

三、嘉義縣水上國小 114 學年度校訂課程教學內容規劃表

表 14-3 校訂課程教學內容規劃表 全校學生人數未滿五十人需實施混齡，本課程是否實施混齡教學：是□(____年級和____年級) 否■

年級		二年級	年級課程主題名稱	健康上水-健康好生活			課程設計者	高玉薰、姜永芳、簡寬臻、黃秀娟、張碧云	總節數/學期(上/下)	20/下學期		
符合彈性課程類型		■第一類 跨領域統整性探究課程 ■主題 ☐專題 ☐議題 ☐第二類 ☐社團課程 ☐技藝課程 ☐第四類 其他類課程 ☐本土語文/新住民語文☐服務學習☐戶外教育☐班際或校際交流☐自治活動☐班級輔導 ☐學生自主學習☐領域補救教學(可以複選)										
學校願景		活力 健康成長		溫馨 人文美學	卓越 國際視野	與學校願景呼應之說明	藉由課程內容中的個人與團體跳繩練習、流行疾病病毒病造成的影響並如何去預防、食用蔬果習慣的培養、愛護地球減量用紙與再生利用活動安排，並善用多元教學策略結合不同領域，培養學生卓越的規劃能力、團體合作的技巧、創意展現，同時內化學習內容，展現出活力、健康的規律生活與涵養關懷生活環境的情懷。					
總綱核心素養		E-A1 具備良好生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-CI 具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。			課程目標	1. 經由跳繩活動、流行疾病之預防與建立食用蔬果的習慣培養具備良好生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 2. 藉由繪本閱讀與討論以培養具備個人生活道德的知識與是非判斷的能力，建立減量用紙、回收利用概念與動手製作再生紙卡片之行動以理解並遵守社會道德規範，培養公民意識，關懷生態環境。 3. 透過團體跳繩活動中，遵守活動規則，注意安全，樂於與人互動，並建立團隊成員合作之素養。						
議題融入		*應融入 ☐ 性別平等教育 ☒ 安全教育(交通安全) ☐ 戶外教育(至少擇一) 或 ☒ 其他：環境教育										
融入議題實質內涵		安 E7 探究運動基本的保健。 環 E16 了解物質循環與資源回收利用的原理										
教學進度	單元名稱	領域學習表現 議題實質內涵		自訂學習內容	學習目標		表現任務 (學習評量)		學習活動 (教學活動)		教學資源	節數

第 (1) 週 - 第 (5) 週	跳繩小達人	健 2d- I -1 專注觀賞他人的動作表現。 健 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 安 E7 探究運動基本的保健 健 3c- I -2 表現安全的身體活動行為。 健 2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。 健 2c- I -2 表現認真參與的學習態度。	雙人跳繩 跳繩好處 三人團體跳繩	1.藉由專注觀賞他人雙人跳繩動作，了解雙人跳繩的動作要領。 2.兩人一組探討安全的雙人跳繩動作，注意協調性，模仿雙人跳繩動作做練習，並注意安全、認真練習並達到考核目標。 3.接受體驗二人以上跳繩活動，進而觀看三人團體跳繩動作，了解三人團體跳繩的動作要領。 4.三人一組模仿三人團體跳繩動作做練習，並尊重團隊、相互合作、認真練習達到考核目標。	1. 認真觀看他人跳繩動作，並說出動作要領。 2. 面對面雙人跳繩能連續跳 5 下。 側對側雙人跳繩能連續跳 5 下。 3. 認真觀看他人跳繩動作，並說出動作要領。 4. 三人團體跳繩能連續跳 5 下。 5. 能以圖文日記記錄分享個人練習心得	活動一：雙人跳繩 1. 說一說：除了單人跳繩，還有什麼不同的跳繩方式？ 2. 雙人跳繩示範教學。 （1）面對面 （2）側對側 3. 二人一組，練習以上內容。 4. 教師進行考核，每個項目能連續跳 5 下可過關。 活動二：三人團體跳繩 1. 三人團體跳繩示範教學。 2. 三人一組練習。 3. 教師進行考核，三人跳繩能連續跳 5 下可過關。 4. 課後完成小日記，公開分享、回顧與反思個人跳繩、團體跳繩的學習方向、注意力訓練與體驗團隊合作的默契。	雙人教學示範影片 https://www.youtube.com/watch?v=SHHMa3nkKTU 跳繩 雙人跳繩過關考核表 跳繩 三人跳繩過關考核表	5
第 (6) 週 - 第 (10) 週	病毒不要來	健 fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法 健 fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則 健 2c- I -2 表現認真參與的學習態度。 國 4- I -6 能因應需求，感受寫字的溝通功能與樂趣。	疾病特徵與防治 洗手舞 有話要說	1. 認識常見傳染病及預防方法 2. 複習正確洗手步驟並確實落實於生活中 3. 完成小組合作並展現肢體創意 4. 利用書信方式完成自我省思	1. 能完成配對學習單 2. 做出正確洗手 7 步驟 3. 分組完成自編洗手舞並展現 4. 能找出生病原因並提出改進方法 5. 個人完成給生病的我一封信	活動一：認識常見疾病病配對 1. 了解常見疾病有哪些，並該如何防治常見疾病（腸病毒、新型冠狀病毒、流感、登革熱……） 2. 將常見疾病與防治方法進行配對，統整與分享 活動二：洗手舞 1. 複習正確洗手 7 步驟，練習後小組互相檢視 2. 利用學到的洗手步驟分組自編洗手舞並表演 活動三：給“生病的我”的一封信 1. 想想看自己為甚麼會生病，反思檢討衛生習慣是否確實落實，並提出改進的方法。 2. 如何把這些話寫成一封信：「給生病的我」，完成後，教師將此張貼分享。	常見疾病影片介紹 配對學習單 正確洗手步驟海報 洗手舞影片教學	5

