

附件伍-1

高雄市橋頭區五林國小四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 | | | | |
| 一 | 第一單元食在有營養 第一課營養要均衡 | 健體-E-A2 | Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。 Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。 | 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 | 學習單、聽力與口語溝通、行為觀察 | 課綱：健體-人權-(人 E7) 課綱：健體-品德-(品 E2) 課綱：健體-品德-(品 E3) 融入【登革熱防治教育】(1) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |
| 二 | 第一單元食在有營養 第二課認識營養素 | 健體-E-A2 | Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。 Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。 | 1a-II-2 了解促進健康生活的 方法。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 | 學習單、聽力與口語溝通、行為觀察 | 課綱：健體-人權-(人 E7) 課綱：健體-品德-(品 E2) 課綱：健體-品德-(品 E3) 融入【健康飲食教育】(1) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |
| 三 | 第一單元食在有營養 第三課聰明選食物 | 健體-E-A2 | Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 | 1a-II-2 了解促進健康生活的 方法。 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。 | 學習單、聽力與口語溝通、行為觀察 | 課綱：健體-人權-(人 E7) 課綱：健體-品德-(品 E2) 課綱：健體-品德-(品 E3) 融入【健康飲食教育】(2) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |
| 四 | 第二單元拒菸拒酒拒 | 健體-E-A2 | Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害 | 1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維 | 學習單、聽力與口語溝通、行為觀察 | 課綱：健體-資訊-(資 E2) 課綱：健體-品德-(品 E2) 課綱：健體-品德-(品 E3) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |

| 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 | | | | |
| | 檳榔 第一課 菸與煙 的真相 | | 與拒絕技巧。 | 護的重要性。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 | | | | |
| 五 | 第二單元拒菸 拒酒拒檳榔 第二課 酒與檳榔 | 健體-E-A2 | Bb-II-2 吸菸、 喝酒、嚼檳榔 對健康的危害 與拒絕技巧。 | 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。 | 學習單、聽力與 口語溝通、行為 觀察 | 課綱:健體-資訊-(資 E2) 課綱:健體-品德-(品 E2) 課綱:健體-品德-(品 E3) | <input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 | 完成指派作業上傳至 classroom 作業區 |
| 六 | 第二單元拒菸 拒酒拒檳榔 第三課 向菸、 酒、檳榔說不 | 健體-E-A1 健體-E-B1 | Bb-II-2 吸菸、 喝酒、嚼檳榔 對健康的危害 與拒絕技巧。 Bb-II-3 無菸家 庭與校園的健康 信念。 | 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和 生活技能。 4b-II-2 使用事實證據來支持 自己促進健康的 立場。 | 學習單、聽力與 口語溝通、行為 觀察 | 課綱:健體-法治-(法 E8) 課綱:健體-資訊-(資 E2) 課綱:健體-品德-(品 E2) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |
| 七 | 第三單元熱與 火的危機 第一課 | 健體-E-A2 | Ba-II-1 居家、 交通及戶外環 境的潛在危機 與安全須知。 Ba-II-2 灼燙 | 3a-II-1 演練基 本的健康技 能。 3a-II-2 能於生 活中獨立操作 | 學習單、聽力與 口語溝通、行為 觀察 | 課綱:健體-安全-(安 E6) 課綱:健體-安全-(安 E11) 課綱:健體-安全-(安 E12) 融入【游泳與自救能力教 學】(1) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |

| 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 | | | | |
| | 小心灼燙傷 | | 傷、出血、扭傷的急救處理方法。 | 基本的健康技能。 | | | | |
| 八 | 第三單元熱與火的危機 第二課防火安全檢查 | 健體-E-A2 | Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。 | 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 4a-II-2 展現促進健康的行為。 | 學習單、聽力與口語溝通、行為觀察 | 課網:健體-安全-(安 E6) 課網:健體-安全-(安 E11) 課網:健體-安全-(安 E12) 融入【游泳與自救能力教學】(1) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |
| 九 | 第三單元熱與火的危機 第二課防火安全檢查 | 健體-E-A2 | Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。 | 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 4a-II-2 展現促進健康的行為。 | 學習單、聽力與口語溝通、行為觀察 | 課網:健體-安全-(安 E6) 課網:健體-安全-(安 E11) 課網:健體-安全-(安 E12) 融入【游泳與自救能力教學】(1) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |
| 十 | 第三單元熱與火的危機 第三課火場應變 | 健體-E-A2 | Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。 | 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 | 學習單、聽力與口語溝通、行為觀察 | 課網:健體-安全-(安 E6) 課網:健體-安全-(安 E11) 課網:健體-安全-(安 E12) 融入【游泳與自救能力教學】(1) | <input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 | 回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表 |
| 十一 | 第四單 | 健體-E-C2 | Hb-II-1 陣地攻 | 2c-II-2 表現增 | 口頭報告、聽力 | 課網:健體-安全-(安 E6) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |

| 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 | | | | |
| | 元球類 遊戲王 第一課 足球玩 家 | | 守性球類運動 相關的拍球、 拋接球、傳接 球、擲球及踢 球、帶球、追 逐球、停球之 時間、空間及 人與人、人與 球關係攻防概 念。 | 進團隊合作、 友善的互動行 為。 3d-II-2 運用遊 戲的合作和競 爭策略。 | 與口語溝通、實 際操作、行為觀 察 | 課綱:健體-品德-(品 E3) 融入【性別平等教育】(2) | | |
| 十二 | 第四單 元球類 遊戲王 第一課 足球玩 家 | 健體-E-C2 | Hb-II-1 陣地攻 守性球類運動 相關的拍球、 拋接球、傳接 球、擲球及踢 球、帶球、追 逐球、停球之 時間、空間及 人與人、人與 球關係攻防概 念。 | 2c-II-2 表現增 進團隊合作、 友善的互動行 為。 3d-II-2 運用遊 戲的合作和競 爭策略。 | 口頭報告、聽力 與口語溝通、實 際操作、行為觀 察 | 課綱:健體-安全-(安 E6) 課綱:健體-品德-(品 E3) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |
| 十三 | 第四單 元球類 遊戲王 第二課 壘上攻 防 | 健體-E-C2 | Hd-II-1 守備/ 跑分性球類運 動相關的拋接 球、傳接球、 擊球、踢球、 跑動踩壘之時 | 3d-II-2 運用遊 戲的合作和競 爭策略。 4d-II-2 參與提 高體適能與基 本運動能力的 | 口頭報告、聽力 與口語溝通、實 際操作、行為觀 察 | 課綱:健體-安全-(安 E6) 課綱:健體-品德-(品 E3) 融入【性別平等教育】(2) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |

| 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 | | | | |
| | | | 間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 身體活動。 | | | | |
| 十四 | 第四單元球類遊戲王來第二課壘上攻防 | 健體-E-C2 | Hd-II-1 守備／跑分性球類運動相關的拋接球、傳接球、擊球、踢球、跑動踩壘之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 | 口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、行為觀察 | 課綱:健體-安全-(安 E6) 課綱:健體-品德-(品 E3) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |
| 十五 | 第五單元跑跳過招大進擊第一課跑動活力躍 | 健體-E-A2 | Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 策略。 | 口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、行為觀察 | 課綱:健體-安全-(安 E6) | <input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 | 完成指派作業上傳至classroom作業區 |
| 十六 | 第五單元跑跳過招大進擊 | 健體-E-A2 | Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 | 口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、行為觀察 | 課綱:健體-安全-(安 E6) 融入【性別平等教育】(2) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |

| 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 | | | | |
| | 第一課 跑動活力躍 | | | 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 | | | | |
| 十七 | 第五單元跑跳過招大進擊 第二課健康體適能 | 健體-E-A3 | Ab-II-2 體適能自我檢測方法。 Cb-II-1 運動安全規則、運動增進生長知識。 Cb-II-4 社區運動活動空間與場域。 Cd-II-1 戶外休閒運動基本技能。 | 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 4c-II-1 了解影響運動參與的因素，選擇提高體適能的運動計畫與資源。 | 口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、行為觀察 | 課網:健體-戶外-(戶 E1) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |
| 十八 | 第五單元跑跳過招大進擊 第三課友善對練 | 健體-E-C2 | Bd-II-1 武術基本動作。 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態 | 口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、行為觀察 | 課網:健體-安全-(安 E6) 課網:健體-品德-(品 E3) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |

| 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 | | | | |
| | | | | 度。 | | | | |
| 十九 | 第六單元嬉游樂舞鈴第一課舞動一身 | 健體-E-B3 | Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 Ib-II-2 土風舞遊戲。 | 2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 | 口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、行為觀察 | 課綱:健體-安全-(安 E6) | <input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 | 回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表 |
| 廿 | 第六單元嬉游樂舞鈴第二課打水遊戲 | 健體-E-A2 | Cc-II-1 水域休閒運動基本技能。 Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲。 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 | 口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、行為觀察 | 課綱:健體-海洋-(海 E2) 課綱:健體-海洋-(海 E3) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |
| 廿一 | 第六單元嬉游樂舞鈴第三課轉動扯鈴 | 健體-E-A2 | Ic-II-1 民俗運動基本動作與串接。 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 | 口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、行為觀察 | 課綱:健體-安全-(安 E6) | <input type="checkbox"/> 線上教學 | |

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。