	自我評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

				2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2b-I-1 接受健康的生活規範。			
第廿週 1/11-1/15	第六單元全方位動動樂 第四課圓來真有趣	2	1.認識球、圓的模仿動作。 2.專注觀賞同學的表演。 3.模仿球彈跳、轉動、滾動的動作。 4.模仿不同的圓造型。 5.表現順時針、逆時針的圓形移動路線。 6.合作做出圓形收攏與擴散的動作。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 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。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	實作 自我評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第廿一週 1/18-1/22	第三單元健康的生活環境 第二課社區環境與健康	1	1.認識社區健康相關機構與資源。 2.願意使用社區健康資源促進健康。	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。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2b-I-1 接受健康的生活規範。	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	自我評量 作業	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第廿一週 1/18-1/22	第六單元全方位動動樂	2	1.表現莎蒂希步、踏跳步、踵趾步	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	實作 報告	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

	第四課圓來真有趣		及拍身體的組合動作。 2.完成「圍圓來跳舞」舞序。 3.專注觀賞同學的表演。	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。		作業	諧人際關係。
--	----------	--	--	---	--	----	--------

臺南市公立北區大港國民小學 115 學年度第二學期二年級領域學習課程計畫

(■普通班/□特教班)

教材版本	康軒版	實施年級 (班級/組別)	二年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(64)節		
課程目標	1.學會用同理心為別人著想，真誠的與人交往。 2.認識六大類食物。 3.學會正確潔牙與護齒行動，以預防齲齒。 4.認識常見疾病，學會預防與自我照護。 5.認識班級體育活動。 6.認識跑壘與傳接球的規則。 7.徒手拍球過繩，擊中繩後目標。 8.玩爬、跳、跑、投的遊戲。 9.在水中玩遊戲，練習韻律呼吸與漂浮。 10.學習武術站立姿勢和劈掌動作。 11.用單槓和繩索練習平衡和懸垂。 12.合作齊跳繩。 13.創作水滴造型。 14.用彩帶舞出波浪。						
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與健康的問題。 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。 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-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		
第一週 2/08-2/12	第一單元當我們 同在一起 第一課將心比心	1	1.覺察影響人際相處的態度和行為。 2.分析影響人際相處的態度和行	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	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	報告 實作	【品德教育】 品 E6 同理分享。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			為。	人際溝通互動技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。			
第一週 2/08-2/12	第五單元球球大作戰 第一課班級體育活動樂	2	1.分享個人運動經驗，發表自己最喜歡的運動項目。 2.認識各項班級體育活動。 3.擬定班級體育計畫，選擇適合班級一起進行的運動項目，並確實執行。	4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	Cb-I-2 班級體育活動。	口試 實作 作業	【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。
第二週 2/15-2/19	第一單元當我們同在一起 第一課將心比心	1	1.運用同理心，推測對方可能的想法。 2.運用人際溝通技能，思考避免衝突的溝通方式。	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。	實作	【品德教育】 品 E6 同理分享。
第二週 2/15-2/19	第五單元球球大作戰 第二課你丟我接一起跑	2	1.在簡易運動場地練習跑壘。	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-1 表現尊重的團體互動行為。	Hd-I-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	實作	【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。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

				3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。			
第三週 2/22-2/26	第一單元當我們在一起 第一課將心比心	1	1.在生活情境中，演練同理心和人際溝通技能。	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。	實作	【品德教育】 品 E6 同理分享。
第三週 2/22-2/26	第五單元球球大作戰 第二課你丟我接一起跑	2	1.在簡易運動場地進行傳接。 2.在簡易運動場地進行跑壘和傳接的綜合型遊戲。 3.學習進行守備／跑分性球類運動時，依個人能力不同充分合作。	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-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。	Hd-I-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	實作	【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。
第四週 3/01-3/05	第一單元當我們在一起 第二課真心交朋友	1	1.運用問題解決的技巧，自省並修正個人不良人際互動的態度和行為。	2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 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。	實作 自我評量	【品德教育】 品 E6 同理分享。
第四週	第五單元球球大作戰	2	1.在簡易運動場地	1c-I-2 認識基本的	Hd-I-1 守備／跑分	實作	【人權教育】

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

3/01-3/05	作戰 第二課你丟我接 一起跑		進行跑壘和傳接 的綜合型遊戲。 2.學習進行守備／ 跑分性球類運動 時，依個人能力 不同充分合作。	運動常識。 1d-I-1 描述動作技 能基本常識。 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。	性球類運動相關的 簡易拋、接、擲、 傳之手眼動作協 調、力量及準確性 控球動作。	報告 作業	人 E3 了解每個人需 求的不同，並討論 與遵守團體的規 則。
第五週 3/08-3/12	第一單元當我們 同在一起 第二課真心交朋 友	1	1.了解維持良好人 際關係的方法。 2.於生活中嘗試運 用同理心和人際 溝通技能，維持 良好人際關係。 3.願意和朋友和諧 相處。	2b-I-2 願意養成個 人健康習慣。 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。	報告 實作 作業	【品德教育】 品 E6 同理分享。
第五週 3/08-3/12	第五單元球球大 作戰 第三課隔繩樂悠 遊	2	1.在持物擊氣球活 動中與同伴互相 合作。 2.徒手擊氣球，並 與同伴互相合作 維持球不落地。 3.嘗試以各種方式 讓球過繩。 4.表現正向的學習 態度、和諧的人 際互動。	2c-I-2 表現認真參 與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的 身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動 作常識，處理練 習或遊戲問題。	Ha-I-1 網／牆性球 類運動相關的簡 易拋、接、控、擊、 持拍及拍擲、傳、 滾之手眼動作協 調、力量及準確性 控球動作。	實作 報告	【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。
第六週 3/15-3/19	第二單元飲食行 動家 第一課飲食密碼	1	1.認識六大類食 物，並舉例說 明。	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	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	口試	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣 與德行。

				行為。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。	表現。		
第六週 3/15-3/19	第五單元球球大作戰 第三課隔繩樂悠遊	2	1.進行簡易擊中目標遊戲，嘗試擊中繩後目標。 2.表現正向的學習態度、和諧的人際互動。	2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	Ha-I-1 網／牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	實作 作業	【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。
第七週 3/22-3/26	第二單元飲食行動家 第一課飲食密碼	1	1.區分日常生活中的食物，屬於六大類食物中的哪一類。 2.養成每天均衡攝取六大類食物的習慣。	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-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。	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。	口試 實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第七週 3/22-3/26	第六單元跑跳戲水趣 第一課動手又動腳	2	1.認識攀岩運動，了解攀岩須全身充分協調並有良好的肌力。 2.描述參與休閒運動後的感受。 3.透過入門遊戲，展現並提升手腳協調、支撐與攀爬能力。 4.能遵守安全規範	1c-I-2 認識基本的運動常識。 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。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。	實作	【戶外教育】 戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。

			並積極參與活動，促進對戶外休閒運動的興趣。				
第八週 3/29-4/02	第二單元飲食行動家 第一課飲食密碼	1	1.區分日常生活中的食物，屬於六大類食物中的哪一類。 2.養成每天均衡攝取六大類食物的習慣。 3.養成每天吃早餐的觀念與習慣。	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-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。	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。	報告	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第八週 3/29-4/02	第六單元跑跳戲水趣 第一課動手又動腳	2	1.透過入門遊戲，展現並提升手腳協調、支撐與攀爬能力。 2.能遵守安全規範並積極參與活動，促進對戶外休閒運動的興趣。	1c-I-2 認識基本的運動常識。 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。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。	實作 作業	【戶外教育】 戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。
第九週 4/05-4/09	第二單元飲食行動家 第二課健康飲食習慣	1	1.覺察飲食過量對身體的影響。 2.能於引導下，於生活當中落實健康飲食習慣，實踐健康飲食原則。	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 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。	報告	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第九週	第六單元跑跳戲	2	1.了解併腿跳和跨	1d-I-1 描述動作技	Ga-I-1 走、跑、跳	實作	【品德教育】

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

4/05-4/09	水趣 第二課跑跳好樂活		跳的動作要領。 2.做出併腿跳和跨跳的動作。 3.積極參與學習活動並欣賞他人的表現。 4.覺察起跑時的姿勢對跑步的影響。 5.能掌握起跑的動作要領，順利完成遊戲任務。	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，處理練習或遊戲問題。	與投擲遊戲。		品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第十週 4/12-4/16	第二單元飲食行動家 第二課健康飲食習慣	1	1.能於引導下，於生活當中落實健康飲食習慣，實踐健康飲食原則。	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 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。	報告 自我評量 實作 作業	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第十週 4/12-4/16	第六單元跑跳戲水趣 第二課跑跳好樂活	2	1.覺察起跑時的姿勢對跑步的影響。 2.能掌握起跑的動作要領，順利完成遊戲任務。 3.能快速起跑並運用語文造句能力，完成遊戲任務。 4.能做出簡易的投擲動作並描述動	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，處理練習或遊戲問題。	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	實作 報告 作業	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			作技能。 5.能發現投擲不同物品時，身體動作與力量的改變。 6.掌握投擲動作要領，做出投擲各種物品的動作。 7.積極參與學習活動並欣賞他人的表現。				
第十一週 4/19-4/23	第三單元齙齒遠離我 第一課為什麼會齙齒	1	1.認識齙齒的症狀與原因。 2.覺察生活習慣對牙齒的影響。	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。	口試 自我評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第十一週 4/19-4/23	第六單元跑跳戲水趣 第三課我的水朋友	2	1.說出在陸地與水中的身體感受。 2.閉氣與同伴在水中進行遊戲。	1c-I-2 認識基本的運動常識。 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。	實作	【海洋教育】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。
第十二週 4/26-4/30	第三單元齙齒遠離我 第二課護齒好習慣	1	1.認識正確選購牙刷的方法。 2.能於引導下，運用作決定的步驟，正確選購牙刷。 3.認識正確選擇含氟牙膏和含氟漱口水的的方法。	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Eb-I-1 健康安全消費的原則。	口試 實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			4.認識含氟漱口水的使用方法和時機。	4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。			
第十二週 4/26-4/30	第六單元跑跳戲水趣 第三課我的水朋友	2	1.掌握韻律呼吸要領，與同伴在水中進行遊戲。	1c-I-2 認識基本的運動常識。 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。	實作	【海洋教育】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。
第十三週 5/03-5/07	第三單元齙齒遠離我 第二課護齒好習慣	1	1.嘗試練習正確的刷牙技巧。	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 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。	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Eb-I-1 健康安全消費的原則。	實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第十三週 5/03-5/07	第六單元跑跳戲水趣 第三課我的水朋友	2	1.在水中閉氣並藉物漂浮。 2.願意利用課餘時間前往泳池從事親水活動。	1c-I-2 認識基本的運動常識。 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。	實作 作業	【海洋教育】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。
第十四週	第三單元齙齒遠離我	1	1.能於引導下，養	1a-I-2 認識健康的	Da-I-1 日常生活中	口試	【品德教育】

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

5/10-5/14	離我 第二課護齒好習慣		成潔牙與護齒的習慣，並使用口腔預防保健服務。 2.能於引導下，運用自我健康管理的步驟，改變自己的護齒習慣。	生活習慣。 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 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。	的基本衛生習慣。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Eb-I-1 健康安全消費的原則。	實作 作業	品 E1 良好生活習慣與德行。
第十四週 5/10-5/14	第七單元跳吧！武吧！跳舞吧 第一課劈開英雄路	2	1.學會弓步劈掌和馬步劈掌。 2.與同伴友善互動並認真學習。	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。	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	自我評量 實作	【安全教育】 安 E9 學習相互尊重的精神。
第十五週 5/17-5/21	第四單元保健小學堂 第一課疾病不要來	1	1.認識登革熱的傳染途徑與症狀。 2.在生活中，採取適當的行動預防登革熱。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。	Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	口試 報告 實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第十五週 5/17-5/21	第七單元跳吧！武吧！跳舞吧 第一課劈開英雄路	2	1.學會獨立式和仆腿式站法。 2.與同伴友善互動並認真學習。	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。	Bd-I-1 武術模仿遊戲。	報告 實作 作業	【安全教育】 安 E9 學習相互尊重的精神。
第十六週 5/24-5/28	第四單元保健小學堂 第一課疾病不要來	1	1.認識腸病毒的傳染途徑與症狀。 2.能於引導下，操作腸病毒的預防	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適	Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	口試 實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

			方法。	用的健康技能和 生活技能。			
第十六週 5/24-5/28	第七單元跳吧！ 武吧！跳舞吧！ 第二課平衡好身 手	2	1.認識支撐、平衡 遊戲的基本動作 元素。 2.能於引導下，嘗 試練習支撐、平 衡遊戲動作並能 體驗多元性的身 體活動。 3.願意在遊戲中快 樂互動，認真學 習。	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。	Ia-I-1 滾翻、支撐、 平衡、懸垂遊戲。	實作	【安全教育】 安 E6 了解自己的身 體。
第十七週 5/31-6/04	第四單元保健小 學堂 第一課疾病不要 來	1	1.認識流行性結膜 炎的傳染途徑與 症狀。 2.能於引導下，操 作流行性結膜炎 的預防方法。	1a-I-1 認識基本的 健康常識。 1b-I-1 舉例說明健 康生活情境中適 用的健康技能和 生活技能。	Fb-I-2 兒童常見疾 病的預防與照顧方 法。	口試 實作	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣 與德行。
第十七週 5/31-6/04	第七單元跳吧！ 武吧！跳舞吧！ 第二課平衡好身 手	2	1.認識支撐、平衡 遊戲的基本動作 元素。 2.能於引導下，嘗 試練習支撐、平 衡遊戲動作並能 體驗多元性的身 體活動。 3.願意在遊戲中快 樂互動，認真學 習。	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。	Ia-I-1 滾翻、支撐、 平衡、懸垂遊戲。	實作 作業	【安全教育】 安 E6 了解自己的身 體。
第十八週 6/07-6/11	第四單元保健小 學堂	1	1.認識過敏性鼻 炎、過敏性結膜	1a-I-1 認識基本的 健康常識。	Bb-I-1 常見的藥物 使用方法與影響。	口試 報告	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

	第二課去去過敏走		炎、過敏性皮膚炎的症狀。 2.認識常見的過敏原。	3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。		與德行。
第十八週 6/07-6/11	第七單元跳吧！武吧！跳舞吧！ 第三課跳繩同樂	2	1.學會雙人跳繩的起跳時機。 2.練習雙人跳繩的動作技巧。 3.培養認真參與及互助合作的學習態度。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	實作作業	【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
第十九週 6/14-6/18	第四單元保健小學堂 第二課去去過敏走	1	1.認識過敏性鼻炎、過敏性結膜炎、過敏性皮膚炎的症狀。 2.認識常見的過敏原。 3.認識過敏症狀的照護方法。 4.在生活中實踐過敏症狀的照護方法。 5.學習鼻噴劑的正確使用方法。 6.學習眼藥水的正確使用方法。 7.學習皮膚藥膏的正確使用方法。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 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。 Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	報告	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第十九週 6/14-6/18	第七單元跳吧！武吧！跳舞吧！ 第四課水滴的旅行	2	1.說出水滴的形狀與特徵。 2.利用移動性動作，模仿水滴的	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	實作	【環境教育】 環 E8 認識天氣的溫度、雨量要素與覺察氣候的趨勢及極

			跳躍及流動。 3.做出不同的跳躍動作串聯組合。 4.做出群體中聚集與散開的動作。 5.表現認真參與的態度，並與同伴合作。 6.做出雲的形狀與造型變化。 7.模仿漩渦移動的特性。 8.做出不同高低水平的移動動作或造型。	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。			端氣候的現象。
第廿週 6/21-6/25	第四單元保健小學堂 第二課去去過敏走	1	1.學習鼻噴劑的正確使用方法。 2.學習眼藥水的正確使用方法。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 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。 Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	實作報告	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第廿週 6/21-6/25	第七單元跳吧！武吧！跳舞吧！ 第四課水滴的旅行	2	1.表現認真參與的態度，並與同伴合作。 2.做出不同高低水平的移動動作或造型。 3.認識不同波浪的造型。 4.利用彩帶揮舞出各種不同的波浪造型。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 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。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	自我評量 實作	【環境教育】 環 E8 認識天氣的溫度、雨量要素與覺察氣候的趨勢及極端氣候的現象。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

第廿一週 6/28-7/02	第四單元保健小學堂 第二課去去過敏走	1	1.學習皮膚藥膏的正確使用方法。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 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。 Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	實作 報告 作業	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。
第廿一週 6/28-7/02	第七單元跳吧！武吧！跳舞吧！ 第四課水滴的旅行	2	1.表現認真參與的態度，並與同伴合作。 2.做出不同高低水平的移動動作或造型。 3.認識不同波浪的造型。 4.利用彩帶揮舞出各種不同的波浪造型。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 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。	Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	自我評量 實作 作業	【環境教育】 環 E8 認識天氣的溫度、雨量要素與覺察氣候的趨勢及極端氣候的現象。