

附件伍-1

高雄市鳳山區鳳山國小五年級第二學期部定課程【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<br>核心素養<br>指標 | 學習重點                                                  |                                                           | 學習目標                                                                                    | 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<br>線上教學規劃<br>(無則免填)       |
|------------------|-----------------|--------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-------------------------------|---------------------------------------------|
|                  |                 |                    | 學習內容                                                  | 學習表現                                                      |                                                                                         |                                                                                                                          |                    |                               |                                             |
| 第一週<br>0210-0214 | 壹、健康<br>一.健康加油站 | 健體-E-A3            | Da-III-1 衛生保健習慣的改進方法。                                 | 1b-III-1 理解健康技能和生活技能對健康維護的重要性。<br>2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。 | 1.能利用身高、體重計算自己的身體質量指數。<br>2.能知道體位異常產生的健康問題。<br>3.能認識改善生活習慣的方法。<br>4.能改善自己的生活習慣，以達到健康體位。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：品德-1<br>法定：性侵-2 | <input type="checkbox"/> 線上教學 | 範例：<br>均一教育平台、學習吧、因材網、達學堂、e-game、PaGam0...等 |
| 第一週<br>0210-0214 | 貳、體育<br>五.投其所好  | 健體-E-A1            | Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。<br>Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。 | 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。<br>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。    | 1.確認運動與場地安全。<br>2.了解壘球擲遠的動作要領。<br>3.了解投擲角度與投擲距離的關係。<br>4.表現良好的壘球擲遠動作。<br>5.解決在比賽時遇到的問題。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：安全-1            | <input type="checkbox"/> 線上教學 |                                             |
| 第二週<br>0217-0221 | 壹、健康<br>一.健康加油站 | 健體-E-A3            | Da-III-2 身體主要器官的構造與功能。                                | 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。                              | 1.能認識身體的各腔室。<br>2.能認識身體主要器官的構造與功能。                                                      | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：品德-1<br>法定：性侵-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |                                             |
| 第二週<br>0217-0221 | 貳、體育<br>五.投其所好  | 健體-E-A1            | Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。                                 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。<br>2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。       | 1.做出良好的推鉛球動作。<br>2.了解推鉛球、投擲壘球的技巧異同處。                                                    | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：安全-1            | <input type="checkbox"/> 線上教學 |                                             |
| 第三週              | 壹、健康<br>一.健康加   | 健體-E-A3            | Da-III-3 視力與口腔衛生                                      | 1b-III-2 認識健康技能和生                                         | 1.能了解高度近視可能產生的眼睛疾病。                                                                     | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單                                                                              | 課綱：品德-1            | <input type="checkbox"/> 線上教學 |                                             |

|                  |                 |         |                                                    |                                                           |                                                                                                                                                     |                                                                                                                          |         |                                          |                                     |
|------------------|-----------------|---------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------------------|-------------------------------------|
| 0224-0228        | 油站              |         | 促進的保健行動。                                           | 活技能的基本步驟。<br>2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。                  | 2.能覺察眼睛疾病對生活帶來的不便。<br>3.能改善導致視力不良的行為。<br>4.能養成良好的視力保健習慣。                                                                                            | <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量                                                |         |                                          |                                     |
| 第三週<br>0224-0228 | 貳、體育<br>五.投其所好  | 健體-E-A1 | Bc-III-2 運動與疾病保健、終身運動相關知識。<br>Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。 | 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。<br>2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。    | 1.了解木棋的比賽方式，並進行木棋比賽。<br>2.透過正向的溝通解決在比賽中遇到的問題。<br>3.了解規律運動的好處，並向親朋好友提倡運動的好處。                                                                         | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：安全-1 | <input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 | 作業內容上傳<br>GOOGLE CLASSROOM<br>後班際討論 |
| 第四週<br>0303-0307 | 壹、健康<br>一.健康加油站 | 健體-E-A3 | Da-III-3 視力與口腔衛生促進的保健行動。                           | 1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。<br>2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 | 1.能了解良好口腔狀況的原則。<br>2.能覺察口腔疾病對生活帶來的不便<br>3.能學習使用牙線潔牙的方法。<br>4.能養成良好的潔牙習慣，並於生活中持續進行護齒行動。                                                              | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：品德-1 | <input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 | 作業內容上傳<br>GOOGLE CLASSROOM<br>後班際討論 |
| 第四週<br>0303-0307 | 貳、體育<br>六.飛騰青春  | 健體-E-A1 | Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。                         | 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。<br>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。    | 1.能明瞭懸垂動作與核心肌群動作的要領。<br>2.能學會握槓懸垂動作的技巧。<br>3.能以積極專注的學習態度，接受挑戰。<br>4.能明瞭青蛙跳的動作要領。<br>5.能運用手臂支撐力量將身體撐起，並進行重心上、下移動。<br>6.能與同學互助合作完成，並學會做好自我保護及防護同伴的動作。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 |         | <input type="checkbox"/> 線上教學            |                                     |

|                  |                  |         |                            |                                                           |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                          |                               |                               |  |
|------------------|------------------|---------|----------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|--|
|                  |                  |         |                            |                                                           | 7. 能展現出穩定的身體控制和協調能力。                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                          |                               |                               |  |
| 第五週<br>0310-0314 | 壹、健康<br>一. 健康加油站 | 健體-E-A3 | Da-III-3 視力與口腔衛生促進的保健行動。   | 1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。<br>2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 | 能於日常生活中落實維持身體健康的行為，培養良好生活習慣。                                                                                                                                                                                           | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：品德-1<br>法定：登革熱-1           | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第五週<br>0310-0314 | 貳、體育<br>六. 飛騰青春  | 健體-E-A1 | Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。<br>2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。      | 1. 能明瞭雙手支撐與雙腳蹬、跳的動作要領。<br>2. 以積極的學習態度，在支撐、蹬、跳練習時引發學習樂趣。<br>3. 透過練習，能逐漸展現出穩定的身體控制能力和協調能力。<br>4. 在練習的過程中，解決分腿騰越動作所遇到的挑戰與問題。<br>5. 能和同儕合作，進行多人飛躍馬背接龍練習。<br>6. 能明瞭分腿騰躍的動作要領。<br>7. 能學會跳箱上的跳撐動作。<br>8. 能勇於挑戰，並認真練習跳箱分腿騰躍動作。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 |                               | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第六週<br>0317-0321 | 壹、健康<br>二. 醫藥學問大 | 健體-E-A2 | Fb-III-4 珍惜健保與醫療的方法。       | 2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。                                   | 1. 能認識分級醫療與轉診制度。<br>2. 能運用事證支持珍惜健保與醫療的行為。                                                                                                                                                                              | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：安全-1<br>法定：飲食-1<br>法定：防災-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第六週<br>0317-0321 | 貳、體育<br>六. 飛騰青春  | 健體-E-A1 | Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。<br>2c-III-3 表現                     | 1. 能明瞭分腿騰躍的動作要領。<br>2. 能學會跳箱上的跳撐動作。                                                                                                                                                                                    | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 |                               | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |

|                  |                 |         |                              |                                                           |                                                                                                                  |                                                                                                                          |                    |                                          |                                     |
|------------------|-----------------|---------|------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------------------------------|-------------------------------------|
|                  |                 |         |                              | 積極參與、接受挑戰的學習態度。                                           | 3.能勇於挑戰，並認真練習跳箱分腿騰躍動作。<br>4.透過練習，能逐漸展現出穩定的身體控制能力和協調能力。<br>5.在練習的過程中，解決分腿騰躍動作所遇到的挑戰與問題。<br>6.能以積極專注的學習態度，接受各關的挑戰。 |                                                                                                                          |                    |                                          |                                     |
| 第七週<br>0324-0328 | 壹、健康<br>二.醫藥學問大 | 健體-E-A2 | Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。 | 2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。                                  | 1.能察知用藥五問有利自身健康利益與障礙。<br>2.能辨別錯誤的用藥行為，並建立正確用藥觀念。<br>3.能理解中藥用藥安全及中藥的類型意涵。                                         | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：安全-1<br>法定：飲食-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學            |                                     |
| 第七週<br>0324-0328 | 貳、體育<br>七.摩拳擦掌  | 健體-E-C2 | Bd-III-1 武術組合動作與套路。          | 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。<br>1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。     | 1.能了解武術中上肢、下肢軀幹的動作，並分析與他人的差異。<br>2.能說出正確的武術動作名稱。                                                                 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 |                    | <input type="checkbox"/> 線上教學            |                                     |
| 第八週<br>0331-0404 | 壹、健康<br>二.醫藥學問大 | 健體-E-A2 | Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。 | 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。                               | 1.能認識並熟悉核對藥品資訊的方法。<br>2.能了解藥品分類與規範對健康的重要性。                                                                       | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：安全-1<br>法定：飲食-1 | <input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 | 作業內容上傳<br>GOOGLE CLASSROOM<br>後班際討論 |
| 第八週<br>0331-0404 | 貳、體育<br>七.摩拳擦掌  | 健體-E-C2 | Bd-III-1 武術組合動作與套路。          | 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。<br>3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人 | 1.能了解武術中上肢、下肢軀幹的動作，並分析與他人的差異。<br>2.能說出正確的武術動作名稱。                                                                 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 |                    | <input type="checkbox"/> 線上教學            |                                     |

|                   |                          |         |                                                    |                                                           |                                                                                                    |                                                                                                                          |         |                               |  |
|-------------------|--------------------------|---------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------|--|
|                   |                          |         |                                                    | 運動潛能。                                                     |                                                                                                    |                                                                                                                          |         |                               |  |
| 第九週<br>0407-0411  | 壹、健康<br>二.醫藥學問大          | 健體-E-A2 | Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。                       | 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。                               | 1.能認識成藥、指示藥與處方藥的分級。<br>2.能認識正確的藥品保存守則。<br>3.能了解廢棄藥品處理六步驟。                                          | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：安全-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第九週<br>0407-0411  | 貳、體育<br>七.摩拳擦掌<br>八.球不落地 | 健體-E-B1 | Bd-III-1 武術組合動作與套路。<br>Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 | 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。<br>2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。   | 1.設計出自己的武術套路。<br>2.能將學到的武術套路與家人分享。<br>3.能對排球的起源與特色有基本的認識。<br>4.能積極正確的做出低手拋球動作，並透過競爭和學習策略，改善個人技能表現。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 |         | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第十週<br>0414-0418  | 壹、健康<br>二.醫藥學問大          | 健體-E-A2 | Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。                       | 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。<br>3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。         | 1.能了解正確用藥五大核心能力，達成健康自主管理。<br>2.能於生活中落實正確用藥行為，並向親朋好友宣導。                                             | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：安全-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第十週<br>0414-0418  | 貳、體育<br>八.球不落地           | 健體-E-B1 | Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。                        | 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。<br>2d-III-2 分辨運動賽事中選手和觀眾的角色和責任。 | 1.能透過小組比賽並討論，遵守規則的演練排球比賽中的進攻和防守策略。<br>2.能做出了解並做出正確的低手傳接球。                                          | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 |         | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第十一週<br>0421-0425 | 壹、健康<br>三.聰明消費樂無窮        | 健體-E-A2 | Eb-III-1 健康消費資訊與媒體的影響。                             | 1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。<br>3b-III-4 能於                 | 1.從事消費活動時，能選擇良好的產品與服務。<br>2.面對促銷活動時，能展現出理性消費的行為。                                                   | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：人權-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |

|                   |                          |         |                                                             |                                                             |                                                                                                       |                                                                                                                          |         |                               |  |
|-------------------|--------------------------|---------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------|--|
|                   |                          |         |                                                             | 不同的生活情境中，運用生活技能。                                            |                                                                                                       |                                                                                                                          |         |                               |  |
| 第十一週<br>0421-0425 | 貳、體育<br>八.球不落地           | 健體-E-B1 | Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。                                 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。<br>3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 | 1.能與同學討論如何改善比賽低手傳接球的技巧，接納他人不同想法，並正向溝通有效策略解決比賽的問題。<br>2.能知道並做出正面低手發球動作。                                | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 |         | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第十二週<br>0428-0502 | 壹、健康<br>三.聰明消費樂無窮        | 健體-E-A2 | Eb-III-2 健康消費相關服務與產品的選擇方法。                                  | 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。<br>3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。  | 1.能認識選購商品四妙招。<br>2.能了解商品標示對維護消費權益的重要性。<br>3.能了解具得獎機率性質的商品相對應的購買策略。                                    | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：人權-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第十二週<br>0428-0502 | 貳、體育<br>八.球不落地<br>九.手球英雄 | 健體-E-A2 | Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。<br>Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。<br>2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。         | 1.能認識、了解如何選用及配戴排球的護具護膝。<br>2.能知道並做出移動傳接球的倒身保護動作。<br>3.能與同學討論如何提升手球比賽傳接球之技巧，接納他人不同想法，並正向溝通有效策略，提高學習效能。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 |         | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第十三週<br>0505-0509 | 壹、健康<br>三.聰明消費樂無窮        | 健體-E-A2 | Eb-III-1 健康消費資訊與媒體的影響。                                      | 2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。<br>4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。     | 1.能了解消費行為中，消費者可享的權利與應盡的義務。<br>2.能在生活中展現消費者應有的態度和行為。                                                   | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：人權-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第十                | 貳、體育                     | 健體-E-A2 | Hb-III-1 陣                                                  | 3d-III-2 演練                                                 | 1.能在手球比賽中與小組                                                                                          | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗                                                                                 |         | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |

|                   |                            |         |                                                 |                                                              |                                                                                 |                            |         |       |  |
|-------------------|----------------------------|---------|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|---------|-------|--|
| 三週<br>0505-0509   | 九. 手球英雄                    |         | 地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。                              | 比賽中的進攻和防守策略。                                                 | 成員討論，並執行從不同位置出發的攻擊與防守策略。<br>2. 能與同學討論如何提升手球比賽傳接球之技巧，接納他人不同想法，並正向溝通有效策略，提高學習效能。  | 及表單<br>■實作評量<br>□檔案評量      |         |       |  |
| 第十四週<br>0512-0516 | 壹、健康<br>三. 聰明消費樂無窮         | 健體-E-A2 | Eb-III-1 健康消費資訊與媒體的影響。                          | 2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。<br>4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。           | 1. 能了解產生消費糾紛的原因。<br>2. 能具備處理消費糾紛的因應策略。<br>3. 能知道消費者有申訴的權利及申訴的管道。                | ■紙筆測驗及表單<br>■實作評量<br>□檔案評量 | 課綱：人權-1 | □線上教學 |  |
| 第十四週<br>0512-0516 | 貳、體育<br>九. 手球英雄            | 健體-E-A2 | Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。                    | 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。<br>3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 | 能正確做出行進3步跳射和運球組合，並透過競爭和學習策略改善技能表現。                                              | ■紙筆測驗及表單<br>■實作評量<br>□檔案評量 |         | □線上教學 |  |
| 第十五週<br>0519-0523 | 壹、健康<br>三. 聰明消費樂無窮         | 健體-E-A2 | Eb-III-1 健康消費資訊與媒體的影響。                          | 2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。<br>4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。           | 能培養良好的消費態度，並有能力尋求解決的方法和技巧。                                                      | ■紙筆測驗及表單<br>■實作評量<br>□檔案評量 | 課綱：人權-1 | □線上教學 |  |
| 第十五週<br>0519-0523 | 貳、體育<br>九. 手球英雄<br>十. 花舞翩翩 | 健體-E-A2 | Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。<br>Ib-III-2 各國土風舞。 | 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。<br>2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特          | 1. 能透過小組比賽並討論，演練手球比賽中的進攻和防守策略。<br>2. 能從不同國家文化的土風舞中分享運動欣賞與創作的美感體驗，展現多元文化的包容性與素養。 | ■紙筆測驗及表單<br>■實作評量<br>□檔案評量 | 課綱：多元-1 | □線上教學 |  |

|                   |                 |         |                      |                                                                     |                                                                                                 |                                                                                                                          |                           |                               |  |
|-------------------|-----------------|---------|----------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------|--|
|                   |                 |         |                      | 色。                                                                  | 3.能分析、解釋不同文化土風舞身體活動的特色。                                                                         |                                                                                                                          |                           |                               |  |
| 第十六週<br>0526-0530 | 壹、健康<br>四.家庭安和樂 | 健體-E-B1 | Fa-III-2 家庭成員的角色與責任。 | 1b-III-3 對照生活情境的健康需求，尋求適用的健康技能和生活技能。<br>2b-III-3 擁有執行健康生活行動的信心與效能感。 | 1.能明白家庭成員所扮演的角色及責任。<br>2.能了解並接納不同的家庭組成型態<br>3.能了解自己為健全家庭功能可以做到的事。                               | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定：家暴-1<br>法定：性平（含愛滋防治）-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第十六週<br>0526-0530 | 貳、體育<br>十.花舞翩翩  | 健體-E-B3 | Ib-III-2 各國土風舞。      | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。<br>2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。                | 1.能認識塞爾維亞的土風舞步技巧、要領與隊形變化。<br>2.能於土風舞運動中表現穩定的身體控制與協調能力。<br>3.能表現積極參與練習舞步技巧與隊形變化。                 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：多元-1                   | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第十七週<br>0602-0606 | 壹、健康<br>四.家庭安和樂 | 健體-E-B1 | Fa-III-2 家庭成員的角色與責任。 | 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。<br>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。          | 1.能覺察家人的感受並願意主動幫助家人。<br>2.能於生活落實對家庭有幫助的行為。<br>3.能分辨不同家庭暴力事件造成的傷害。                               | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定：家暴-1<br>法定：性平（含愛滋防治）-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第十七週<br>0602-0606 | 貳、體育<br>十.花舞翩翩  | 健體-E-B3 | Ib-III-2 各國土風舞。      | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。<br>2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。                | 1.能認識塞爾維亞的土風舞步技巧、要領與隊形變化。<br>2.能於土風舞運動中表現穩定的身體控制與協調能力。<br>3.能表現積極參與練習舞步技巧與隊形變化。<br>4.能從展演歷程中，分享 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：多元-1                   | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |

|                   |                   |         |                                                 |                                                            |                                                                                                   |                                                                                                                          |                           |                               |  |
|-------------------|-------------------|---------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------|--|
|                   |                   |         |                                                 |                                                            | 運動欣賞與創作的美感體驗。<br>5. 能與小組成員完成展演。                                                                   |                                                                                                                          |                           |                               |  |
| 第十八週<br>0609-0613 | 壹、健康<br>四. 家庭安和樂  | 健體-E-B1 | Fa-III-2 家庭成員的角色與責任。                            | 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。<br>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 | 1. 能運用自我保護技巧避免傷害的發生。<br>2. 能知道家庭變異可能造成的心理反應。<br>3. 能理解家人互為支持的力量，願意一起面對悲傷事件。<br>4. 能認識正向轉念方法。      | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定：家暴-1<br>法定：性平（含愛滋防治）-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第十八週<br>0609-0613 | 貳、體育<br>十一. 悠遊戲水樂 | 健體-E-A1 | Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。                    | 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。<br>2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 | 1. 對平靜水域安全有初步的了解，以提高水域安全的警覺性。<br>2. 重視水域安全觀念，能熟記防溺水、自救的方式。<br>3. 能透過實際體驗與操作，了解實施救溺的方式與危險性。        | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：海洋-1                   | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第十九週<br>0616-0620 | 壹、健康<br>四. 家庭安和樂  | 健體-E-B1 | Fa-III-3 維持良好人際關係的溝通技巧與策略。                      | 2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。<br>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。   | 1. 能思考並體察家人有效溝通的好處及影響。<br>2. 能透過角色情境，學會溝通「停看聽」等有效溝通的技巧。                                           | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：家庭-1<br>法定：性平（含愛滋防治）-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第十九週<br>0616-0620 | 貳、體育<br>十一. 悠遊戲水樂 | 健體-E-A1 | Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。<br>Cc-III-1 水域休閒運動進階技能。 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。<br>2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。        | 1. 能認識立式划槳與基本操作，培養未來參與水域活動與利用大型浮具的救生能力。<br>2. 能知道從事水域活動出現脫水現象時的症狀及預防方法。<br>3. 能重視水域安全的觀念，熟記並正確做出防 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：海洋-1                   | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |

|                    |                      |         |                                                                            |                                                                                 |                                                                                                                                       |                                                                                                                              |                    |                               |  |
|--------------------|----------------------|---------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-------------------------------|--|
|                    |                      |         |                                                                            |                                                                                 | 溺、自救的方式。                                                                                                                              |                                                                                                                              |                    |                               |  |
| 第二十週<br>0623-0627  | 壹、健康<br>四.家庭安<br>和樂  | 健體-E-B1 | Fb-III-1 健康各面向平衡安適的促進方法與日常健康行為。                                            | 1b-III-1 理解健康技能和生<br>活技能對健康<br>維護的重要<br>性。<br>4a-III-3 主動<br>地表現促進健<br>康的行動。    | 1. 能了解與家人相處及健<br>康休閒的重要性。<br>2. 能主動和家人規劃共同<br>的休閒活動。<br>3. 能為家人規劃旅遊休閒<br>活動。<br>4. 能主動展現促進家人感<br>情的行動。                                | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗<br>及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定：性平（含愛滋防<br>治）-2 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第二十週<br>0623-0627  | 貳、體育<br>十一.悠遊<br>戲水樂 | 健體-E-A1 | Gb-III-2 手<br>腳聯合動作、<br>藉物游泳前進、游泳前進<br>15 公尺（需<br>換氣三次以<br>上）與簡易性<br>游泳比賽。 | 1d-III-2 比較<br>自己或他人運<br>動技能的正確<br>性。<br>2c-III-3 表現<br>積極參與、接<br>受挑戰的學習<br>態度。 | 1. 能積極的練習，做出捷<br>泳正確的手腳搭配動作藉<br>物前進。<br>2. 能在小組比賽時與隊友<br>討論、合作正向溝通有效<br>策略，提高學習效能<br>3. 能透過檢核表評估小組<br>伙伴動作的正確性，提供<br>課後自主練習方向的<br>建議。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗<br>及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：海洋-1            | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第二十一週<br>0630-0704 | 壹、健康<br>四.家庭安<br>和樂  | 健體-E-B1 | Fb-III-1 健康各面向平衡安適的促進方法與日常健康行為。                                            | 1b-III-1 理解健康技能和生<br>活技能對健康<br>維護的重要<br>性。<br>4a-III-3 主動<br>地表現促進健<br>康的行動。    | 1. 能了解與家人相處及健<br>康休閒的重要性。<br>2. 能主動和家人規劃共同<br>的休閒活動。<br>3. 能為家人規劃旅遊休閒<br>活動。<br>4. 能主動展現促進家人感<br>情的行動。                                | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗<br>及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定：性平（含愛滋防<br>治）-2 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |  |
| 第二十一週<br>0630-0704 | 貳、體育<br>十一.悠遊<br>戲水樂 | 健體-E-A1 | Gb-III-2 手<br>腳聯合動作、<br>藉物游泳前進、游泳前進<br>15 公尺（需<br>換氣三次以<br>上）與簡易性<br>游泳比賽。 | 1d-III-2 比較<br>自己或他人運<br>動技能的正確<br>性。<br>2c-III-3 表現<br>積極參與、接<br>受挑戰的學習<br>態度。 | 1. 能積極的練習，做出捷<br>泳正確的手腳搭配動作藉<br>物前進。<br>2. 能在小組比賽時與隊友<br>討論、合作正向溝通有效<br>策略，提高學習效能<br>3. 能透過檢核表評估小組<br>伙伴動作的正確性，提供<br>課後自主練習方向的<br>建議。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗<br>及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：海洋-1            | <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。