

高雄市大寮區昭明國小 三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				
第一週	單元一成長 時光機 活動1我從 哪裡來、活 動2成長的 奧妙	健體-E-A2	Aa-II-1 生長發育 的意義與成長個別 差異。	1a-II-1 認識身心 健康基本概念與意 義。 2b-II-1 遵守健康的 生活規範。	學習單評量 口頭評量	課綱:生命-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	
第二週	單元一成長 時光機 活動3一 生的變化	健體-E-B1	Aa-II-2 人生各階 段發展的順序與感 受。	1a-II-1 認識身心 健康基本概念與意 義。 3b-II-2 能於引導 下,表現基本的人 際溝通互動技能。	口頭評量 習作評量	課綱:生命-3 法定:家庭-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	
第三週	單元二健康 滿點 活動1腸胃 舒服沒煩惱	健體-E-A1	Fb-II-1 自我健康 狀態檢視方法與健 康行為的維持原 則。 Fb-II-3 正確就醫 習慣。	2a-II-2 注意健康 問題所帶來的威脅 感和嚴重性。 2b-II-2 願意改善 個人的健康習慣。	學習單評量 作業評量	法定:家庭-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	
第四週	單元二健康 滿點 活動2健康 好厝邊	健體-E-A1	Bb-II-1 藥物對健 康的影響、安全用 藥原則與社區藥 局。	4a-II-1 能於日常 生活中,運用健康 資訊、產品與服務。	作業評量 口頭評量	課綱:資訊-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	
第五週	單元三驚險 一瞬間 活動1火災 真可怕	健體-E-A2	Ba-II-3 防火、防 震、防颱措施及逃 生避難基本技巧。	1a-II-2 了解促進 健康的生活方法。 3a-II-1 演練基本 的健康技能。	習作評量 作業評量	課綱:防災-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	
第六週	單元三驚險 一瞬間 活動2防火 大作戰	健體-E-A2	Ba-II-3 防火、防 震、防颱措施及逃 生避難基本技巧。	1a-II-2 了解促進 健康的生活方法。 4b-II-2 使用事實 證據來支持促進健 康的立場。	口頭評量 習作評量	課綱:防災-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	
第七週	單元四垃圾	健體-E-C1	Ca-II-2 環境污染	2a-II-2 注意健康	學習單評量	法定:環境-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	

週	變少了 活動1 垃圾 大麻煩、活 動2 垃圾分 類小達人		對健康的影響。 Ca-II-1 健康社區 的意識、責任與維 護行動。	問題所帶來的威脅 感與嚴重性。 3a-II-1 演練基本 的健康技能。	口頭評量			
第八週	單元四垃圾 變少了 活動2 垃圾 分類小達人	健體-E-C1	Ca-II-1 健康社區 的意識、責任與維 護行動。	1a-II-2 了解促進 健康生活的方 法。 4b-II-2 使用事實 證據來支持自己 促進健康的立 場。	口頭評量 習作評量	法定:環境-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	
第九週	單元五運動 補給站 活動1 我是 飛毛腿	健體-E-C2	Ab-II-1 體適能活 動。 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。 3d-II-1 運動技能 的練習策略。	學習單評量 作業評量	課綱:安全-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	
第十週	單元五運動 補給站 活動2 同心 協力	健體-E-C2	Cb-II-2 學校運動 賽會。 Ga-II-1 跑、跳與 行進間投擲的遊 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。	習作評量 作業評量	課綱:安全-3	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學	1. 閱讀課程相關資料,並 將心得上傳至 Google classroom 2. 觀看課程相關影片,並 於課堂進行發表
第十一週	單元五運動 補給站 活動3 繩的 力量、活動 4 社區運動 資源	健體-E-A2	Cb-II-4 社區運動 活動空間與場域。 1c-II-1 民俗運動 基本動作與串接。	4a-II-1 能於日常 生活中,運用健康 資訊、產品與服 務。 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。	學習單評量 作業評量	課綱:安全-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	
第十二週	單元六歡樂 運動會 活動1 迎接 運動會	健體-E-A1	Cb-II-2 學校性運 動賽會。	1d-II-1 認識動作 技能概念與動作 練習的策略。 2c-II-2 表現增進 團隊合作、友善 的互動行為。	口頭評量 習作評量	課綱:法治-3 課綱:閱讀-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	
第十三週	單元六歡樂 運動會 活動2 前滾 翻	健體-E-B3	1a-II-1 滾翻支 撐、平衡與擺盪動 作。	3c-II-1 表現聯合 性動作技能。 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。	學習單評量 口頭評量	課綱:品德-3	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學	1. 運用線上共同編輯工 具,小組共同完成作業

								2. 在 Google classroom 上共同討論議題，並於課堂進行發表
第十四週	單元六歡樂運動會活動3海洋之舞	健體-E-C2	Ib-II-2 土風舞遊戲。 Cb-II-2 學校性運動賽會。	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。	作業評量 口頭評量	課綱:安全-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	
第十五週	單元六歡樂運動會活動3海洋之舞	健體-E-A1	Ib-II-2 土風舞遊戲。 Cb-II-2 學校性運動賽會。	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。	學習單評量 作業評量	課綱:安全-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	
第十六週	單元七一起來PLAY活動1足下傳球真功夫、活動2射門大進擊	健體-E-A2	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。	1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	習作評量 作業評量	課綱:品德-3	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學	1. 各組針對主題蒐集資料並進行討論 2. 在 Google classroom 中上傳各組成果，並在課堂中發表
第十七週	單元七一起來PLAY活動3桌球乒乓碰	健體-E-C1	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。	2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	口頭評量 習作評量	課綱:品德-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	
第十八週	單元七一起來PLAY活動4你丟我閃	健體-E-C1	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。	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。	學習單評量 口頭評量	課綱:品德-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	
第十九週	單元八水中悠游	健體-E-A2	Cc-II-1 水域休閒運動基本技能。	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護	習作評量 作業評量	法定:海洋-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	

	活動1海中浮潛真有趣、活動2泳池安全擺第一		Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。	概念。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。				
第二十週	單元八水中悠游 活動3雙腳打水我最行	健體-E-A1	Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。 Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲。	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。 4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。	作業評量 口頭評量	課綱:安全-3	<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。**