

臺北市中山區中正國小 107 學年度【 健體 】學習領域課程計畫

(一) 二年級學習具體目標 (體育) 科

第一學期

1. 能透過練習與遊戲，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。
2. 能在團體活動中培養並展現團隊合作、遵守規則等運動精神。
3. 能發揮創意，進行簡單的唱跳活動，再以翻滾動作展現基礎體能。
- 4.

第二學期

1. 能透過軟墊、平衡木、呼拉圈和舞蹈等活動，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。
2. 能藉由俯拾皆是的橡皮筋，進行有趣的運動與遊戲，促進肌力與柔軟度，提升肢體協調性
3. 能參與各種趣味化的遊戲，享受踢球的樂趣。
- 4.

(二) 二年級之各單元內涵分析

編寫者：(陳建震)老師

重大議題：

1. 性別平等教育、環境教育、資訊教育、家政教育、人權教育、生涯發展教育、兒少保護教育、家暴教育、性騷擾性侵害防治教育、海洋教育確實融入各領域課程。
2. 圖資利用及閱讀教育融入領域課程計畫(應用閱讀理解策略與閱讀評量)
3. 各年級各班級本土語言教學融入領域課程(不含語文領域)每學期至少一節。

107 學年度第一學期					
週次	單元活動 主題(議題)	單元學習目標	相對應能力指標	節數	評量方法 (請具體描述)
一	單元二快樂來玩球 活動 1 我是滾球王 【人權教育】	1. 能做出原地滾地傳接球動作。 2. 能學會滾地移動接球動作。 3. 能從事保齡球遊戲，並思考創新有趣的玩法。	3-1-3 表現操作運動器材的能力。	2	實際演練 觀察評量
二	單元二快樂來玩球 活動 1 我是滾球王 【人權教育】	1. 能做出原地滾地傳接球動作。 2. 能學會滾地移動接球動作。 3. 能從事保齡球遊戲，並思考創新有趣的玩法。	3-1-3 表現操作運動器材的能力。	2	實際演練 觀察評量
三	單元二快樂來玩球 活動 2 滾地躲避球 【人權教育】	1. 能做出各種移動閃躲的動作技巧。 2. 能夠進行滾地躲避球遊戲。	3-1-3 表現操作運動器材的能力。	2	自我評量 實際演練 觀察評量

四	單元二快樂來玩球 活動 2 滾地躲避球 【人權教育】	1. 能做出各種移動閃躲的動作技巧。 2. 能夠進行滾地躲避球遊戲。	3-1-3 表現操作運動器材的能力。	2	自我評量 實際演練 觀察評量
五	單元二快樂來玩球 活動 2 滾地躲避球 【人權教育】	1. 能做出各種移動閃躲的動作技巧。 2. 能夠進行滾地躲避球遊戲。	3-1-3 表現操作運動器材的能力。	2	自我評量 實際演練 觀察評量
六	單元二快樂來玩球 活動 3 拍球快樂行 【人權教育】	1. 能做出移動拍球動作。 2. 能進行各種組合的拍球遊戲。	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。	2	實際演練 課堂問答 觀察評量
七	單元二快樂來玩球 活動 3 拍球快樂行 【人權教育】	1. 能做出移動拍球動作。 2. 能進行各種組合的拍球遊戲。	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。	2	實際演練 課堂問答 觀察評量
八	單元二快樂來玩球 活動 3 拍球快樂行 【人權教育】	1. 能做出移動拍球動作。 2. 能進行各種組合的拍球遊戲。	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。	2	實際演練 課堂問答 觀察評量
九	單元二快樂來玩球 活動 3 拍球快樂行 【人權教育】	1. 能做出移動拍球動作。 2. 能進行各種組合的拍球遊戲。	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。	2	實際演練 課堂問答 觀察評量
十	單元四假日運動樂 活動 3 常走路健康多 【生涯發展教育】	1. 培養多走路的習慣。 2. 體驗各種走路方法。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 4-1-3 養成規律運動習慣，保持良好體適能。	2	自我評量 實際演練
十一	單元四假日運動樂 活動 3 常走路健康多 【生涯發展教育】	1. 培養多走路的習慣。 2. 體驗各種走路方法。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 4-1-3 養成規律運動習慣，保持良好體適能。	2	自我評量 實際演練
十二	單元四假日運動樂 活動 3 常走路健康多 【生涯發展教育】	1. 培養多走路的習慣。 2. 體驗各種走路方法。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 4-1-3 養成規律運動習慣，保持良好體適能。	2	自我評量 實際演練

十三	單元四假日運動樂 活動3常走路健康 多 【生涯發展教育】	1. 培養多走路的習慣。 2. 體驗各種走路方法。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。 4-1-3 養成規律運動習慣，保持良好體適能。	2	自我評量 實際演練
十四	單元五體能加油站 活動1隨著節奏起 舞 【環境教育】	能配合節奏舞動，並 自創動作。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	2	實際演練 課堂問答
十五	單元五體能加油站 活動1隨著節奏起 舞 【環境教育】	能配合節奏舞動，並 自創動作。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	2	實際演練 課堂問答
十六	單元五體能加油站 活動2滾出活力 【人權教育】 【生涯發展教育】	1. 能做出簡單的滾翻 動作。 2. 能控制身體的滾動 方向。	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。	2	實際演練 觀察評量
十七	單元五體能加油站 活動2滾出活力 【人權教育】 【生涯發展教育】	1. 能做出簡單的滾翻 動作。 2. 能控制身體的滾動 方向。	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。	2	實際演練 觀察評量
十八	單元五體能加油站 活動2滾出活力 【人權教育】 【生涯發展教育】	1. 能做出簡單的滾翻 動作。 2. 能控制身體的滾動 方向。	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。	2	實際演練 觀察評量
十九	單元五體能加油站 活動3全家體能王 【生涯發展教育】	1. 願意和家人一起從 事體能活動。 2. 能利用簡單器具進 行體能活動。	4-1-3 養成規律運動習慣， 保持良好體適能。	2	實際演練 自我評量
二十	單元五體能加油站 活動3全家體能王 【生涯發展教育】	1. 願意和家人一起從 事體能活動。 2. 能利用簡單器具進 行體能活動。	4-1-3 養成規律運動習慣， 保持良好體適能。	2	實際演練 自我評量
二十一	△1/18 (五)休業 式				

107 學年度第二學期

週次	單元活動主題(議題)	單元學習目標	相對應能力指標	節數	評量方法 (請具體描述)
一	單元二運動樂無窮 活動 1 墊上遊戲樂無窮 【環境教育】	1. 能表現靜態的造型動作。 2. 能學會縮體側滾動作。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	2	實際演練 觀察評量
二	單元二運動樂無窮 活動 1 墊上遊戲樂無窮 【環境教育】	1. 能表現靜態的造型動作。 2. 能學會縮體側滾動作。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	2	實際演練 觀察評量
三	單元二運動樂無窮 活動 1 墊上遊戲樂無窮 【環境教育】	1. 能表現靜態的造型動作。 2. 能學會縮體側滾動作。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	2	實際演練 觀察評量
四	單元二運動樂無窮 活動 1 墊上遊戲樂無窮 【環境教育】	1. 能表現靜態的造型動作。 2. 能學會縮體側滾動作。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	2	實際演練 觀察評量
五	單元二運動樂無窮 活動 2 平衡高手 【性別平等教育】	1. 能做出簡單的平衡動作。 2. 能在平衡木上完成側步走、後退、轉身的動作。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	2	實際演練 觀察評量
六	單元二運動樂無窮 活動 2 平衡高手 【性別平等教育】	1. 能做出簡單的平衡動作。 2. 能在平衡木上完成側步走、後退、轉身的動作。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	2	實際演練 觀察評量
七	單元二運動樂無窮 活動 3 呼拉圈遊戲 【人權教育】	1. 能利用呼拉圈創造各種造型。 2. 能利用呼拉圈展現不同的靜態伸展動作。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	2	實際演練 觀察評量

八	單元二運動樂無窮 活動3呼拉圈遊戲 【人權教育】	1.能利用呼拉圈創造各種造型。 2.能利用呼拉圈展現不同的靜態伸展動作。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	2	實際演練 觀察評量
九	單元二運動樂無窮 活動4唱唱跳跳樂趣多 【性別平等教育】	1.能和他人進行舞蹈活動。 2.能進行舞蹈創作。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	2	實際演練 觀察評量
十	單元二運動樂無窮 活動4唱唱跳跳樂趣多 【性別平等教育】	1.能和他人進行舞蹈活動。 2.能進行舞蹈創作。	3-1-1 表現簡單的全身性身體活動。	2	實際演練 觀察評量
十一	單元四擁抱童玩樂無窮 活動1跳躍精靈 【環境教育】	1.學會動態跳躍動作。 2.能表現具協調性的身體動作。 3.透過繩子結網，體驗空間及身體的關係。	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。	2	實際演練 觀察評量
十二	單元四擁抱童玩樂無窮 活動1跳躍精靈 【環境教育】	1.學會動態跳躍動作。 2.能表現具協調性的身體動作。 3.透過繩子結網，體驗空間及身體的關係。	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。	2	實際演練 觀察評量
十三	單元四擁抱童玩樂無窮 活動1跳躍精靈 【環境教育】	1.學會動態跳躍動作。 2.能表現具協調性的身體動作。 3.透過繩子結網，體驗空間及身體的關係。	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。	2	實際演練 觀察評量

十四	單元四擁抱童玩樂無窮 活動2童玩世界 【人權教育】 【環境教育】	1.認識童玩的種類。 2.會玩簡易的毽子、踩高蹺、沙包、跳格子等鄉土童玩遊戲。	4-1-5 透過童玩、民俗等身體活動，了解本土文化。	2	實際演練 觀察評量
十五	單元四擁抱童玩樂無窮 活動2童玩世界 【人權教育】 【環境教育】	1.認識童玩的種類。 2.會玩簡易的毽子、踩高蹺、沙包、跳格子等鄉土童玩遊戲。	4-1-5 透過童玩、民俗等身體活動，了解本土文化。	2	實際演練 觀察評量

十六	單元四擁抱童玩 樂無窮 活動 2 童玩世界 【人權教育】 【環境教育】	1. 認識童玩的種類。 2. 會玩簡易的毽子、踩高蹺、沙包、跳格子等鄉土童玩遊戲。	4-1-5 透過童玩、民俗等身體活動，了解本土文化。	2	實際演練 觀察評量
十七	單元五踢球樂 活動 1 我是踢球 高手 【人權教育】	1. 能學會足背、足內側原地踢球動作。 2. 能從遊戲中體驗踢球樂趣。	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。	2	實際演練 觀察評量
十八	單元五踢球樂 活動 1 我是踢球 高手 【人權教育】	1. 能學會足背、足內側原地踢球動作。 2. 能從遊戲中體驗踢球樂趣。	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。	2	實際演練 觀察評量
十九	單元五踢球樂 活動 2 運動安全 知多少	1. 能了解運動前、中、後的安全注意事項。 2. 能學會運動時，身體不舒服或受傷的處理方式。	1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 5-1-5 說明並演練預防及處理運動傷害的方法。	2	實際演練 觀察評量
二十	△△6/28 (五)休 業式				

(請依本格式撰寫課程計畫，謝謝！)