

附件伍-1

高雄市橋頭區五林國小三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	第一單元飲食聰明選 第一課吃出健康	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。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	口頭報告 實際操作		<input type="checkbox"/> 線上教學	
二	第一單元飲食聰明選 第二課飲食學問大	健體-E-A2	Ea-II-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。 Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	口頭報告 實際操作		<input type="checkbox"/> 線上教學	
三	第二單元生命的樂章 第一課生長圓舞曲	健體-E-A1	Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。	3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	檢核表 實際操作		<input type="checkbox"/> 線上教學	
四	第二單元生命	健體-E-B1	Aa-II-2 人生各階段發展的順	1a-II-1 認識身心健康基本概	口頭報告 實際操作		<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				
	的樂章 第二課 人生進行曲		序與感受。 Fa-II-2 與家人 及朋友良好溝 通與相處的技 巧。	念與意義。 3b-II-2 能於引 導下，表現基 本的人際溝通 互動技能。				
五	第三單 元快樂 的社區 第一課 社區新 體驗	健體-E-A2	Ca-II-1 健康社 區的意識、責 任與維護行 動。	2b-II-1 遵守健 康的生活規 範。 4a-II-2 展現促 進健康的行 為。	口頭報告 實際操作		<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學	回家觀看 google Classroom 老師上 傳的影片，並於 課堂進行發表
六	第三單 元快樂 的社區 第二課 社區環 保	健體-E-A2	Ca-II-1 健康社 區的意識、責 任與維護行 動。 Ca-II-2 環境汙 染對健康的影 響。	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。	口頭報告 實際操作		<input type="checkbox"/> 線上教學	
七	第三單 元快樂 的社區 第三課 社區藥 師好朋 友	健體-E-A2	Bb-II-1 藥物對 健康的影響、 安全用藥原則 與社區藥局。	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。	口頭報告 實際操作		<input type="checkbox"/> 線上教學	
八	第四單 元與繩	健體-E-C2	Ha-II-1 網／牆 性球類運動相	3c-II-2 透過身 體活動，探索	實際操作 口頭報告		<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				
	球同行 第一課 隔繩對 戰		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。	運動潛能與表 現正確的身體 活動。 3d-II-2 運用遊 戲的合作和競 爭策略。				
九	第四單 元與繩 球同行 第一課 隔繩對 戰	健體-E-C2	Ha-II-1 網／牆 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。	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。 3d-II-2 運用遊 戲的合作和競 爭策略。	實際操作 口頭報告		□線上教學	
十	第四單 元與繩 球同行 第二課 玩球完 勝	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。	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。	實際操作 檢核表		■線上教學	課堂觀看 youtube 影片，並於進行 發表
十一	第四單	健體-E-A1	Ic-II-1 民俗運	1d-II-1 認識動	實際操作		□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				
	元與繩球同行 第三課 跳繩妙變化		動基本動作與串接。	作技能概念與動作練習的策略。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	口頭報告			
十二	第五單元跑接樂悠游 第一課 飛盤擲接樂	健體-E-C2	Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。	2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 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。	實際操作 檢核表		<input type="checkbox"/> 線上教學	
十三	第五單元跑接樂悠游 第二課 伸展跑步趣	健體-E-A1	Bc-II-1 暖身、伸展動作原則。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	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。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	實際操作		<input type="checkbox"/> 線上教學	
十四	第五單元跑接樂悠游 第二課	健體-E-A1	Bc-II-1 暖身、伸展動作原則。 Ga-II-1 跑、跳	3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體	實際操作 口頭報告		<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				
	伸展跑步趣		與行進間投擲的遊戲。	活動。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。				
十五	第五單元跑接樂悠游第三課跑步接力傳寶	健體-E-C2	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	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。	實際操作 口頭報告		<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學	回家觀看 google Classroom 老師上傳的相關影片，並於課堂進行發表
十六	第五單元跑接樂悠游第四課安全漂浮游	健體-E-A2	Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。	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。	聽力與口語溝通 實際操作	法定：游泳與自救能力教學-2	<input type="checkbox"/> 線上教學	
十七	第五單元跑接樂悠游第四課安全漂浮游	健體-E-A2	Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。	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。	實際操作 口頭報告	法定：游泳與自救能力教學-2	<input type="checkbox"/> 線上教學	
十八	第六單元滾翻躍動舞歡樂第一課	健體-E-A1	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。 3c-II-1 表現聯	實際操作 口頭報告		<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				
	拳腳見功夫			合性動作技能。				
十九	第六單元滾翻躍動舞歡樂 第二課搖滾翻轉樂	健體-E-A1	Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	實際操作 檢核表 口頭報告		<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學	課堂觀看 youtube 影片，並於進行發表
廿	第六單元滾翻躍動舞歡樂 第三課歡欣土風舞	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。	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。	實際操作 口頭報告		<input type="checkbox"/> 線上教學	
廿一	第六單元滾翻躍動舞歡樂 第三課歡欣土風舞	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-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。	實際操作 口頭報告		<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。