

附件伍-1

高雄市梓官區梓官國小 五年級第 2 學期部定課程【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 (可循原來格式)	議題融入	線上教學
			學習內容	學習表現				
第一週 2025/02/09 ~ 2025/02/15	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。 Da-III-2 身體主要器官的構造與功能。 Da-III-3 視力與口腔衛生促進的保健行動。	1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1b-III-1 理解健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 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。 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。 5.能認識身體的各腔室。 6.能認識身體主要器官的構造與功能。 7.能了解高度近視可能產生的眼睛疾病。 8.能覺察眼睛疾病對生活帶來的不便。 9.能改善導致視力不良的行為。 10.能養成良好的視力保健習慣。	1.筆試 2.口試 3.實作 4.作業	課綱：健體-品德-(品E1) 課綱：健體-品德-(品E7)	
第二週 2025/02/16 ~ 2025/02/22	壹、健康 一.健康加 油站	健體-E-A2 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。	1.能了解良好口腔狀況的原則。	1.筆試 2.口試 3.實作 4.作業	課綱：健體-品德-(品E1) 課綱：健體-品德-(品E7)	

	二. 醫藥學問大		Fb-III-4 珍惜健保與醫療的方法。	<p>2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。</p> <p>4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。</p>	<p>2. 能覺察口腔疾病對生活帶來的不便。</p> <p>3. 能學習使用牙線潔牙的方法。</p> <p>4. 能養成良好的潔牙習慣，並於生活中持續進行護齒行動。</p> <p>5. 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。</p> <p>6. 能認識分級醫療與轉診制度。</p> <p>7. 能運用事證支持珍惜健保與醫療的行為。</p>		法定:兒童及少年性剝削-1	
<p>第三週 2025/02/23 ~ 2025/03/01</p>	<p>壹、健康 二. 醫藥學問大</p>	健體-E-A2	<p>Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。</p>	<p>1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。</p> <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> <p>4. 能認識並熟悉核對藥品資訊的方法。</p> <p>5. 能認識成藥、指示藥與處方藥的分級。</p>	<p>1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業</p>	<p>課綱：健體-安全-(安E2) 法定:低碳環境-1</p>	

					6. 能了解藥品分類與規範對健康的重要性。 7. 能認識正確的藥品保存守則。 8. 能了解廢棄藥品處理六步驟。			
第四週 2025/03/02 ~ 2025/03/08	壹、健康 二、醫藥學 問大 三、聰明消費 樂無窮	健體-E-A2 健體-E-B2	Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。 Eb-III-1 健康消費資訊與媒體的影響。 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方 法、資源與規 範。 1b-III-2 認識健 康技能和生 活技能的基本 步驟。 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。 3b-III-4 能於不 同的生活情 境中，運用生 活技能。 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。 3. 從事消費活動時，能選擇良好的產品與服務。 4. 面對促銷活動時，能展現出理性消費的行為。 5. 能認識選購商品四妙招。 6. 能了解商品標示對維護消費權益的重要性。 7. 能了解具得獎機率性質的商品相對應的購買策略。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	課綱：健體-安全-(安E2) 課綱：健體-安全-(人E7) 法定:防災-1	
第五週 2025/03/09 ~ 2025/03/15	壹、健康 三、聰明消費 樂無窮	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。	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 2. 口試 3. 實作 4. 作業	課綱：健體-安全-(人E7)	

				<p>4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。</p>	<p>3. 能了解產生消費糾紛的原因。 4. 能具備處理消費糾紛的因應策略。 5. 能知道消費者有申訴的權利及申訴的管道。 6. 能培養良好的消費態度，並有能力尋求解決的方法和技巧。</p>			
<p>第六週 2025/03/16 ~ 2025/03/22</p>	<p>壹、健康 四、家庭安 和樂</p>	<p>健體-E-B1 健體-E-C2</p>	<p>Fa-III-2 家庭成員的角色與責任。</p>	<p>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-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-III-3 擁有執行健康生活行動的信心與效能感。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4b-III-2 使用適切的事證來支持自己健康促進的立場。</p>	<p>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。 4. 能覺察家人的感受並願意主動幫助家人。 5. 能於生活落實對家庭有幫助的行為。 6. 能分辨不同家庭暴力事件造成的傷害。 7. 能運用自我保護技巧避免傷害的發生。 8. 能知道家庭變異可能造成的心理反應。</p>	<p>1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業</p>	<p>課綱：健體-性別-(性E12) 課綱：健體-家庭-(家E4) 法定：交通安全-1</p>	<p>■ 線上教學</p>

					<p>9.能理解家人互為支持的力量，願意一起面對悲傷事件。</p> <p>10.能認識正向轉念方法。</p>			
<p>第七週 2025/03/23 ~ 2025/03/29</p>	<p>壹、健康 四.家庭安 和樂 貳、體育 五.投其所 好</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-C2</p>	<p>Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。</p> <p>Fa-III-3 維持良好人際關係的溝通技巧與策略。</p> <p>Fb-III-1 健康各面向平衡安適的促進方法與日常健康行為。</p> <p>Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。</p>	<p>1b-III-1 理解健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。</p> <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> <p>2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</p> <p>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。</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>4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。</p>	<p>1.能思考並體察家人有效溝通的好處及影響。</p> <p>2.能透過角色情境，學會溝通「停看聽」等有效溝通的技巧。</p> <p>3.能了解與家人相處及健康休閒的重要性。</p> <p>4.能主動和家人規劃共同的休閒活動。</p> <p>5.能為家人規劃旅遊休閒活動。</p> <p>6.能主動展現促進家人感情的行動。</p> <p>7.確認運動與場地安全。</p> <p>8.了解壘球擲遠的動作要領。</p>	<p>1.筆試 2.口試 3.實作 4.作業</p>	<p>課綱：健體-性別-(性E12) 課綱：健體-家庭-(家E4)</p>	

<p>第八週 2025/03/30 ~ 2025/04/05</p>	<p>貳、體育 五.投其所好</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C2</p>	<p>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。</p>	<p>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-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。</p>	<p>1.了解投擲角度與投擲距離的關係。 2.表現良好的壘球擲遠動作。 3.解決在比賽時遇到的問題。 4.做出良好的推鉛球動作。 5.了解推鉛球、投擲壘球的技巧異同處。</p>	<p>1.筆試 2.口試 3.實作 4.作業</p>	<p>課綱：健體-安全-(安E7)</p>	
<p>第九週 2025/04/06 ~ 2025/04/12</p>	<p>貳、體育 五.投其所好 六.飛騰青春</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C2</p>	<p>Bc-III-2 運動與疾病保健、終身運動相關知識。 Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。 Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。</p>	<p>1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 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。</p>	<p>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好處。 4.能明瞭懸垂動作與核心肌群動作的要領。</p>	<p>1.筆試 2.口試 3.實作 4.作業</p>	<p>課綱：健體-安全-(安E7) 法定:性侵害-1</p>	

				<p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>4d-III-3 宣導身體活動促進身心健康的效益。</p>	<p>5.能學會握槓懸垂動作的技巧。</p> <p>6.能以積極專注的學習態度，接受挑戰。</p>			
<p>第十週 2025/04/13 ~ 2025/04/19</p>	<p>貳、體育 六.飛騰青春</p>	<p>健體-E-A1</p>	<p>Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。</p>	<p>1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。</p> <p>1d-III-1 了解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>1.能明瞭青蛙跳的動作要領。</p> <p>2.能運用手臂支撐力量將身體撐起，並進行重心上下移動。</p> <p>3.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。</p> <p>4.能展現出穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>5.能明瞭雙手支撐與雙腳蹬、跳的動作要領。</p> <p>6.以積極的學習態度，在支撐、蹬、跳練習時引發學習樂趣。</p> <p>7.在練習的過程中，解決分腿騰越動作所遇到的挑戰與問題。</p> <p>8.能和同儕合作，進行多人飛躍馬背接龍練習。</p> <p>9.能明瞭分腿騰躍的動作要領。</p>	<p>1.筆試 2.口試 3.實作 4.作業</p>	<p>法定:性侵害-2</p>	

					10. 能學會跳箱上的跳撐動作。 11. 能勇於挑戰，並認真練習跳箱分腿騰躍動作。			
第十一週 2025/04/20 ~ 2025/04/26	貳、體育 六. 飛騰青 七. 摩拳擦掌	健體-E-A1 健體-E-C2	Bd-III-1 武術組合動作與套路。 Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。	1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。 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。 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。 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. 能明瞭分腿騰躍的動作要領。 2. 能學會跳箱上的跳撐動作。 3. 能勇於挑戰，並認真練習跳箱分腿騰躍動作。 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。 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。 6. 能以積極專注的學習態度，接受挑戰。 7. 能展現出穩定的身體控制和協調能力。 8. 能以積極專注的學習態度，接受各關的挑戰。 9. 能了解武術中上肢、下肢軀幹的動作，並分析與他人的差異。 10. 能說出正確的武術動作名稱。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	法定:交通安全-2	

<p>第十二週 2025/04/27 ~ 2025/05/03</p>	<p>貳、體育 七.摩拳擦 掌</p>	<p>健體-E-C2</p>	<p>Bd-III-1 武術組 合動作與套路。</p>	<p>1c-III-3 了解身 體活動對身體發 展的關係。 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。</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。 2.能說出正確的 武術動作名稱。</p>	<p>1.筆試 2.口試 3.實作 4.作業</p>	<p>法定:登革熱-1</p>	<p>■線上教學</p>
<p>第十三週 2025/05/04 ~ 2025/05/10</p>	<p>貳、體育 七.摩拳擦 掌 八.球不落 地</p>	<p>健體-E-B1 健體-E-C2</p>	<p>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。</p>	<p>1c-III-1 了解運 動技能要素和基 本運動規範。 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。 2d-III-2 分辨運 動賽事中選手和 觀眾的角色和責 任。 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。 3c-III-3 表現動 作創作和展演的 能力。 3d-III-1 應用學 習策略，提高運 動技能學習效 能。</p>	<p>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。 5.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。 6.能做出了解並 做出正確的低手 傳接球。</p>	<p>1.筆試 2.口試 3.實作 4.作業</p>	<p>法定:飲食教育-1</p>	

				<p>3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。</p> <p>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。</p> <p>4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。</p>				
<p>第十四週 2025/05/11 ~ 2025/05/17</p>	<p>貳、體育 八、球不落 地</p>	<p>健體-E-B1 健體-E-C2</p>	<p>Ha-III-1 網/ 牆 性球類運動基本 動作及基礎戰 術。</p>	<p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> <p>1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。</p> <p>2d-III-2 分辨運動賽事中選手和觀眾的角色和責任。</p> <p>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。</p> <p>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。</p> <p>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。</p>	<p>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。</p> <p>2. 能做出了解並做出正確的低手傳接球。</p> <p>3. 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。</p> <p>4. 能知道並做出正面低手發球動作。</p>	<p>1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業</p>	<p>法定:家庭暴力-2</p>	

<p>第十五週 2025/05/18 ~ 2025/05/24</p>	<p>貳、體育 八. 球不落 地 九. 手球英 雄</p>	<p>健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-C2</p>	<p>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。</p>	<p>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。 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。</p>	<p>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。 4. 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。</p>	<p>1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業</p>	<p>法定:家庭暴力-1 法定:飲食教育-1</p>	
<p>第十六週 2025/05/25 ~ 2025/05/31</p>	<p>貳、體育 九. 手球英 雄</p>	<p>健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-C2</p>	<p>Hb-III-1 陣地攻 守性球類運動基 本動作及基礎戰 術。</p>	<p>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。</p>	<p>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。 3. 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。</p>	<p>1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業</p>	<p>法定:飲食教育-1</p>	
<p>第十七週 2025/06/01 ~ 2025/06/07</p>	<p>貳、體育 九. 手球英 雄</p>	<p>健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-B3 健體-E-C2</p>	<p>Hb-III-1 陣地攻 守性球類運動基 本動作及基礎戰 術。</p>	<p>1d-III-1 了解運 動技能的要素和 要領。</p>	<p>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。</p>	<p>1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業</p>	<p>課綱：健體-多元-(多 E6)</p>	

	十.花舞翩 翩	健體 E-C3	Ib-III-2 各國土 風舞。	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。 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。 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。	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。 4.能認識塞爾維 亞的土風舞步技 巧、要領與隊形 變化。 5.能於土風舞運 動中表現穩定的 身體控制與協調 能力。 6.能表現積極參 與練習舞步技巧 與隊形變化。			
第十八週 2025/06/08 ~ 2025/06/14	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。 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。	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	1.筆試 2.口試 3.實作 4.作業	課綱：健體-多元-(多 E6)	■線上教學

				<p>3c-III-3 表現動作創作與展演的能力。</p> <p>4d-III-3 宣導身體活動促進身心健康的效益。</p>	<p>賞與創作的美感體驗。</p> <p>5.能與小組成員完成展演。</p>			
<p>第十九週 2025/06/15 ~ 2025/06/21</p>	<p>貳、體育 十一.悠遊 戲水樂</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-A2</p>	<p>Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。</p> <p>Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。</p> <p>Cc-III-1 水域休閒運動進階技能。</p>	<p>1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。</p> <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p> <p>2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。</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>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。</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-1 選擇及應用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。</p>	<p>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。</p> <p>2. 重視水域安全觀念，能熟記防溺、自救的方式。</p> <p>3. 能透過實際體驗與操作，了解實施救溺的方式與危險性。</p> <p>4. 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。</p> <p>5. 能知道從事水域活動出現脫水現象時的症狀及預防方法。</p>	<p>1. 筆試</p> <p>2. 口試</p> <p>3. 實作</p> <p>4. 作業</p>	<p>課綱：健體-海洋-(海E1)</p>	

第二十週 2025/06/22 ~ 2025/06/28	貳、體育 十一. 悠遊 戲水樂	健體-E-A1 健體-E-A2	Gb-III-1 水中自救方法、仰漂15秒。 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-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。 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. 能重視水域安全的觀念，熟記並正確做出防溺、自救的方式。 2. 能積極的練習，做出捷泳正確的手腳搭配動作藉物前進。 3. 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。 4. 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. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	課綱：健體-海洋-(海E1)	
第二十一週 2025/06/29 ~ 2025/07/05	休業式							

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。