

臺南市公立新市區大社國民小學 108 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)

教材版本	翰林版	實施年級 (班級/組別)	二年級	教學節數	每週(2)節,本學期共(40)節
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.藉由兒童攝取食物的經驗,了解食物對生理和心理的影響。 2.藉由認識六大類食物的來源和功能,引導兒童體會均衡飲食的重要性,培養選擇健康食物的能力。 3.單元中還融入低碳飲食的概念,鼓勵兒童多吃蔬果及在地、當季的食物,既可維護健康又能達到節能減碳的目的。 4.介紹廚餘的處理方式,強調應先從減少產生量開始,再經由分類過程,將其回收再利用。 5.藉由簡單有趣的練習與遊戲,引導兒童學習傳、接、投擲及拍球等技能,奠定日後學習各種球類運動的基礎,同時培養其團隊合作、遵守規則等運動精神。 6.引導兒童了解每個人在生活中總免不了有許多情緒起伏變化。情緒本身並無對、錯,應關注的是情緒所衍生的行為和表現方式是否適當。 7.以兒童的生活經驗為中心,引導其覺察內在情緒變化,學習克制衝動,合宜的表達情緒,使兒童能妥善的處理自己和人際間的情緒問題。 8.教導霸凌常見的種類和行事,透過共同討論,引導兒童學習遭遇霸凌或目睹霸凌時如何正確的處理。 9.透過探查社區內可從事運動的場所,引導兒童了解發現危險的運動場地該如何處理,以保護自己和他人的安全。 10.藉由介紹戶外及室內的休閒運動,包括簡單、易行的走路活動,讓兒童了解運動的益處與樂趣,並鼓勵其利用假日邀請家人一起參與。 11.透過模仿早晨運動情景,引導兒童發揮創意,進行簡單的唱跳活動。再以翻滾動作展現基礎體能,並進一步鼓勵兒童邀請家人一起從事各種體能活動,養成規律的運動習慣,促進自己和家人的健康。 12.透過學習正確的刷牙方法和保健方式,協助兒童建立良好的口腔衛生習慣,並能表現於生活中。 				
領域能力指標	<ol style="list-style-type: none"> 1-1-4 養成良好的健康態度和習慣,並能表現於生活中。 2-1-1 體會食物在生理及心理需求上的重要性。 3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 3-1-3 表現操作運動器材的能力。 3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。 4-1-2 認識休閒運動並樂於參與。 4-1-3 養成規律運動習慣,保持良好體適能。 4-1-4 認識並使用遊戲器材與場地。 5-1-1 分辨日常生活情境的安全性。 5-1-3 思考並演練處理危險和緊急情況的方法。 				

	<p>6-1-4 認識情緒的表達及正確的處理方式。</p> <p>7-1-5 體認人類是自然環境中的一部分，並主動關心環境，以維護、促進人類的健康。</p>
融人之重大議題	<p>【人權教育】</p> <p>1-1-2 了解、遵守團體的規則，並實踐民主法治的精神。</p> <p>1-1-3 討論、分享生活中不公平、不合理、違反規則、健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p> <p>【家政教育】</p> <p>1-1-1 察覺食物與健康的關係。</p> <p>1-1-3 願意與他人分享自己所喜歡的食物。</p> <p>【環境教育】</p> <p>1-1-1 能運用五官觀察體驗、探究環境中的事物。</p> <p>3-1-2 能具有好奇心，體認人類在生態中的角色，以及自然環境與人的相互關係。</p> <p>【生涯發展教育】</p> <p>1-1-1 養成良好的個人習慣與態度。</p> <p>2-1-1 培養互助合作的生活態度。</p>

課程架構脈絡

教學期程	單元與活動名稱	節數	領域能力指標	表現任務 (評量方式)	融入議題 能力指標
第一週		0			
第二週	單元一吃得營養又健康 活動 1 食物與我 活動 2 食物王國	2	2-1-1	課堂問答 觀察記錄	【家政教育】 1-1-3 1-1-1
第三週	單元一吃得營養又健康 活動 3 選擇健康食物	2	2-1-1	自我評量 課堂問答	【家政教育】 1-1-1
第四週	單元一吃得營養又健康 活動 4 低碳飲食愛地球	2	7-1-5	自我評量 課堂問答	【環境教育】 3-1-2
第五週	單元一吃得營養又健康 活動 5 廚餘的處理	2	7-1-5	自我評量 課堂問答	【環境教育】 3-1-2
第六週	單元二快樂來玩球	2	3-1-3	實際演練	【人權教育】

	活動 1 我是滾球王			觀察評量	1-1-2
第七週	單元二快樂來玩球 活動 2 滾地躲避球	1	3-1-3	自我評量 實際演練 觀察評量	【人權教育】 1-1-2
第八週	單元二快樂來玩球 活動 3 拍球快樂行	2	3-1-1 3-1-3	實際演練 課堂問答 觀察評量	【人權教育】 1-1-2
第九週	單元二快樂來玩球 活動 3 拍球快樂行	2	3-1-1 3-1-3	實際演練 課堂問答 觀察評量	【人權教育】 1-1-2
第十週	單元三心情分享站 活動 1 心情調色盤	2	6-1-4	課堂問答 觀察評量	【生涯發展教育】 1-1-1
第十一週	單元三心情分享站 活動 2 煩惱知多少	2	5-1-3	自我評量 課堂問答 實際演練	【人權教育】 1-1-3
第十二週	單元三心情分享站 活動 3 情緒紅綠燈	2	6-1-4	課堂問答 自我評量	【生涯發展教育】 1-1-1
第十三週	單元四假日運動樂 活動 1 運動場地大搜索	2	4-1-4 5-1-1	發表 課堂問答	【環境教育】 1-1-1
第十四週	單元四假日運動樂 活動 2 參與休閒運動	2	4-1-2	自我評量 課堂問答 學習單	【生涯發展教育】 1-1-1
第十五週	單元四假日運動樂 活動 3 常走路健康多	2	3-1-1 4-1-3	自我評量 實際演練	【生涯發展教育】 1-1-1
第十六週	單元四假日運動樂 活動 3 常走路健康多	2	3-1-1 4-1-3	自我評量 實際演練	【生涯發展教育】 1-1-1
第十七週	單元五體能加油站 活動 1 隨著節奏起舞	2	3-1-1	實際演練 課堂問答	【環境教育】 1-1-1
第十八週	單元五體能加油站 活動 2 滾出活力	2	3-1-1 3-1-4	實際演練 觀察評量	【人權教育】 1-1-2

					【生涯發展教育】 2-1-1
第十九週	單元五體能加油站 活動 3 全家體能王	2	4-1-3	實際演練 自我評量	【生涯發展教育】 1-1-1
第二十週	單元六保護牙齒我最行 活動 1 大家來刷牙	2	1-1-4	課堂問答 實際演練	【生涯發展教育】 1-1-1
第二十一週	單元六保護牙齒我最行 活動 2 愛護牙齒	1	1-1-4	自我評量 課堂問答	【生涯發展教育】 1-1-1

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「表現任務-評量方式」請具體說明。

◎敘寫融入議題能力指標，填入代號即可。

◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

臺南市公立新市區大社國民小學 108 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)

教材版本	翰林版	實施年級 (班級/組別)	二年級	教學節數	每週(2)節,本學期共(39)節
課程目標	<p>1.引導兒童省察自己與家人相處的情形，增進家人間的互動和溝通，進而培養良好的家庭氣氛。</p> <p>2.藉由活動，讓兒童觀察並思考社區環境衛生對健康的影響，希望兒童能關注自己的生活環境，並且了解社區裡有哪些健康服務機構。</p> <p>3.透過軟墊、平衡木、呼拉圈和舞蹈等活動，引導兒童體驗遊戲和創作的樂趣，並增進其基礎動作技能與探索能力，提升兒童運動參與的興趣。</p> <p>4.從行前準備事項談起，接著引導兒童在購買食品前能辨識其安全性，並且以健康原則準備餐點。</p> <p>5.藉由活動引發兒童親近、欣賞及愛護大自然，並進一步規畫戶外自然探索活動，了解野外危險的預防與處理。</p> <p>6.透過體驗大自然的活動，引導兒童注意野外危險情境，並從自然生態遭受破壞的情況，引發兒童思考其產生原因，再進一步檢視自身的行為有哪些會破壞自然環境，並加以改進。</p> <p>7.藉由俯拾皆是的橡皮筋，進行有趣的運動與遊戲，不僅能促進肌力與柔軟度，亦可提升肢體協調性。</p> <p>8.透過各式童玩的認識和學習，讓我們的生活更加充滿樂趣，並達到保存珍貴文化資產的目的。</p> <p>9.藉由各種趣味化的遊戲，讓兒童享受踢球的樂趣。</p> <p>10.透過實際演練與操作，引導其了解運動前、中、後的安全注意事項。同時教導兒童正確的穿鞋方法，以及如何選購適合自己的運動鞋，使其能避免在運動時造成傷害。</p>				
領域能力指標	<p>1-1-2 觀察並比較不同人生階段的異同。</p> <p>1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。</p> <p>2-1-4 辨識食物的安全性，並選擇健康的營養餐點。</p> <p>3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。</p> <p>3-1-3 表現操作運動器材的能力。</p> <p>3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。</p> <p>4-1-5 透過童玩、民俗等身體活動，了解本土文化。</p> <p>5-1-1 分辨日常生活情境的安全性。</p> <p>5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。</p> <p>5-1-5 說明並演練預防及處理運動傷害的方法。</p> <p>6-1-2 學習如何與家人和睦相處。</p> <p>7-1-2 描述人們獲得健康資訊、選擇健康服務及產品之過程，並能辨認其正確性與有效性。</p> <p>7-1-3 描述人們在獲得運動資訊、選擇服務及產品之過程，並能辨認其正確性與有效性。</p>				

	7-1-4 察覺不同親疏感的社區生活環境與健康互動的情形。 7-1-5 體認人類是自然環境中的一部分，並主動關心環境，以維護、促進人類的健康。
融人之重大議題	<p>【人權教育】 1-1-2 了解、遵守團體的規則，並實踐民主法治的精神。</p> <p>【家政教育】 1-1-1 察覺食物與健康的關係。 3-1-3 察覺個人的消費行為。 4-1-2 察覺自己與家人的溝通方式。</p> <p>【性別平等教育】 2-1-2 學習與不同性別者平等互動。</p> <p>【環境教育】 1-1-1 能運用五官觀察體驗、探究環境中的事物。 2-1-1 認識生活周遭的自然環境與人造環境，以及常見的動物、植物、微生物彼此之間的互動關係。 5-1-1 具有跟隨家人或師長參與社區環境保護的活動經驗。</p>

課程架構脈絡

教學期程	單元與活動名稱	節數	領域能力指標	表現任務 (評量方式)	融入議題 能力指標
第一週	單元一美好的家園 活動 1 關愛家人	1	1-1-2 6-1-2	自我評量 發表 課堂問答	【家政教育】 4-1-2
第二週	單元一美好的家園 活動 1 關愛家人	2	1-1-2 6-1-2	自我評量 發表 課堂問答	【家政教育】 4-1-2
第三週	單元一美好的家園 活動 2 居家安全	2	5-1-1 5-1-2	自我評量 發表 課堂問答	【環境教育】 1-1-1
第四週	單元一美好的家園 活動 2 居家安全	2	5-1-1 5-1-2	自我評量 發表	【環境教育】 1-1-1

				課堂問答	
第五週	單元一美好的家園 活動 3 社區生活環境	2	7-1-4	發表 課堂問答 自我評量	【環境教育】 5-1-1
第六週	單元一美好的家園 活動 3 社區生活環境	2	7-1-4	發表 課堂問答 自我評量	【環境教育】 5-1-1
第七週	單元一美好的家園 活動 4 社區健康服務	2	7-1-2	發表 課堂問答	【環境教育】 5-1-1
第八週	單元二運動樂無窮 活動 1 墊上遊戲樂無窮	2	3-1-1	實際演練	【環境教育】 1-1-1
第九週	單元二運動樂無窮 活動 1 墊上遊戲樂無窮	2	3-1-1	實際演練	【環境教育】 1-1-1
第十週	單元二運動樂無窮 活動 2 平衡高手	2	3-1-1	實際演練 課堂問答	【性別平等教育】 2-1-2
第十一週	單元二運動樂無窮 活動 3 呼拉圈遊戲	2	3-1-1	實際演練 觀察評量	【人權教育】 1-1-2
第十二週	單元二運動樂無窮 活動 4 唱唱跳跳樂趣多	2	3-1-1	實際演練 觀察評量	【性別平等教育】 2-1-2
第十三週	單元三健康快樂行 活動 1 快樂野餐	2	2-1-4	自我評量 發表 課堂問答	【家政教育】 1-1-1 3-1-3
第十四週	單元三健康快樂行 活動 1 快樂野餐	2	2-1-4	自我評量 發表 課堂問答	【家政教育】 1-1-1 3-1-3
第十五週	單元三健康快樂行 活動 2 野外安全守則	2	5-1-2	實際演練 發表	【環境教育】 1-1-1
第十六週	單元三健康快樂行 活動 3 愛護大自然	2	7-1-5	實際演練 問答	【環境教育】 2-1-1
第十七週	單元四擁抱童玩樂無窮	2	3-1-1	實際演練	【環境教育】

	活動 1 跳躍精靈		3-1-4	觀察評量	1-1-1
第十八週	單元四擁抱童玩樂無窮 活動 2 童玩世界	2	4-1-5	實際演練 觀察評量	【人權教育】 1-1-2 【環境教育】 1-1-1
第十九週	單元五踢球樂 活動 1 我是踢球高手	2	3-1-1 3-1-3	實際演練 觀察評量	【人權教育】 1-1-2
第 20-21 週	單元五踢球樂 活動 2 運動安全知多少 活動 3 穿鞋學問大	2	1-1-4 7-1-3 5-1-5	發表 課堂問答	【家政教育】 3-1-3 【環境教育】 1-1-1

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「表現任務-評量方式」請具體說明。

◎敘寫融入議題能力指標，填入代號即可。

◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。