

# 彰化縣立 育民 國民小學 111 學年度第 一 學期 二 年級 健體 領域 / 科目課程 (部定課程)

5、各年級領域學習課程計畫(5-1 5-2 5-3 以一個檔上傳同一區域)

5-1 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃符合課程綱要規定，且能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。

5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、興趣和動機，提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。

5-3 議題融入(七大或 19 項)且內涵適合單元/主題內容

| 教材版本   | 南一版   | 實施年級<br>(班級/組別) | 二 | 教學節數 | 每週(3)節，本學期共(63)節 |
|--------|---|-----------------|---|------|------------------|
| 課程目標   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能分辨紅綠燈食物的差異。</li> <li>2. 能知道正確刷牙的方法和步驟，培養良好的衛生習慣。</li> <li>3. 能正確挑選適合自己的牙刷。</li> <li>4. 能知道與家人和諧相處的方法。</li> <li>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。</li> <li>6. 知道不同顏色的空品旗代表不同程度的空氣汙染。</li> <li>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。</li> <li>8. 能了解藥袋上的標示，如：服藥的時間、用法與用量。</li> <li>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。</li> <li>10. 能隨機應變表現出不同的肢體動作。</li> <li>11. 能做出單腳跳、雙腳跳及跨跳等跳躍動作。</li> <li>12. 完成各種在平衡木上的平衡動作。</li> <li>13. 能做出各項趣味競賽的基本動作。</li> <li>14. 可以順暢做到活動中相關球類技巧的動作。</li> <li>15. 能從武術及技擊遊戲中快樂學習，並對武術產生學習興趣。</li> </ol> |                 |   |      |                  |
| 領域核心素養 | <p>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。</p> <p>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。</p> <p>健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方師，因應日常生活情境。</p> <p>健體-E-B1 具備應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。</p>  |                 |   |      |                  |

|                |  |
|----------------|--|
|                | <p>健體-E-B3 具備運動與健康有關的創作和欣賞的基本素養，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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。</p>   |
| <p>融入之重大議題</p> | <p><b>【人權教育】</b><br/> 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。</p> <p><b>【生命教育】</b><br/> 生 E2 理解人的身體與心理面向。</p> <p><b>【安全教育】</b><br/> 安 E4 探討日常生活應注意的安全。<br/> 安 E5 了解日常生活危害安全的事件。<br/> 安 E14 知道通報緊急事件的方式。</p> <p><b>【防災教育】</b><br/> 防 E1 災害的種類包含洪水、颱風、土石流、乾旱……。<br/> 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。</p> <p><b>【性別平等教育】</b><br/> 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p> <p><b>【品德教育】</b><br/> 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p><b>【家庭教育】</b><br/> 家 E12 規畫個人與家庭生活作息。<br/> 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。</p> <p><b>【生涯規劃教育】</b><br/> 涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p> <p><b>【環境教育】</b><br/> 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。</p> |

## 課程架構

| 教學進度                      | 教學單元/主題名稱           | 節數 | 領域核心素養             | 學習重點   |  | 評量方式                         | 融入議題<br>內容重點                |
|---------------------------|---------------------|----|--------------------|--|--|------------------------------|-----------------------------|
|                           |                     |    |                    | 學習表現   | 學習內容                                       |                              |                             |
| 第 1 週<br>8/28<br> <br>9/3 | 壹、健康有一套<br>一. 健康做得到 | 1  | 健體-E-A1<br>健體-E-A2 | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>2a-I-2 感受健康問題對自己所造成的威脅性。   | Ea-I-2 基本的飲食習慣。<br>Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【生命教育】<br>生 E2 理解人的身體與心理面向。 |
|                           | 貳、運動樂趣多<br>六. 大家來唱跳 | 2  | 健體-E-A1<br>健體-E-C2 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。  | Bc-I-1 各項暖身伸展動作。<br>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。    | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 |                             |
| 第 2 週<br>9/4<br> <br>9/10 | 壹、健康有一套<br>一. 健康做得到 | 1  | 健體-E-A1<br>健體-E-A2 | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>2a-I-2 感受健康問題對自己所造成的威脅性。<br>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。<br>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 | Ea-I-2 基本的飲食習慣。<br>Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【生命教育】<br>生 E2 理解人的身體與心理面向。 |
|                           | 貳、運動樂趣多             | 2  | 健體-E-A1            | 1c-I-1 認識身體活   | Bc-I-1 各項暖身                                | 觀察評量                         |                             |

|                            |                       |   |                    |  |  |                              |                             |
|----------------------------|-----------------------|---|--------------------|--|--|------------------------------|-----------------------------|
|                            | 六. 大家來唱跳              |   | 健體-E-C2            | 動的基本動作。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。  | 伸展動作。<br>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。               | 口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量         |                             |
| 第 3 週<br>9/11<br> <br>9/17 | 壹、健康有一套<br>一. 健康做得到   | 1 | 健體-E-A1<br>健體-E-A2 | 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。<br>3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。<br>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。<br>4a-I-2 養成健康的生活習慣。 | Ea-I-2 基本的飲食習慣。<br>Fb-I-1 個人對健康的覺察與行為表現。   | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【生命教育】<br>生 E2 理解人的身體與心理面向。 |
|                            | 貳、運動樂趣多<br>六. 大家來唱跳   | 2 | 健體-E-A1<br>健體-E-C2 | 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。<br>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。              | Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。                        | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 |                             |
| 第 4 週<br>9/18<br> <br>9/24 | 壹、健康有一套<br>二. 愛護牙齒有一套 | 1 | 健體-E-A1            | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>1a-I-2 認識健康的生活習慣。   | Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。<br>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【生命教育】<br>生 E2 理解人的身體與心理面向。 |

|                            |                       |   |         |   |  |                              |                             |
|----------------------------|-----------------------|---|---------|---|--|------------------------------|-----------------------------|
|                            |                       |   |         |   | 重要性。   |                              |                             |
|                            | 貳、運動樂趣多<br>七、跑跳遊戲     | 2 | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。<br>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。                 | Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。                             | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 |                             |
| 第 5 週<br>9/25<br> <br>10/1 | 壹、健康有一套<br>二. 愛護牙齒有一套 | 1 | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>1a-I-2 認識健康的生活習慣。  | Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。<br>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【生命教育】<br>生 E2 理解人的身體與心理面向。 |
|                            | 貳、運動樂趣多<br>七、跑跳遊戲     | 2 | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。                                    | Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。                             | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 |                             |
| 第 6 週<br>10/2<br> <br>10/8 | 壹、健康有一套<br>二. 愛護牙齒有一套 | 1 | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>1a-I-2 認識健康的生活習慣。<br>2b-I-2 願意養成個人健康習慣。<br>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。<br>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【生命教育】<br>生 E2 理解人的身體與心理面向。 |
|                            | 貳、運動樂趣多<br>七、跑跳遊戲     | 2 | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。   | Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。                             | 觀察評量<br>口頭評量                 |                             |

|                              |                               |   |         |  |  |                              |                              |
|------------------------------|-------------------------------|---|---------|--|--|------------------------------|------------------------------|
|                              |                               |   |         | 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。<br>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。   |  | 行為檢核<br>態度評量                 |                              |
| 第 7 週<br>10/9<br> <br>10/15  | 壹、健康有一套<br>二. 愛護牙齒有一套         | 1 | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>1a-I-2 認識健康的生活習慣。<br>2b-I-2 願意養成個人健康習慣。<br>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。<br>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。                     | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【生命教育】<br>生 E2 理解人的身體與心理面向。  |
|                              | 貳、運動樂趣多<br>七、跑跳遊戲、八. 我們都是平衡高手 | 2 | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>1c-I-2 認識基本的運動常識。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。<br>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。<br>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。<br>Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應注意的安全。 |
| 第 8 週<br>10/16<br> <br>10/22 | 壹、健康有一套<br>二. 愛護牙齒有一套         | 1 | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>1a-I-2 認識健康的生活習慣。<br>2b-I-2 願意養成個人健康習慣。                                   | Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。<br>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。                     | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【生命教育】<br>生 E2 理解人的身體與心理面向。  |

|                              |                        |   |         |  |  |                              |   |
|------------------------------|------------------------|---|---------|--|--|------------------------------|---|
|                              |                        |   |         | 4a-I-2 養成健康的生活習慣。  |  |                              |   |
|                              | 貳、運動樂趣多<br>八. 我們都是平衡高手 | 2 | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>1c-I-2 認識基本的運動常識。<br>1d-I-1 描述動作技能基本常識。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。<br>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。<br>Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應注意的安全。  |
| 第 9 週<br>10/23<br> <br>10/29 | 壹、健康有一套<br>三. 我愛家人     | 1 | 健體-E-B1 | 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。<br>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。                        | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【性別平等教育】<br>性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。<br>【家庭教育】<br>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。 |
|                              | 貳、運動樂趣多<br>八. 我們都是平衡高手 | 2 | 健體-E-A1 | 1d-I-1 描述動作技能基本常識。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>3c-I-1 表現基本動  | Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。                        | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應注意的安全。  |

|                              |                       |   |         |   |  |                              |   |
|------------------------------|-----------------------|---|---------|---|--|------------------------------|---|
|                              |                       |   |         | 作與模仿的能力。  |  |                              |   |
| 第 10 週<br>10/30<br> <br>11/5 | 壹、健康有一套<br>三.我愛家人     | 1 | 健體-E-B1 | 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。<br>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。  | Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。                              | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【性別平等教育】<br>性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。<br>【家庭教育】<br>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。 |
|                              | 貳、運動樂趣多<br>八.我們都是平衡高手 | 2 | 健體-E-A1 | 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。<br>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。<br>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 | Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。<br>Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應注意的安全。  |
| 第 11 週<br>11/6<br> <br>11/12 | 壹、健康有一套<br>三.我愛家人     | 1 | 健體-E-B1 | 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。<br>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。                              | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【性別平等教育】<br>性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。<br>【家庭教育】<br>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。 |



|                               |                       |   |                    |  |                                     |                              |  |
|-------------------------------|-----------------------|---|--------------------|--|-------------------------------------|------------------------------|--|
|                               | 貳、運動樂趣多<br>九. 社區運動樂   | 2 | 健體-E-C1<br>健體-E-C2 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。<br>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。 | Ab-I-1 體適能遊戲。<br>Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【家庭教育】<br>家E12 規畫個人與家庭生活作息。<br>【品德教育】<br>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。                   |
| 第 12 週<br>11/13<br> <br>11/19 | 壹、健康有一套<br>三. 我愛家人    | 1 | 健體-E-B1            | 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。               | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【性別平等教育】<br>性E11 培養性別間合宜表達情感的能力。<br>【家庭教育】<br>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。 |
|                               | 貳、運動樂趣多<br>九. 社區運動樂   | 2 | 健體-E-C1<br>健體-E-C2 | 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。<br>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。<br>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。 | Ab-I-1 體適能遊戲。<br>Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【家庭教育】<br>家E12 規畫個人與家庭生活作息。<br>【品德教育】<br>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。                   |
| 第 13 週<br>11/20<br> <br>11/26 | 壹、健康有一套<br>四. 空氣汙染大作戰 | 1 | 健體-E-A1<br>健體-E-A3 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  | Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。                 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【環境教育】<br>環E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了  |

|  |                               |   |                            |   |   |  |  |
|--|-------------------------------|---|----------------------------|---|---|--|--|
|  |                               |   |                            |   |   |  | <p>解，並能避免災害的發生。</p> <p><b>【安全教育】</b><br/>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。<br/>安 E5 了解日常生活危害安全的事件。</p> <p><b>【防災教育】</b><br/>防 E1 災害的種類包含洪水、颱風、土石流、乾旱……。<br/>防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。</p> |
|  | <p>貳、運動樂趣多<br/>九. 社區運動樂</p>   | 2 | <p>健體-E-C1<br/>健體-E-C2</p> | <p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。<br/>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。<br/>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。<br/>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p> | <p>Ab-I-1 體適能遊戲。<br/>Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。</p> | <p>觀察評量<br/>口頭評量<br/>行為檢核<br/>態度評量</p> | <p><b>【家庭教育】</b><br/>家 E12 規畫個人與家庭生活作息。<br/><b>【品德教育】</b><br/>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>  |
| <p>第 14 週<br/>11/27<br/> <br/>12/3</p> | <p>壹、健康有一套<br/>四. 空氣汙染大作戰</p> | 1 | <p>健體-E-A1<br/>健體-E-A3</p> | <p>1a-I-1 認識基本的健康常識。<br/>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p>   | <p>Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。</p>                  | <p>觀察評量<br/>口頭評量<br/>行為檢核<br/>態度評量</p> | <p><b>【環境教育】</b><br/>環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的</p>   |

|                              |                       |   |                    |   |   |                              |  |
|------------------------------|-----------------------|---|--------------------|---|---|------------------------------|--|
|                              |                       |   |                    | 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。   |   |                              | 發生。<br>【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。<br>安 E5 了解日常生活危害安全的事件。<br>【防災教育】<br>防 E1 災害的種類包含洪水、颱風、土石流、乾旱……。<br>防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。 |
|                              | 貳、運動樂趣多<br>十. 玩球樂趣多   | 2 | 健體-E-C2            | 1d-I-1 描述動作技能基本常識。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。<br>4d-I-1 願意從事規律身體活動。 | Hb-I-1 陣地攻守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。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【品德教育】<br>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。  |
| 第 15 週<br>12/4<br> <br>12/10 | 壹、健康有一套<br>四. 空氣汙染大作戰 | 1 | 健體-E-A1<br>健體-E-A3 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。   | Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。   | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【環境教育】<br>環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。<br>【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活  |

|  |                                  |   |                               |  |  |   |   |
|--|----------------------------------|---|-------------------------------|--|--|---|---|
|  |                                  |   |                               |  |  |   | <p>應該注意的安全。</p> <p>安 E5 了解日常生活危害安全的事件。</p> <p><b>【防災教育】</b></p> <p>防 E1 災害的種類包含洪水、颱風、土石流、乾旱……。</p> <p>防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。</p>          |
|  | <p>貳、運動樂趣多</p> <p>十. 玩球樂趣多</p>   | 2 | <p>健體-E-C2</p>                | <p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。</p> | <p>Hb-I-1 陣地攻守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。</p> | <p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p> | <p><b>【品德教育】</b></p> <p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>   |
| <p>第 16 週</p> <p>12/11</p> <p> </p> <p>12/17</p> | <p>壹、健康有一套</p> <p>四. 空氣汙染大作戰</p> | 1 | <p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-A3</p> | <p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>  | <p>Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。</p>   | <p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p> | <p><b>【環境教育】</b></p> <p>環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。</p> <p><b>【安全教育】</b></p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>安 E5 了解日常生活</p> |

|  |                                 |   |         |  |   |   |  |
|--|---------------------------------|---|---------|--|---|---|--|
|  |                                 |   |         |  |   |   | <p>危害安全的事件。</p> <p><b>【防災教育】</b></p> <p>防 E1 災害的種類包含洪水、颱風、土石流、乾旱……。</p> <p>防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。</p>  |
|  | <p>貳、運動樂趣多</p> <p>十. 玩球樂趣多</p>  | 2 | 健體-E-C2 | <p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。</p> <p>4d-I-1 願意從事規律身體活動。</p> | Hb-I-1 陣地攻守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。 | <p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p> | <p><b>【品德教育】</b></p> <p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>  |
| <p>第 17 週</p> <p>12/18</p> <p> </p> <p>12/24</p> | <p>壹、健康有一套</p> <p>五. 正確使用藥物</p> | 1 | 健體-E-A2 | <p>1a-I-1 認識基本的健康常識。</p> <p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。</p>   | Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。  | <p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p> | <p><b>【安全教育】</b></p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>安 E5 了解日常生活危害安全的事件。</p> <p>安 E14 知道通報緊急事件的方式。</p> |
|  | <p>貳、運動樂趣多</p> <p>十. 玩球樂趣多</p>  | 2 | 健體-E-C2 | <p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3d-I-1 應用基本動</p>   | 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                      | <p>觀察評量</p> <p>口頭評量</p> <p>行為檢核</p> <p>態度評量</p> | <p><b>【品德教育】</b></p> <p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p>  |

|                               |                      |   |                    |   |                                  |                              |  |
|-------------------------------|----------------------|---|--------------------|---|----------------------------------|------------------------------|--|
|                               |                      |   |                    | 作常識，處理或練習遊戲問題。  | 量及準確性控球動作。                       |                              |  |
| 第 18 週<br>12/25<br> <br>12/31 | 壹、健康有一套<br>五. 正確使用藥物 | 1 | 健體-E-A2            | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。                | Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。             | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。<br>安 E5 了解日常生活危害安全的事件。<br>安 E14 知道通報緊急事件的方式。 |
|                               | 貳、運動樂趣多<br>十一. 功夫小子  | 2 | 健體-E-B3<br>健體-E-C3 | 1d-I-1 描述動作技能基本常識。<br>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 | Bd-I-1 武術模仿遊戲。                   | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【人權教育】<br>人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。<br>【生涯規劃教育】<br>涯 E7 培養良好的人際互動能力。    |
| 第 19 週<br>1/1<br> <br>1/7     | 壹、健康有一套<br>五. 正確使用藥物 | 1 | 健體-E-A2            | 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。<br>4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。      | Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。             | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。<br>安 E5 了解日常生活危害安全的事件。<br>安 E14 知道通報緊急事件的方式。 |
|                               | 貳、運動樂趣多<br>十一. 功夫小子  | 2 | 健體-E-B3<br>健體-E-C3 | 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。<br>3d-I-1 應用基本動       | Bd-I-1 武術模仿遊戲。<br>Bd-I-2 技擊模仿遊戲。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【人權教育】<br>人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。<br>【生涯規劃教育】                         |

|                             |                      |   |                    |   |                      |                              |  |
|-----------------------------|----------------------|---|--------------------|---|----------------------|------------------------------|--|
|                             |                      |   |                    | 作常識，處理或練習遊戲問題。<br>4d-I-1 願意從事規律身體活動。                  |                      |                              | 涯 E7 培養良好的人際互動能力。  |
| 第 20 週<br>1/8<br> <br>1/14  | 壹、健康有一套<br>五. 正確使用藥物 | 1 | 健體-E-A2            | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>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。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。<br>安 E5 了解日常生活危害安全的事件。<br>安 E14 知道通報緊急事件的方式。 |
|                             | 貳、運動樂趣多<br>十一. 功夫小子  | 2 | 健體-E-B3<br>健體-E-C3 | 3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。<br>4d-I-1 願意從事規律身體活動。      | Bd-I-2 技擊模仿遊戲。       | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【人權教育】<br>人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。<br>【生涯規劃教育】<br>涯 E7 培養良好的人際互動能力。    |
| 第 21 週<br>1/15<br> <br>1/20 | 壹、健康有一套<br>五. 正確使用藥物 | 1 | 健體-E-A2            | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>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。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。<br>安 E5 了解日常生活危害安全的事件。<br>安 E14 知道通報緊急事件的方式。 |

|  |                     |   |                    |  |                |                              |   |
|--|---------------------|---|--------------------|--|----------------|------------------------------|---|
|  | 貳、運動樂趣多<br>十一. 功夫小子 | 2 | 健體-E-B3<br>健體-E-C3 | 3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。<br>4d-I-1 願意從事規律身體活動。 | Bd-I-2 技擊模仿遊戲。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | <b>【人權教育】</b><br>人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。<br><b>【生涯規劃教育】</b><br>涯 E7 培養良好的人際互動能力。 |
|--|---------------------|---|--------------------|--|----------------|------------------------------|---|



# 彰化縣立 育民 國民小學 111 學年度第 二 學期 二 年級 健體 領域 / 科目 課程 (部定課程)

5、各年級領域學習課程計畫(5-1 5-2 5-3 以一個檔上傳同一區域)

5-1 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃符合課程綱要規定，且能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。

5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、興趣和動機，提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。

5-3 議題融入(七大或 19 項)且內涵適合單元/主題內容

| 教材版本 | 南一版   | 實施年級<br>(班級/組別) | 二 | 教學節數 | 每週(3)節，本學期共(60)節 |
|------|---|-----------------|---|------|------------------|
| 課程目標 | <ol style="list-style-type: none"> <li>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，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，</li> <li>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。</li> <li>3. 了解自己與他人的異同，並進一步深入了解自己、欣賞自己也欣賞同學。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>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合作踢擊，並發揮創意，創造不同踢擊動作。</li> <li>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，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。</li> <li>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；認識二手菸和二手菸的定義與危害，進而感受到二手菸和二手菸對人體健康與生活品質的影響，覺察拒吸二手菸和二手菸的重要性，適切向親友表達拒絕二手菸和二手菸，且運用創作拒吸二手菸的標示，支持無菸環境。</li> <li>9. 能靈活操作身體，做出各種肢體動作，專注欣賞並學習他人動作表現。在活動中，能隨著音樂的節奏，完成唱跳學習活動。</li> <li>10. 能與同學合作完成動作和遊戲，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，增進身體的協調性。</li> </ol> |                 |   |      |                  |

|                |  |
|----------------|--|
|                | <p>11. 知道流感不同於感冒，知道流感的傳染方式、流感快篩的目的與預防流感感染的方法，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。</p> <p>12. 能遵守遊戲規則，並和同學合作完成遊戲。</p> <p>13. 能盡力完成快跑活動，做出直線快跑動作、完成直線來回與左右方向變換的折返跑動作，且在遊戲中完成左右曲折及繞物快跑的動作，並體會跑步的樂趣。</p> <p>14. 知道如何分辨且能具體描述如何選擇新鮮食物的方法；知道如何挑選且能具體描述正確選購包裝食品與散裝食品的方法。</p> <p>15. 了解游泳池的硬體設備、安全設施、注意事項與衛生守則，並能遵守游泳池的規則；認識游泳前暖身運動的重要性與正確做出暖身操，學會在水中行走、水中閉氣、漂浮等游泳基礎技能。</p>   |
| <p>領域核心素養</p>  | <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> |
| <p>融入之重大議題</p> | <p><b>【安全教育】</b></p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> <p>安 E7 探究運動基本的保健。</p> <p><b>【性別平等教育】</b></p> <p>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。</p> <p>性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。</p> <p><b>【品德教育】</b></p> <p>品 E1 良好生活習慣與德行。</p> <p>品 E2 自尊尊人與自愛愛人。</p> <p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 E7 知行合一。</p> <p><b>【家庭教育】</b></p> <p>家 E9 參與家庭消費行動，澄清金錢與物品的價值。</p>   |

家 E12 規畫個人與家庭的生活作息。

**【海洋教育】**

海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。

**【生涯規劃教育】**

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。

課程架構

| 教學進度                       | 教學進度                  | 節數 | 領域核心素養  | 學習重點  |  | 評量方式                         | 融入議題內容重點   |
|----------------------------|-----------------------|----|---------|---|--|------------------------------|--|
|                            |                       |    |         | 學習表現  | 學習內容   |                              |  |
| 第 1 週<br>2/12<br> <br>2/18 | 壹、健康點點名<br>一. 歡樂成長派   | 1  | 健體-E-A1 | 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。                          | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | <b>【性別平等教育】</b><br>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。<br><b>【生涯規劃教育】</b><br>涯 E4 認識自己的特質與興趣。<br>涯 E9 認識不同類型工作/教育】環境。 |
|                            | 貳、運動好事多<br>六. 單槓遊戲真好玩 | 2  | 健體-E-A1 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>1c-I-2 認識基本的運動常識。<br>1d-I-1 描述動作技能基本常識。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 | Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。<br>Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | <b>【安全教育】</b><br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。   |
| 第 2 週<br>2/19<br> <br>2/25 | 壹、健康點點名<br>一. 歡樂成長派   | 1  | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>2a-I-1 發覺影響健康的   | Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。                          | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核         | <b>【性別平等教育】</b><br>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   |

|                           |                       |   |         |   |  |                              |  |
|---------------------------|-----------------------|---|---------|---|--|------------------------------|--|
|                           |                       |   |         | 生活態度與行為。  |  | 態度評量                         | 別的限制。<br>【生涯規劃教育】<br>涯 E4 認識自己的特質與興趣。<br>涯 E9 認識不同類型工作/教育】環境。  |
|                           | 貳、運動好事多<br>六. 單槓遊戲真好玩 | 2 | 健體-E-A1 | 1d-I-1 描述動作技能基本常識。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 | Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。<br>Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。  |
| 第 3 週<br>2/26<br> <br>3/4 | 壹、健康點點名<br>一. 歡樂成長派   | 1 | 健體-E-A1 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>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。<br>Db-I-1 日常生活中的性別角色。    | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【性別平等教育】<br>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。<br>【生涯規劃教育】<br>涯 E4 認識自己的特質與興趣。<br>涯 E9 認識不同類型工作/教育】環境。 |
|                           | 貳、運動好事多<br>六. 單槓遊戲真好玩 | 2 | 健體-E-A1 | 1d-I-1 描述動作技能基本常識。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 | Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。<br>Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。  |
| 第 4 週<br>3/5<br> <br>3/11 | 壹、健康點點名<br>一. 歡樂成長派   | 1 | 健體-E-A1 | 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。  | Db-I-1 日常生活中的性別角色。                           | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【性別平等教育】<br>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。<br>【生涯規劃教育】   |

|                            |                       |   |                    |  |   |                              |  |
|----------------------------|-----------------------|---|--------------------|--|---|------------------------------|--|
|                            |                       |   |                    |  |   |                              | 涯 E4 認識自己的特質與興趣。<br>涯 E9 認識不同類型工作/教育】環境。                   |
|                            | 貳、運動好事多<br>七. 休閒運動快樂行 | 2 | 健體-E-A1<br>健體-E-A3 | 1d-I-1 描述動作技能基本常識。<br>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。<br>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。<br>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。 | Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。<br>Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。<br>Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【家庭教育】<br>家 E12 規畫個人與家庭的生活作息。<br>【安全教育】<br>安 E7 探究運動基本的保健。 |
| 第 5 週<br>3/12<br> <br>3/18 | 壹、健康點點名<br>二. 流感小尖兵   | 1 | 健體-E-A1<br>健體-E-C1 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。  | Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。  | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【品德教育】<br>品 E1 良好生活習慣與德行。<br>品 E7 知行合一。                    |
|                            | 貳、運動好事多<br>七. 休閒運動快樂行 | 2 | 健體-E-A1<br>健體-E-A3 | 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。<br>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。<br>4d-I-1 願意從事規律身體活動。                            | Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。<br>Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。                       | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【家庭教育】<br>家 E12 規畫個人與家庭的生活作息。<br>【安全教育】<br>安 E7 探究運動基本的保健。 |
| 第 6 週<br>3/19<br> <br>3/25 | 壹、健康點點名<br>二. 流感小尖兵   | 1 | 健體-E-A1<br>健體-E-C1 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>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。<br>Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。                        | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【品德教育】<br>品 E1 良好生活習慣與德行。<br>品 E7 知行合一。                    |
|                            | 貳、運動好事多               | 2 | 健體-E-A1            | 3b-I-3 能於生活中嘗試   | Cb-I-1 運動安全常識、  | 觀察評量                         | 【家庭教育】   |

|                           |                     |   |                    |   |  |                              |  |
|---------------------------|---------------------|---|--------------------|---|--|------------------------------|--|
|                           | 七. 休閒運動快樂行          |   | 健體-E-A3            | 運用生活技能。<br>4d-I-1 願意從事規律身體活動。   | 運動對身體健康的益處。<br>Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。                            | 口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量         | 家 E12 規畫個人與家庭的生活作息。<br>【安全教育】<br>安 E7 探究運動基本的保健。 |
| 第 7 週<br>3/26<br> <br>4/1 | 壹、健康點點名<br>二. 流感小尖兵 | 1 | 健體-E-A1<br>健體-E-C1 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>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。<br>Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。               | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【品德教育】<br>品 E1 良好生活習慣與德行。<br>品 E7 知行合一。          |
|                           | 貳、運動好事多<br>八. 踢球樂   | 2 | 健體-E-A2            | 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。   | 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。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【品德教育】<br>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。                      |
| 第 8 週<br>4/2<br> <br>4/8  | 壹、健康點點名<br>二. 流感小尖兵 | 1 | 健體-E-A1<br>健體-E-C1 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>2b-I-1 接受健康的生活規範。<br>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。<br>4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。 | Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。<br>Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。            | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【品德教育】<br>品 E1 良好生活習慣與德行。<br>品 E7 知行合一。          |
|                           | 貳、運動好事多<br>八. 踢球樂   | 2 | 健體-E-A2            | 1c-I-2 認識基本的運動常識。<br>2c-I-2 表現認真參與的   | Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。                                    | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核         | 【品德教育】<br>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。                      |

|                             |                     |   |                    |  |  |                              |   |
|-----------------------------|---------------------|---|--------------------|--|--|------------------------------|---|
|                             |                     |   |                    | 學習態度。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。  | 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。 | 態度評量                         |   |
| 第 9 週<br>4/9<br> <br>4/15   | 壹、健康點點名<br>三. 我家拒菸酒 | 1 | 健體-E-A2<br>健體-E-B1 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。                                  | Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。                                    | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【人權教育】<br>人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。<br>【品德教育】<br>品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 |
|                             | 貳、運動好事多<br>八. 踢球樂   | 2 | 健體-E-A2            | 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。<br>4d-I-1 願意從事規律身體活動。          | 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。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【品德教育】<br>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。   |
| 第 10 週<br>4/16<br> <br>4/22 | 壹、健康點點名<br>三. 我家拒菸酒 | 1 | 健體-E-A2<br>健體-E-B1 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 | Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。                                    | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【人權教育】<br>人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。<br>【品德教育】<br>品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 |
|                             | 貳、運動好事多<br>八. 踢球樂   | 2 | 健體-E-A2            | 1d-I-1 描述動作技能基本常識。<br>3c-I-1 表現基本動作與                                       | Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及                            | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核         | 【品德教育】<br>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。   |

|                             |                       |   |                    |   |   |                              |   |
|-----------------------------|-----------------------|---|--------------------|---|---|------------------------------|---|
|                             |                       |   |                    | 模仿的能力。<br>4d-I-1 願意從事規律身體活動。  | 踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。             | 態度評量                         |   |
| 第 11 週<br>4/23<br> <br>4/29 | 壹、健康點點名<br>三. 我家拒菸酒   | 1 | 健體-E-A2<br>健體-E-B1 | 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。<br>4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。                                 | Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。               | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【人權教育】<br>人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。<br><br>【品德教育】<br>品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 |
|                             | 貳、運動好事多<br>九. 我們都是好朋友 | 2 | 健體-E-B3<br>健體-E-C2 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。                   | Bc-I-1 各項暖身伸展動作。<br>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 無   |
| 第 12 週<br>4/30<br> <br>5/6  | 壹、健康點點名<br>三. 我家拒菸酒   | 1 | 健體-E-A2<br>健體-E-B1 | 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。<br>4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。                                 | Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。               | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【人權教育】<br>人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。<br><br>【品德教育】<br>品 E2 自尊尊人與自愛愛人。 |
|                             | 貳、運動好事多<br>九. 我們都是好朋友 | 2 | 健體-E-B3<br>健體-E-C2 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。<br>3d-I-1 應用基本動作常 | Bc-I-1 各項暖身伸展動作。<br>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 無   |



|                             |                      |   |                    |  |   |                              |                                   |
|-----------------------------|----------------------|---|--------------------|--|---|------------------------------|-----------------------------------|
|                             |                      |   |                    | 識，處理練習或遊戲問題。   |   |                              |                                   |
| 第 13 週<br>5/7<br> <br>5/13  | 壹、健康點點名<br>四.愉快的聚會   | 1 | 健體-E-C2            | 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。  | Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。                   | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【性別平等教育】<br>性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 |
|                             | 貳、運動好事多<br>九.我們都是好朋友 | 2 | 健體-E-B3<br>健體-E-C2 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。<br>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。<br>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 | Bc-I-1 各項暖身伸展動作。<br>Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 無                                 |
| 第 14 週<br>5/14<br> <br>5/20 | 壹、健康點點名<br>四.愉快的聚會   | 1 | 健體-E-C2            | 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。<br>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。<br>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。                   | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【性別平等教育】<br>性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 |
|                             | 貳、運動好事多<br>十.跑的遊戲    | 2 | 健體-E-A1<br>健體-E-C2 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。  | Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。                      | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 無                                 |

|                             |                       |   |                    |   |                       |                              |                                   |
|-----------------------------|-----------------------|---|--------------------|---|-----------------------|------------------------------|-----------------------------------|
|                             |                       |   |                    | 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。   |                       |                              |                                   |
| 第 15 週<br>5/21<br> <br>5/27 | 壹、健康點點名<br>四.愉快的聚會    | 1 | 健體-E-C2            | 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。<br>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。<br>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。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【性別平等教育】<br>性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 |
|                             | 貳、運動好事多<br>十.跑的遊戲     | 2 | 健體-E-A1<br>健體-E-C2 | 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。  | Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。    | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 無                                 |
| 第 16 週<br>5/28<br> <br>6/3  | 壹、健康點點名<br>四.愉快的聚會    | 1 | 健體-E-C2            | 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。<br>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。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【性別平等教育】<br>性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 |
|                             | 貳、運動好事多<br>十.跑的遊戲     | 2 | 健體-E-A1<br>健體-E-C2 | 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。<br>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。<br>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。    | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 無                                 |
| 第 17 週<br>6/4<br>           | 壹、健康點點名<br>五. 食品安全我最行 | 1 | 健體-E-A2            | 1a-I-1 認識基本的健康常識。   | Eb-I-1 健康安全消費的原則。     | 觀察評量<br>口頭評量                 | 【家庭教育】<br>家 E9 參與家庭消費行動，澄清金錢與     |

|                             |                       |   |                    |   |  |                              |   |
|-----------------------------|-----------------------|---|--------------------|---|--|------------------------------|---|
| 6/10                        |                       |   |                    | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>3a-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。                       |  | 行為檢核<br>態度評量                 | 物品的價值。  |
|                             | 貳、運動好事多<br>十. 跑的遊戲    | 2 | 健體-E-A1<br>健體-E-C2 | 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。<br>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。<br>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。                       | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 無   |
| 第 18 週<br>6/11<br> <br>6/17 | 壹、健康點點名<br>五. 食品安全我最行 | 1 | 健體-E-A2            | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>3a-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。  | Eb-I-1 健康安全消費的原則。                        | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【家庭教育】<br>家 E9 參與家庭消費行動，澄清金錢與物品的價值。   |
|                             | 貳、運動好事多<br>十一. 浪花朵朵開  | 2 | 健體-E-C2            | 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。<br>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。<br>4c-I-1 認識與身體活動相關資源。        | Cc-I-1 水域休閒運動入門遊戲。<br>Gb-I-1 游泳池安全與衛生常識。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【海洋教育】<br>海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。<br>【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。<br>安 E7 探究運動基本的保健。 |
| 第 19 週<br>6/18<br> <br>6/24 | 壹、健康點點名<br>五. 食品安全我最行 | 1 | 健體-E-A2            | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>3a-I-1 能於引導下，表現            | Eb-I-1 健康安全消費的原則。                        | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【家庭教育】<br>家 E9 參與家庭消費行動，澄清金錢與物品的價值。   |

|                             |                       |   |         |   |                                      |                              |   |
|-----------------------------|-----------------------|---|---------|---|--------------------------------------|------------------------------|---|
|                             |                       |   |         | 簡易的自我調適技能。  |                                      |                              |   |
|                             | 貳、運動好事多<br>十一. 浪花朵朵開  | 2 | 健體-E-C2 | 1d-I-1 描述動作技能基本常識。<br>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。<br>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。          | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【海洋教育】<br>海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。<br>【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。<br>安 E7 探究運動基本的保健。 |
| 第 20 週<br>6/25<br> <br>6/30 | 壹、健康點點名<br>五. 食品安全我最行 | 1 | 健體-E-A2 | 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>3a-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。<br>4a-I-1 發表個人對促進健康的立場。 | Ea-I-2 基本的飲食習慣。<br>Eb-I-1 健康安全消費的原則。 | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【家庭教育】<br>家 E9 參與家庭消費行動，澄清金錢與物品的價值。   |
|                             | 貳、運動好事多<br>十一. 浪花朵朵開  | 2 | 健體-E-C2 | 1d-I-1 描述動作技能基本常識。<br>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。<br>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。          | 觀察評量<br>口頭評量<br>行為檢核<br>態度評量 | 【海洋教育】<br>海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。<br>【安全教育】<br>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。<br>安 E7 探究運動基本的保健。 |

備註：

1. 總綱規範議題融入：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】
2. 教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。