

高雄市 區 國小四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				
一	第一單元迎向青春 第一課相處萬花筒	健體-E-A2 健體-E-B1	Db-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。 Fa-II-1 自我價值提升的原則。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。	學習單、聽力與口語溝通、行為觀察	課綱:健體-性別-(性 E4) 課綱:健體-性別-(性 E5) 融入:【健康飲食教育】(2)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
二	第一單元迎向青春 第二課青春你我他	健體-E-A1	Db-II-1 男女生殖器官的基本功能與差異。 Fa-II-3 情緒的類型與調適方法。	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。	口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、行為觀察	課綱:健體-性別-(性 E4) 課綱:健體-性別-(性 E5) 融入:【健康飲食教育】(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				
三	第一單元迎向青春 第三課尊重與保護自我	健體-E-A1 健體-E-A2	Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	學習單、聽力與口語溝通、行為觀察	課綱:健體-性別-(性 E4) 課綱:健體-性別-(性 E5) 融入:【性別平等教育】(2)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
四	第二單元天然災害知多少 第一課天搖地動	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。	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 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。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	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 E2) 課綱:健體-安全-(安 E4)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
五	第二單元天然災害知多少 第二課小小救	健體-E-A2	Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3a-II-1 演練基本的健康技	學習單、聽力與口語溝通、行為觀察	課綱:健體-安全-(安 E11) 課綱:健體-安全-(安 E12)	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學	完成指派作業上傳至 classroom 作業區

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				
	護員			能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。				
六	第二單元天然災害知多少 第三課颱風來襲	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。	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 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。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	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 E2) 課綱:健體-安全-(安 E4) 融入:【登革熱防治教育】(1)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
七	第三單元健康方程式 第一課呼吸系統	健體-E-A1	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。	學習單、聽力與口語溝通、行為觀察	課綱:健體-安全-(安 E2) 課綱:健體-安全-(安 E4) 融入:【性別平等教育】(2)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
八	第三單	健體-E-A1	Fb-II-2 常見傳	1a-II-2 了解促	口頭報告、聽力	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				
	元健康 方程式 第二課 肺炎防 疫通		染病預防原則 與自我照護方 法。	進健康生活的 方法。 2a-II-2 注意健 康問題所帶來 的威脅感與嚴 重性。 4a-II-2 展現促 進健康的行 為。 4b-II-1 清楚說 明個人對促進 健康的立場。	與口語溝通、實 際操作、行為觀 察			
九	第三單 元健康 方程式 第三課 就醫好 習慣	健體-E-A1	Fb-II-3 正確就 醫習慣。	1b-II-1 認識健 康技能和生活 技能對健康維 護的重要性。 2b-II-1 遵守健 康的生活規 範。 3a-II-1 演練基 本的健康技 能。 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-安全-(安 E2) 課綱:健體-安全-(安 E4) 融入:【游泳與自救能力教 育】(1)	□線上教學	
十	第四單	健體-E-A1	Ha-II-1 網/牆	1c-II-1 認識身	口頭報告、聽力	課綱:健體-人權-(人 E3)	■線上教學	回家觀看教育平台相

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				
	元球來 球往 第一課 桌球擊 球趣		性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。	體活動的動作技能。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 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身體活動。	與口語溝通、實際操作、行為觀察			關影片，並於課堂進行發表
十一	第四單 元球來 球往 第二課 籃球輕 鬆玩	健體-E-A1 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	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。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	學習單、聽力與口語溝通、行為觀察	課綱:健體-人權-(人E3)	□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				
			念。	3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。				
十二	第四單元球來球往 第三課球來球襲	健體-E-A1 健體-E-C2	Hc-II-1 標的性球類運動相關的拋球、擲球、滾球之時間、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。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 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。	口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、行為觀察	課綱:健體-人權-(人 E3)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
十三	第四單元球來球往 第四課攻閃交手	健體-E-A1 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-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	學習單、聽力與口語溝通、行為觀察	課綱:健體-人權-(人 E3)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
十四	第五單元	健體-E-A1	Cb-II-3 奧林匹	1d-II-1 認識動	口頭報告、聽力	課綱:健體-安全-(安 E2)	<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				
	元投擊 奔極限 第一課 傳接投 擲趣	健體-E-C2	克運動會的起源與訴求。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	與口語溝通、實際操作、行為觀察	課網:健體-安全-(安 E4)		
十五	第五單元投擊 奔極限 第一課 傳接投 擲趣	健體-E-A1 健體-E-C2	Cb-II-3 奧林匹克運動會的起源與訴求。 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。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	學習單、聽力與口語溝通、行為觀察	課網:健體-安全-(安 E2) 課網:健體-安全-(安 E4)	■線上教學	完成指派作業上傳至classroom作業區

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				
十六	第五單元投擊 奔極限 第二課 耐力小 鐵人	健體-E-A1	Bc-II-2 運動與 身體活動的保 健知識。 Ga-II-1 跑、跳 與行進間投擲 的遊戲。	1c-II-1 認識身 體活動的動作 技能。 1c-II-2 認識身 體活動的傷害 和防護概念。 2c-II-3 表現主 動參與、樂於 嘗試的學習態 度。 2d-II-1 描述參 與身體活動的 感覺。 3d-II-1 運用動 作技能的練習 策略。 4d-II-1 培養規 律運動的習慣 並分享身體活 動的益處。	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 E7) 融入:【游泳與自救能力教 育】(1)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
十七	第五單元投擊 奔極限 第三課 友善攻 防術	健體-E-A1	Bd-II-1 武術基 本動作。 Bd-II-2 技擊基 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	學習單、聽力與 口語溝通、行為 觀察	課網:健體-安全-(安 E7) 融入:【游泳與自救能力教 育】(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				
				度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。				
十八	第六單元箱木 跳跳隨 花舞 第一課 跳箱平 衡木	健體-E-C2	Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	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 E7) 融入:【游泳與自救能力教育】(1)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
十九	第六單元箱木	健體-E-B3	Ib-II-1 音樂律動與模仿性創	1c-II-1 認識身體活動的動作	學習單、聽力與口語溝通、行為	課綱:健體-安全-(安 E7)	<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				
	跳跳隨 花舞 第二課 線條愛 跳舞		作舞蹈。	技能。 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	觀察			
廿	第六單元箱木 跳跳隨 花舞 第三課 花之舞	健體-E-B3	Ib-II-2 土風舞 遊戲。	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。 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 E7)	<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。