附件伍-1

**高雄市岡山區前峰國小三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 | 第一單元飲食聰明選第一課吃出健康第四單元與繩球同行第一課隔繩對戰 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Ea-Ⅱ-1 食物與營養的種類和需求。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。 | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。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。 | 口頭報告實際操作 | 法定：健體-健康飲食教育-(安E6)-1 | □線上教學 |  |
| 二 | 第一單元飲食聰明選第一課吃出健康第四單元與繩球同行第一課隔繩對戰 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Ea-Ⅱ-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。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。 | 2b-Ⅱ-2 願意改善個人的健康習慣。3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 | 實際操作 | 法定：健體-健康飲食教育-(安E6)-2 | ■線上教學 | 回家觀看課程相關影片，並於課堂進行發表 |
| 三 | 第一單元飲食聰明選第一課吃出健康第四單元與繩球同行第二課玩球完勝 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Ea-Ⅱ-1 食物與營養的種類和需求。Hc-Ⅱ-1 標的性球類運動相關的拋球、擲球、滾球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 | 檢核表實際操作 |  | □線上教學 |  |
| 四 | 第一單元飲食聰明選第二課飲食學問大第四單元與繩球同行第二課玩球完勝 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Ea-Ⅱ-3 飲食選擇的影響因素。Hc-Ⅱ-1 標的性球類運動相關的拋球、擲球、滾球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 | 口頭報告實際操作 |  | □線上教學 |  |
| 五 | 第一單元飲食聰明選第二課飲食學問大第四單元與繩球同行第三課跳繩妙變化 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Ea-Ⅱ-3 飲食選擇的影響因素。Ic-Ⅱ-1 民俗運動基本動作與串接。 | 3b-Ⅱ-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 | 實際操作 |  | ■線上教學 | 回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表 |
| 六 | 第一單元飲食聰明選第二課飲食學問大第四單元與繩球同行第三課跳繩妙變化 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Ea-Ⅱ-3 飲食選擇的影響因素。Ic-Ⅱ-1 民俗運動基本動作與串接。 | 4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 | 口頭報告實際操作 |  | □線上教學 |  |
| 七 | 第二單元生命的樂章第一課生長圓舞曲第五單元跑接樂悠游第一課飛盤擲接樂 | 健體-E-A1健體-E-C2 | Aa-Ⅱ-1 生長發育的意義與成長個別差異。Ce-Ⅱ-1 其他休閒運動基本技能。 | 3b-Ⅱ-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 | 實際操作 |  | ■線上教學 | 回家觀看課程相關影片，並於課堂進行發表 |
| 八 | 第二單元生命的樂章第一課生長圓舞曲第五單元跑接樂悠游第一課飛盤擲接樂 | 健體-E-A1健體-E-C2 | Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。Ce-Ⅱ-1 其他休閒運動基本技能。 | 3b-Ⅱ-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。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。 | 實際操作口頭報告 |  | □線上教學 |  |
| 九 | 第二單元生命的樂章第一課生長圓舞曲第五單元跑接樂悠游第二課伸展跑步趣 | 健體-E-A1健體-E-B1 | Aa-Ⅱ-1 生長發育的意義與成長個別差異。Bc-Ⅱ-1 暖身、伸展動作原則。 | 3b-Ⅱ-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。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。 | 實際操作口頭報告 |  | □線上教學 |  |
| 十 | 第二單元生命的樂章第一課生長圓舞曲第五單元跑接樂悠游第二課伸展跑步趣 | 健體-E-A1健體-E-B1 | Aa-Ⅱ-2 人生各階段發展的順序與感受。Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 | 實際操作檢核表 |  | ■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 | 第二單元生命的樂章第二課人生進行曲第五單元跑接樂悠游第二課伸展跑步趣 | 健體-E-B1健體-E-A1 | Aa-Ⅱ-2 人生各階段發展的順序與感受。Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。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。 | 實際操作口頭報告 |  | □線上教學 |  |
| 十二 | 第三單元快樂的社區第一課社區新體驗第五單元跑接樂悠游第三課跑步接力傳寶 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Ca-Ⅱ-1 健康社區的意識、責任與維護行動。Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 2b-Ⅱ-1 遵守健康的生活規範。3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 | 實際操作檢核表 |  | □線上教學 |  |
| 十三 | 第三單元快樂的社區第二課社區環保第五單元跑接樂悠游第三課跑步接力傳寶 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Ca-Ⅱ-1 健康社區的意識、責任與維護行動。Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 | 實際操作 |  | ■線上教學 | 回家觀看課程相關影片，並於課堂進行發表 |
| 十四 | 第三單元快樂的社區第二課社區環保第五單元跑接樂悠游第四課安全漂浮游 | 健體-E-A2 | Ca-Ⅱ-2 環境汙染對健康的影響。Gb-Ⅱ-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。 | 2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 | 實際操作 |  | □線上教學 |  |
| 十五 | 第三單元快樂的社區第二課社區環保第五單元跑接樂悠游第四課安全漂浮游 | 健體-E-A2 | Ca-Ⅱ-2 環境汙染對健康的影響。Gb-Ⅱ-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。 | 2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。3d-Ⅱ-1 運用動作技能的練習策略。 | 實際操作口頭報告 | 法定：健體-海洋教育-(海E2)-1 | ■線上教學 | 回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表 |
| 十六 | 第三單元快樂的社區第二課社區環保第六單元滾翻躍動舞歡樂第一課拳腳見功夫 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Ca-Ⅱ-1 健康社區的意識、責任與維護行動。Ca-Ⅱ-2 環境汙染對健康的影響。Bd-Ⅱ-1 武術基本動作。 | 2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 | 實際操作 |  | □線上教學 |  |
| 十七 | 第三單元快樂的社區第三課社區藥師好朋友第六單元滾翻躍動舞歡樂第一課拳腳見功夫 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。Bd-Ⅱ-1 武術基本動作。 | 4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 | 實際操作 |  | □線上教學 |  |
| 十八 | 第三單元快樂的社區第三課社區藥師好朋友第六單元滾翻躍動舞歡樂第二課搖滾翻轉樂 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。Ia-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。4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。 | 實際操作口頭報告 |  | □線上教學 |  |
| 十九 | 第三單元快樂的社區第三課社區藥師好朋友第六單元滾翻躍動舞歡樂第二課搖滾翻轉樂 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。Ia-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。 | 1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。 | 實際操作檢核表 |  | □線上教學 |  |
| 廿 | 第三單元快樂的社區第三課社區藥師好朋友第六單元滾翻躍動舞歡樂第三課歡欣土風舞 | 健體-E-A2健體-E-B3 | Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。Ib-Ⅱ-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 | 4a-Ⅱ-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 | 實際操作紙筆測驗 |  | □線上教學 |  |
| 廿一 | 第三單元快樂的社區第三課社區藥師好朋友第六單元滾翻躍動舞歡樂第三課歡欣土風舞 | 健體-E-A2健體-E-B3 | Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。Ib-Ⅱ-2 土風舞遊戲。 | 3a-Ⅱ-1 演練基本的健康技能。2d-Ⅱ-3 參與並欣賞多元性身體活動。 | 實際操作 |  | □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）請與附件参-2(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。