附件伍-1

**高雄市鼓山區大榮中學附設國小一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 | 第一單元健康又安全第一課校園好健康、第二課危險！不能那樣玩 | 健體-E-A2 | Ca-Ⅰ-1 生活中與健康相關的環境。Ba-Ⅰ-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 | 1a-Ⅰ-1 認識基本的健康常識。4a-Ⅰ-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。 | 口頭報告檢核表 | 課綱：性別平等-3課綱：安全-3課綱：人權-3 | □線上教學 |  |
| 二 | 第一單元健康又安全第三課就要這樣玩 | 健體-E-A2 | Ba-Ⅰ-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 | 2a-Ⅰ-1 發覺影響健康的生活態度與行為。2b-Ⅰ-1 接受健康的生活規範。 | 口頭報告 | 課綱：安全-3課綱：人權-3 | □線上教學 |  |
| 三 | 第二單元小心！危險第一課上下學安全行 | 健體-E-A2 | Ba-Ⅰ-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。 | 1a-Ⅰ-1 認識基本的健康常識。2a-Ⅰ-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 | 口頭報告檢核表 | 課綱：安全-3 | □線上教學 |  |
| 四 | 第二單元小心！危險第二課保護自己 | 健體-E-A2 | Db-Ⅰ-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。 | 2a-Ⅰ-1 發覺影響健康的生活態度與行為。3b-Ⅰ-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 | 口頭報告檢核表實際操作 | 課綱：性別平等-3課綱：安全-3課綱：人權-3 | □線上教學 |  |
| 五 | 第三單元健康超能力第一課乾淨的我 | 健體-E-A1 | Da-Ⅰ-1 日常生活中的基本衛生習慣。 | 1a-Ⅰ-2 認識健康的生活習慣。3a-Ⅰ-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 | 口頭報告實際操作 | 課綱：家庭教育-3 | ■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 | 第三單元健康超能力第二課飲食好習慣 | 健體-E-A1 | Da-Ⅰ-1 日常生活中的基本衛生習慣。Ea-Ⅰ-2 基本的飲食習慣。 | 2a-Ⅰ-1 發覺影響健康的生活態度與行為。4a-Ⅰ-2 養成健康的生活習慣。 | 檢核表實際操作 | 課綱：家庭教育-3 | □線上教學 |  |
| 七 | 第三單元健康超能力第三課好好愛身體 | 健體-E-A1 | Da-Ⅰ-1 日常生活中的基本衛生習慣。Db-Ⅰ-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。 | 1a-Ⅰ-2 認識健康的生活習慣。3a-Ⅰ-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 | 口頭報告實際操作 | 課綱：性別平等-3 | □線上教學 |  |
| 八 | 第四單元玩球趣味多第一課傳接跑跑跑 | 健體-E-C2 | Hd-Ⅰ-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 1c-Ⅰ-1 認識身體活動的基本動作。3c-Ⅰ-2 表現安全的身體活動行為。 | 實際操作口頭報告 | 課綱：安全-3 | □線上教學 |  |
| 九 | 第四單元玩球趣味多第一課傳接跑跑跑 | 健體-E-C2 | Hd-Ⅰ-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 1c-Ⅰ-1 認識身體活動的基本動作。3c-Ⅰ-2 表現安全的身體活動行為。 | 口頭報告實際操作 | 課綱：安全-3 | □線上教學 |  |
| 十 | 第四單元玩球趣味多第一課傳接跑跑跑 | 健體-E-C2 | Hd-Ⅰ-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 1c-Ⅰ-1 認識身體活動的基本動作。3c-Ⅰ-2 表現安全的身體活動行為。 | 實際操作口頭報告檢核表 | 課綱：安全-3 | ■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 | 第四單元玩球趣味多第二課一線之隔 | 健體-E-A2 | Ha-Ⅰ-1 網／牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 1c-Ⅰ-1 認識身體活動的基本動作。2c-Ⅰ-1 表現尊重的團體互動行為。 | 檢核表實際操作 | 課綱：安全-3 | □線上教學 |  |
| 十二 | 第四單元玩球趣味多第二課一線之隔 | 健體-E-A2 | Ha-Ⅰ-1 網／牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 1c-Ⅰ-1 認識身體活動的基本動作。2c-Ⅰ-1 表現尊重的團體互動行為。 | 實際操作 | 課綱：安全-3 | □線上教學 |  |
| 十三 | 第四單元玩球趣味多第二課一線之隔 | 健體-E-A2 | Ha-Ⅰ-1 網／牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 1c-Ⅰ-1 認識身體活動的基本動作。2c-Ⅰ-1 表現尊重的團體互動行為。 | 實際操作 | 課綱：安全-3 | □線上教學 |  |
| 十四 | 第五單元跑跳動起來第一課安全運動王、第二課伸展好舒適 | 健體-E-C2 | Cb-Ⅰ-1 運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處。Bc-Ⅰ-1 各項暖身伸展動作。 | 1c-Ⅰ-2 認識基本的運動常識。3c-Ⅰ-2 表現安全的身體活動行為。 | 檢核表實際操作 | 課綱：性別平等-3 | □線上教學 |  |
| 十五 | 第五單元跑跳動起來第三課健康起步走 | 健體-E-C2 | Ga-Ⅰ-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1d-Ⅰ-1 描述動作技能基本常識。3c-Ⅰ-2 表現安全的身體活動行為。 | 實際操作口頭報告 | 課綱：性別平等-3 | ■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 | 第五單元跑跳動起來第三課健康起步走 | 健體-E-C2 | Ga-Ⅰ-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 1d-Ⅰ-1 描述動作技能基本常識。3c-Ⅰ-2 表現安全的身體活動行為。 | 實際操作口頭報告 | 課綱：性別平等-3 | □線上教學 |  |
| 十七 | 第五單元跑跳動起來第四課和繩做朋友 | 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。3c-Ⅰ-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 實際操作檢核表 | 課綱：安全-3 | □線上教學 |  |
| 十八 | 第六單元全身動一動第一課拳掌好朋友 | 健體-E-C2 | Bd-Ⅰ-1 武術模仿遊戲。 | 1d-Ⅰ-1 描述動作技能基本常識。3c-Ⅰ-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 實際操作口頭報告 | 課綱：人權-3 | □線上教學 |  |
| 十九 | 第六單元全身動一動第二課大樹愛遊戲 | 健體-E-C2 | Ia-Ⅰ-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 2d-Ⅰ-2 接受並體驗多元性身體活動。3c-Ⅰ-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 實際操作口頭報告 | 課綱：人權-3 | ■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 | 第六單元全身動一動第三課和風一起玩 | 健體-E-C2 | 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。3c-Ⅰ-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 實際操作口頭報告 | 課綱：人權-3 | □線上教學 |  |
| 廿一 | 第六單元全身動一動第三課和風一起玩 | 健體-E-C2 | 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。3c-Ⅰ-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 實際操作檢核表 | 課綱：人權-3 | □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。