

臺南市新營區新橋國民小學 111 學年度第一學期 五年級 健體 領域學習課程計畫

教材版本	南一	實施年級	五年級	教學節數	每週(21)節，本學期共(63)節
課程目標	1. 學習團隊合作的運動項目，並展現肢體的協調能力。 2. 了解安全與事故傷害的基本概念及預防方法。 3. 學會控制身體的能力，熟練田徑運動的規則與基本技能。 4. 認識並愛惜自我，學習拒絕誘惑。 5. 掌握身體律動的技巧，激發肢體創作的的能力。 6. 認識傳統民俗醫療、辨識並選擇合適的醫療管道，以及認識醫療服務使用者的權利與義務。				
總綱核心素養	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。				
融入之重大議題	【性別平等教育】 性 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 性 E2 覺知身體意象對身心的影響。 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 【人權教育】 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 【海洋教育】 海 E1 喜歡親水活動，重視水域安全。 海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 海 E3 具備從事多元水域休閒活動的知識與技能。 【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E5 了解日常生活危害安全的事件。 【生涯規劃教育】				

涯 E4 認識自己的特質與興趣。
 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。

【家庭教育】

家 E5 了解家庭中各種關係的互動（親子、手足、祖孫及其他親屬等）。
 家 E6 覺察與實踐兒童在家庭中的角色責任。
 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。

課程架構脈絡

教學期程	單元與活動名稱	節數	領域核心素養	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵 (能力指標)
				學習表現	學習內容		
第一週 8/29 9/2	單元一 球類運動和游泳 第1課 樂樂棒球	3	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。 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。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	1. 實作 2. 口試	
第二週 9/5 9/9	單元一 球類運動和游泳 第1課 樂樂棒球	3	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。 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。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	1. 實作 2. 口試	
第三週 9/12 9/16	單元一 球類運動和游泳 第2課 足下乾坤	3	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。 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。 3d-III-2 演練比賽中的	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	1. 口試 2. 實作	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

				進攻和防守策略。			
第四週 9/19 9/23	單元一 球類運動和游泳 第2課 足下乾坤 第3課 穩紮穩打	3	健體-E-C2 具備同理他人感受,在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭,並與團隊成員合作,促進身心健康。	1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。 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。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。 Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。	1. 口試 2. 實作	
第五週 9/26 9/30	單元一 球類運動和游泳 第3課 穩紮穩打 第4課 捷泳	3	健體-E-C2 具備同理他人感受,在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭,並與團隊成員合作,促進身心健康。 健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。	1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。 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。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。	Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。 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。	1. 口試 2. 實作	【海洋教育】 海E1 喜歡親水活動,重視水域安全。 海E2 學會游泳技巧,熟悉自救知能。 海E3 具備從事多元水域休閒活動的知識與技能。
第六週 10/3 10/7	單元一 球類運動和游泳 第4課 捷泳	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣,以促進身心健全發展,並認識個人特質,發展運動與保健的潛能。	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。	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。	1. 口試 2. 實作	【海洋教育】 海E1 喜歡親水活動,重視水域安全。 海E2 學會游泳技巧,熟悉自救知能。 海E3 具備從事多元水域休閒活動的知識與技能。
第七週 10/10 10/14	單元二 安全新生活 第1課 事故傷害放大鏡	3	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力,並透過體驗與實踐,處理日常生活中運動與健康的問題。	3b-III-4 能於不同的生活情境中,運用生活技能。 1a-III-3 理解促進健康生活的的方法、資源與規範。	Ba-III-2 校園及休閒活動事故傷害預防與安全須知。	1. 口試	【安全教育】 安E4 探討日常生活應該注意的安全。 安E5 了解日常生活危害安全的事件。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

<p>第八週 10/17 10/21</p>	<p>單元二 安全新生活 第2課 平安去郊遊 第3課 家庭休閒活動日</p>	<p>3</p>	<p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p>	<p>3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。 1a-III-3 理解促進健康生活的的方法、資源與規範。</p>	<p>Ba-III-2 校園及休閒活動事故傷害預防與安全須知。</p>	<p>1. 實作 2. 實踐 3. 口試</p>	<p>【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E5 了解日常生活危害安全的事件。</p>
<p>第九週 10/24 10/28</p>	<p>單元三 田徑跑跳接 第1課 跑跳變化多</p>	<p>3</p>	<p>健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</p>	<p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 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。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p>	<p>Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。</p>	<p>1. 實作 2. 口試</p>	<p>【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。</p>
<p>第十週 10/31 11/4</p>	<p>單元三 田徑跑跳接 第2課 接力大贏家</p>	<p>3</p>	<p>健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</p>	<p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 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。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p>	<p>Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。</p>	<p>1. 實作 2. 口試</p>	<p>【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>
<p>第十一週 11/7 11/11</p>	<p>單元三 田徑跑跳接 第3課 跳高有妙招</p>	<p>3</p>	<p>健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。</p>	<p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 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。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p>	<p>Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。</p>	<p>1. 實作</p>	<p>【性別平等教育】 性 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 性 E2 覺知身體意象對身心的影響。 【生涯規劃教育】</p>

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

							涯 E7 培養良好的人際互動能力。 【人權教育】 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。
第十二週 11/14 11/18	單元四 做自己 愛自己 第 1 課 獨特的自己	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。	Aa-III-2 人生各階段的成長、轉變與自我悅納。	1. 口試 2. 實踐	【性別平等教育】 性 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 性 E2 覺知身體意象對身心的影響。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 【人權教育】 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。
第十三週 11/21 11/25	單元四 做自己 愛自己 第 2 課 珍愛自己	3	健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。	Bb-III-2 成癮性物質的特性及其危害。	1. 口試 2. 實作	【家庭教育】 家 E5 了解家庭中各種關係的互動（親子、手足、祖孫及其他親屬等）。 家 E6 覺察與實踐兒童在家庭中的角色責任。 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 涯 E12 學習解決

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

							問題與做決定的能力。
第十四週 11/28 12/2	單元四 做自己 愛自己 第2課 珍愛自己	3	健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。	Bb-III-2 成癮性物質的特性及其危害。	1. 口試 2. 實作	【家庭教育】 家E5 了解家庭中各種關係的互動（親子、手足、祖孫及其他親屬等）。 家E6 覺察與實踐兒童在家庭中的角色責任。 家E7 表達對家庭成員的關心與情感。 【生涯規劃教育】 涯E7 培養良好的人際互動能力。 涯E12 學習解決問題與做決定的能力。
第十五週 12/5 12/9	單元五 舞蹈和踢毬 第1課 熱情啦啦隊	3	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	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 表現動作創作和展演的能力。	Ce-III-1 其他休閒運動進階技能。	1. 實作 2. 口試	【生涯規劃教育】 涯E4 認識自己的特質與興趣。 涯E7 培養良好的人際互動能力。
第十六週 12/12 12/16	單元五 舞蹈和踢毬 第2課 舞動線條的精靈	3	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	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 表現動作創作和展演的能力。	Ib-III-1 模仿性與主題式創作舞。	1. 實作 2. 口試	【生涯規劃教育】 涯E4 認識自己的特質與興趣。 涯E7 培養良好的人際互動能力。
第十七週 12/19 12/23	單元五 舞蹈和踢毬 第3課 以色列歡樂舞	3	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	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 表現動作創作和展演的能力。	Ib-III-2 各國土風舞。	1. 口試 2. 實作	【性別平等教育】 性E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【生涯規劃教

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

							育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E7 培養良好的人際互動能力。
第十八週 12/26 12/30	單元五 舞蹈和踢毽 第 4 課 踢毽樂趣多	3	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	Ce-III-1 其他休閒運動進階技能。	1. 口試 2. 實作	【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。
第十九週 1/2 1/7	單元六 健康防護罩 第 1 課 當心傳染病	4	健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。	Fb-III-2 臺灣地區常見傳染病預防與自我照顧方法。	1. 口試 2. 實踐 3. 自我評量	
第廿週 1/9 1/13	單元六 健康防護罩 第 2 課 醫療服務觀測站	3	健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。	Fb-III-4 珍惜健保與醫療的方法。	1. 口試 2. 自我評量	
第廿一週 1/16 1/19	單元六 健康防護罩 第 3 課 就醫有一套	2	健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。	Fb-III-4 珍惜健保與醫療的方法。	1. 口試 2. 自我評量	

台南市新營區新橋國民小學 111 學年度第 2 學期 五 年級 健體 領域學習課程計畫

教材版本	南一	實施年級	五年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(60)節		
課程目標	1. 從團體學習中熟練排球、足球和籃球運動等動作技巧。 2. 學習正確的溝通原則、面對家庭問題的做法。 3. 熟練跑、跳與投擲的動作技巧，並在跳繩活動中體驗運動的喜悅。 4. 認識不同的人生階段、飲食需求，學習建立健康的生活態度與習慣。 5. 熟練拳擊有氣的擊拳、踢腿的動作組合，並從運動中增進體適能。 6. 了解環境汙染問題對人類與環境的影響，並培養積極參與環境保護的行動力。 7. 學習關懷老年人、自我照護的方法。						
總綱核心素養	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。 健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。						
融入之重大議題	【性別平等教育】 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【家庭教育】 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。 【環境教育】 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	領域核心素養	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵 (能力指標)
				學習表現	學習內容		

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

第一週 2/13 2/17	單元一 球類快樂玩 第1課 排球你我他	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	1. 實作	
第二週 2/20 2/24	單元一 球類快樂玩 第1課 排球你我他	3	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	1. 實作	
第三週 2/27 3/03	單元一 球類快樂玩 第2課 卯足全力	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	1. 實作 2. 口試	
第四週 3/06 3/10	單元一 球類快樂玩 第2課 卯足全力	3	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	1. 口試 2. 實作	
第五週 3/13 3/17	單元一 球類快樂玩 第3課 籃球高手	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	1. 實作	【家庭教育】 家E7表達對家庭成員的關心與情感。
第六週 3/20 3/24	單元二 寶貝我的家 第1課 溝通的藝術 第2課 家庭危機	3	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。	Fa-III-2 家庭成員的角色與責任。	1. 口試 2. 實作	
第七週 3/27 	單元三 跑跳擲樂無窮 第1課 跑走好體能	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認	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。	Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。	1. 實作	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

3/31			識個人特質，發展運動與保健的潛能。			
第八週 4/03 4/07	單元三 跑跳擲樂無窮 第2課 跳遠小飛俠	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	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。	Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。	1. 實作
第九週 4/10 4/14	單元三 跑跳擲樂無窮 第2課 跳遠小飛俠	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	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。	Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。	1. 實作
第十週 4/17 4/21	單元三 跑跳擲樂無窮 第3課 壘球投擲王	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	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。	Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。	1. 實作
第十一週 4/24 4/28	單元三 跑跳擲樂無窮 第4課 跳出變化	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	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。	Ic-III-1 民俗運動組合動作與遊戲。	1. 實作
第十二週 5/01 5/05	單元四 美麗人生 第1課 生長你我他	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。	Aa-III-1 生長發育的影響因素與促進方法。	1. 口試 2. 自我評量
第十三週 5/08 5/12	單元四 美麗人生 第2課 飲食小專家	3	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。	2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。	Ea-III-1 個人的營養與熱量之需求。	1. 口試 2. 自我評量 3. 實作
第十四週 5/15 	單元四 美麗人生 第2課 飲食小專家	3	健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的	2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。	Ea-III-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。	1. 口試 2. 自我評量 3. 實作

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

5/19			素養，並認識及包容文化的多元性。				
第十五週 5/22 5/26	單元五 有氧舞活力 第1課 拳擊有氧	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。	Ib-III-1 模仿性與主題式創作舞。	1. 實作 2. 口試	【性別平等教育】 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
第十六週 5/29 6/02	單元五 有氧舞活力 第2課 荷里皮波舞	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。	Ib-III-2 各國土風舞。	1. 口試 2. 實作	【環境教育】 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。
第十七週 6/05 6/09	單元六 搶救地球 第1課 生病的地球 第2課 環境汙染面面觀	3	健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Ca-III-2 環境汙染的來源與形式。	1. 口試 2. 實作	【環境教育】 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境汙染與資源耗竭的問題。
第十八週 6/12 6/16	單元六 搶救地球 第2課 環境汙染面面觀	3	健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。	4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。	Ca-III-2 環境汙染的來源與形式。	1. 口試 2. 實作	【家庭教育】 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。
第十九週 6/19 6/23	單元七 老化與健康 第1課 關懷老年人 第2課 健康檢查	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通互動技能。	Fa-III-2 家庭成員的角色與責任。 Fb-III-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。	1. 口試 2. 自我評量	
第廿週 6/26 6/30	單元七 老化與健康 第1課 關懷老年人 第2課 健康檢查	3	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。	1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通互動技能。	Fa-III-2 家庭成員的角色與責任。 Fb-III-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。	1. 口試 2. 自我評量	