

高雄市大寮區後庄國小 一 年級第 一 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				
1~2	【健康】 單元一： 健康又安全 【體育】 單元四： 玩球樂趣多	健體-E-A1 健體-E-A1 健體-E-A1	Aa- I -1 不同人生階段成長情形的觀察與描述 Cb- I -1 運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處 Da- I -2 身體的部位與衛生保健的重要性	1a- I -1 認識基本的健康常識。A1 1c- I -1 認識身體活動的基本動作。A1 2b- I -2 願意養成個人健康習慣。A1	口試 實作 學生自評	安 E6 了解自己的身體。 安 E7 探究運動基本的保健。		
3	【健康】 單元一： 健康又安全 【體育】 單元四： 玩球樂趣多	健體-E-A1 健體-E-A1	Da- I -1 日常生活中衛生習慣的培養 Cb- I -1 運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處	2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 A1 3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能 A1	口試 實作	安 E6 了解自己的身體。 安 E7 探究運動基本的保健。 AH: 性別平等教育 _1_(融入第3週)		
4~5	【健康】	健體-E-A1 健體-E-A2	Ba- I -1 遊戲場所與上下學	1c- I -2 認識基本的運動常	口試 實作	安 E3 知道常見事故傷害。		

	單元一： 健康又安全 【體育】 單元四： 玩球樂趣多	健體-E-B1 健體-E-A2	情境的覺察與安全須知 Cb- I -3 運動活動空間、場域的體驗 Da- I -1 日常生活中衛生習慣的培養	識。C2/A1 2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。A1/A2 4a- I -2 養成健康的生活習慣。A2/A1	學生自評	安 E6 了解自己的身體。 AH: 性別平等教育_1_(融入第4~5週) AL: 登革熱防治_1_(融入第4~5週)		
6~7	【健康】 單元二： 小心!危險。第一課上下學安全行 【體育】 單元五： 跑跳動起來。第一課安全運動王。	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-A2	Da- I -1 日常生活中衛生習慣的培養 Ia- I -1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲	1c- I -1 認識身體活動的基本動作。A2/A1 2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。A1/A2 3a- I -2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。A1/A2	口試 實作 學生自評	安 E6 了解自己的身體。		
8	【健康】 單元二： 小心!危險。第一	健體-E-A2 健體-E-A2 健體-E-A1	Ba- I -1 遊戲場所與上下學情境的覺察與安全須知	2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。A1/A2	口試 實作	安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E5 了解日常生活危害安全的事件。	■線上教學	完成指定作業，於課堂 投影分享

	課上下學安全行 【體育】 單元五：跑跳動起來。第二課伸展好舒適。		Ca- I -1 生活中健康環境的認識、體驗與感受	3c- I -2 表現安全的身體活動行為。A2/A1		安 E6 了解自己的身體。		
9	【健康】 單元二：小心！危險。第一課：上下學安全行。 【體育】 單元五：跑跳動起來。第二課：伸展好舒適。	健體-E-A2 健體-E-A1	Ba- II -1 居家、交通及戶外環境潛在危機的警覺與安全須知	1b- II -1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。A2/A1 1d- II -1 認識動作技能概念與動作練習的策略。A2/A1 4a- II -2 展現促進健康的行為。A3/B3 4d- II -2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。C1/A3	口試 實作	安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E5 了解日常生活危害安全的事件。 BJ: 交通安全教育_1_(融入第9週) 安 E7 探究運動基本的保健。		
10	【健康】		Ba- II -1 居家、交通及戶	1b- II -1 認識健康技能和生	口試 實作	安 E4 探討日常生活應該注意的安全。		

	<p>單元二： 小心!危險。第二課:保護自己</p> <p>【體育】</p> <p>單元五： 跑跳動起來:第三課健康起步走。</p>		<p>外環境潛在危機的警覺與安全須知</p>	<p>活技能對健康維護的重要性。A2/A1</p> <p>1c-Ⅱ-2 認識身體活動的傷害和防護概念。A2/A1</p> <p>2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。A2/A3</p> <p>3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。A3/A2</p>		<p>安 E5 了解日常生活危害安全的事件。</p>		
11	<p>【健康】</p> <p>單元二： 小心!危險。第二課:保護自己</p> <p>【體育】</p> <p>單元五： 跑跳動起來。第三課:健康起步走。</p>	<p>健體-E-A2</p> <p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-B3</p> <p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-A2</p> <p>健體-E-B2</p>	<p>Ba-Ⅰ-1 遊戲場所與上下學情境的覺察與安全須知</p> <p>Ca-Ⅰ-1 生活中健康環境的認識、體驗與感受</p>	<p>1b-Ⅱ-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。A1/A2</p> <p>1c-Ⅱ-2 認識身體活動的傷害和防護概念。A2/A1</p> <p>2d-Ⅱ-1 描述參與身體活動的感覺。B1/B3</p> <p>3a-Ⅱ-1 演練基本的健康技</p>	<p>口試 實作 學生互評</p>	<p>家 E13 熟悉與家庭生活相關的社區資源。</p> <p>安 E12 操作簡單的急救項目。</p> <p>安 E14 知道通報緊急事件的方式。</p> <p>法定:健康-性侵-(性E4, E5)-1</p>		

				<p>能。A2/A1 3a-Ⅱ-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。A3/A1 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。A3/A2 4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。C1/B2</p>				
12~13	<p>【健康】 單元二： 小心！危險。第二課：保護自己。 【體育】 單元五： 跑跳動起來。第四課：和繩做朋友。</p>	<p>健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-A1</p>	<p>Ba-I-1 遊戲場所與上下學情境的覺察與安全須知 Ca-I-1 生活中健康環境的認識、體驗與感受 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲</p>	<p>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。A2 3c-I-1 表現基本動作與模仿能力。A1</p>	<p>口試 實作 學生互評</p>	<p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E7 探究運動基本的保健。 BJ: 交通安全教育_1_(融入第12~13週) 法定: 健康-性侵-(性E4, E5)-2</p>		

14	<p>【健康】 單元三： 健康超能力。第一課乾淨的我。</p> <p>【體育】 單元六： 全身動一動。第一課：擊掌好朋友</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-C2</p>	<p>Da- I -1 日常生活中衛生習慣的培養</p> <p>Bd- I -1 武術模仿遊戲。</p>	<p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。</p>	<p>口試 實作 學生互評</p>	<p>安 E6 了解自己的身體。</p> <p>生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。</p>	<p>■線上教學</p>	<p>學習將指派作業上傳至平台分享區</p>
15	<p>【健康】 單元三： 健康超能力。第一課：乾淨的我。</p> <p>【體育】 單元六： 全身動一動。第一課：擊掌好朋友。</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-C2</p>	<p>Da- I -1 日常生活中衛生習慣的培養</p> <p>Bd- I -1 武術模仿遊戲。</p>	<p>1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。A2/A1</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。A2/A1</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。B1/C2</p> <p>3d-II-2 運用遊戲的合作和</p>	<p>口試 實作 晤談</p>	<p>生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。</p> <p>BA:飲食教育課程_1</p>		

				競爭策略。 A3/C2				
16~18	<p>【健康】 單元三： 健康超能力：第二課飲食好習慣。</p> <p>【體育】 單元六： 全身動一動：第二課大樹愛遊戲。</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-C2</p>	<p>Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。</p> <p>Ea-I-2 基本的飲食習慣。</p> <p>Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。</p>	<p>1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 A2/A1</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。B1/C2</p>	口試 實作	<p>安 E9 學習相互尊重的精神。</p> <p>BA: 飲食教育課程_2</p>	<p>■線上教學</p>	<p>完成指定作業，於課堂 投影分享</p>
19	<p>【健康】 單元三： 健康超能力：第二課飲食好習慣。</p> <p>【體育】 單元六： 全身動一動。第二課：大樹愛遊戲。</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-A1 健體-E-C1 健體-E-C2</p>	<p>Ea-I-2 飲食習慣的培養和觀察</p> <p>Hc-I-1 標的性相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確的控制</p>	<p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。C2</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。A1</p>	口試 實作	<p>安 E9 學習相互尊重的精神。</p> <p>BH: 低碳教育_1_(融入第19週)</p>		
20-21	<p>【健康】 單元三：</p>	<p>健體-E-C2 健體-E-A1</p>	<p>Ea-I-2 飲食習慣的培養和</p>	<p>Da-II-1 良好衛生習慣的建</p>	口試 實作	<p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p>		

	健康超能力。第三課:好好愛身體 【體育】 單元六:全身動一動。第三課:和風一起玩。		觀察 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。	立 Fb- II -2 常見傳染病預防原則與自我照護 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	實踐			
--	--------------------------------------------------------	--	----------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------	----	--	--	--

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。