

附件伍-1

高雄市大寮區昭明國小二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<br>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<br>協同教學規劃及線<br>上教學規劃<br>(無則免填) |
|----|--------------------------------------|----------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------|------|---------------------------------------|
|    |                                      |                | 學習內容                                               | 學習表現                                                                                                                     |                |        |      |                                       |
| 一  | 第一單元喜歡自己珍愛家人<br>第一課成長的變化、<br>第二課欣賞自己 | 健體-E-A1        | Aa-I-1 不同人生階段的成長情形。<br>Fa-I-1 認識與喜歡自己的方法。          | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。                                                                           | 口試<br>報告<br>作業 | 飲食教育課程 |      |                                       |
| 二  | 第一單元喜歡自己珍愛家人<br>第三課關愛家人              | 健體-E-B1        | Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。<br>Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。<br>2b-I-2 願意養成個人健康習慣。<br>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。<br>3b-I-3 能於生活 | 口試<br>報告<br>作業 | 飲食教育課程 |      |                                       |

|   |                          |         |                                                    |                                                                                                                                    |              |           |       |           |
|---|--------------------------|---------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------|-------|-----------|
|   |                          |         |                                                    | 中嘗試運用生活技能。                                                                                                                         |              |           |       |           |
| 三 | 第一單元喜歡自己珍愛家人<br>第三課關愛家人  | 健體-E-B1 | Bb-I-2 吸菸與飲酒的危害及拒絕二手菸的方法。<br>Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。 | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。<br>2b-I-2 願意養成個人健康習慣。<br>3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。<br>3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 | 口試報告         | 飲食教育課程    |       |           |
| 四 | 第二單元生活保健有一套<br>第一課眼耳鼻急救站 | 健體-E-A1 | Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。                              | 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。<br>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>3a-I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。                                                 | 口試報告<br>學生自評 | 性別平等教育    |       |           |
| 五 | 第二單元                     | 健體-E-A1 | Da-I-1 日常生                                         | 1a-I-1 認識基本                                                                                                                        | 學習單、聽力與      | 1.登革熱防治教育 | ■線上教學 | 完成指派作業上傳至 |

|   |                           |                    |                                      |                                                                                                                                               |                  |           |  |               |
|---|---------------------------|--------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------|--|---------------|
|   | 元生活保健有一套<br>第二課照顧我的身體     |                    | 活中的基本衛生習慣。<br>Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 | 的健康常識。<br>1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。<br>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>2b-I-2 願意養成個人健康習慣。<br>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。<br>4a-I-2 養成健康的生活習慣。 | 口試<br>報告<br>作業   | 2. 性別平等教育 |  | classroom 作業區 |
| 六 | 第三單元健康的生活環境<br>第一課學校環境與健康 | 健體-E-C1            | Ca-I-1 生活中與健康相關的环境。                  | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。<br>2b-I-1 接受健康的生活規範。<br>4a-I-2 養成健康的生活習慣。                                                         | 學生自評<br>報告<br>作業 | 性別平等教育    |  |               |
| 七 | 第三單元健康的生活環境               | 健體-E-A1<br>健體-E-C1 | Ca-I-1 生活中與健康相關的环境。                  | 1a-I-1 認識基本的健康常識。<br>2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。                                                                                                   | 學習單<br>口試        | 性別平等教育    |  |               |

|   |                         |         |                                             |                                                                                                                       |                |        |  |  |
|---|-------------------------|---------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------|--|--|
|   | 第二課<br>社區環境與健康          |         |                                             | 度與行為。<br>2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。<br>2b-I-1 接受健康的生活規範。                                                                 |                |        |  |  |
| 八 | 第四單元球類遊戲不思議<br>第一課控球小奇兵 | 健體-E-A1 | 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。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。<br>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。<br>4d-I-1 願意從事規律身體活動。 | 口試<br>報告<br>作業 |        |  |  |
| 九 | 第四單元球類遊戲不思議<br>第一課控球小奇兵 | 健體-E-A1 | 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。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。                                                     | 口試<br>報告       | 性別平等教育 |  |  |

|    |                         |                    |                                                     |                                                                                                                       |              |        |       |                       |
|----|-------------------------|--------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------|-------|-----------------------|
|    |                         |                    |                                                     | 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。<br>4d-I-1 願意從事規律身體活動。                                                                      |              |        |       |                       |
| 十  | 第四單元球類遊戲不思議<br>第一課控球小奇兵 | 健體-E-A1            | 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。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。<br>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。<br>4d-I-1 願意從事規律身體活動。 | 口試報告作業       | 性別平等教育 | ■線上教學 | 回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表 |
| 十一 | 第四單元球類遊戲不思議<br>第二課玩球大作戰 | 健體-E-A1<br>健體-E-C2 | 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 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。                                                     | 口試報告<br>學生自評 | 性別平等教育 |       |                       |

|    |                         |                    |                                                              |                                                                                                                        |            |  |  |  |
|----|-------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--|--|--|
|    |                         |                    | 及準確性控球動作。                                                    | 度。<br>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。<br>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。                                                                |            |  |  |  |
| 十二 | 第四單元球類遊戲不思議<br>第二課玩球大作戰 | 健體-E-A1<br>健體-E-C2 | 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。<br>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。<br>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | 口試報告<br>作業 |  |  |  |
| 十三 | 第五單元跑跳親水樂<br>第一課休閒好自在   | 健體-E-A1            | Cb-I-3 學校運動活動空間與場域。<br>Cc-I-1 水域休閒運動入門遊戲。<br>Ce-I-1 其他休      | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>1c-I-2 認識基本的運動常識。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態                                                          | 口試報告       |  |  |  |

|    |                   |         |                                                   |                                                                                        |          |       |                       |  |
|----|-------------------|---------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------|-----------------------|--|
|    |                   |         | 閒運動入門遊戲。                                          | 度。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。<br>4d-I-2 利用學校或社區資源從事身體活動。                                  |          |       |                       |  |
| 十四 | 第五單元跑跳親水樂第二課歡樂跑跳碰 | 健體-E-A2 | Ab-I-1 體適能遊戲。<br>Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。               | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。                     | 學生自評報告作業 |       |                       |  |
| 十五 | 第五單元跑跳親水樂第三課快樂水世界 | 健體-E-A1 | Gb-I-1 游泳池安全與衛生常識。<br>Gb-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻律呼吸與藉物漂浮。 | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>1c-I-2 認識基本的運動常識。<br>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。<br>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 | 口試報告作業   | ■線上教學 | 完成指派作業上傳至classroom作業區 |  |
| 十六 | 第五單元跑跳親水樂第三課      | 健體-E-A1 | Gb-I-2 水中遊戲、水中閉氣與韻律呼吸與藉物漂浮。                       | 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。<br>1c-I-2 認識基本                                                     | 口試作業     |       |                       |  |

|    |                        |         |                                                      |                                                                                                                                          |            |  |  |  |
|----|------------------------|---------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--|--|--|
|    | 快樂水世界                  |         |                                                      | <p>的運動常識。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>3c-I-2 表現安全的身體活動行為。</p>                                                                      |            |  |  |  |
| 十七 | 第六單元全方位動動樂<br>第一課繩索小玩家 | 健體-E-C2 | <p>Bc-I-1 各項暖身伸展動作。</p> <p>Ia-I-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。</p> | <p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>4c-I-1 認識與身體活動相關資源。</p> | 口試報告<br>作業 |  |  |  |
| 十八 | 第六單元全方位動動樂<br>第二課樹樁木頭人 | 健體-E-A1 | Bd-I-2 技擊模仿遊戲。                                       | <p>1c-I-1 認識身體活動的基本動作。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。</p>                                                        | 口試報告       |  |  |  |



|    |                            |         |                     |                                                                                           |      |  |       |                       |
|----|----------------------------|---------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------|--|-------|-----------------------|
|    |                            |         |                     | 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。                                                                       |      |  |       |                       |
| 十九 | 第六單元全方位動動樂<br>第三課<br>跳出活力  | 健體-E-A1 | Ic-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。<br>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。<br>4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。 | 口試報告 |  | ■線上教學 | 回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表 |
| 廿  | 第六單元全方位動動樂<br>第四課<br>圓來真有趣 | 健體-E-B3 | 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。<br>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。<br>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。                        | 口試報告 |  |       |                       |
| 廿一 | 第六單元全方位動動樂<br>第四課<br>圓來真有趣 | 健體-E-B3 | 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。<br>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。<br>3c-I-1 表現基本                                 | 口試作業 |  |       |                       |

|  |  |  |  |           |  |  |  |  |
|--|--|--|--|-----------|--|--|--|--|
|  |  |  |  | 動作與模仿的能力。 |  |  |  |  |
|--|--|--|--|-----------|--|--|--|--|

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。**