

附件伍-1

高雄市梓官區梓官國小 二年級第 2 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				
第一週 2025/02/09 ~ 2025/02/15	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：兒童及少年性剝 削防治-2	
第二週 2025/02/16 ~ 2025/02/22	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：防災-1	
第三週 2025/02/23 ~ 2025/03/01	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：家庭暴力-1 法定：性侵害-1 法定：低碳環境防治-1	
第四週 2025/03/02 ~ 2025/03/08	第二單元飲 食行動家 第二課健康 飲食習慣	健體-E-A2	Ea-I-1 生活中常 見的食物與珍惜 食物。 Ea-I-2 基本的 飲食習慣。	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. 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。	<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-1 法定：性侵害-1	

第五週 2025/03/09 ~ 2025/03/15	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：家庭暴力-1 法定：性侵害-1 法定：性別平等-1	
第六週 2025/03/16 ~ 2025/03/22	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 法定：性別平等-1	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學
第七週 2025/03/23 ~ 2025/03/29	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：性別平等-1	
第八週 2025/03/30 ~ 2025/04/05	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 個人對健康的自我覺察與行為表現。	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。	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。	<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：性別平等-1 法定：兒童權利公約-1	
第九週 2025/04/06 ~ 2025/04/12	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：性別平等-1	
第十週 2025/04/13 ~ 2025/04/19	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	1c-I-2 認識基本的運動常識。	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：性別平等-1	

			眼動作協調、力量及準確性控球動作。	1d-I-1 描述動作技能基本常識。				
第十一週 2025/04/20 ~ 2025/04/26	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：交通安全-1	
第十二週 2025/04/27 ~ 2025/05/03	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。	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。	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。	<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：交通安全-2	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學
第十三週 2025/05/04 ~ 2025/05/10	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	
第十四週 2025/05/11 ~ 2025/05/17	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：飲食教育-1	
第十五週 2025/05/18 ~ 2025/05/24	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	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：飲食教育-1	

				理練習或遊戲問題。				
第十六週 2025/05/25 ~ 2025/05/31	第六單元跑 跳戲水趣 第三課我的 水朋友	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 表現安 全的身體活動行 為。	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。	<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:登革熱防治-1 法定:飲食教育-1	
第十七週 2025/06/01 ~ 2025/06/07	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	
第十八週 2025/06/08 ~ 2025/06/14	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	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學
第十九週 2025/06/15 ~ 2025/06/21	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	
第二十週 2025/06/22 ~ 2025/06/28	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	
第二十一週 2025/06/29 ~ 2025/07/05	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。	1. 說出水滴的形 狀與特徵。	<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	

	第四課水滴的旅行			3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	2. 利用移動性動作，模仿水滴的跳躍及流動。			
--	----------	--	--	----------------------	------------------------	--	--	--

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：領域-議題-(議題實質內涵代碼)-時數)。

(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) 請與附件參-2(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。