

高雄市三民區愛國國小 四 年級第 二 學期部定課程【健康與體育領域—翰林版】課程計畫

| 週次  | 單元/主題名稱                             | 對應領域<br>核心素養指標 | 學習重點                                             |                                                                   | 學習目標                                                           | 評量方式                                                                                                          | 議題融入        | 線上教學 |
|-----|-------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------|
|     |                                     |                | 學習內容                                             | 學習表現                                                              |                                                                |                                                                                                               |             |      |
| 第一週 | 單元一健康從齒開始<br>活動1 食物卡齒縫了             | 健體-E-A1        | Da-II-1 良好的衛生習慣的建立。<br>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。<br>3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。                 | 1. 正確清潔齒縫異物。<br>2. 學習正確使用牙線。                                   | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱:家庭-1     |      |
| 第一週 | 單元五運動休閒樂趣多<br>活動1 活力家庭愛運動           | 健體-E-A1        | Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。                              | 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>4c-II-1 了解影響運動參與的因素，選擇提高體適能的運動計畫與資源。 | 1. 能分享自己或與家人從事運動的心得。<br>2. 能說出養成規律運動的妙招。<br>3. 學會正確的登階運動的動作要領。 | <input 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-2     |      |
| 第二週 | 單元一健康從齒開始<br>活動1 食物卡齒縫了             | 健體-E-A1        | Da-II-1 良好的衛生習慣的建立。<br>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。<br>3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。                 | 1. 正確清潔齒縫異物。<br>2. 學習正確使用牙線。                                   | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱:家庭-1     |      |
| 第二週 | 單元五運動休閒樂趣多<br>活動1 活力家庭愛運動           | 健體-E-A1        | Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。                              | 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。<br>4c-II-1 了解影響運動參與的因素，選擇提高體適能的運動計畫與資源。 | 1. 能分享自己或與家人從事運動的心得。<br>2. 能說出養成規律運動的妙招。<br>3. 學會正確的登階運動的動作要領。 | <input 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-2     |      |
| 第三週 | 單元一健康從齒開始<br>活動2 牙齒好正<br>(融入健康促進學校) | 健體-E-A1        | Da-II-1 良好的衛生習慣的建立。<br>Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。     | 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。<br>4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。        | 1. 認識口腔檢查服務。<br>2. 認識牙齒的構造與功能。                                 | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定:健康促進學校-1 |      |
| 第三週 | 單元五運動休閒樂趣多                          | 健體-E-A1        | Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。                              | 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的                                              | 1. 能分享自己或與家人從事運動的心得。                                           | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單                                                                              | 法定:健康促進學校-2 |      |

|         |                                  |         |                                                                    |                                                                            |                                                                                       |                                                                                                               |         |                                                                               |
|---------|----------------------------------|---------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------|
|         | 活動 2 健走<br>好處多<br>(融入健康<br>促進學校) |         |                                                                    | 學習態度。<br>4c-II-1 了解影響<br>運動參與的因素，<br>選擇提高體適能的<br>運動計畫與資源。                  | 2. 能說出養成規律運<br>動的妙招。<br>3. 學會正確的登階運<br>動的動作要領。                                        | <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量                                     |         |                                                                               |
| 第四<br>週 | 單元一健康<br>從齒開始<br>活動 2 牙齒<br>好正   | 健體-E-A1 | Da-II-2 身體各部<br>位的功能與衛生保<br>健的方法。<br>Eb-II-1 健康安全<br>消費的訊息與方<br>法。 | 1a-II-2 了解促進<br>健康生活的方法。<br>3a-II-1 演練基本<br>的健康技能。                         | 1. 了解牙齦健康對口<br>腔健康的影響。<br>2. 採取改善口腔健康<br>的行動。                                         | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 課網:家庭-1 | <input checked="" type="checkbox"/> 線上教學回<br>家觀看教育平<br>台相關影片，<br>並於課堂進行<br>發表 |
| 第四<br>週 | 單元五運動<br>休閒樂趣多<br>活動 2 健走<br>好處多 | 健體-E-A3 | Ce-II-1 其他休閒<br>運動基本技能。                                            | 3c-II-1 表現聯合<br>性動作技能。<br>4c-II-1 了解影響<br>運動參與的因素，<br>選擇提高體適能的<br>運動計畫與資源。 | 1. 能了解從事健走運<br>動應注意的事項。<br>2. 學會正確的健走運<br>動的動作要領。<br>3. 學會應用科技資<br>訊，充分利用各項運<br>動資源。  | <input 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 | 課網:安全-2 |                                                                               |
| 第五<br>週 | 單元一健康<br>從齒開始<br>活動 2 牙齒<br>好正   | 健體-E-A1 | Da-II-2 身體各部<br>位的功能與衛生保<br>健的方法。<br>Eb-II-1 健康安全<br>消費的訊息與方<br>法。 | 3a-II-1 演練基本<br>的健康技能。<br>4a-II-1 能於日常<br>生活中，運用健康<br>資訊、產品與服務。            | 正確選擇口腔保健用<br>品。                                                                       | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 |         |                                                                               |
| 第五<br>週 | 單元五運動<br>休閒樂趣多<br>活動 3 臥虎<br>藏龍  | 健體-E-A3 | Bd-II-1 武術基本<br>動作。                                                | 1d-II-1 認識動作<br>技能概念與動作練<br>習的策略。<br>3c-II-1 表現聯合<br>性動作技能。                | 1. 學會正確的武術運<br>動的動作要領。<br>2. 能利用假日邀集家<br>人一起從事運動。<br>3. 能與同學合作，彼<br>此觀察並提出動作修<br>正意見。 | <input 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 | 課網:安全-2 |                                                                               |
| 第六<br>週 | 單元一健康<br>從齒開始<br>活動 2 牙齒<br>好正   | 健體-E-A1 | Da-II-1 良好的衛<br>生習慣的建立。<br>Eb-II-1 健康安全<br>消費的訊息與方<br>法。           | 1a-II-2 了解促進<br>健康生活的方法。<br>2b-II-2 願意改善<br>個人的健康習慣。                       | 1. 練習牙齒自我檢查<br>的方法。<br>2. 辨識口腔衛生保健<br>產品資訊。                                           | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 |         |                                                                               |
| 第六<br>週 | 單元五運動<br>休閒樂趣多<br>活動 3 臥虎<br>藏龍  | 健體-E-A3 | Bd-II-1 武術基本<br>動作。                                                | 1d-II-1 認識動作<br>技能概念與動作練<br>習的策略。<br>3c-II-1 表現聯合                          | 1. 學會正確的武術運<br>動的動作要領。<br>2. 能利用假日邀集家<br>人一起從事運動。                                     | <input 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 | 課網:安全-2 |                                                                               |

|     |                                   |         |                                          |                                                       |                                                                                                               |                                                                                                               |              |                                                               |
|-----|-----------------------------------|---------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------|
|     |                                   |         |                                          | 性動作技能。                                                | 3. 能與同學合作，彼此觀察並提出動作修正意見。                                                                                      |                                                                                                               |              |                                                               |
| 第七週 | 單元二消費高手<br>活動1消費停看聽<br>(融入低碳環境教育) | 健體-E-B2 | Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。                    | 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。                         | 1. 覺察購物的需求。<br>2. 做出購買的決定。<br>3. 認識不同類別的商品標示。<br>4. 了解必要的商品標示內容。<br>5. 了解發生消費問題的處理方式。<br>6. 了解購物後，索取統一發票的重要性。 | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定: 低碳環境教育-1 |                                                               |
| 第七週 | 單元六運動大集合<br>活動1伸展自如               | 健體-E-A3 | Ab-II-2 體適能自我檢測方法。<br>Bc-II-1 暖身、伸展動作原則。 | 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。         | 1. 認識柔軟度的重要性與其他檢測方法。<br>2. 進行靜態伸展運動。                                                                          | <input 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 | 課網: 安全-2     |                                                               |
| 第八週 | 單元二消費高手<br>活動1消費停看聽               | 健體-E-B2 | Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。                    | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。 | 認識消費者保護專線1950。                                                                                                | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 課網: 家庭-1     |                                                               |
| 第八週 | 單元六運動大集合<br>活動1伸展自如               | 健體-E-A3 | Ab-II-2 體適能自我檢測方法。<br>Bc-II-1 暖身、伸展動作原則。 | 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。         | 1. 進行動態伸展運動。<br>2. 認識伸展運動的原則。<br>3. 認識與實作肌肉拉傷的處理方法。<br>4. 討論課後自主進行伸展運動的方法。                                    | <input 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 | 課網: 安全-2     |                                                               |
| 第九週 | 單元二消費高手<br>活動2聰明安心吃               | 健體-E-B2 | Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。                    | 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。                         | 1. 認識食品標章。<br>2. 了解食品標章的意義。<br>3. 了解食品消費的注意事項。<br>4. 了解食品的保存方式。<br>5. 學會閱讀商品標示的保存方法說明。                        | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 課網: 家庭-1     | <input checked="" type="checkbox"/> 線上教學回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表 |

|      |                      |         |                         |                                                   |                                                          |                                                                                                                          |                    |                                                               |
|------|----------------------|---------|-------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------|
|      |                      |         |                         |                                                   | 6. 學會閱讀食品包裝的標示內容。<br>7. 認識有食品標章的商品。                      |                                                                                                                          |                    |                                                               |
| 第九週  | 單元六運動大集合活動2 柔軟支撐     | 健體-E-A1 | 1a-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。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。   | 模仿柔軟支撐動作練習。                                              | <input 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            | 課網:安全-2            |                                                               |
| 第十週  | 單元三成長的喜悅活動1 迎接青春期的喜悅 | 健體-E-B2 | Db-II-1 男女生殖器官的基本功能與差異。 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。   | 能認識青春期的生理變化。                                             | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量            | 課網:性平-1            |                                                               |
| 第十週  | 單元六運動大集合活動2 柔軟支撐     | 健體-E-A1 | 1a-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。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。        | 1. 認識柔軟支撐動作練習策略。<br>2. 進行創作組合。<br>3. 進行展演分享。             | <input 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            | 課網:安全-2            |                                                               |
| 第十一週 | 單元三成長的喜悅活動1 迎接青春期的喜悅 | 健體-E-A2 | Db-II-1 男女生殖器官的基本功能與差異。 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。   | 1. 能認識青春期的生理變化。<br>2. 能用健康的態度面對青春期的喜悅。                   | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 課網:性平-1            |                                                               |
| 第十一週 | 單元六運動大集合活動3 用身體作畫    | 健體-E-B3 | 1b-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。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。        | 1. 進行兩人組合造型。<br>2. 進行多人組合造型。<br>3. 進行創作組合。<br>4. 進行展演分享。 | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 課網:安全-2<br>課網:品德-2 |                                                               |
| 第十二週 | 單元三成長的喜悅活動1 迎接青春期的喜悅 | 健體-E-A2 | Db-II-1 男女生殖器官的基本功能與差異。 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。   | 能用健康的態度面對青春期的喜悅。                                         | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量            | 課網:性平-1            | <input checked="" type="checkbox"/> 線上教學回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表 |
| 第十二週 | 單元六運動大集合活動4 毬子樂      | 健體-E-C3 | 1c-II-1 民俗運動基本動作與串接。    | 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。<br>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動 | 1. 能做出一踢一接的踢毬動作。<br>2. 能做出連續踢毬動作。<br>3. 能利用課餘時間自         | <input 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            | 課網:安全-2<br>課網:品德-2 |                                                               |

|      |                         |         |                                                                     |                                                              |                                                                        |                                                                                                               |                    |  |
|------|-------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|--|
|      |                         |         |                                                                     | 能力的身體活動。                                                     | 我挑戰，進行踢毬子練習。                                                           |                                                                                                               |                    |  |
| 第十三週 | 單元三成長的喜悅<br>活動2 男生女生做朋友 | 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-2 了解促進健康生活的方法。<br>4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。              | 能學會建立友誼的方法。                                                            | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 課網:性平-1<br>課網:品德-1 |  |
| 第十三週 | 單元七球兒好好玩<br>活動1 傳停大挑戰   | 健體-E-A2 | 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。 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。           | 1.能用腳內側做精準的傳球及停球。<br>2.在遊戲過程中，能運用所學的技能，展現熟練的技巧及專注力。<br>3.觀察同學的動作並進行反思。 | <input 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 | 課網:安全-2<br>課網:品德-2 |  |
| 第十四週 | 單元三成長的喜悅<br>活動2 男生女生做朋友 | 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-2 了解促進健康生活的方法。<br>4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。              | 1.能了解每個人都擁有身體自主權。<br>2.能尊重別人的身體自主權。<br>3.能保護自己身體的自主權。                  | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 課網:法治-1<br>課網:品德-1 |  |
| 第十四週 | 單元七球兒好好玩<br>活動2 盤球追追追   | 健體-E-A2 | 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。 | 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。<br>4c-II-1 了解影響運動參與的因素，選擇提高體適能的運動計畫與資源。 | 1.能正確的做出直線及轉向盤球的動作。<br>2.能觀察同學的動作並反思。<br>3.能思考不同策略，並運用於遊戲中。            | <input 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 | 課網:安全-2<br>課網:品德-2 |  |
| 第十五週 | 單元三成長的喜悅<br>活動3 我的未來不是夢 | 健體-E-A2 | Db-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。                                       | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。              | 1.能察覺性別刻板印象。<br>2.能體會兩性的特質與能力沒有明顯差異。                                   | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 課網:性平-1            |  |
| 第十五週 | 單元七球兒好好玩<br>活動3 籃球大突破   | 健體-E-A2 | 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     | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。              | 1.能做出原地小碎步加速過人及向後墊步加速過人的運球動作。<br>2.能觀察同學的動作並反思。<br>3.能思考不同策略，          | <input 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 | 課網:安全-2<br>課網:品德-2 |  |

|      |                                  |         |                                                                     |                                                 |                                                                                   |                                                                                                               |                    |  |
|------|----------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|--|
|      |                                  |         | 防概念。                                                                |                                                 | 並運用於遊戲中。                                                                          |                                                                                                               |                    |  |
| 第十週  | 單元三成長的喜悅<br>活動3 我的未來不是夢          | 健體-E-A2 | Db-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。                                       | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。<br>4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。 | 1. 能體會兩性的特質與能力沒有明顯差異。<br>2. 不因性別阻礙自己的潛力發展。<br>3. 能用健康的態度面對青春期。<br>4. 能保護自己的身體自主權。 | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 課網:性平-1            |  |
| 第十六週 | 單元七球兒好好玩<br>活動4 躲避球大戰            | 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。 | 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。    | 1. 能學會快速傳接球動作技巧。<br>2. 能做出快速轉身後退動作。<br>3. 比賽過程能遵守規範。                              | <input 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 | 課網:安全-2<br>課網:品德-2 |  |
| 第十七週 | 單元四防災小小兵<br>活動1 天搖地動<br>(融入防災教育) | 健體-E-A3 | Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧的認識。                                     | 3a-II-1 演練基本的健康技能。<br>3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。 | 1. 認識地震造成的災害，及遇到時的緊急應變方法。<br>2. 辨別適宜的安全避難角。                                       | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定:防災教育-1          |  |
| 第十七週 | 單元七球兒好好玩<br>活動5 「羽」你同樂           | 健體-E-C2 | 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。         | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。<br>3c-II-1 表現聯合性動作技能。 | 1. 藉由練習和遊戲，熟悉羽球特性。<br>2. 能以正確持拍動作，連續向上拍擊球。<br>3. 能利用課餘時間，進行羽球練習活動。                | <input 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 | 課網:安全-2<br>課網:品德-2 |  |
| 第十八週 | 單元四防災小小兵<br>活動1 天搖地動             | 健體-E-A3 | Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧的認識。                                     | 3a-II-1 演練基本的健康技能。<br>3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。 | 1. 認識地震造成的災害，及遇到時的緊急應變方法。<br>2. 辨別適宜的安全避難角。<br>3. 培養對地震災害的警覺性，願意學習避難技巧。           | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 課網:防災-1            |  |
| 第十八週 | 單元八戲水安全停看聽                       | 健體-E-A2 | Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地證                                                | 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護                            | 1. 能學習戲水安全注意事項。                                                                   | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單                                                                              | 法定:安全教育-2          |  |

|      |                                             |         |                                 |                                                      |                                                                                                                                                          |                                                                                                               |                |  |
|------|---------------------------------------------|---------|---------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--|
|      | 活動1 防溺常識說一說<br>(融入安全教育)                     |         | 牆漂浮。                            | 概念。                                                  | 2. 了解防溺十招的內容。<br>3. 課餘時間從事戲水活動，能符合防溺十招的內容，保障自身安全。                                                                                                        | <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input type="checkbox"/> 檔案評量                                     |                |  |
| 第十九週 | 單元四防災小小兵<br>活動1 天搖地動                        | 健體-E-A3 | Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧的認識。 | 3a-II-1 演練基本的健康技能。<br>3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。      | 1. 培養對地震災害的警覺性，願意學習避難技巧。<br>2. 能於學校演練地震逃生並熟習防震措施。<br>3. 了解擬定家庭逃生計畫與緊急救難包的重要性。<br>4. 了解家庭防災卡的要項以及緊急避難包的重要性。<br>5. 知道家庭防災卡如何填寫。<br>6. 能說明緊急救難包的重要性，並向他人倡導。 | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱:防災-1        |  |
| 第十九週 | 單元八戲水安全停看聽<br>活動2 救溺、自救一起來<br>(融入游泳與自救能力教學) | 健體-E-A1 | Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。        | 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。<br>2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 | 1. 救生器材的認識與使用。<br>2. 實際練習水中自救的方式。<br>3. 認識水上安全標誌。                                                                                                        | <input 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:游泳與自救能力教學-2 |  |
| 第二十週 | 單元四防災小小兵<br>活動2 狂風暴雨<br>(融入登革熱防治教育)         | 健體-E-A3 | Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧的認識。 | 3a-II-1 演練基本的健康技能。<br>3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。      | 1. 認識颱風造成的災害。<br>2. 培養對颱風災害的警覺性，及緊急應變能力。                                                                                                                 | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定:登革熱防治教育-1   |  |
| 第二十週 | 單元八戲水安全停看聽                                  | 健體-E-A1 | Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬            | 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。                                 | 1. 學習蹬牆潛水、自由式閉氣划手的動                                                                                                                                      | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量                                  | 法定:海洋教育-2      |  |

|       |                                  |         |                                                   |                                                                  |                                                                                         |                                                                                                                          |         |  |
|-------|----------------------------------|---------|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--|
|       | 活動 3 水中<br>小勇士(融入海洋教育)           |         | 牆漂浮。<br>Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲。                     | 4c-II-1 了解影響運動參與的因素，擇提高體適能的運動計畫與資源。                              | 作。<br>2.透過遊戲練習，能夠了解潛水及划手動作的正確性。3.能思考策略，並運用於遊戲中。                                         | <input type="checkbox"/> 檔案評量                                                                                            |         |  |
| 第二十一週 | 單元四防災<br>小小兵<br>活動 2 狂風暴雨        | 健體-E-A3 | Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧的認識。                   | 3a-II-1 演練基本的健康技能。<br>3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。                  | 1.認識颱風造成的災害。<br>2.培養對颱風災害的警覺性，及緊急應變能力。<br>3.知道颱風災後環境衛生清潔的重要性。<br>4.能說明緊急避難包的重要性，並向他人倡導。 | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱:防災-1 |  |
| 第二十一週 | 單元八戲水安全<br>停看聽<br>活動 3 水中<br>小勇士 | 健體-E-A2 | Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。<br>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。<br>4c-II-1 了解影響運動參與的因素，擇提高體適能的運動計畫與資源。 | 1.學習蹬牆潛水、自由式閉氣划手的動作。<br>2.透過遊戲練習，能夠了解潛水及划手動作的正確性。3.能思考策略，並運用於遊戲中。                       | <input type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單<br><input checked="" type="checkbox"/> 實作評量<br><input checked="" type="checkbox"/> 檔案評量 |         |  |

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：議題-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。