

高雄市新興區七賢國小二年級第一學期部定課程【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		評量方式	議題融入	線上教學	跨領域統整或 協同教學規劃及線 上教學規劃 (無則免填)
			學習內容	學習表現				
1	壹、健康有一套 一.健康做得到 貳、運動樂趣多 六.大家來唱跳	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C2	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 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。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2a-I-2 感受健康問題對自己所造成的威脅性。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	法定:健體-健康飲食教育-1		
2	壹、健康有一套 一.健康做得到 貳、運動樂趣多 六.大家來唱跳	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C2	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 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。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2a-I-2 感受健康問題對自己所造成的威脅性。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	法定:健體-健康飲食教育-1		
3	壹、健康有	健體-E-A1	Ea-I-2 基本的飲	2c-I-2 表現認真	1. 筆試	法定:健體-健康飲食教		

	一套 一. 健康做 得到 貳、運動樂 趣多 六. 大家來 唱跳	健體-E-A2 健體-E-C2	食習慣。 Fb-I-1個人對健康的 覺察與行為表 現。 Ib-I-1唱、跳與模 仿性律動遊戲。	參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞 他人的動作表現。 3a-I-2 能於引導 下，於生活中操作 簡易的健康技能。 3b-I-1 能於引導 下，表現簡易的自 我調適技能。 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。 4a-I-2養成健康的 生活習慣。 4c-I-2選擇適合個 人的身體活動。	2. 口試 3. 實作 4. 作業	育-1		
4	壹、健康有 一套 二. 愛護牙 齒有一套 貳、運動樂 趣多 七. 跑跳遊 戲	健體-E-A1	Da-I-1 日常生活 中的基本衛生習 慣。 Da-I-2身體的部位 與衛生保健的重要 性。 Ga-I-1走、跑、跳 與投擲遊戲。	1a-I-1 認識基本 的健康常識。 1a-I-2認識健康的 生活習慣。 1c-I-1 認識身體 活動的基本動作。 2d-I-1 專注觀賞 他人的動作表現。 4c-I-2選擇適合個 人的身體活動。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	法定:健體-兒童權利公 約-1		
5	壹、健康有 一套 二. 愛護牙 齒有一套 貳、運動樂 趣多 七. 跑跳遊 戲	健體-E-A1	Da-I-1 日常生活 中的基本衛生習 慣。 Da-I-2身體的部位 與衛生保健的重要 性。 Ga-I-1走、跑、跳 與投擲遊戲。	1a-I-1 認識基本 的健康常識。 1a-I-2認識健康的 生活習慣。 1c-I-1 認識身體 活動的基本動作。 4d-I-2利用學校或 社區資源從事身體	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業			

6	壹、健康有一套 二. 愛護牙齒有一套 貳、運動樂趣多 七. 跑跳遊戲	健體-E-A1	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	活動。 1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業		線上教學	回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表
7	壹、健康有一套 二. 愛護牙齒有一套 貳、運動樂趣多 七. 跑跳遊戲 八. 我們都是平衡高手	健體-E-A1	Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 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。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業			
8	壹、健康有一套	健體-E-A1	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。	1. 筆試 2. 口試			

	<p>二. 愛護牙齒有一套 貳、運動樂趣多 八. 我們都是平衡高手</p>		<p>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 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。</p>	<p>1a-I-2 認識健康的生活習慣。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 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。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>	<p>3. 實作 4. 作業</p>			
9	<p>壹、健康有一套 三. 我愛家人 貳、運動樂趣多 八. 我們都是平衡高手</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-B1</p>	<p>Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</p>	<p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 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。</p>	<p>1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業</p>			
10	<p>壹、健康有一套 三. 我愛家人 貳、運動樂趣多</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-B1</p>	<p>Cb-I-1 運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。</p>	<p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自</p>	<p>1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業</p>			

	八. 我們都是平衡高手		1a-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	我調適技能。 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。				
11	壹、健康有一套 三. 我愛家人 貳、運動樂趣多 九. 社區運動樂	健體-E-B1 健體-E-C1 健體-E-C2	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。 Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業			
12	壹、健康有一套 三. 我愛家人 貳、運動樂趣多 九. 社區運動樂	健體-E-B1 健體-E-C1 健體-E-C2	Ab-I-1 體適能遊戲。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。 Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。	2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 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。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業			

13	壹、健康有一套 四. 空氣汙染大作戰 貳、運動樂趣多 九. 社區運動樂	健體-E-A1 健體-E-A3 健體-E-C1 健體-E-C2	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 Cd-I-1 戶外休閒運動入門遊戲。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業		線上教學	回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表
14	壹、健康有一套 四. 空氣汙染大作戰 貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多	健體-E-A1 健體-E-A3 健體-E-C2	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 Hb-I-1 陣地攻守球類運動相關的簡易拍、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。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 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。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業			
15	壹、健康有一套 四. 空氣汙染大作戰 貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多	健體-E-A1 健體-E-A3 健體-E-C2	Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 Hb-I-1 陣地攻守球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 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	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業			

			確性控球動作。	力。 3d-I-1應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。				
16	壹、健康有一套 四. 空氣汙染大作戰 貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多	健體-E-A1 健體-E-A3 健體-E-C2	Ca-I-1生活中與健康相關的環境。 Hb-I-1陣地攻守球類運動相關的簡易拍、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。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 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，處理或練習遊戲問題。 4a-I-2養成健康的生活習慣。 4d-I-1願意從事規律身體活動。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業			
17	壹、健康有一套 五. 正確使用藥物 貳、運動樂趣多 十. 玩球樂趣多	健體-E-A2 健體-E-C2	Bb-I-1常見的藥物使用方法與影響。 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。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2a-I-1發覺影響健康的生活態度與行為。 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，處理或練習遊戲問題。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	法定:健體-登革熱防治教育-1	線上教學	回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表
18	壹、健康有一套 五. 正確使用藥物 貳、運動樂趣多 十一. 功夫小子	健體-E-A2 健體-E-B3 健體-E-C3	Bb-I-1常見的藥物使用方法與影響。 Bd-I-1武術模仿遊戲。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 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. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	法定:健體-游泳與自救能力教學-2		

				4a-I-1能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。				
19	壹、健康有一套 五. 正確使用藥物 貳、運動樂趣多 十一. 功夫小子	健體-E-A2 健體-E-B3 健體-E-C3	Bb-I-1常見的藥物使用方法與影響。 Bd-I-1 武術模仿遊戲。 Bd-I-2技擊模仿遊戲。	2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。 4a-I-1能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。 4d-I-1願意從事規律身體活動。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	法定:健體-游泳與自救能力教學-2		
20	壹、健康有一套 五. 正確使用藥物 貳、運動樂趣多 十一. 功夫小子	健體-E-A2 健體-E-B3 健體-E-C3	Bb-I-1常見的藥物使用方法與影響。 Bd-I-2技擊模仿遊戲。	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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理或練習遊戲問題。 4d-I-1願意從事規律身體活動。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業			
21	總複習							

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。**