

**高雄市三民區莊敬國小四年級第二學期部定課程【南一版健康與體育領域】課程計畫(新課綱)**

週次	單元/主題名稱	對應領域 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
			學習內容	學習表現				
第1週 第2週	壹、健康新世界 一.風搖地動 貳、運動我最行 五、飛盤真好玩	健體-E-A1	Ba-II-3 防火、防震、防颱 措施及逃生避難基本技巧。 Ce-II-1 其他休閒運動基本 技能。	1c-II-1 認識身體活動 的動作技能。 2a-II-1 覺察健康受到 個人、家庭、學校等因 素之影響。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業			
第3週 第4週 第5週	壹、健康新世界 一.風搖地動 貳、運動我最行 五、飛盤真好玩 六、歡樂土風舞	健體-E-A1 健體-E-A3 健體-E-B3 健體-E-C2	Ba-II-3 防火、防震、防颱 措施及逃生避難基本技巧。 Ce-II-1 其他休閒運動基本 技能。	1b-II-2 辨別生活情境 中適用的健康技能和生 活技能。 2c-II-3 表現主動參 與、樂於嘗試的學習態 度。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業			
第6週 第7週 第8週	壹、健康新世界 二.逗陣來長大 貳、運動我最行 六、歡樂土風舞 七、活力足球	健體-E-A1	Aa-II-1 生長發育的意義與 成長個別差異。 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。	1a-II-1 認識身心健康 基本概念與意義。 1c-II-1 認識身體活動 的動作技能。	1. 實作 2. 作業			
第9週 第10週 第11週	壹、健康新世界 二.逗陣來長大 貳、運動我最行 八、跳高小子	健體-E-A1	Da-II-2 身體各部位的功能 與衛生保健的方法。 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。	1. 實作 2. 作業		■線上教學 健康知識影片 賞析 Youtube 網路 資源	
第12週 第13週 第14週	壹、健康新世界 三.消費停看聽 貳、運動我最行 九、武術高手	健體-E-A1	Bd-II-1 武術基本動作。 Eb-II-1 健康安全消費的訊 息與方法。	1b-II-2 辨別生活情境 中適用的健康技能和生 活技能。 1c-II-1 認識身體活動 的動作技能。	1. 實作 2. 口頭問答	飲食教育 環 E15 覺知能資源過 度利用會導致 環境汙染與資	■線上教學 運動相關影片 賞析 Youtube 網路 資源	

						源耗竭的問題。		
第15週 第16週	壹、健康新世界 三. 消費停看聽 貳、運動我最行 十、羽球同樂	健體-E-A1	Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 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。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。	1. 實作 2. 口頭問答			
第17週 第18週	壹、健康新世界 四. 知己知彼 貳、運動我最行 十一、功夫小將 領	健體-E-A1	Bd-II-2 技擊基本動作。 Fa-II-1 自我價值提升的原則。	1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。	1. 實作 2. 口頭問答	登革熱防治 環 E5 覺知人類的生 活型態對其他 生物與生態系 的衝擊。		
第19週 第20週	壹、健康新世界 四. 知己知彼 貳、運動我最行 十二、水中蛟龍	健體-E-A1	Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲。	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。	1. 實作 2. 口頭問答			

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。