

附件伍-1

高雄市左營區新上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				
一	第一單元保護身體好健康 第一課身體好貼心、第二課五個好幫手	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。	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。 1a- I -2 認識健康的生活習慣。 2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。 4a- I -2 養成健康的生活習慣。	2.口試 5.作業 6.報告 11.學生自評	法定:健體-性侵害防治教育-(性 E7 E8)-1 課綱:健體-安全教育-(安E6)-1		
一一	第二單元健康飲食聰明吃 第一課飲食紅綠燈、第二課健康飲食我決定	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。	Ea- I -1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Ea- I -2 基本的飲食習慣。 Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	1a- I -1 認識基本的健康常識。 2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2a- I -2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2b- I -1 接受健康的生活規範。 2b- I -2 願意養成個人健康習慣。 3b- I -3 能於生活中嘗試運用生活技能。	2.口試 11.學生自評	法定:健體-性侵害防治教育-(性 E9 E10)-1 法定:健體-交通安全教育-(安 E1 E2)-1		
三	第二單元健康	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活	Ea- I -1 生活中常見的食物與珍惜食物。	1a- I -1 認識基本的健康常識。	2.口試 4.實作 5.作業	法定:健體-性侵害防治教育-(性 E11 E12)-1	線上教學	Classroom Meet 非同步影片教學

	飲食聰明吃 第二課健康飲食我決定、第三課健康食物感恩吃	的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。	Ea- I -2 基本的飲食習慣。 Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。	2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b- I -3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4a- I -2 養成健康的生活習慣。	9.實踐 11.學生自評	法定:健體-交通安全教育-(安E3 E4)-1 課綱:健體-品德教育-(品EJU7)-1		
四	第三單元健康防護罩 第一課身體不舒服	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力,並透過體驗與實踐,處理日常生活中運動與健康的問題。	Fb- I -2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。 Bb- I -1 常見的藥物使用方法與影響。	1a- I -1 認識基本的健康常識。 2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。	4.實作 6.報告	法定:健體-交通安全教育-(安E5 E6)-1		
五	第三單元健康防護罩 第二課遠離疾病有寶	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力,並透過體驗與實踐,處理日常生活中	Fb- I -1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 Fb- I -2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。	1a- I -1 認識基本的健康常識。 2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2b- I -1 接受健康的生活規範。 3a- I -1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 4b- I -1 發表個人對促進健康的立場。	2.口試 4.實作 6.報告 11.學生自評	法定:健體-兒童權利公約-(人E8 E9)-1		

		運動與健康的問題。						
六	第三單元健康防護罩 第三課健康好心情	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力,並透過體驗與實踐,處理日常生活中運動與健康的問題。	Fa- I -3 情緒體驗與分辨的方法。	2a- I -1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b- I -1 能於引導下,表現簡易的自我調適技能。 3b- I -3 能於生活中嘗試運用生活技能。	4.實作 5.作業 6.報告 11.學生自評	法定:健體-健康飲食教育-(戶E3)-1 課綱:健體-生命教育-(生E3)-1		
七	第四單元玩球樂 第一課拍球動一動	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。	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。	1c- I -1 認識身體活動的基本動作。 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。 3d- I -1 應用基本動作常識,處理練習或遊戲問題。 4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。	4.實作	法定:健體-健康飲食教育-(戶E3)-1 課綱:健體-人權教育-(人E3)-1		
八	第四單元玩球樂 第二課拋擲我最行	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展	Hc- I -1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	1c- I -1 認識身體活動的基本動作。 2c- I -2 表現認真參與的學習態度。	4.實作 5.作業 6.報告	法定:健體-健康飲食教育-(戶E3)-1 課綱:健體-人權教育-(人E3)-1	線上教學	Classroom Meet 非同步影片教學

		運動與保健的 潛能。		3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 3d- I -1 應用基本動作常識,處理練習或遊戲問題。				
九	第四單元玩球樂 第二課拋擲我最行	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。	Hc- I -1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	1c- I -1 認識身體活動的基本動作。 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。 3d- I -1 應用基本動作常識,處理練習或遊戲問題。	4.實作 5.作業 11.學生自評	課綱:健體-人權教育-(人E3)-1		
十	第四單元玩球樂 第三課滾動新樂園	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。	Hc- I -1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	1c- I -1 認識身體活動的基本動作。 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。 3d- I -1 應用基本動作常識,處理練習或遊戲問題。	4.實作 5.作業 11.學生自評	課綱:健體-人權教育-(人E3)-1		

				4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。				
十一	第五單元伸展跑跳樂第一課運動安全又健康	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣, 以促進身心健全發展, 並認識個人特質, 發展運動與保健的潛能。	Cb- I -1 運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處。	1c- I -2 認識基本的運動常識。 3c- I -2 表現安全的身體活動行為。 4c- I -2 選擇適合個人的身體活動。	2.口試 4.實作 5.作業	課綱:健體-安全教育-(安E4,E7)-1		
十二	第五單元伸展跑跳樂第二課毛巾伸展操	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣, 以促進身心健全發展, 並認識個人特質, 發展運動與保健的潛能。	Bc- I -1 各項暖身伸展動作。	1c- I -1 認識身體活動的基本動作。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。	4.實作 5.作業		線上教學	Classroom Meet 非同步影片教學
十三	第五單元伸展跑跳樂第三課一起來跳繩	健體-E-C2 具備同理他人感受, 在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭, 並與團隊成員合作, 促進身心健康。	1c- I -1 民俗運動基本動作與遊戲。	1c- I -1 認識身體活動的基本動作。 2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。 3c- I -2 表現安全的身體活動行為。 4d- I -1 願意從事規律身體活動。	2.口試 4.實作 11.學生自評	法定:生活-登革熱防治教育-(E1)-1		

十四	第五單元伸展跑跳樂第三課一起來跳繩	健體-E-C2 具備同理他人感受, 在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭, 並與團隊成員合作, 促進身心健康。	1c- I -1 民俗運動基本動作與遊戲。	1c- I -1 認識身體活動的基本動作。 2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。 3c- I -2 表現安全的身體活動行為。 4d- I -1 願意從事規律身體活動。	4.實作 5.作業			
十五	第五單元伸展跑跳樂第四課用報紙玩遊戲	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力, 並透過體驗與實踐, 處理日常生活中運動與健康的問題。	Ab- I -1 體適能遊戲。 Ga- I -1 走、跑、跳與投擲遊戲。	3c- I -2 表現安全的身體活動行為。 4d- I -1 願意從事規律身體活動。	4.實作			
十六	第五單元伸展跑跳樂第四課用報紙玩遊戲	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力, 並透過體驗與實踐, 處理日常生活中運動與健康的問題。	Ab- I -1 體適能遊戲。 Ga- I -1 走、跑、跳與投擲遊戲。	3c- I -2 表現安全的身體活動行為。 4d- I -1 願意從事規律身體活動。	4.實作 5.作業		線上教學	Classroom Meet 非同步影片教學
十七	第六單元模仿趣味多	健體-E-C2 具備同理他人感受, 在體育活動和健康生活中樂於與人互	Bd- I -1 武術模仿遊戲。	1d- I -1 描述動作技能基本常識。	4.實作 5.作業	課綱:健體-人權教育-(人E5)-1		

	第一課 小巨人和紙鏢	動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。		2c- I -1 表現尊重的團體互動行為。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。				
十八	第六單元模仿趣味多 第二課模仿滾翻秀	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	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。 2d- I -1 專注觀賞他人的動作表現。 3c- I -1 表現基本動作與模仿的能力。 3d- I -1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	4.實作 5.作業 6.報告			
十九	第六單元模仿趣味多 第三課走向綠地	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	Ib- I -1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	1c- I -1 認識身體活動的基本動作。 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。 4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。	4.實作 6.報告	課綱:健體-人權教育-(人E3)-1		

廿	第六單元模仿趣味多 第三課走向綠地	健體-E-C2 具備同理他人感受, 在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭, 並與團隊成員合作, 促進身心健康。	Ib- I -1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	1c- I -1 認識身體活動的基本動作。 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。 4d- I -2 利用學校或社區資源從事身體活動。	4.實作 5.作業 6.報告	課綱:健體-人權教育-(人E3)-1		
---	----------------------	---	-----------------------	---	----------------------	--------------------	--	--

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。