

高雄市楠梓區莒光國小 四年級第二學期部定課程【健康與體育領域】課程計畫(新課綱-康軒版)

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 0212   0218	第一單元 迎向青春 期 第一課相處 萬花筒	健體-E-A2 健體-E-B1	Db-Ⅱ-2 性別角色 刻板現象並與不同 性別者之良好互 動。 Fa-Ⅱ-1 自我價值 提升的原則。 Fa-Ⅱ-2 與家人及 朋友良好溝通與相 處的技巧。	3b-Ⅱ-1 透過模仿 學習，表現基本的 自我調適技能。 3b-Ⅱ-2 能於引導 下，表現基本的人 際溝通互動技能。	學習單 聽力與口語 溝通 行為觀察	課綱：健體-性別 -(性 E4)-1 法定：健體-兒童 及少年性剝削防 治教育-(性 E5)-2		
二 0219   0225	第一單元 迎向青春 期 第二課青春 你我他	健體-E-A1	Db-Ⅱ-1 男女生殖 器官的基本功能與 差異。 Fa-Ⅱ-3 情緒的類 型與調適方法。	1a-Ⅱ-1 認識身心 健康基本概念與意 義。 1a-Ⅱ-2 了解促進 健康生活的方法。 2b-Ⅱ-2 願意改善 個人的健康習慣。 3b-Ⅱ-1 透過模仿 學習，表現基本的 自我調適技能。	口頭報告 聽力與口語 溝通 實際操作 行為觀察	法定：健體-兒童 及少年性剝削防 治教育-(性 E5)-1 法定：健體-性侵 害防治教育-(性 E5)-1		
三 0226   0304	第一單元 迎向青春 期 第三課尊 重與保護 自我	健體-E-A1 健體-E-A2	Db-Ⅱ-3 身體自主 權及其危害之防範 與求助策略。	1a-Ⅱ-1 認識身心 健康基本概念與意 義。 3b-Ⅱ-3 運用基本 的生活技能，因應 不同的生活情境。	學習單 聽力與口語 溝通 行為觀察	法定：健體-性侵 害防治教育-(性 E5)-2		
四 0305   0311	第二單元 天然災害 知多少 第一課天 搖地動	健體-E-A2	Ba-Ⅱ-1 居家、交 通及戶外環境的潛 在危機與安全須 知。 Ba-Ⅱ-3 防火、防 震、防颱措施及逃	1a-Ⅱ-2 了解促進 健康生活的方法。 2a-Ⅱ-2 注意健康 問題所帶來的威脅 感與嚴重性。 3a-Ⅱ-1 演練基本	口頭報告 聽力與口語 溝通 實際操作 行為觀察	課綱：健體-安全 -(安 E2)-1 課綱：健體-安全 -(安 E4)-1		

			生避難基本技巧。	的健康技能。 3a-Ⅱ-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。				
五 0312   0318	第二單元 天然災害 知多少 第二課小小救護員	健體-E-A2	Ba-Ⅱ-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。	1b-Ⅱ-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 3a-Ⅱ-1 演練基本的健康技能。 3a-Ⅱ-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	學習單 聽力與口語 溝通 行為觀察	課綱：健體-安全-(安 E11)-1 課綱：健體-安全-(安 E12)-1	■線上教學 (1)	完成指派作業上傳至 classroom 作業區
六 0319   0325	第二單元 天然災害 知多少 第三課颶風來襲	健體-E-A2	Ba-Ⅱ-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 Ba-Ⅱ-3 防火、防震、防颶措施及逃生避難基本技巧。	1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 2a-Ⅱ-2 注意健康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。	口頭報告 聽力與口語 溝通 實際操作、行為觀察	課綱：健體-安全-(安 E2)-1 課綱：健體-安全-(安 E4)-1		
七 0326   0401	第三單元 健康方程式 第一課呼吸系統	健體-E-A1	Da-Ⅱ-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。	學習單 聽力與口語 溝通 行為觀察	課綱：健體-安全-(安 E2)-1 課綱：健體-安全-(安 E4)-1		
八 0402   0408	第三單元 健康方程式 第二課肺炎防疫通	健體-E-A1	Fb-Ⅱ-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。	口頭報告 聽力與口語 溝通 實際操作、行為觀察	課綱：健體-安全-(安 E2)-1 法定：健體-登革熱防治教育-1		
九 0409   0415	第三單元 健康方程式 第三課就醫好習慣	健體-E-A1	Fb-Ⅱ-3 正確就醫習慣。	1b-Ⅱ-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 2b-Ⅱ-1 遵守健康	學習單 聽力與口語 溝通 行為觀察	課綱：健體-安全-(安 E2)-1 法定：健體-家庭暴力防治教育-3		

				的生活規範。 3a-Ⅱ-1 演練基本的健康技能。				
十 0416   0422	第四單元 球來球往 第一課桌 球擊球趣	健體-E-A1	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。	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 1d-Ⅱ-2 描述自己或他人動作技能的正確性。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 4d-Ⅱ-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。	口頭報告 聽力與口語 溝通 實際操作 行為觀察	課網：健體-人權 -(人 E3)-1	■線上教學 (1)	回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表
十一 0423   0429	第四單元 球來球往 第二課籃 球輕鬆玩	健體-E-A1 健體-E-C2	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。	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2c-Ⅱ-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3d-Ⅱ-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	學習單 聽力與口語 溝通 行為觀察	課網：健體-人權 -(人 E3)-1		
十二 0430   0506	第四單元 球來球往 第三課球 球來襲	健體-E-A1 健體-E-C2	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。	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。 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 聽力與口語 溝通 實際操作 行為觀察	課網：健體-人權 -(人 E3)-1		
十三 0507   0513	第四單元 球來球往 第四課攻 閃交手	健體-E-A1 健體-E-C2	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	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。 3d-Ⅱ-2 運用遊戲	學習單 聽力與口語 溝通 行為觀察	課網：健體-人權 -(人 E3)-1		

			及人與人、人與球關係攻防概念。	的合作和競爭策略。				
十四 0514   0520	第五單元 投擊奔極 限 第一課傳 接投擲趣	健體-E-A1 健體-E-C2	Cb-Ⅱ-3 奧林匹克運動會的起源與訴求。 Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 2d-Ⅱ-1 描述參與身體活動的感覺。	口頭報告 聽力與口語 溝通 實際操作 行為觀察	課綱：健體-安全-(安 E2)-1 課綱：健體-安全-(安 E4)-1		
十五 0521   0527	第五單元 投擊奔極 限 第一課傳 接投擲趣	健體-E-A1 健體-E-C2	Cb-Ⅱ-3 奧林匹克運動會的起源與訴求。 Ga-Ⅱ-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2d-Ⅱ-1 描述參與身體活動的感覺。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。	學習單 聽力與口語 溝通 行為觀察	課綱：健體-安全-(安 E2)-1 課綱：健體-安全-(安 E4)-1	■線上教學 (1)	完成指派作業上傳至 classroom 作業區
十六 0529   0603	第五單元 投擊奔極 限 第二課耐 力小鐵人	健體-E-A1	Bc-Ⅱ-2 運動與身體活動的保健知識。 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。 1c-Ⅱ-2 認識身體活動的傷害和防護概念。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。	口頭報告 聽力與口語 溝通 實際操作 行為觀察	課綱：健體-安全-(安 E7)-1		
十七 0604   0610	第五單元 投擊奔極 限 第三課友 善攻防術	健體-E-A1	Bd-Ⅱ-1 武術基本動作。 Bd-Ⅱ-2 技擊基本動作。	1d-Ⅱ-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 3c-Ⅱ-1 表現聯合性動作技能。 4d-Ⅱ-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。	學習單 聽力與口語 溝通 行為觀察	課綱：健體-安全-(安 E7)-1		
十八 0611   0617	第六單元 箱木跳跳 隨花舞 第一課跳	健體-E-C2	Ia-Ⅱ-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	1c-Ⅱ-1 認識身體活動的動作技能。 2c-Ⅱ-3 表現主動參與、樂於嘗試的	口頭報告 聽力與口語 溝通 實際操作	課綱：健體-安全-(安 E7)-1		

	箱平衡木			學習態度。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	行為觀察			
十九 0618   0624	第六單元 箱木跳跳 隨花舞 第二課線 條愛跳舞	健體-E-B3	Ib-II-1 音樂律動 與模仿性創作舞 蹈。	1c-II-1 認識身體 活動的動作技能。 2c-II-3 表現主動 參與、樂於嘗試的 學習態度。 3c-II-1 表現聯合 性動作技能。	學習單 聽力與口語 溝通 行為觀察	課綱：健體-安全 -(安 E7)-1	■線上教學 (1)	回家觀看教育平台 相關影片，並於課 堂進行發表
二十 0625   0630	第六單元 箱木跳跳 隨花舞 第三課花 之舞	健體-E-B3	Ib-II-2 土風舞遊 戲。	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。 3c-II-1 表現聯合 性動作技能。	口頭報告 聽力與口語 溝通 實際操作 行為觀察	課綱：健體-安全 -(安 E7)-1		

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)-節數)。

(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。