

高雄市大寮區大寮國民小學113學年度第2學期5年級部定課程【健康與體育領域】課程計畫

週次	單元/主題名稱	對應領域 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				
1	壹、健康 一.健康加油站	健體-E-A3	Da-III-1 衛生保健習慣的改進方法。	1b-III-1 理解健康技能和生 活技能對健康 維護的重要 性。 2b-III-2 願意 培養健康促進 的生活型態。	1.能利用身高、體重計算自己的身體質量指數。 2.能知道體位異常產生的健康問題。 3.能認識改善生活習慣的方法。 4.能改善自己的生活習慣，以達到健康體位。	1. 筆試	【飲食教育課程】(1)	<input type="checkbox"/> 線上教學
1	貳、體育 五.投其所好	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C2	Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。 Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。	1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐解決練習或比賽的問題。	1. 確認運動與場地安全。 2. 了解壘球擲遠的動作要領。 3. 了解投擲角度與投擲距離的關係。 4. 表現良好的壘球擲遠動作。 5. 解決在比賽時遇到的問題。	1. 實作		<input type="checkbox"/> 線上教學
2	壹、健康 一.健康加油站	健體-E-A3	Da-III-2 身體主要器官的構造與功能。	1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。	1.能認識身體的各腔室。 2.能認識身體主要器官的構造與功能。	1. 筆試	【飲食教育課程】(1)	<input type="checkbox"/> 線上教學

2	貳、體育 五.投其所好	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C2	Ga-III-1 跑、跳與投擲 的基本動作。	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特色。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。	1. 做出良好的推鉛球動作。 2. 了解推鉛球、投擲壘球的技巧異同處。	1. 實作		<input type="checkbox"/> 線上教學
3	壹、健康 一.健康加油站	健體-E-A3	Da-III-3 視力與口腔衛生促進的保健行動。	1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	1. 能了解高度近視可能產生的眼睛疾病。 2. 能覺察眼睛疾病對生活帶來的不便。 3. 能改善導致視力不良的行為。 4. 能養成良好的視力保健習慣。	1. 筆試	【飲食教育課程】(1)	<input type="checkbox"/> 線上教學
3	貳、體育 五.投其所好	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C2	Bc-III-2 運動與疾病保健、終身運動相關知識。 Cd-III-1 戶外休閒運動進	1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-III-2 表現同理心、正向	1. 了解木棋的比賽方式，並進行木棋比賽。 2. 透過正向的溝通解決在比賽中遇到的問題。 3. 了解規律運動的好處，並向親朋好友提倡運動的	1. 實作		<input type="checkbox"/> 線上教學

			階技能。	溝通的團隊精神。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 4d-III-3 宣導身體活動促進身心健康的效益。	好處。			
4	壹、健康 一. 健康加油站	健體-E-A3	Da-III-3 視力與口腔衛生促進的保健行動。	1b-III-2 認識健康技能和生 活技能的基本 步驟。 2a-III-2 覺知 健康問題所造 成的威脅感與 嚴重性。 4a-III-2 自我 反省與修正促 進健康的行 動。	1. 能了解良好口腔狀況的原則。 2. 能覺察口腔疾病對生活帶來的不便 3. 能學習使用牙線潔牙的方法。 4. 能養成良好的潔牙習慣，並於生活中持續進行護齒行動。	1. 筆試	課綱：品德-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
4	貳、體育 六. 飛騰青春	健體-E-A1	Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。	1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	1. 能明瞭懸垂動作與核心肌群動作的要領。 2. 能學會握槓懸垂動作的技巧。 3. 能以積極專注的學習態度，接受挑戰。 4. 能明瞭青蛙跳的動作要領。 5. 能運用手臂支撐力量將身體撐起，並進行重心上、下移動。 6. 能與同學互助合作完成，並學會做好自我保護及防護同伴的動作。 7. 能展現出穩定的身體控	1. 實作		<input type="checkbox"/> 線上教學

					制和協調能力。			
5	壹、健康 一. 健康加油站	健體-E-A3	Da-III-3 視力與口腔衛生促進的保健行動。	1b-III-2 認識健康技能和基本生活技能的步驟。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。	能於日常生活中落實維持身體健康的行為，培養良好生活習慣。	1. 筆試	課綱：品德-1	■線上教學 繳交作業至 google classroom
5	貳、體育 六. 飛騰青春	健體-E-A1	Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。	1. 能明瞭雙手支撐與雙腳蹬、跳的動作要領。 2. 以積極的學習態度，在支撐、蹬、跳練習時引發學習樂趣。 3. 透過練習，能逐漸展現出穩定的身體控制能力和協調能力。 4. 在練習的過程中，解決分腿騰躍動作所遇到的挑戰與問題。 5. 能和同儕合作，進行多人飛躍馬背接龍練習。 6. 能明瞭分腿騰躍的動作要領。 7. 能學會跳箱上的跳撐動作。 8. 能勇於挑戰，並認真練習跳箱分腿騰躍動作。	1. 實作		<input type="checkbox"/> 線上教學
6	壹、健康 二. 醫藥學問大	健體-E-A2	Fb-III-4 珍惜健保與醫療的方法。	2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。	1. 能認識分級醫療與轉診制度。 2. 能運用事證支持珍惜健保與醫療的行為。	1. 筆試	課綱：安全-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
6	貳、體育	健體-E-A1	Ia-III-1 滾	1d-III-1 了解	1. 能明瞭分腿騰躍的動作	1. 實作		<input type="checkbox"/> 線上教學

	六. 飛騰青春		翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。	<p>運動技能的要素和要領。</p> <p>2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。</p>	<p>要領。</p> <p>2. 能學會跳箱上的跳撐動作。</p> <p>3. 能勇於挑戰，並認真練習跳箱分腿騰躍動作。</p> <p>4. 透過練習，能逐漸展現出穩定的身體控制能力和協調能力。</p> <p>5. 在練習的過程中，解決分腿騰躍動作所遇到的挑戰與問題。</p> <p>6. 能以積極專注的學習態度，接受各關的挑戰。</p>			
7	壹、健康 二. 醫藥學問大	健體-E-A2	Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。	<p>2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。</p>	<p>1. 能察知用藥五問有利自身健康利益與障礙。</p> <p>2. 能辨別錯誤的用藥行為，並建立正確用藥觀念。</p> <p>3. 能理解中藥用藥安全及中藥的類型意涵。</p>	1. 筆試	課綱：安全-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
7	貳、體育 七. 摩拳擦掌	健體-E-C2	Bd-III-1 武術組合動作與套路。	<p>1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。</p> <p>1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。</p> <p>3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人</p>	<p>1. 能了解武術中上肢、下肢軀幹的動作，並分析與他人的差異。</p> <p>2. 能說出正確的武術動作名稱。</p>	1. 實作		<input type="checkbox"/> 線上教學

				運動潛能。				
8	壹、健康 二. 醫藥學 問大	健體-E-A2	Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。	1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。	1. 能認識並熟悉核對藥品資訊的方法。 2. 能了解藥品分類與規範對健康的重要性。	1. 筆試	課綱：安全-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
8	貳、體育 七. 摩拳擦掌	健體-E-C2	Bd-III-1 武術組合動作與套路。	1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。	1. 能了解武術中上肢、下肢軀幹的動作，並分析與他人的差異。 2. 能說出正確的武術動作名稱。	1. 實作		<input type="checkbox"/> 線上教學
9	壹、健康 二. 醫藥學 問大	健體-E-A2	Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。	1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。	1. 能認識成藥、指示藥與處方藥的分級。 2. 能認識正確的藥品保存守則。 3. 能了解廢棄藥品處理六步驟。	1. 筆試	課綱：安全-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
9	貳、體育 七. 摩拳擦掌 八. 球不落地	健體-E-B1 健體-E-C2	Bd-III-1 武術組合動作與套路。 Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。	1. 設計出自己的武術套路。 2. 能將學到的武術套路與家人分享。 3. 能對排球的起源與特色有基本的認識。 4. 能積極正確的做出低手拋球動作，並透過競爭和學習策略，改善個人技能表現。	1. 實作		<input type="checkbox"/> 線上教學

				3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。				
10	壹、健康 二. 醫藥學問大	健體-E-A2	Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。	1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。	1. 能了解正確用藥五大核心能力，達成健康自主管理。 2. 能於生活中落實正確用藥行為，並向親朋好友宣導。	1. 筆試	課綱：安全-1	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 繳交作業至 google classroom
10	貳、體育 八. 球不落地	健體-E-B1 健體-E-C2	Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2d-III-2 分辨運動賽事中選手和觀眾的角色和責任。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 4c-III-1 選擇及應用與運動相關的科技、資訊、媒體、	1. 能透過小組比賽並討論，遵守規則的演練排球比賽中的進攻和防守策略。 2. 能做出了解並做出正確的低手傳接球。	1. 實作		<input type="checkbox"/> 線上教學

				產品與服務。				
11	壹、健康 三.聰明消費樂無窮	健體-E-A2 健體-E-B2	Eb-III-1 健康消費資訊與媒體的影響。	1b-III-2 認識健康技能和基本生活技能的步驟。 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	1. 從事消費活動時，能選擇良好的產品與服務。 2. 面對促銷活動時，能展現出理性消費的行為。	1. 筆試	課綱：人權-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
11	貳、體育 八.球不落地	健體-E-B1 健體-E-C2	Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 4c-III-1 選擇及應用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。	1. 能與同學討論如何改善比賽低手傳接球的技巧，接納他人不同想法，並正向溝通有效策略解決比賽的問題。 2. 能知道並做出正面低手發球動作。	1. 實作		<input type="checkbox"/> 線上教學
12	壹、健康 三.聰明消費樂無窮	健體-E-A2 健體-E-B2	Eb-III-2 健康消費相關服務與產品的選擇方法。	1a-III-3 理解促進健康生活的的方法、資源與規範。 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	1. 能認識選購商品四妙招。 2. 能了解商品標示對維護消費權益的重要性。 3. 能了解具得獎機率性質的商品相對應的購買策略。	1. 筆試	課綱：人權-1	<input type="checkbox"/> 線上教學

12	貳、體育 八. 球不落 地 九. 手球英雄	健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-C2	Ha-III-1 網 / 牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 4c-III-1 選擇及應用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。	1. 能認識、了解如何選用及配戴排球的護具護膝。 2. 能知道並做出移動傳接球的倒身保護動作。 3. 能與同學討論如何提升手球比賽傳接球之技巧，接納他人不同想法，並正向溝通有效策略，提高學習效能。	1. 實作		<input type="checkbox"/> 線上教學
13	壹、健康 三. 聰明消費樂無窮	健體-E-A2 健體-E-B2	Eb-III-1 健康消費資訊與媒體的影響。	2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。	1. 能了解消費行為中，消費者可享的權利與應盡的義務。 2. 能在生活中展現消費者應有的態度和行為。	1. 筆試	課綱：人權-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
13	貳、體育 九. 手球英雄	健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-C2	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。	1. 能在手球比賽中與小組成員討論，並執行從不同位置出發的攻擊與防守策略。 2. 能與同學討論如何提升手球比賽傳接球之技巧，接納他人不同想法，並正向溝通有效策略，提高學習效能。	1. 實作		<input type="checkbox"/> 線上教學
14	壹、健康 三. 聰明消費樂無窮	健體-E-A2 健體-E-B2	Eb-III-1 健康消費資訊與媒體的影響。	2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障	1. 能了解產生消費糾紛的原因。 2. 能具備處理消費糾紛的	1. 筆試	課綱：人權-1	<input type="checkbox"/> 線上教學

				礙。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。	因應策略。 3. 能知道消費者有申訴的權利及申訴的管道。			
14	貳、體育 九. 手球英雄	健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-C2	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 3d-III-3 透過體驗或實踐解決練習或比賽的問題。	能正確做出行進3步跳射和運球組合，並透過競爭和學習策略改善技能表現。	1. 實作		<input type="checkbox"/> 線上教學
15	壹、健康 三. 聰明消費樂無窮	健體-E-A2 健體-E-B2	Eb-III-1 健康消費資訊與媒體的影響。	2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。	能培養良好的消費態度，並有能力尋求解決的方法和技巧。	1. 筆試	課綱：人權-1	<input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 繳交作業至 google classroom
15	貳、體育 九. 手球英雄 十. 花舞翩翩	健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C2 健體-E-C3	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 Ib-III-2 各國土風舞。	2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特色。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 3d-III-2 演練	1. 能透過小組比賽並討論，演練手球比賽中的進攻和防守策略。 2. 能從不同國家文化的土風舞中分享運動欣賞與創作的美感體驗，展現多元文化的包容性與素養。 3. 能分析、解釋不同文化土風舞身體活動的特色。	1. 實作	課綱：多元-1	<input type="checkbox"/> 線上教學

				比賽中的進攻和防守策略。 3d-III-3 透過體驗或實踐解決練習或比賽的問題。				
16	壹、健康 四.家庭安 和樂	健體-E-B1 健體 E-C2	Fa-III-2 家 庭成員的角色 與責任。	1b-III-3 對照生活情境的健康需求，尋求適用的健康技能和生活技能。 2b-III-3 擁有執行健康生活行動的信心與效能感。 4b-III-2 使用適切的事證來支持自己健康促進的立場。	1. 能明白家庭成員所扮演的角色及責任。 2. 能了解並接納不同的家庭組成型態 3. 能了解自己為健全家庭功能可以做到的事。	1. 筆試	課綱：性別-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
16	貳、體育 十.花舞翩 翩	健體-E-B3 健體 E-C2 健體 E-C3	Ib-III-2 各 國土風舞。	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	1. 能認識塞爾維亞的土風舞步技巧、要領與隊形變化。 2. 能於土風舞運動中表現穩定的身體控制與協調能力。 3. 能表現積極參與練習舞步技巧與隊形變化。	1. 實作	課綱：多元-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
17	壹、健康 四.家庭安 和樂	健體-E-B1 健體 E-C2	Fa-III-2 家 庭成員的角色 與責任。	2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-III-3 能於引導下，表現	1. 能覺察家人的感受並願意主動幫助家人。 2. 能於生活落實對家庭有幫助的行為。 3. 能分辨不同家庭暴力事件造成的傷害。	1. 筆試	課綱：性別-1	<input type="checkbox"/> 線上教學

				基本的決策與批判技能。				
17	貳、體育 十. 花舞翩翹	健體-E-B3 健體 E-C2 健體 E-C3	Ib-III-2 各國土風舞。	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3c-III-3 表現動作創作與展演的能力。 4d-III-3 宣導身體活動促進身心健康的效益。	1. 能認識塞爾維亞的土風舞步技巧、要領與隊形變化。 2. 能於土風舞運動中表現穩定的身體控制與協調能力。 3. 能表現積極參與練習舞步技巧與隊形變化。 4. 能從展演歷程中，分享運動欣賞與創作的美感體驗。 5. 能與小組成員完成展演。	1. 實作	課綱：多元-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
18	壹、健康 四. 家庭安和樂	健體-E-B1 健體 E-C2	Fa-III-2 家庭成員的角色與責任。	2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。	1. 能運用自我保護技巧避免傷害的發生。 2. 能知道家庭變異可能造成的心理反應。 3. 能理解家人互為支持的力量，願意一起面對悲傷事件。 4. 能認識正向轉念方法。	1. 筆試	課綱：家庭-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
18	貳、體育 十一. 悠遊戲水樂	健體-E-A1 健體-E-A2	Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。	1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 2c-III-3 表現	1. 對平靜水域安全有初步的了解，以提高水域安全的警覺性。 2. 重視水域安全觀念，能熟記防溺、自救的方式。	1. 實作	課綱：海洋-1	<input type="checkbox"/> 線上教學

				積極參與、接受挑戰的學習態度。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。	3. 能透過實際體驗與操作，了解實施救溺的方式與危險性。			
19	壹、健康 四. 家庭安和樂	健體-E-B1 健體 E-C2	Fa-III-3 維持良好人際關係的溝通技巧與策略。	2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。	1. 能思考並體察家人有效溝通的好處及影響。 2. 能透過角色情境，學會溝通「停看聽」等有效溝通的技巧。	1. 筆試	課綱：性別-1 課綱：家庭-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
19	貳、體育 十一. 悠遊戲水樂	健體-E-A1 健體-E-A2	Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。 Cc-III-1 水域休閒運動進階技能。 Gb-III-1 水中自救方法、仰漂15 秒。	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 4c-III-1 選擇及應用與運動	1. 能認識立式划槳與基本操作，培養未來參與水域活動與利用大型浮具的救生能力。 2. 能知道從事水域活動出現脫水現象時的症狀及預防方法。 3. 能重視水域安全的觀念，熟記並正確做出防溺、自救的方式。	1. 實作	課綱：海洋-1	<input type="checkbox"/> 線上教學

				相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。				
20	壹、健康 四.家庭安 和樂	健體-E-B1 健體 E-C2	Fb-III-1 健 康各面向平衡 安適的促進方 法與日常健康 行為。	1b-III-1 理解 健康技能和生 活技能對健康 維護的重要 性。 4a-III-3 主動 地表現促進健 康的行動。	1. 能了解與家人相處及健 康休閒的重要性。 2. 能主動和家人規劃共同 的休閒活動。 3. 能為家人規劃旅遊休閒 活動。 4. 能主動展現促進家人感 情的行動。	1. 筆試	課綱：性別-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
20	貳、體育 十一.悠遊 戲水樂	健體-E-A1 健體-E-A2	Gb-III-2 手 腳聯合動作、 藉物游泳前 進、游泳前進 15 公尺（需 換氣三次以 上）與簡易性 游泳比賽。	1d-III-2 比較 自己或他人運 動技能的正確 性。 2c-III-3 表現 積極參與、接 受挑戰的學習 態度。 3c-III-2 在身 體活動中表現 各項運動技 能，發展個人 運動潛能。	1. 能積極的練習，做出捷 泳正確的手腳搭配動作藉 物前進。 2. 能在小組比賽時與隊友 討論、合作正向溝通有效 策略，提高學習效能 3. 能透過檢核表評估小組 伙伴動作的正確性，提供 課後自主練習方向的 建議。	1. 實作	課綱：海洋-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
21	壹、健康 四.家庭安 和樂	健體-E-B1 健體 E-C2	Fb-III-1 健 康各面向平衡 安適的促進方 法與日常健康 行為。	1b-III-1 理解 健康技能和生 活技能對健康 維護的重要 性。 4a-III-3 主動 地表現促進健 康的行動。	1. 能了解與家人相處及健 康休閒的重要性。 2. 能主動和家人規劃共同 的休閒活動。 3. 能為家人規劃旅遊休閒 活動。 4. 能主動展現促進家人感 情的行動。	1. 筆試	課綱：性別-1	<input type="checkbox"/> 線上教學
21	貳、體育 十一.悠遊 戲水樂	健體-E-A1 健體-E-A2	Gb-III-2 手 腳聯合動作、 藉物游泳前 進、游泳前進 15 公尺（需	1d-III-2 比較 自己或他人運 動技能的正確 性。 2c-III-3 表現	1. 能積極的練習，做出捷 泳正確的手腳搭配動作藉 物前進。 2. 能在小組比賽時與隊友 討論、合作正向溝通有效	1. 實作	課綱：海洋-1	<input type="checkbox"/> 線上教學

			換氣三次以上)與簡易性游泳比賽。	積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。	策略，提高學習效能 3.能透過檢核表評估小組伙伴動作的正確性，提供課後自主練習方向的建議。			
--	--	--	------------------	--	--	--	--	--

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。