

台東縣寧埔國民小學一〇七學年度第一學期
(二) 年級 (健康與體育) 課程計畫

教材來源	康軒版 (第三冊)	教學節數：每週 (2) 節 學期共 (60) 節			
設計者	二年級團隊	教學者	二年級團隊		
學期學習目標	<p>1.認識六大類食物，進而建立均衡飲食之觀念，並教導學生養成潔牙的好習慣。</p> <p>2.透過情境教學及身體活動，鼓勵學生自我悅納，肯定自己，喜歡別人。</p> <p>3.介紹運動準備注意事項，並教導學生學會操作繩索、跑步、跳躍的動作要領。</p> <p>4.從圓的概念發展出各種身體活動，進而教導學生如何與家人保持良性互動。</p> <p>5.透過遊戲式教學，教導學生運用知體展現身體動作、國術動作與拋、接、擲、踢球的動作要領。</p>				
融入重大議題之能力指標	<p>【家政教育】</p> <p>1-1-1 察覺食物與健康的關係。</p> <p>1-1-2 察覺飲食衛生的重要性。</p> <p>4-1-1 認識家庭的組成分子與稱謂。</p> <p>【人權教育】</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>2-1-1 瞭解兒童對遊戲權利的需求並促進身心健康與發展。</p> <p>【生涯發展教育】</p> <p>1-1-2 認識自己的長處及優點。</p> <p>2-1-1 培養互助合作的生活態度。</p> <p>【性別平等教育】</p> <p>1-1-1 認識不同性別者身心的異同。</p> <p>1-1-2 尊重不同性別者的特質。</p>				
週次日期	能力指標	單元名稱	節數	評量方式	備註
第一週 2018/8/26 ~ 2018/9/1	1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 7-1-1 瞭解健康的定義，並指出人們為促進健康所採取的活動。 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。	單元一 健康行動家 第 1 課 護牙好習慣	2	1.口試 2.實作	
第二週 2018/9/2 ~ 2018/9/8	1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 7-1-1 瞭解健康的定義，並指出人們為促進健康所採取的活動。 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。	單元一 健康行動家 第 2 課 潔牙大行動	2	1.口試 2.實作	
第三週 2018/9/9 ~ 2018/9/15	2-1-1 體會食物在生理及心理上需求上的重要性。 2-1-3 培養良好的飲食習慣。	單元一 健康行動家 第 3 課 早餐健康吃 第 4 課 飲食大原則	2	1.報告 2.實作 3.口試	【家政教育】 1-1-1 1-1-2
第四週 2018/9/16 ~ 2018/9/22	2-1-1 體會食物在生理及心理上需求上的重要性。 2-1-3 培養良好的飲食習慣。	單元一 健康行動家 第 4 課 飲食大原則	2	1.實作 2.報告	【家政教育】 1-1-1 1-1-2
第五週 2018/9/23 ~ 2018/9/29	2-1-1 體會食物在生理及心理上需求上的重要性。 2-1-3 培養良好的飲食習慣。 5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。	單元一 健康行動家 第 5 課 吃得對 長得好 單元二 安全動起來 第 1 課 運動安全有一套	2	1.口試	【家政教育】 1-1-1 1-1-2 【人權教育】 1-1-3

第六週 2018/9/30 ~ 2018/10/6	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。 4-1-5 透過童玩、民俗等身體活動，瞭解本土文化。 5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。	單元二 安全動起來 第2課 我最靈活	2	1.實作	【人權教育】 2-1-1
第七週 2018/10/7 ~ 2018/10/13	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。 4-1-5 透過童玩、民俗等身體活動，瞭解本土文化。 5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。	單元二 安全動起來 第3課 跑步高手	2	1.實作	【生涯發展教育】 1-1-2
第八週 2018/10/14 ~ 2018/10/20	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。 4-1-5 透過童玩、民俗等身體活動，瞭解本土文化。 5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。	單元二 安全動起來 第4課 跳出活力	2	1.報告 2.實作	
第九週 2018/10/21 ~ 2018/10/27	1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 5-1-3 思考並演練處理危險和緊急情況的方法。	單元二 安全動起來 第5課 處理小傷口 第6課 除臭大師	2	1.實作 2.口試	
第十週 2018/10/28 ~ 2018/11/3	1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 4-1-1 藉語言或動作，來表達參與身體活動的感覺。	單元二 安全動起來 第7課 多喝水不憋尿 單元三 樂活運動家 第1課 學我練功夫	2	1.實作 2.口試	
第十一週 2018/11/4 ~ 2018/11/10	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。 4-1-1 藉語言或動作，來表達參與身體活動的感覺。	單元三 樂活運動家 第2課 魔鏡新創意	2	1.實作	【生涯發展教育】 1-1-2
第十二週 2018/11/11 ~ 2018/11/17	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。	單元三 樂活運動家 第3課 團結力量大 第4課 命中目標	2	1.實作	【生涯發展教育】 1-1-2
第十三週 2018/11/18 ~ 2018/11/24	3-1-3 表現操作運動器材的能力。	單元三 樂活運動家 第5課 拋跑來接球	2	1.實作	
第十四週 2018/11/25 ~ 2018/12/1	3-1-3 表現操作運動器材的能力。	單元三 樂活運動家 第6課 圍圓踢球樂	2	1.實作	
第十五週 2018/12/2 ~ 2018/12/8	1-1-1 知道並描述對於出生、成長、老化及死亡的概念與感覺。 1-1-2 觀察並比較不同人生階段的異同。 1-1-3 認識身體發展的順序與個別差異。 6-1-1 描述自己之特色，並接受自己與他人之不同。	單元四 喜歡自己、珍愛家人 第1課 成長的變化 第2課 欣賞特別的我	2	1.學生自評	【生涯發展教育】 1-1-2
第十六週 2018/12/9 ~ 2018/12/15	1-1-1 知道並描述對於出生、成長、老化及死亡的概念與感覺。 1-1-2 觀察並比較不同人生階段的異同。 1-1-3 認識身體發展的順序與個別差異。 6-1-1 描述自己之特色，並接受自己與他人之不同。	單元四 喜歡自己、珍愛家人 第3課 我真的很不錯 第4課 肯定自己	2	1.報告 2.學生自評	【生涯發展教育】 1-1-2 【性別平等教育】 1-1-2

第十七週 2018/12/16 ~ 2018/12/22	6-1-1 描述自己的特色，並接受自己與他人之不同。 6-1-2 學習如何與家人和睦相處。	單元四 喜歡自己、珍愛家人 第 4 課 肯定自己 第 5 課 關愛家人	2	1.口試 2.學生自評	【生涯發展教育】 1-1-2 【性別平等教育】 1-1-2 【家政教育】 4-1-1
第十八週 2018/12/23 ~ 2018/12/29	6-1-2 學習如何與家人相處。	單元四 喜歡自己、珍愛家人 第 6 課 你說我聽	2	1.口試 2.學生自評	【家政教育】 4-1-1
第十九週 2018/12/30~ 2019/1/5	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。	單元五 圓來真有趣 第 1 課 我是小圓球 第 2 課 身體變成圓	2	1.實作 2.學生自評 3.口試	
第二十週 2019/1/6 ~ 2019/1/12	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 3-1-4 表現聯合性的基本運動能力。	單元五 圓來真有趣 第 3 課 大圓和小圓 第 4 課 圍圓來跳舞	2	1.實作 2.表演 3.口試	
第二十一週 2019/1/13 ~ 2019/1/19	總複習	總複習	2		

說明：

1. 「教材來源」：康軒(第三冊)。
2. 「備註欄」配合各單元名稱，列出可融入教學之重大議題「能力指標序號」。