

高雄市小港區漢民國小二年級第二學期部定課程【健體領域】課程計畫

週次	單元/主題名稱	對應領域 核心素養指標	學習重點		學習目標	評量方式 (可循原來格式)	議題融入	線上教學
			學習內容	學習表現				
一	第一單元 當我們同在一起 第一課將心比心	健體-E-B1	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	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。	1. 覺察影響人際相處的態度和行為。 2. 運用同理心，推測對方可能的想法。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：品德-3 法定：家庭暴力防治教育-1 法定：兒童權利公約-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
二	第一單元 當我們同在一起 第二課真心交朋友	健體-E-A2	Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	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。	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。 2. 了解維持良好人際關係的方法。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：品德-3 法定：家庭暴力防治教育-1 法定：兒童權利公約-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
三	第二單元 飲食行動家 第一課飲食密碼	健體-E-A2	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。	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。	1. 認識六大類食物，並舉例說明。 2. 區分日常生活中的食物，屬於六大類食物中的哪一類。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：品德-3 法定：飲食教育課程 -1 法定：兒童權利公約-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
四	第二單元 飲食行動家 第二課健	健體-E-A2	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Ea-I-2 基本	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺	1. 覺察飲食過量對身體的影響。 2. 能於引導	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：品德-3 法定：飲食教育課程-1	<input type="checkbox"/> 線上教學

	康飲食習慣		的飲食習慣。	影響健康的生 活態度與行 為。	下，於生活當 中落實健康飲 食習慣，實踐 健康飲食原 則。			
五	第三單元 齲齒遠離 我 第一課為 什麼會齲 齒	健體-E-A2	Da- I -1 日常 生活中的基本 衛生習慣。	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。	1. 認識齲齒的 症狀與原因。 2. 覺察生活習 慣對牙齒的影 響。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：品德-3 法定：飲食教育 課程-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
六	第三單元 齲齒遠離 我 第二課護 齒好習慣	健體-E-A1	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。	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。	1. 認識正確選 購牙刷的方 法。 2. 認識正確選 擇含氟牙膏和 含氟漱口水的 方法。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：品德-3	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學
七	第四單元 保健小學 堂 第一課疾 病不要來	健體-E-A1	Fb- I -2 兒童 常見疾病的預 防與照顧方 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。	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。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：品德-3 法定：登革熱防 治-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
八	第四單元 保健小學 堂 第二課去 去過敏走	健體-E-A1	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	1a- I -1 認識 基本的健康常 識。 3a- I -2 能於 引導下，於生	1. 認識過敏性 鼻炎、過敏性 結膜炎、過敏 性皮膚炎的症 狀。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：品德-3 法定：飲食教育 課程 -1	<input type="checkbox"/> 線上教學

			覺察與行為表現。	活中操作簡易的健康技能。	2. 認識常見的過敏原。			
九	第五單元 球球大作戰 第一課班級體育活動樂	健體-E-A1	Cb- I -2 班級體育活動。	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。	1. 分享個人運動經驗，發表自己最喜歡的運動項目。 2. 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。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：人權-3 法定：家庭暴力防治教育 -1	<input type="checkbox"/> 線上教學
十	第五單元 球球大作戰 第二課你丟我接一起跑	健體-E-C2	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。	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。	1. 在簡易運動場地練習跑壘。 2. 在簡易運動場地進行傳接。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：人權-3 法定：家庭暴力防治教育 -1	<input type="checkbox"/> 線上教學
十一	第五單元 球球大作戰 第三課隔繩樂悠遊	健體-E-A1	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。	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。	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。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：人權-3 法定：游泳與自救能力教學 -2	<input type="checkbox"/> 線上教學
十二	第五單元 球球大作戰	健體-E-A1	Ha- I -1 網／牆性球類運動相關的簡易	2c- I -2 表現認真參與的學習態度。	1. 進行簡易擊中目標遊戲，嘗試擊中繩後	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：人權-3 法定：游泳與自救能力教學 -2	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學

	第三課隔繩樂悠遊		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。	3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	目標。 2. 表現正向的學習態度、和諧的人際互動。			
十三	第六單元 跑跳戲水 趣 第一課動手又動腳	健體-E-A1	Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。	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。	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。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：戶外-3 法定：游泳與自救能力教學 -2	<input type="checkbox"/> 線上教學
十四	第六單元 跑跳戲水 趣 第二課跑跳好樂活	健體-E-A2	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	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。	1. 了解併腿跳和跨跳的動作要領。 2. 做出併腿跳和跨跳的動作。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：品德-3 法定：游泳與自救能力教學 -1	<input type="checkbox"/> 線上教學
十五	第六單元 跑跳戲水 趣 第二課跑跳好樂活	健體-E-A2	Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	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。	1. 了解併腿跳和跨跳的動作要領。 2. 做出併腿跳和跨跳的動作。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：品德-3 法定：交通安全教育-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
十六	第六單元 跑跳戲水 趣 第三課我	健體-E-A1	Gb-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻律呼吸與藉物漂浮。	2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-2 表現	1. 說出在陸地與水中的身體感受。 2. 閉氣與同伴	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：海洋-3 法定：海洋教育-1 法定：交通安全	<input type="checkbox"/> 線上教學

	的水朋友			安全的身體活動行為。	在水中進行遊戲。		教育-1	
十七	第七單元 跳吧！武 吧！跳舞 吧！ 第一課劈 開英雄路	健體-E-A1	Bd- I -1 武術 模仿遊戲。	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。	1. 學會弓步劈 掌和馬步劈 掌。 2. 學會獨立式 和仆腿式站 法。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：安全-3 法定：防災教育- 1 法定：交通安全 教育-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
十八	第七單元 跳吧！武 吧！跳舞 吧！ 第二課平 衡好身手	健體-E-A1	Ia- I -1 滾 翻、支撐、平 衡、懸垂遊 戲。	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。	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。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：安全-3 法定：防災教育- 1	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學
十九	第七單元 跳吧！武 吧！跳舞 吧！ 第三課跳 繩同樂	健體-E-C2	Ic- I -1 民俗 運動基本動作 與遊戲。	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。	1. 學會雙人跳 繩的起跳時 機。 2. 練習雙人跳 繩的動作技 巧。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：生涯規劃- 3 法定：防災教育 -1	<input type="checkbox"/> 線上教學
廿	第七單元 跳吧！武 吧！跳舞 吧！ 第四課水 滴的旅行	健體-E-B3	Ib- I -1 唱、 跳與模仿性律 動遊戲。	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。	1. 說出水滴的 形狀與特徵。 2. 利用移動性 動作，模仿水 滴的跳躍及流 動。	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：環境-3 法定：登革熱防 治 -1	<input type="checkbox"/> 線上教學
廿一	第七單元 跳吧！武 吧！跳舞 吧！	健體-E-B3	Ib- I -1 唱、 跳與模仿性律 動遊戲。	2c- I -2 表現 認真參與的學 習態度。 3c- I -1 表現	1. 說出水滴的 形狀與特徵。 2. 利用移動性 動作，模仿水	<input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：環境-3 法定：登革熱防 治 -1	<input type="checkbox"/> 線上教學

	第四課水滴的旅行			基本動作與模仿的能力。	滴的跳躍及流動。			
--	----------	--	--	-------------	----------	--	--	--

註1：若為一個單元或主題跨數週實施，可合併欄位書寫。

註2：「議題融入」中「法定議題」為必要項目，**課綱議題則為鼓勵填寫**。(例：**法定/課綱：議題-節數**)。

(一) 法定議題：依每學年度核定函辦理。

(二) 課綱議題：性別平等、環境、海洋、家庭教育、人權、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育。

(三) 請與表件參-2(e-2)「法律規定教育議題或重要宣導融入課程規劃檢核表」相對照。

註3：六年級第二學期須規劃學生畢業考後至畢業前課程活動之安排。

註4：評量方式撰寫請參採「國民小學及國民中學學生成績評量準則」第五條：國民中小學學生成績評量，應依第三條規定，並視學生身心發展、個別差異、文化差異及核心素養內涵，採取下列適當之多元評量方式：

一、紙筆測驗及表單：依重要知識與概念性目標，及學習興趣、動機與態度等情意目標，採用學習單、習作作業、紙筆測驗、問卷、檢核表、評定量表或其他方式。

二、實作評量：依問題解決、技能、參與實踐及言行表現目標，採書面報告、口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、作品製作、展演、鑑賞、行為觀察或其他方式。

三、檔案評量：依學習目標，指導學生本於目的導向系統性彙整之表單、測驗、表現評量與其他資料及相關紀錄，製成檔案，展現其學習歷程及成果。

註5：依據「高雄市高級中等以下學校線上教學計畫」第七點所示：「鼓勵學校於各領域課程計畫規劃時，每學期至少實施3次線上教學」，請各校於每學期各領域/科目課程計畫「線上教學」欄，註明預計實施線上教學之進度。

PS. 線上教學(混成學習)是指師生結合應用不同的教學策略、教學方法、教學媒體、教學科技的一種教學模式，涵蓋同步(synchronous)與非同步(asynchronous)學習的一連串學習活動，為一種學習型態的改變，目的是以學習者為主體的學習並提升學生自主學習能力。