

附件伍-1

高雄市大寮區昭明國小一年級第一學期部定課程【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		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				
1	壹、快樂上學去一. 新生進行曲 貳、運動樂趣多六. 小小探險家	健體-E-A2	Ba-I-1遊戲場所與上下學情境的安全須知。	3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4d-I-2利用學校或社區資源從事身體活動。	3. 實作 4. 作業	課綱：健體-安全-(安 E2) 課綱：健體-安全-(安 E8) 課綱：健體-安全-(安 E10) 課綱：健體-人權-(人 E3) 課綱：健體-人權-(人 E8)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
2	壹、快樂上學去一. 新生進行曲 貳、運動樂趣多六. 小小探險家	健體-E-A2	Ba-I-1遊戲場所與上下學情境的安全須知。	4a-I-2養成健康的生活習慣。 4d-I-2利用學校或社區資源從事身體活動。	1. 筆試 2. 口試	課綱：健體-安全-(安 E2) 課綱：健體-安全-(安 E8) 課綱：健體-安全-(安 E10) 課綱：健體-人權-(人 E3) 課綱：健體-人權-(人 E8)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
3	壹、快樂上學去一. 新生進行曲 貳、運動樂趣多六. 小小探險家	健體-E-A2	Ba-I-1遊戲場所與上下學情境的安全須知。	3c-I-2表現安全的身體活動行為。 4a-I-2養成健康的生活習慣。	1. 筆試 4. 作業	課綱：健體-安全-(安 E2) 課綱：健體-安全-(安 E8) 課綱：健體-安全-(安 E10) 課綱：健體-人權-(人 E3) 課綱：健體-人權-(人 E8)	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學	錄製指派作業上傳至classroom 作業區
4	壹、快樂上學去一. 新生進行曲 貳、運動樂趣多七. 來玩呼拉圈	健體-E-A2	Ba-I-1遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Cb-I-2班級體育活動。	3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4a-I-2養成健康的生活習慣。	1. 筆試 2. 口試	課綱：健體-安全-(安 E2) 課綱：健體-安全-(安 E8) 課綱：健體-安全-(安 E10) 課綱：健體-性別-(性 E4) 課綱：健體-人權-(人 E5) 課綱：健體-生涯-(涯 E7)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
5	壹、快樂上學去二. 健康小達人 貳、運動樂趣多七. 來玩呼拉圈	健體-E-C2	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2班級體育活動。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 4c-I-2選擇適合個人的身體活動。	3. 實作 4. 作業	課綱：健體-品德-(品 E1) 課綱：健體-性別-(性 E4) 課綱：健體-人權-(人 E5) 課綱：健體-生涯-(涯 E7)	<input type="checkbox"/> 線上教學	

6	壹、快樂上學去二.健康小達人 貳、運動樂趣多七.來玩呼拉圈	健體-E-C2	Da-I-2身體的部位與衛生保健的重要性。	2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3a-I-2能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。	1. 筆試 2. 口試	課綱：健體-品德-(品 E1) 課綱：健體-性別-(性 E4) 課綱：健體-人權-(人 E5) 課綱：健體-生涯-(涯 E7)	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學	錄製指派作業上傳至classroom 作業區
7	壹、快樂上學去二.健康小達人 貳、運動樂趣多七.來玩呼拉圈	健體-E-C2	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。	3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4a-I-2養成健康的生活習慣。	1. 筆試 4. 作業	課綱：健體-品德-(品 E1) 課綱：健體-性別-(性 E4) 課綱：健體-人權-(人 E5) 課綱：健體-生涯-(涯 E7)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
8	壹、快樂上學去二.健康小達人 貳、運動樂趣多八.快樂動起來	健體-E-B3	Db-I-1日常生活中的性別角色。 Ib-I-1唱、跳與模仿性律動遊戲。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。	3. 實作 4. 作業	課綱：健體-品德-(品 E1) 課綱：健體-性別-(性 E4) 課綱：健體-人權-(人 E5) 課綱：健體-人權-(人 E8) 課綱：健體-生涯-(涯 E7)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
9	壹、快樂上學去三.我長大了 貳、運動樂趣多八.快樂動起來	健體-E-B3	Bc-I-1各項暖身伸展動作。 Fa-I-1認識與喜歡自己的方法。	2c-I-2表現認真參與的學習態度。 3b-I-3能於生活中嘗試運用生活技能。	1. 筆試 2. 口試	課綱：健體-性別-(性 E4) 課綱：健體-性別-(性 E10) 課綱：健體-性別-(性 E11) 課綱：健體-閱讀-(閱 E8) 課綱：健體-閱讀-(閱 E12) 課綱：健體-閱讀-(閱 E14) 課綱：健體-人權-(人 E5) 課綱：健體-人權-(人 E8) 課綱：健體-生涯-(涯 E7)	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學	錄製指派作業上傳至classroom 作業區
10	壹、快樂上學去三.我長大了 貳、運動樂趣多八.快樂動起來	健體-E-B3	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Fa-I-2與家人及朋友和諧相處的方式。	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。	3. 實作	課綱：健體-性別-(性 E4) 課綱：健體-性別-(性 E10) 課綱：健體-性別-(性 E11) 課綱：健體-閱讀-(閱 E8) 課綱：健體-閱讀-(閱 E12) 課綱：健體-閱讀-(閱 E14) 課綱：健體-人權-(人 E5) 課綱：健體-人權-(人 E8) 課綱：健體-生涯-(涯 E7)	<input type="checkbox"/> 線上教學	

11	壹、快樂上學去三.我長大了 貳、運動樂趣多八.快樂動起來	健體-E-C2	Fa-I-3情緒體驗與分辨的方法。 Ib-I-1唱、跳與模仿性律動遊戲。	2d-I-1專注觀賞他人的動作表現。 3b-I-2能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。	2. 口試 3. 實作	課綱：健體-性別-(性 E4) 課綱：健體-性別-(性 E10) 課綱：健體-性別-(性 E11) 課綱：健體-閱讀-(閱 E8) 課綱：健體-閱讀-(閱 E12) 課綱：健體-閱讀-(閱 E14) 課綱：健體-人權-(人 E5) 課綱：健體-人權-(人 E8) 課綱：健體-生涯-(涯 E7)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
12	壹、快樂上學去三.我長大了 貳、運動樂趣多八.快樂動起來	健體-E-B3	Fa-I-3情緒體驗與分辨的方法。 Ib-I-1唱、跳與模仿性律動遊戲。	3b-I-2能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	3. 實作 4. 作業	課綱：健體-性別-(性 E4) 課綱：健體-性別-(性 E10) 課綱：健體-性別-(性 E11) 課綱：健體-閱讀-(閱 E8) 課綱：健體-閱讀-(閱 E12) 課綱：健體-閱讀-(閱 E14) 課綱：健體-人權-(人 E5) 課綱：健體-人權-(人 E8) 課綱：健體-生涯-(涯 E7)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
13	壹、快樂上學去四.活力加油站 貳、運動樂趣多九.快樂走跑跳	健體-E-C2	Ea-I-2基本的飲食習慣。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	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。	3. 實作 4. 作業	課綱：健體-品德-(品 E1) 課綱：健體-人權-(人 E3) 課綱：健體-人權-(人 E5) 課綱：健體-人權-(人 E8)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
14	壹、快樂上學去四.活力加油站 貳、運動樂趣多九.快樂走跑跳	健體-E-A1	Ea-I-1生活中常見的食物與珍惜食物。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	3b-I-3能於生活中嘗試運用生活技能。 3c-I-1表現基本動作與模仿的能力。	1. 筆試 4. 作業	課綱：健體-品德-(品 E1) 課綱：健體-人權-(人 E3) 課綱：健體-人權-(人 E5) 課綱：健體-人權-(人 E8)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
15	壹、快樂上學去四.活力加油站 貳、運動樂趣多九.快樂走跑跳	健體-E-C2	Ea-I-2基本的飲食習慣。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4b-I-1發表個人對促進健康的立場。	2. 口試 3. 實作	課綱：健體-品德-(品 E1) 課綱：健體-人權-(人 E3) 課綱：健體-人權-(人 E5) 課綱：健體-人權-(人 E8)	<input type="checkbox"/> 線上教學	

16	壹、快樂上學去四.活力加油站 貳、運動樂趣多九.快樂走跑跳	健體-E-A1	Ea-I-2基本的飲食習慣。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4a-I-2養成健康的生活習慣。	2. 口試 3. 實作	課綱：健體-品德-(品 E1) 課綱：健體-人權-(人 E3) 課綱：健體-人權-(人 E5) 課綱：健體-人權-(人 E8)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
17	壹、快樂上學去五.校園生活健康多 貳、運動樂趣多十.和球做朋友	健體-E-A2	Bc-I-1各項暖身伸展動作。 Ca-I-1生活中與健康相關的環境。	3c-I-2表現安全的身體活動行為。 3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	2. 口試 3. 實作	課綱：健體-家庭(家 E13) 課綱：健體-閱讀(閱 E11) 課綱：健體-戶外(戶 E1) 課綱：健體-品德-(品 E1) 課綱：健體-品德-(品 E3) 課綱：健體-安全-(安 E7) 課綱：健體-生涯-(涯 E7) 課綱：健體-生涯(涯 E12)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
18	壹、快樂上學去五.校園生活健康多 貳、運動樂趣多十.和球做朋友	健體-E-C2	Bc-I-1各項暖身伸展動作。 Ca-I-1生活中與健康相關的環境。	3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4a-I-1能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。	3. 實作 4. 作業	課綱：健體-家庭(家 E13) 課綱：健體-閱讀(閱 E11) 課綱：健體-戶外(戶 E1) 課綱：健體-品德-(品 E1) 課綱：健體-品德-(品 E3) 課綱：健體-安全-(安 E7) 課綱：健體-生涯-(涯 E7) 課綱：健體-生涯(涯 E12)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
19	壹、快樂上學去五.校園生活健康多 貳、運動樂趣多十.和球做朋友	健體-E-C2	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。	3c-I-1表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2表現安全的身體活動行為。	3. 實作 4. 作業	課綱：健體-家庭(家 E13) 課綱：健體-閱讀(閱 E11) 課綱：健體-戶外(戶 E1) 課綱：健體-品德-(品 E1) 課綱：健體-品德-(品 E3) 課綱：健體-安全-(安 E7) 課綱：健體-生涯-(涯 E7) 課綱：健體-生涯(涯 E12)	<input type="checkbox"/> 線上教學	
20	壹、快樂上學去五.校園生活健康多 貳、運動樂趣多十.和球做朋友	健體-E-C2	Ca-I-1生活中與健康相關的環境。 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。	4b-I-1發表個人對促進健康的立場。 4c-I-2選擇適合個人的身體活動。	3. 實作 4. 作業	課綱：健體-家庭(家 E13) 課綱：健體-閱讀(閱 E11) 課綱：健體-戶外(戶 E1) 課綱：健體-品德-(品 E1) 課綱：健體-品德-(品 E3) 課綱：健體-安全-(安 E7) 課綱：健體-生涯-(涯 E7)	<input type="checkbox"/> 線上教學	

						課綱：健體-生涯(涯 E12)		
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：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。