

高雄市田寮區新興國小一年級第一學期部定課程【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 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				
1	壹、快樂上學去一.新生進行曲 貳、運動樂趣多六.小小探險家	健體-E-A2 健體-E-C1	Ba-I-1遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Cb-I-3學校運動活動空間與場域。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3b-I-3能於生活中嘗試運用生活技能。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4d-I-2利用學校或社區資源從事身體活動。	1. 筆試 2. 口試 3. 作業	課綱：安全-E2		
2	壹、快樂上學去一.新生進行曲 貳、運動樂趣多六.小小探險家	健體-E-A2 健體-E-C1	Ba-I-1遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Cb-I-3學校運動活動空間與場域。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3b-I-3能於生活中嘗試運用生活技能。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4a-I-2養成健康的生活習慣。	1. 口試 2. 作業	課綱：安全-E8		

				4d-I-2利用學校或社區資源從事身體活動。				
3	壹、快樂上學去一. 新生進行曲 貳、運動樂趣多六. 小小探險家	健體-E-A2 健體-E-C1	Ba-I-1遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Cb-I-3學校運動活動空間與場域。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 3c-I-2表現安全的身體活動行為。 4a-I-2養成健康的生活習慣。	1. 筆試 2. 實作	課綱：人權-E3 健康飲食教育		
4	壹、快樂上學去一. 新生進行曲 貳、運動樂趣多七. 來玩呼拉圈	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C1 健體-E-C2	Ba-I-1遊戲場所與上下學情境的安全須知。 Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2班級體育活動。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2b-I-1 接受健康的生活規範。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4a-I-2養成健康的生活習慣。	1. 實作 2. 作業	課綱：人權-E5		
5	壹、快樂上學去二. 健康小達人	健體-E-A1 健體-E-C2	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。	1a-I-1認識基本的健康常識。 1c-I-1 認識身體	1. 實作 2. 作業	課綱：品德-E1		

	貳、運動樂趣多七.來玩呼拉圈		Cb-I-2班級體育活動。 Da-I-1日常生活中的基本衛生習慣。	活動的基本動作。 4c-I-2選擇適合個人的身體活動。				
6	壹、快樂上學去二.健康小達人 貳、運動樂趣多七.來玩呼拉圈	健體-E-A1 健體-E-C2	Cb-I-2 班級體育活動。 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da-I-2身體的部位與衛生保健的重要性。	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3a-I-2能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	1. 筆試 2. 實作 3. 作業	課綱：品德-E1		
7	壹、快樂上學去二.健康小達人 貳、運動樂趣多七.來玩呼拉圈	健體-E-A1 健體-E-C2	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Cb-I-2 班級體育活動。 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da-I-2身體的部位與衛生保健的重要性。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿能力。 3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4a-I-2養成健康的生活習慣。	1. 實作 2. 作業	課綱：生涯-E7 健康飲食教育		

8	壹、快樂上學去二. 健康小達人 貳、運動樂趣多八. 快樂動起來	健體-E-A1 健體-E-B3 健體-E-C2	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 Db-I-1 日常生活中的性別角色。 Ib-I-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。	1. 筆試 2. 實作 3. 作業	課綱：人權-E5 登革熱防治教育	線上教學	回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表。
9	壹、快樂上學去三. 我長大了 貳、運動樂趣多八. 快樂動起來	健體-E-A1 健體-E-B3 健體-E-C2	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Fa-I-1 認識與喜歡自己的方法。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作	課綱：性別-E4		
10	壹、快樂上學去三. 我長大了 貳、運動樂趣多八. 快樂動起來	健體-E-A1 健體-E-B3 健體-E-C2	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。 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。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作	課綱：性別-E10 環境教育		
11	壹、快樂上學去三. 我長大了 貳、運動樂趣多八. 快樂動起來	健體-E-A1 健體-E-B3 健體-E-C2	Fa-I-3 情緒體驗與分辨的方法。 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。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。	1. 筆試 2. 實作 3. 作業	課綱：人權-E5	線上教學	回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表。

	趣多八.快樂動起來			2d-I-1專注觀賞他人的動作表現。 3b-I-2能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。				
12	壹、快樂上學去三.我長大了 貳、運動樂趣多八.快樂動起來	健體-E-A1 健體-E-B3 健體-E-C2	Fa-I-3情緒體驗與分辨的方法。 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。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 3b-I-2能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	課綱：性別-E10		
13	壹、快樂上學去四.活力加油站 貳、運動樂趣多九.快樂走跑跳	健體-E-A1 健體-E-C2	Bc-I-1各項暖身伸展動作。 Cb-I-1運動安全常識、運動對身體健康的益處。 Ea-I-2基本的飲食習慣。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 2a-I-1發覺影響健康的生活態度與行為。 2b-I-2願意養成個人健康習慣。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-2利用學校或社區資源從事身體活動。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	課綱：人權-E3 健康飲食教育	線上教學	回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表。

14	壹、快樂上學去四.活力加油站 貳、運動樂趣多九.快樂走跑跳	健體-E-A1 健體-E-C2	Ea-I-1生活中常見的食物與珍惜食物。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3b-I-3能於生活中嘗試運用生活技能。 3c-I-1表現基本動作與模仿的能力。	1. 實作 2. 作業	課綱：品德-E1		
15	壹、快樂上學去四.活力加油站 貳、運動樂趣多九.快樂走跑跳	健體-E-A1 健體-E-C2	Ea-I-2基本的飲食習慣。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4b-I-1發表個人對促進健康的立場。	1. 口試 2. 實作 3. 作業	課綱：品德-E1 兒童權利公約		
16	壹、快樂上學去四.活力加油站 貳、運動樂趣多九.快樂走跑跳	健體-E-A1 健體-E-C2	Ea-I-2基本的飲食習慣。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2b-I-2願意養成個人健康習慣。 3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4a-I-2養成健康的生活習慣。	1. 口試 2. 實作 3. 作業	課綱：人權-E5		
17	壹、快樂上學去五.校園生活健康多 貳、運動樂	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C2	Bc-I-1各項暖身伸展動作。 Ca-I-1生活中與健康相關的環境。	1b-I-1舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作	課綱：戶外-E1		

	趣多十.和球做朋友			1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。				
18	壹、快樂上學去五.校園生活健康多 貳、運動樂趣多十.和球做朋友	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C2	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。	1. 筆試 2. 實作 3. 作業	課綱：生涯-E12 課綱：家庭-E13		

19	壹、快樂上學去五.校園生活健康多 貳、運動樂趣多十.和球做朋友	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C2	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。	1. 實作 2. 作業	課綱：家庭-E13 課綱：閱讀-E11		
20	壹、快樂上學去五.校園生活健康多 貳、運動樂趣多十.和球做朋友	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C2	Bc-I-1 各項暖身伸展動作。 Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 Hc-I-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	1c-I-1 認識身體活動的基本動作。 2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 3c-I-2 表現安全的身體活動行為。 4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	1. 口試 2. 實作	課綱：戶外-E11		
21	總複習							