**高雄市左營區屏山國小 二 年級第 1 學期部定課程【健康與體育領域】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 | 登革熱防治教學單元一、吃出健康和活力活動一、健康飲食單元四、運動新視野活動一、與繩同遊登革熱防治教育 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Ea-I-2 基本的飲食習慣。Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 1a-I-2 認識健康的生活習慣。2c-I-1表現尊重的團體互動行為。 | 1.能了解健康飲食對自己的重要性2.認真投入唱、跳與模仿性律動遊戲 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 法定:登革熱防治教學-1課綱:能源-3 | □線上教學 |
| 二 | 單元一、吃出健康和活力活動一、健康飲食單元四、運動新視野活動一、與繩同遊 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 1.能了解健康、規律生活的重要性2.能模仿律動遊戲 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 課綱:能源-3 | □線上教學 |
| 三 | 單元一、吃出健康和活力活動一、健康飲食單元四、運動新視野活動二、伸展繩 | 健體-E-B2健體-E-B3 | Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 | 1a-I-2 認識健康的生活習慣。4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 | 1.感受健康問題對自己造成的威脅性。2.能認真練習各項暖身伸展動作。 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 法定:家庭E12-2 | ■線上教學 |
| 四 | 單元一、吃出健康和活力活動一、健康飲食單元四、運動新視野活動三、繩奇活力 | 健體-E-A1健體-E-B3 | a-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。Ab-I-1 體適能遊戲。 | 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 | 1.知道安全飲食的秘訣2.投入各項體適能遊戲。 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 法定:家庭E12-2 | ■線上教學 |
| 五 | 單元一、吃出健康和活力活動二、飲食追追追單元四、運動新視野活動三、繩奇活力 | 健體-E-A2健體-E-B3 | Ea-I-2 基本的飲食習慣。Ab-I-1 體適能遊戲。 | 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 1.學習如何肯定愛自己2.投入各項體適能遊戲。 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 課綱:生涯-3法定:兒童權利公約人 E1-1 | □線上教學 |
| 六 | 單元一、吃出健康和活力活動三、飲食安全小秘訣單元五、運動有妙招活動一、學校運動資源 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Eb-I-1 健康安全消費的原則。Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 | 4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。 | 1.學習保護、照顧自己2.充分運用學校運動活動空間與場域。 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 法定:飲食-1 | □線上教學 |
| 七 | 單元一、吃出健康和活力活動三、飲食安全小撇步單元五、運動有妙招活動一、學校運動資源 | 健體-E-B2健體-E-A3  | Eb-I-1 健康安全消費的原則。Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。4c-I-1 認識與身體活動相關資源。 | 1.學習發生意外要如何應變2.充分運用學校運動活動空間與場域。 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 法定:飲食-2 | □線上教學 |
| 八 | 單元二、我真的很不錯活動一、我喜歡自己單元五、運動有妙招活動二、穿鞋學問大 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Fa-I-1 認識與喜歡自己的方法。Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 | 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適1c-I-2 認識基本的運動常識。 | 1.了解菸酒的壞處2.理解基本的運動安全常識。 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 法定:性侵害防治E4-3 | ■線上教學 |
| 九 | 單元二、我真的很不錯活動一、我喜歡自己單元六、身體動起來活動一、同心協力 | 健體-E-A3健體-E-C2  | Fa-I-1 認識與喜歡自己的方法。Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 | 1.拒絕菸害遠離菸酒2.肯定自己 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 法定:兒童及少年性剝削防治E4-2 | □線上教學 |
| 十 | 單元二、我真的很不錯活動二、我是感官的好主人單元六、身體動起來活動二、搖滾樂 | 健體-E-A1健體-E-C2 | Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 | 1.團體運動能遵守規則並投入學習2.知道如何保護自己的身體以及了解衛生保健的重要性。 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 |  | □線上教學 |
| 十一 | 單元二、我真的很不錯活動二、我是感官的好主人單元六、身體動起來活動三、我是小拳王 | 健體-E-A3健體-E-C2 | Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。Bd-I-2 技擊模仿遊戲。 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。4d-I-1 願意從事規律身體活動。 | 1.投入各式的體適能遊戲2.知道如何保護自己的眼耳鼻等部位。 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 課綱:品德-3 | □線上教學 |
| 十二 | 單元二、我真的很不錯活動二、我是感官的好主人單元六、身體動起來活動三、我是小拳王 | 健體-E-A1健體-E-C2 | Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。Bd-I-2 技擊模仿遊戲。 | 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。 | 1.會運用資源從事適合自己的運動2.知道如何保護自己的眼耳鼻等部位。 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 |  | ■線上教學 |
| 十三 | 單元二、我真的很不錯活動三、感官救護站單元六、身體動起來活動四、圓的世界 | 健體-E-A3健體-E-A2 | Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 | 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 1.投入各式遊戲並得到樂趣2.知道如何保護自己的眼耳鼻等部位。 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 課綱:品德-3 | □線上教學 |
| 十四 | 單元三、拒絕菸酒活動一、喝酒壞處多單元六、身體動起來活動四、圓的世界 | 健體-E-A1健體-E-A3 | Ba-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。2d-I-1 接受並體驗多元性身體活動。 | 1.認真參與各類的活動2.如何拒絕二手菸的方法。 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 |  | □線上教學 |
| 十五 | 單元三、拒絕菸酒活動一、喝酒壞處多單元七、我是快樂運動員活動一、樂跑人生 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Ba-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。4d-I-1 願意從事規律身體活動。 | 1.體驗多元的身體活動2.了解二手煙對人體的危害 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 |  | □線上教學 |
| 十六 | 單元三、拒絕菸酒活動二、遠離菸害單元七、我是快樂運動員活動二、我是神射手 | 健體-E-A1健體-E-C2 | Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 | 1.樂於運動2.了解菸酒的危害 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 課綱:品德-3 | □線上教學 |
| 十七 | 單元三、拒絕菸酒活動二、遠離菸害單元七、我是快樂運動員活動三、水中尋寶 | 健體-E-A2健體-E-A1 | Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。Ga-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻律呼吸與藉物漂浮。 | 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | 1.水中遊戲的基本知識2.了解菸酒對身體的壞處 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 法定:海洋E3-3 | □線上教學 |
| 十八 | 單元三、拒絕菸酒活動二、遠離菸害單元七、我是快樂運動員活動四、相約戲水去 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。Gb-I-1 游泳池安全與衛生常識。 | 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。 | 1.養成運動的好習慣2.了解菸酒的危害 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 |  | □線上教學 |
| 十九 | 單元三、拒絕菸酒活動二、遠離菸害單元八、球兒真好玩活動一、桌球初體驗活動二、擲球樂趣多 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。Ha-I-1 網／牆性球類運動相關的簡拋、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。 | 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | 1.球類的基本姿勢2.了解菸酒對身體的壞處 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 課綱:法治-3 | □線上教學 |
| 二十 | 單元三、拒絕菸酒活動二、遠離菸害單元八、球兒真好玩活動三、滾地躲避球 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡拍、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。 | 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 1.拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調2.了解菸酒對身體的壞處 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 |  | □線上教學 |
| 二十一 | 單元三、拒絕菸酒活動二、遠離菸害單元八、球兒真好玩活動四、控球精靈活動五、跑壘遊戲 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡拍、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。 | 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。 | 1.拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調2.遠離菸酒 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 課綱:品德-3 | □線上教學 |
| 二十二 | 單元三、拒絕菸酒活動二、遠離菸害單元八、球兒真好玩活動四、控球精靈活動五、跑壘遊戲 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡拍、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。 | 1c-I-2 認識基本的運動常識。4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。 | 1.拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調2 拒絕菸酒 | □紙筆測驗及表單■實作評量□檔案評量 | 課綱:品德-3 | □線上教學 |

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）請與表件参-2(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。