

附件伍-1

高雄市小港區漢民國小四年級第二學期部定課程【健康與體育領域】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		學習目標	評量方式	議題融入	線上教學
			學習內容	學習表現				
1	壹、健 康界 一. 風搖 地動	健體-E-A3	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。 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	1. 能認識颱風可能造成的災害。 2. 能了解颱風來臨時的減災整備方法。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：安全-1 課綱：防災-1 法定：登革熱防治-1 法定：海洋教育-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
2	壹、健 康界 一. 風搖 地動 二. 逗陣 來長大	健體-E-A3	Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。 Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	1. 能在不同的場域中操作防震避難動作。 2. 能經由身體狀況的改變，體認人體成長的事實。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：防災-1 課綱：性別-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
3	壹、健 康界 一. 風搖 地動 二. 逗陣 來長大	健體-E-A1	Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。 Db-II-1 男女生殖器官的基本功能與差異。	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。	1. 能在不同的場域中操作防震避難動作。 2. 能知道男、女生殖器官的基本功能與差異。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：性別-1 課綱：生命-1	<input type="checkbox"/> 線上教學

4	壹、健 康界 二.逗陣 來長大 三.消費 停看聽	健體-E- A1	Da-II-2 身 體各部位的 功能與衛生 保 健 的 方 法。 Eb-II-1 健 康安全消費 的訊息與方 法。	2a-II-2 注意 健康問題所帶 來的威脅感與 嚴重性。 3a-II-2 能於 生活中獨立操 作基本的健康 技能。	1.能自我檢視身體 的成長及身體清潔 情形。 2.能藉由日常的購 物行為，分辨必 要、需要和想要的 概念。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗 及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：性別-1 課綱：家庭-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
5	壹、健 康界 三.消費 停看聽	健體-E- B2	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。	1.能辨別不同材質 的水杯及其使用方 式對健康的影響。 2.能連結生活中安 全消費與消費訊息 之間的關係。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗 及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：家庭-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
6	壹、健 康界 三.消費 停看聽 四.知己 知彼	健體-E- C1	Eb-II-1 健 康安全消費 的訊息與方 法。 Fa-II-1 自 我價值提升 的原則。	1b-II-2 辨別 生活情境中適 用的健康技能 和生活技能。 3b-II-2 能於 引導下，表現 基本的人際溝 通互動技能。	1.能於生活中落實 「安全、健康、營 養、衛生」消費的 行為。 2.能藉由自我觀察 與同學的彼此觀察 肯定自己。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗 及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：家庭-1 課綱：生涯-1 法定：飲食教育課程-2	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 使用南一派 測驗&南一 派筆記
7	壹、健 康新世 界 四.知己 知彼	健體-E- A1	Ce-II-1 其 他休閒運動 基本技能。 Fa-II-2 與 家人及朋友 良好溝通與	1c-II-1 認識 身體活動的動 作技能。 3b-II-1 透過 模仿學習，表 現基本的自我 調適技能。	1.能學習與家人良 好溝通與相處的技 巧。 2.能了解飛盤運 動。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗 及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：生涯-1 課綱：人權-1 法定：飲食教育課程-1	<input type="checkbox"/> 線上教學

	貳、運動最我行五盤玩		相處的技巧。					
8	貳、運動最我行五盤玩	健體-E-A1	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。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	1. 能了解如何利用反手握、正手握投擲飛盤。 2. 能依據遊戲規則完成遊戲動作。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：人權-1 課綱：生涯-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
9	貳、運動最我行五盤玩 六. 歡樂土風舞	健體-E-C2	Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。 Ib-II-2 土風舞遊戲。	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。	1. 能完成飛盤接力賽。 2. 能認識具國家特色民俗的土風舞，並學習著用身體語言與人互動。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：人權-1 課綱：生涯-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
10	貳、運動最我行六. 歡樂土風舞	健體-E-C2	Ib-II-2 土風舞遊戲。	2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。 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。	1. 能認真參與練習，並和他人友善互動，學習土風舞動作。 2. 能確實利用身體各部位做出流暢性的土風舞動作及肢體表情。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量		<input type="checkbox"/> 線上教學
11	貳、運動最我行六. 歡樂土風舞	健體-E-C2	Hb-II-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、拋	2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。	1. 透過土風舞遊戲，能彼此探索同儕的動作元素，展	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量		<input type="checkbox"/> 線上教學

	七. 活力足球		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。 Ib-II-2 土風舞遊戲。	3c-II-1 表現聯合性動作技能。	現最適宜的動作表現。 2. 能展現盤球繞物的技巧。			
12	貳、運動我最行 七. 活力足球	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。	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。	1. 知道足球的基本攻防概念。 2. 了解球王梅西的故事。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量		<input type="checkbox"/> 線上教學
13	貳、運動我最行 八. 跳高小子	健體-E-C2	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。 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與	1. 於活動中體驗單腳抬跨動作。 2. 會順暢的完成側抬跨跳動作。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量		<input type="checkbox"/> 線上教學

				表現正確的身體活動。				
14	貳、運動我最 行八.跳高 小子九.武術 高手	健體-E-A1	Bd-II-1 武術基本動作。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	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。	1. 能完成剪式跳高。 2. 了解拳、掌手勢的動作及應用。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量		<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 使用南一派測驗&南一派筆記
15	貳、運動我最 行九.武術 高手	健體-E-A1	Bd-II-1 武術基本動作。	1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。	1. 能完成正確完成武術的連續動作。 2. 能規律運動並分享運動心得。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量		<input type="checkbox"/> 線上教學
16	貳、運動我最 行九.武術 高手十.羽球 同樂	健體-E-C2	Bd-II-1 武術基本動作。 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。	3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	1. 能應用身體方面的協調能力，順暢的完成武術連續動作。 2. 透過羽球活動，學會正確的握拍方法及向上擊球動作技能。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量		<input type="checkbox"/> 線上教學

17	貳、運動我最行十. 羽球同樂	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。	3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	1. 能學會正確發高遠球的動作，並可以將球打高、打遠。 2. 能學會正確的正手拍、反手拍擊球的動作，應用到比賽中。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量		<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 使用南一派測驗&南一派筆記
18	貳、運動我最行十一. 功夫小將領	健體-E-C1	Bd-II-2 技擊基本動作。 Cb-II-4 社區運動活動空間與場域。	1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 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。	1. 能遵守柔道運動的禮節起源及學習尊重運動場地及選手。 2. 認識安全的運動學習場域。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量		<input type="checkbox"/> 線上教學
19	貳、運動我最行十一. 功夫小將領 十二. 水中蛟龍	健體-E-C1	Bd-II-2 技擊基本動作。 Cc-II-1 水域休閒運動基本技能。	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	1. 嘗試欣賞多元技擊性運動，學習選手對運動的堅持與尊重。 2. 辨別戲水時的危險情境，並學會游泳的安全技能。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：海洋-1 法定：游泳與自救能力教學-2	<input type="checkbox"/> 線上教學
20	貳、運動我最行十二. 水中蛟龍	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。	1. 學會各種水中漂浮及水中站立的動作。	<input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量	課綱：海洋-1 法定：游泳與自救能力教學-2	<input type="checkbox"/> 線上教學

		Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲。	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。	2. 學會打水前進的動作並發揮合作精神。			
21	總複習						

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：議題-**節數**)。

(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) 請與表件參-2(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。

PS. 線上教學(混成學習)是指師生結合應用不同的教學策略、教學方法、教學媒體、教學科技的一種教學模式，涵蓋同步(synchronous)與非同步(asynchronous)學習的一連串學習活動，為一種學習型態的改變，目的是以學習者為主體的學習並提升學生自主學習能力。