

臺南市公立鹽水區月津國民小學 111 學年度第一學期五年級 健體 領域學習課程(調整)計畫(  普通班 /  藝才班 /  體育班 /  特教班 )

| 教材版本   | 康軒   | 實施年級<br>(班級/組別) | 五年級 | 教學節數 | 每週(3)節，本學期共(61)節 |
|--------|--|-----------------|-----|------|------------------|
| 課程目標   | 1. 培養從事運動的興趣、習慣或運動時充分準備與計畫的態度，同時學會安全正確的運動技巧。<br>2. 了解安全與事故傷害的基本概念及預防方法。<br>3. 發展運動概念與運動技能，提升體適能。<br>4. 認識自我價值，並能做出明智的決定，拒絕成癮物質的危害。<br>5. 學習探索肢體的創作活動，並展現團結的精神。<br>6. 認識傳染病的預防方法、傳染途徑及其定義。<br>7. 認識特殊醫療現象與傳統民俗醫療，辨識並選擇合適的醫療院所及醫療專業人員。   |                 |     |      |                  |
| 領域能力指標 | 1-2-3 體認健康行為的重要性，並運用作決定的技巧來促進健康。<br>1-2-4 探討各年齡層的生理變化，並有能力處理個體成長過程中的重要轉變。<br>3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-3 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。<br>3-2-4 了解運動規則，參與比賽，表現運動技能。<br>4-2-5 透過運動了解本土與世界文化。<br>5-2-1 覺察生活環境中的潛在危機，並尋求協助。<br>5-2-2 判斷影響個人及他人安全的因素，並能進行改善。<br>5-2-4 評估菸、酒、檳榔及成癮物質對個人及他人的影響，並能拒絕其危害。<br>6-2-1 分析自我與他人的差異，從中學會關心自己，並建立個人價值感。<br>6-2-2 了解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性。<br>6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。<br>6-2-5 了解並培養健全的生活態度。<br>7-2-1 表現預防疾病的正向行為與活動，以增進身體的安適。<br>7-2-2 討論社會文化因素對健康與運動的服務及產品選擇之影響。<br>7-2-3 確認消費者在運動相關事物上的權利義務及其與健康的關係。 |                 |     |      |                  |

| 融入之重大議題                  | <p><b>【生涯發展教育】</b><br/>         1-2-1 培養自己的興趣、能力。<br/>         2-2-1 培養良好的人際互動能力。<br/>         3-2-2 學習如何解決問題及做決定。</p> <p><b>【海洋教育】</b><br/>         1-3-2 體驗親水活動，如游泳、浮潛、帆船等，分享參與的樂趣或心得。<br/>         1-3-4 學會至少一種游泳方式(如捷式、蛙式、仰式等)。</p> <p><b>【家政教育】</b><br/>         4-3-1 瞭解家人角色意義及其責任。<br/>         4-3-2 運用溝通技巧與家人分享彼此的想法與感受。<br/>         4-3-3 探索家庭生活問題及其對個人的影響。<br/>         4-3-4 參與家庭活動、家庭共學，增進家人感情。</p> <p><b>【性別平等教育】</b><br/>         1-3-1 認知青春期不同性別者身體的發展與保健。<br/>         1-3-2 認知次文化對身體意象的影響。<br/>         1-3-4 理解性別特質的多元面貌。<br/>         2-3-1 瞭解家庭與學校中的分工，不應受性別的限制。</p> |    |   |                |                                   |
|--------------------------|--|----|---|----------------|-----------------------------------|
|                          | <b>課程架構脈絡</b>  |    |   |                |                                   |
| 教學期程                     | 單元與活動名稱  | 節數 | 領域能力指標  | 表現任務<br>(評量方式) | 融入議題<br>能力指標                      |
| 第一週<br>8/30<br> <br>9/2  | 單元一 球類運動和游泳<br>第1課 樂樂棒球  | 3  | 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-3 瞭解運動規則，參與比賽，表現運動技能。<br>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。<br>6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。 | 1. 實作<br>2. 口試 | <b>【生涯發展教育】</b><br>1-2-1<br>2-2-1 |
| 第二週<br>9/5<br> <br>9/9   | 單元一 球類運動和游泳<br>第1課 樂樂棒球  | 3  | 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-3 瞭解運動規則，參與比賽，表現運動技能。<br>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。<br>6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。 | 1. 實作<br>2. 口試 | <b>【生涯發展教育】</b><br>1-2-1<br>2-2-1 |
| 第三週<br>9/12<br> <br>9/16 | 單元一 球類運動和游泳<br>第2課 足下乾坤  | 3  | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>4-2-5 透過運動瞭解本土與世界文化。  | 1. 口試<br>2. 實作 | <b>【生涯發展教育】</b><br>1-2-1          |
| 第四週<br>9/19<br>          | 單元一 球類運動和游泳<br>第2課 足下乾坤<br>第3課 穩紮穩打  | 3  | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>4-2-5 透過運動瞭解本土與世界文化。  | 1. 口試<br>2. 實作 | <b>【生涯發展教育】</b><br>1-2-1<br>2-2-1 |

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

|                            |                                       |   |  |                         |  |
|----------------------------|---------------------------------------|---|--|-------------------------|--|
| 9/23                       |                                       |   |  |                         |  |
| 第五週<br>9/26<br> <br>9/30   | 單元一 球類運動和游泳<br>第3課 穩紮穩打<br>第4課 捷泳     | 3 | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。                                    | 1. 口試<br>2. 實作          | 【生涯發展教育】<br>1-2-1<br>2-2-1<br>【海洋教育】<br>1-3-2<br>1-3-4 |
| 第六週<br>10/3<br> <br>10/7   | 單元一 球類運動和游泳<br>第4課 捷泳                 | 3 | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>4-2-5 透過運動瞭解本土與世界文化。   | 1. 口試<br>2. 實作          | 【海洋教育】<br>1-3-2<br>1-3-4                               |
| 第七週<br>10/10<br> <br>10/14 | 單元二 安全新生活<br>第1課 事故傷害放大鏡              | 2 | 5-2-1 覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。<br>5-2-2 判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。  | 1. 口試                   | 【生涯發展教育】<br>3-2-2                                      |
| 第八週<br>10/17<br> <br>10/21 | 單元二 安全新生活<br>第2課 平安去郊遊<br>第3課 家庭休閒活動日 | 3 | 5-2-2 判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。<br>6-2-2 瞭解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性。  | 1. 實作<br>2. 實踐<br>3. 口試 | 【家政教育】<br>4-3-1<br>4-3-2<br>4-3-4<br>【生涯發展教育】<br>2-2-1 |
| 第九週<br>10/24<br> <br>10/28 | 單元三 田徑跑跳接<br>第1課 跑跳變化多                | 3 | 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。   | 1. 實作<br>2. 口試          | 【生涯發展教育】<br>1-2-1                                      |
| 第十週<br>10/31<br> <br>11/4  | 單元三 田徑跑跳接<br>第2課 接力大贏家                | 3 | 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。<br>6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。<br>6-2-5 了解並培養健全的生活態度與運動精神。 | 1. 實作<br>2. 口試          | 【性別平等教育】<br>2-3-1<br>【生涯發展教育】<br>1-2-1<br>2-2-1        |
| 第十一週<br>11/7<br> <br>11/11 | 單元三 田徑跑跳接<br>第3課 跳高有妙招                | 3 | 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。<br>6-2-1 分析自我與他人的差異，從中學會關心自己，並建立個人價值感。                      | 1. 實作                   | 【性別平等教育】<br>1-3-4<br>【生涯發展教育】<br>1-2-1<br>2-2-1        |
| 第十二週<br>11/14<br>          | 單元四 做自己 愛自己<br>第1課 獨特的自己              | 3 | 1-2-4 探討各年齡層的生理變化，並有能力處理個體成長過程中的重要轉變。<br>6-2-1 分析自我與他人的差異，從中學會關心自  | 1. 口試<br>2. 實踐          | 【性別平等教育】<br>1-3-1<br>1-3-2                             |

## C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

|                             |                          |   |  |                           |   |
|-----------------------------|--------------------------|---|--|---------------------------|---|
| 11/18                       |                          |   | 己，並建立個人價值感。  |                           | 1-3-4<br>【生涯發展教育】<br>2-2-1                                      |
| 第十三週<br>11/21<br> <br>11/25 | 單元四 做自己 愛自己<br>第2課 珍愛自己  | 3 | 5-2-4 認識菸、酒、檳榔、藥物與成癮藥物對個人及他人的影響，並能拒絕其危害。<br>6-2-2 瞭解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性。       | 1. 口試<br>2. 實作            | 【家政教育】<br>4-3-1<br>4-3-2<br>4-3-3<br>【生涯發展教育】<br>2-2-1<br>3-2-2 |
| 第十四週<br>11/28<br> <br>12/2  | 單元四 做自己 愛自己<br>第2課 珍愛自己  | 3 | 5-2-4 認識菸、酒、檳榔、藥物與成癮藥物對個人及他人的影響，並能拒絕其危害。<br>6-2-2 瞭解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性。       | 1. 口試<br>2. 實作            | 【家政教育】<br>4-3-1<br>4-3-2<br>4-3-3<br>【生涯發展教育】<br>2-2-1<br>3-2-2 |
| 第十五週<br>12/5<br> <br>12/9   | 單元五 舞蹈和踢毬<br>第1課 熱情啦啦隊   | 3 | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。                                   | 1. 實作<br>2. 口試            | 【生涯發展教育】<br>1-2-1<br>2-2-1                                      |
| 第十六週<br>12/12<br> <br>12/16 | 單元五 舞蹈和踢毬<br>第2課 舞動線條的精靈 | 3 | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。                                   | 1. 實作<br>2. 口試            | 【生涯發展教育】<br>1-2-1<br>2-2-1                                      |
| 第十七週<br>12/19<br> <br>12/23 | 單元五 舞蹈和踢毬<br>第3課 以色列歡樂舞  | 3 | 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>4-2-5 透過運動瞭解本土與世界文化。                                    | 1. 口試<br>2. 實作            | 【生涯發展教育】<br>1-2-1<br>2-2-1                                      |
| 第十八週<br>12/26<br> <br>12/30 | 單元五 舞蹈和踢毬<br>第4課 踢毬樂趣多   | 3 | 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。<br>4-2-5 透過運動瞭解本土與世界文化。 | 1. 口試<br>2. 實作            | 【生涯發展教育】<br>1-2-1   |
| 第十九週<br>1/2<br> <br>1/6     | 單元六 健康防護罩<br>第1課 當心傳染病   | 2 | 1-2-3 體認健康行為的重要性，並運用做決定的技巧來促進健康。<br>7-2-1 表現預防疾病的正向行為與活動，以增進身體的安適。             | 1. 口試<br>2. 實踐<br>3. 自我評量 |   |
| 第廿週                         | 單元六 健康防護罩                | 3 | 7-2-2 討論社會文化因素對健康服務及產品選擇   | 1. 口試                     |   |

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

|                           |                          |   |  |                |  |
|---------------------------|--------------------------|---|--|----------------|--|
| 1/9<br> <br>1/13          | 第 2 課 醫療服務觀測站            |   | 之影響。<br>7-2-3 確認消費者在健康相關事物上的權利與義務。                             | 2. 自我評量        |  |
| 第廿一週<br>1/16<br> <br>1/19 | 單元六 健康防護罩<br>第 3 課 就醫有一套 | 3 | 7-2-2 討論社會文化因素對健康與運動的服務及產品選擇之影響。<br>7-2-3 確認消費者在健康相關事物上的權利與義務。 | 1. 口試<br>2. 實作 |  |

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「表現任務-評量方式」請具體說明。

◎敘寫融入議題能力指標，填入代號即可。

◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。

臺南市公立鹽水區月津國民小學 111 學年度第二學期五年級 健體 領域學習課程(調整)計畫(  普通班 /  藝才班 /  體育班 /  特教班 )

| 教材版本   | 康軒  | 實施年級<br>(班級/組別) | 五年級 | 教學節數 | 每週(3)節，本學期共(57)節 |
|--------|---|-----------------|-----|------|------------------|
| 課程目標   | 1. 發展運動概念與運動技能，提升體適能。<br>2. 培養增進人際關係與互動的能力，並懂得促進家庭關係。<br>3. 學習跑、跳、擲等運動技能。<br>4. 認識生長變化，培養健康的飲食觀念。<br>5. 學習探索肢體的創作活動，並展現團結的精神。<br>6. 體認環境污染的問題，並採取具體的環保行動。<br>7. 學習照護老年人的方法，並積極面對自身的健康問題。  |                 |     |      |                  |
| 領域能力指標 | 1-2-1 識影響個人成長與行為的因素。<br>1-2-2 應用肢體發展之能力，從事適當的身體活動。<br>1-2-3 體認健康行為的重要性，並運用做決定的技巧來促進健康。<br>1-2-4 探討各年齡層的生理變化，並有能力處理個體成長過程中的重要轉變。<br>2-2-1 瞭解不同的食物組合能提供均衡的飲食。<br>2-2-2 瞭解營養的需要量是由年齡、性別及身體活動所決定。<br>2-2-3 瞭解、接納並尊重不同族群或國家的飲食型態與特色。<br>2-2-5 明瞭食物的保存及處理方式會影響食物的營養價值、安全性、外觀及口味。<br>3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-3 瞭解運動規則，參與比賽，表現運動技能。<br>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。<br>4-2-3 瞭解有助體適能要素促進的活動，並積極參與。<br>4-2-5 透過運動瞭解本土與世界文化。<br>6-2-2 瞭解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性。<br>6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。<br>6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。 |                 |     |      |                  |

|                          | 7-2-1 表現預防疾病的正向行為與活動，以增進身體的安適。<br>7-2-5 調查、分析生活周遭環境問題與人體健康的關係。<br>7-2-6 參與社區中環保活動或環保計畫，並分享其獲致的成果。  |    |   |                |                          |
|--------------------------|--|----|---|----------------|--------------------------|
| 融入之重大議題                  | <b>【生涯發展教育】</b><br>1-2-1 培養自己的興趣、能力。<br>2-2-1 培養良好的人際互動能力。<br>3-2-2 學習如何解決問題及做決定。<br><b>【人權教育】</b><br>2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。<br>2-3-3 瞭解人權與民主法治的密切關係。<br><b>【性別平等教育】</b><br>2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。<br><b>【家政教育】</b><br>1-3-3 接納他人所喜歡的食物。<br>1-3-4 瞭解食物在烹調、貯存及加工等情況下的變化。<br>1-3-5 選擇符合營養且安全衛生的食物。<br><b>【環境教育】</b><br>3-3-2 能主動親近並關懷學校與社區的環境，並透過對於相關環境議題的瞭解，體會環境權的重要。<br>4-3-4 能建立伙伴關係，尋求適切的資源與協助，以設法解決環境問題。<br>5-3-2 執行日常生活中進行對環境友善的行動。<br>5-3-3 主動參與學校社團和社區的環境保護相關活動。 |    |   |                |                          |
| <b>課程架構脈絡</b>            |  |    |   |                |                          |
| 教學期程                     | 單元與活動名稱  | 節數 | 領域能力指標  | 表現任務<br>(評量方式) | 融入議題<br>能力指標             |
| 第一週<br>2/13<br> <br>2/17 | 單元一 球類快樂玩<br>第1課 排球你我他   | 4  | 1-2-2 應用肢體發展之能力，從事適當的身體活動。<br>3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | 1. 實作          | <b>【生涯發展教育】</b><br>2-2-1 |
| 第二週<br>2/20<br> <br>2/24 | 單元一 球類快樂玩<br>第1課 排球你我他   | 3  | 1-2-2 應用肢體發展之能力，從事適當的身體活動。<br>3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | 1. 實作          | <b>【生涯發展教育】</b><br>2-2-1 |
| 第三週<br>2/27              | 單元一 球類快樂玩<br>第2課 卯足全力  | 2  | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。  | 1. 實作<br>2. 口試 |                          |

## C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

|                           |                                    |   |  |                |   |
|---------------------------|------------------------------------|---|--|----------------|---|
| 3/03                      |                                    |   | 3-2-3 瞭解運動規則，參與比賽，表現運動技能。<br>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。   |                |   |
| 第四週<br>3/06<br> <br>3/10  | 單元一 球類快樂玩<br>第2課 卯足全力              | 3 | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-3 瞭解運動規則，參與比賽，表現運動技能。<br>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | 1. 口試<br>2. 實作 |   |
| 第五週<br>3/13<br> <br>3/17  | 單元一 球類快樂玩<br>第3課 籃球高手              | 3 | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-3 瞭解運動規則，參與比賽，表現運動技能。                                    | 1. 實作          |   |
| 第六週<br>3/20<br> <br>3/24  | 單元二 寶貝我的家<br>第1課 溝通的藝術<br>第2課 家庭危機 | 3 | 6-2-2 瞭解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性。<br>6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。   | 1. 口試<br>2. 實作 | 【生涯發展教育】<br>2-2-1<br>3-2-2<br>【人權教育】<br>2-3-3 |
| 第七週<br>3/27<br> <br>3/31  | 單元三 跑跳擲樂無窮<br>第1課 跑走好體能            | 2 | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>4-2-3 瞭解有助體適能要素促進的活動，並積極參與。<br>6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。                         | 1. 實作          |   |
| 第八週<br>4/03<br> <br>4/07  | 單元三 跑跳擲樂無窮<br>第2課 跳遠小飛俠            | 2 | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。                              | 1. 實作          | 【性別平等教育】<br>2-3-2                             |
| 第九週<br>4/10<br> <br>4/14  | 單元三 跑跳擲樂無窮<br>第2課 跳遠小飛俠            | 3 | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-4 在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。                              | 1. 實作          | 【性別平等教育】<br>2-3-2                             |
| 第十週<br>4/17<br> <br>4/21  | 單元三 跑跳擲樂無窮<br>第3課 壘球投擲王            | 3 | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>3-2-3 瞭解運動規則，參與比賽，表現運動技能。                                    | 1. 實作          | 【性別平等教育】<br>2-3-2                             |
| 第十一週<br>4/24<br> <br>4/28 | 單元三 跑跳擲樂無窮<br>第4課 跳出變化             | 3 | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。   | 1. 實作          | 【生涯發展教育】<br>2-2-1                             |



## C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

|                           |                                      |   |   |                                  |   |
|---------------------------|--------------------------------------|---|---|----------------------------------|---|
| 第十二週<br>5/01<br> <br>5/05 | 單元四 美麗人生<br>第1課 生長你我他                | 3 | 1-2-1 識影響個人成長與行為的因素。<br>1-2-4 探討各年齡層的生理變化,並有能力處理個體成長過程中的重要轉變。   | 1. 口試<br>2. 自我評量                 |   |
| 第十三週<br>5/08<br> <br>5/12 | 單元四 美麗人生<br>第2課 飲食小專家                | 3 | 2-2-1 瞭解不同的食物組合能提供均衡的飲食。<br>2-2-2 瞭解營養的需要量是由年齡、性別及身體活動所決定。<br>2-2-5 明瞭食物的保存及處理方式會影響食物的營養價值、安全性、外觀及口味。                   | 1. 口試<br>2. 自我評量<br>3. 實作        | 【家政教育】<br>1-3-3<br>1-3-4<br>1-3-5             |
| 第十四週<br>5/15<br> <br>5/19 | 單元四 美麗人生<br>第2課 飲食小專家                | 3 | 2-2-1 瞭解不同的食物組合能提供均衡的飲食。<br>2-2-3 瞭解、接納並尊重不同族群或國家的飲食型態與特色。<br>2-2-5 明瞭食物的保存及處理方式會影響食物的營養價值、安全性、外觀及口味。                   | 1. 口試<br>2. 自我評量<br>3. 實作        | 【家政教育】<br>1-3-3<br>1-3-4<br>1-3-5             |
| 第十五週<br>5/22<br> <br>5/26 | 單元五 有氧舞活力<br>第1課 拳擊有氧                | 3 | 3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。<br>3-2-2 在活動中表現身體的協調性。  | 1. 實作<br>2. 口試                   | 【性別平等教育】<br>2-3-2<br>【生涯發展教育】<br>1-2-1        |
| 第十六週<br>5/29<br> <br>6/02 | 單元五 有氧舞活力<br>第2課 荷里皮波舞               | 3 | 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。<br>4-2-5 透過運動瞭解本土與世界文化。   | 1. 口試<br>2. 實作                   | 【性別平等教育】<br>2-3-2<br>【生涯發展教育】<br>1-2-1        |
| 第十七週<br>6/05<br> <br>6/09 | 單元六 搶救地球<br>第1課 生病的地球<br>第2課 環境汙染面面觀 | 3 | 1-2-3 體認健康行為的重要性,並運用做決定的技巧來促進健康。<br>7-2-5 調查、分析生活周遭環境問題與人體健康的關係。<br>7-2-6 參與社區中環保活動或環保計畫,並分享其獲致的成果。                     | 1. 口試<br>2. 實作                   | 【環境教育】<br>3-3-2<br>4-3-4<br>5-3-2<br>5-3-3    |
| 第十八週<br>6/12<br> <br>6/16 | 單元六 搶救地球<br>第2課 環境汙染面面觀              | 3 | 1-2-3 體認健康行為的重要性,並運用做決定的技巧來促進健康。<br>7-2-5 調查、分析生活周遭環境問題與人體健康的關係。<br>7-2-6 參與社區中環保活動或環保計畫,並分享其獲致的成果。                     | 1. 鑑賞<br>2. 口試<br>3. 實作<br>4. 實作 | 【環境教育】<br>3-3-2<br>4-3-4<br>5-3-2<br>5-3-3    |
| 第十九週<br>6/19<br> <br>6/23 | 單元七 老化與健康<br>第1課 關懷老年人<br>第2課 健康檢查   | 1 | 2-2-1 瞭解不同的食物組合能提供均衡的飲食。<br>2-2-2 瞭解營養的需要量是由年齡、性別及身體活動所決定。<br>6-2-2 瞭解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性。<br>6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達,並 | 1. 口試<br>2. 自我評量                 | 【家政教育】<br>1-3-5<br>【生涯發展教育】<br>2-2-1<br>3-2-2 |

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(九貫版)

|                          |     |   |   |  |  |
|--------------------------|-----|---|---|--|--|
|                          |     |   | 認識壓力。<br>7-2-1 表現預防疾病的正向行為與活動，以增進身體的安適。 |  |  |
| 第廿週<br>6/26<br> <br>6/30 | 總複習 | 3 |   |  |  |

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「表現任務-評量方式」請具體說明。

◎敘寫融入議題能力指標，填入代號即可。

◎集中式特教班採全班以同一課綱實施敘寫。