

高雄市田寮區新興國小一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 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、守護健康有一套一.飲食面面觀 貳、運動歡暢樂趣多六.童玩真有趣	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-B1	Ce-I-1其他休閒運動入門遊戲。 Ea-I-1生活中常見的食物與珍惜食物。 Ic-I-1民俗運動基本動作與遊戲。	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。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4c-I-1認識與身體活動相關資源。	1. 筆試 2. 口試	課綱：品德 E1		
2	壹、守護健康有一套一.飲食面面觀 貳、運動歡暢樂趣多六.童玩真有趣	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-B1	Ce-I-1其他休閒運動入門遊戲。 Ea-I-1生活中常見的食物與珍惜食物。 Ic-I-1民俗運動基本動作與遊戲。	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。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4c-I-1認識與身體活動相關資源。	1. 口試 2. 實作	課綱：品德 E1 健康飲食教育		
3	壹、守護健康有一套一.飲	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-B1	Ce-I-1其他休閒運動入門遊戲。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2c-I-2 表現認真參	1. 筆試 2. 口試 3. 實作	課綱：品德 E1		

	食面面觀 貳、運動 歡暢樂趣 多六.童 玩真有趣		Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	與的學習態度。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 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。 4c-I-1 認識與身體活動相關資源。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。				
4	壹、守護健康有一套一.飲食面面觀 貳、運動歡暢樂趣多七.反應高手	健體-E-A1 健體-E-B1 健體-E-C2	Ea-I-1 生活中常見的食物與珍惜食物。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Ga-I-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 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。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 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 E3		
5	壹、守護健康有一套二.歡喜做朋友	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-C2	Ab-I-1 體適能遊戲。	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。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	課綱：人權 E8		

	貳、運動歡暢樂趣多七. 反應高手		Fa-I-2與家人及朋友和諧相處的方式。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	3b-I-1能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 4d-I-1願意從事規律身體活動。				
6	壹、守護健康有一套二. 歡喜做朋友 貳、運動歡暢樂趣多七. 反應高手	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-C2	Ab-I-1體適能遊戲。 Fa-I-2與家人及朋友和諧相處的方式。 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。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 3b-I-2能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 4d-I-1願意從事規律身體活動。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	課綱：人權 E3 登革熱防治教育		
7	壹、守護健康有一套二. 歡喜做朋友 貳、運動歡暢樂趣多八. 我有好身手	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C2	Fa-I-2與家人及朋友和諧相處的方式。 Ia-I-1滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	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. 口試 2. 實作	課綱：性別 E17 健康飲食教育		

8	壹、守護健康有一套二. 歡喜做朋友貳、運動歡暢樂趣多八. 我有好身手	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C2	Fa-I-2與家人及朋友和諧相處的方式。 Ia-I-1滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	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。 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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-1願意從事規律身體活動。	1. 口試 2. 實作	課綱：性別 E17		
9	壹、守護健康有一套三. 帶著眼耳鼻去旅行貳、運動歡暢樂趣多八. 我有好身手	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-B3 健體-E-C2	Da-I-2身體的部位與衛生保健的重要性。 Ia-I-1滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。	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。 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的能力。 3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	1. 實作 2. 作業	課綱：戶外 E3 兒童權利公約		

10	壹、守護健康有一套三.帶著眼耳鼻去旅行 貳、運動歡暢樂趣多九.跳躍大進擊	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-C1	Ab-I-1體適能遊戲。 Da-I-2身體的部位與衛生保健的重要性。 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。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3d-I-1應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。	1. 實作 2. 作業	課綱：戶外 E3	線上教學	回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表。
11	壹、守護健康有一套三.帶著眼耳鼻去旅行 貳、運動歡暢樂趣多九.跳躍大進擊	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-C1	Ab-I-1體適能遊戲。 Ba-I-2 眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2身體的部位與衛生保健的重要性。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	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。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 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。 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：戶外 E3		

12	壹、守護健康有一套三.帶著眼耳鼻去旅行 貳、運動歡暢樂趣多九.跳躍大進擊	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-C1	Ab-I-1體適能遊戲。 Ba-I-2眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2身體的部位與衛生保健的重要性。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	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。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2c-I-2 表現認真參與的學習態度。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 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. 筆試 2. 實作 3. 作業	課綱：戶外 E3 環境教育 性侵害防治教育	線上教學	回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表。
13	壹、守護健康有一套三.帶著眼耳鼻去旅行 貳、運動歡暢樂趣多九.跳躍大進擊	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-C1	Ba-I-2眼耳鼻傷害事件急救處理方法。 Da-I-2身體的部位與衛生保健的重要性。 Ga-I-1走、跑、跳與投擲遊戲。	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。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2c-I-2 表現認真參	1. 口試 2. 作業	課綱：戶外 E3 健康飲食教育		

				<p>與的學習態度。</p> <p>3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。</p> <p>3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。</p> <p>4a-I-2 養成健康的生活習慣。</p>				
14	<p>壹、守護健康有一套四.自我保護小勇士</p> <p>貳、運動歡暢樂趣多十.手腳並用</p>	<p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-A2</p> <p>健體-E-A3</p> <p>健體-E-C2</p>	<p>Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。</p> <p>Ha-I-1 網/牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。</p>	<p>1c-I-2 認識基本的運動常識。</p> <p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。</p> <p>2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。</p> <p>2c-I-2 表現認真參與的學習態度。</p> <p>2d-I-1 專注觀賞他人的動作表現。</p> <p>3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。</p> <p>4d-I-1 願意從事規律身體活動。</p>	<p>1. 筆試</p> <p>2. 作業</p>	<p>課綱：法治 E8</p>		
15	<p>壹、守護健康有一套四.自我保護小勇士</p>	<p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-A2</p> <p>健體-E-A3</p> <p>健體-E-C2</p>	<p>Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。</p> <p>Ha-I-1 網/牆性球類運動相關的簡</p>	<p>1d-I-1 描述動作技能基本常識。</p> <p>2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。</p>	<p>1. 筆試</p> <p>2. 口試</p>	<p>課綱：法治 E8</p>		

	貳、運動歡暢樂趣多十.手腳並用		易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。	2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。				
16	壹、守護健康有一套四.自我保護小勇士 貳、運動歡暢樂趣多十.手腳並用	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3 健體-E-C2	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。 Ha-I-1 網/牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 Hb-I-1 陣地攻守球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。	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。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 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。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	1. 筆試 2. 作業	課綱：法治 E8		

17	壹、守護健康有一套五. 抗病小高手貳、運動歡暢樂趣多十. 手腳並用	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C1 健體-E-C2	Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。 Hb-I-1 陣地攻守球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1d-I-1 描述動作技能基本常識。 2c-I-1 表現尊重的團體互動行為。 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。 3d-I-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 4d-I-1 願意從事規律身體活動。	1. 筆試 2. 口試 3. 作業			
18	壹、守護健康有一套五. 抗病小高手貳、運動歡暢樂趣多十一. 大家來跳繩	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C1 健體-E-C3	Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	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。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	1. 口試 2. 實作 3. 作業	課綱：品德 E1	線上教學	回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表。

19	壹、守護健康有一套五. 抗病小高手貳、運動歡暢樂趣多十一. 大家來跳繩	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C1 健體-E-C3	Ab-I-1 體適能遊戲。 Ce-I-1 其他休閒運動入門遊戲。 Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	1a-I-2 認識健康的生活習慣。 1c-I-2 認識基本的運動常識。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	1. 筆試 2. 實作 3. 作業	課綱：品德 E1		
20	壹、守護健康有一套五. 抗病小高手貳、運動歡暢樂趣多十一. 大家來跳繩	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C1 健體-E-C3	Ab-I-1 體適能遊戲。 Fb-I-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。 Ic-I-1 民俗運動基本動作與遊戲。	1a-I-1 認識基本的健康常識。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 2d-I-2 接受並體驗多元性身體活動。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 3c-I-1 表現基本動作與模仿的能力。 4c-I-2 選擇適合個人的身體活動。	1. 口試 2. 實作	課綱：品德 E1	線上教學	回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表。