

高雄市大寮區後庄國小 一 年級第 二 學期部定課程【健體領域】課程計畫(新課綱)

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	【健康】 單元一、 保護身體 好健康： 一、身體 好貼心 【體育】 單元四、 玩球樂： 一、拍球 動一動	健體-E-A1 健體-E-A2	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 Hb-I-1 陣地攻守性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。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 Bc-I-1 各項暖身伸展動作的認識	口試 實作	課綱：健體-安全-(安E6) 課綱：健體-人權-(人E3) BJ:交通安全教育_1_(融入第1週)		
2	【健康】 單元一、 保護身體 好健康： 一、身體 好貼心 【體育】 單元四、 玩球樂： 一、拍球 動一動	健體-E-A2 健體-E-A1	Ga-I-1 走跑跳與投擲遊戲 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為 Bc-I-1 各項暖身伸展動作的認識	口試 實作	課綱：健體-人權-(人E3) 課綱：健體-安全-(安E6)		

3	【健康】 單元一、 保護身體 好健康： 一、身體 好貼心 【體育】 單元四、 玩球樂： 一、拍球 動一動	健體-E-A2 健體-E-A1	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 Hb-I-1 陣地攻守性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。	2a- I -1 發覺影響健康的生 活態度與行為。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。	口試 實作	課網：健體-安全-(安E6)		
4	【健康】 單元一、 保護身體 好健康： 二、五個 好幫手 【體育】 單元四、 玩球樂： 二、拋擲 我最行	健體-E-A1 健體-E-A2	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 Hb-I-1 陣地攻守性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-2 認識健康的生活習慣。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。	口試 實作	課網：健體-安全-(安E6) 課網：健體-人權-(人E3)		
5	【健康】 單元一、 保護身體 好健康：	健體-E-A1 健體-E-A2	1a- I -1 認識基本的健康常識。 Hb-I-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、	2c-I-2 表現認真參與的學習態度。	口試 實作	課網：健體-人權-(人E3)	■線上教學	完成指定作業，於課堂 投影分享

	二、五個好幫手 【體育】 單元四、玩球樂： 二、拋擲我最行		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。	3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。				
6-7	【健康】 單元一、保護身體好健康 二、五個好幫手 【體育】 單元四、玩球樂 三、滾動新樂園	健體-E-A1	Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 Hb-I-1 陣地攻守性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。A2/A1 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力	口試 實作 作業	課綱：健體-人權-(人E3) AL:登革熱防治_1_(融入第6週) BJ:交通安全教育_1_(融入第7週)		
8	【健康】 單元二、健康飲食聰明吃 一、飲食紅綠燈 【體育】 單元五伸展跑跳樂 一、運動	健體-E-A1	Ea-I-2 基本的飲食習慣 Cb-I-1 運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處。	1a- I -1 認識基本的健康常識。A2/A1 4c- I -1 認識與身體活動相關資源。B1/B2	口試 實作	課綱：健體-安全-(安E4) 課綱：健體-安全-(安E7)		

	安全又健康。							
9	【健康】單元二、健康飲食聰明吃一、飲食紅綠燈 【體育】單元五伸展跑跳樂：一、運動安全又健康。	健體-E-A1	Ea-I-2 基本的飲食習慣 Cb-I-1 運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處。	3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 4b- I -1 發表個人對促進健康的立場。	口試 實作	課綱：健體-安全-(安E4) 課綱：健體-安全-(安E7) BA:飲食教育課程_1 BJ: 交通安全教育_1_(融入第9週)		
10	【健康】單元二、健康飲食聰明吃一、飲食紅綠燈 【體育】單元五伸展跑跳樂：二、毛巾伸展操。	健體-E-A1	Fb- I -1 個人的健康自覺與健康行為展現 Bc-I-1 各項暖身伸展動作	1a- I -1 認識基本的健康常識。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。	口試 實作	課綱：健體-安全-(安E7) BA:飲食教育課程_1		

11	【健康】 單元二、 健康飲食 聰明吃 一、飲食 紅綠燈 【體育】 單元五伸 展跑跳 樂：二、 毛巾伸展 操。	健體-E-A1 健體-E-C2	Ea-I-1 生活中 常見的食物與 珍惜食物 Bc-I-1 各項暖 身伸展動作	2a-I-2 感受健 康問題對自己 造成的威脅性。 3c-I-1 表現 基本動作與模 仿的能力。	口試 實作	課綱：健體-安全-(安 E4) BA:飲食教育課程_1	■線上教學	學習將指派作業上傳至 平台分享區
12	【健康】 單元二、 健康飲食 聰明吃 二、健康 飲食我決 定 【體育】 單元五伸 展跑跳 樂：一起 來跳繩	健體-E-A1 健體-E-C2	Fb-I-1 個人的健康自覺與 健康行為展現 Ic-I-1 民俗運 動基本動作與 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。 4d-I-1 願意從 事規律身體活 動。	口試 實作	課綱：健體-安全-(安 E4) BA:飲食教育課程_1		
13-14	【健康】 單元二、 健康飲食 聰明吃	健體-E-A1 健體-E-A2	Ea-I-2 基本的 飲食習慣。	1a-I-1 認識 基本的健康常 識。A2/A1 2c-I-1 表現	口試 實作 作業	課綱：健體-品德-(品 E7) BA:飲食教育課程_2		

	三、健康食物感恩吃 【體育】單元五伸展跑跳樂：四、用報紙玩遊戲。		Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。	尊重的團體互動行為。C1/C2		BH: 低碳教育_1_(融入第13~14週)		
15-16	【健康】單元三、健康防護罩：一、身體不舒服 【體育】單元六、模仿趣味多：一、小巨人和紙鏢	健體-E-A1 健體-E-A3	Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。 Hb- I -1 攻守入侵性運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾 及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確的 控制	1a- I -1 認識基本的健康常識。A2/A1 3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。A2/A3	口試 實作	課綱：健體-人權-(人E3) 法定：健康-性侵-(性E4)-1		
17-18	【健康】單元三、健康防護罩：二、遠離疾病有法寶	健體-E-A2 健體-E-C2	Fb- I -2 兒童常見疾病的預防、照護及醫療經驗。 Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、	2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3c- I -2 表現	口試 實作	課綱：健體-人權-(人E3) AL: 登革熱防治_1_(融入第17週)	■線上教學	完成指定作業，於課堂 投影分享

	【體育】 單元六、 模仿趣味 多:模仿 滾翻秀		懸垂遊戲。	安全的身體活 動行為。				
19-20	【健康】 單元三、 健康防護 罩:三、 健康好心 情 【體育】 單元六、 模仿趣味 多:走向 綠地	健體-E-A2 健體-E-C2	Fa-I-3 情緒體 驗與分辨的方 法。 Ib-I-1 唱、跳 與模仿性律動 遊戲。	3b-I-1 能於引 導下,表現簡易 的自我調適技 能。 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。	口試 實作	課綱:健體-人權-(人 E3) 法定:健康-性侵-(性 E4, E5)-2		

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。