

附件伍-1

高雄市小港區漢民國小六年級第一學期部定課程【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 | | 學習目標 | 評量方式 | 議題融入-節數 | 線上教學 (說明使用的線上 資源/內容) |
|----|---|--------------------|--|--|--|--|----------------------------------|-------------------------------|
| | | | 學習內容 | 學習表現 | | | | |
| 1 | 壹、健康 一.環境 體檢大 行動 | 健體-E- A2 | Ca-III-1 健康環境的交互影響因素。 Ca-III-2 環境污染的來源與形式。 | 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 | 1. 能認識生活中常見的污染形式及來源。 2. 能針對不同污染形式，發想解決方法，並實行適當的保健行為。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：環境-1 法定：登革熱防治-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |
| 2 | 壹、健康 一.環境 體檢大 行動 二.人生 製造公司 | 健體-E- A2 | Ca-III-3 環保行動的參與及綠色消費概念。 Aa-III-1 生長發育的影響因素與促進方法。 | 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。 4b-III-2 使用適切的事證來支持自己健康促進的立場。 | 1. 能公開參與生活中的環保行動，並堅持自己的健康立場。 2. 能了解綠色消費3R3E原則的概念，並於生活中實踐。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：環境-1 課綱：生命-1 法定：登革熱防治-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |
| 3 | 壹、健康 二.人生 製造公司 | 健體-E- A2 | Aa-III-1 生長發育的影響因素與促進方法。 Aa-III-2 人生各階段的成長、轉變與自我悅納。 | 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 | 1. 能認識人生各階段生長發育的轉變。 2. 能了解不同人生階段的身心需求及社會互動。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：生命-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |

| | | | | | | | | |
|---|-----------------------------|---------|--|---|--|--|--|---|
| 4 | 壹、健康 二.人生製造公司 三.勇闖飲食島 | 健體 E-A1 | Aa-III-3 面對老化現象與死亡的健康態度。 Ea-III-2 兒童及青少年飲食問題與健康影響。 | 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 | 1.能接納自己的成長變化。 2.能選擇有益身心健康的具體行動。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：生命-1 課綱：多元-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |
| 5 | 壹、健康 三.勇闖飲食島 | 健體 E-A1 | Ea-III-1 個人的營養與熱量之需求。 Ea-III-3 每日飲食指南與多元飲食文化。 | 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。 | 1.能理解兒童期需要的營養與熱量。 2.能理解六大類食物的代換分量。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：多元-1 法定：性侵害防治教育-3 法定：飲食教育課程-3 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |
| 6 | 壹、健康 四.守護青春 | 健體-E-C1 | Db-III-3 性騷擾與性侵害的自我防護。 Db-III-5 友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。 | 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 | 1.能認識性剝削、性騷擾、性侵害的定義。 2.能覺察個資外洩的嚴重性。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：性別-1 課綱：人權-1 | <input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 使用南一派測驗&南一派筆記 |
| 7 | 壹、健康 四.守護青春 貳、體育 | 健體-E-C1 | Db-III-4 愛滋病傳染途徑與愛滋關懷。 Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。 | 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 | 1.能認識愛滋病及其傳染途徑。 2.能覺察愛滋病對身體健康的威脅及嚴重性。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | 課綱：性別-1 課綱：人權-1 法定：性別平等教育-3 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |

| | | | | | | | | |
|----|-------------------------------------|-------------|--|---|---|--|-------------|-------------------------------|
| | 五. 海陸 任遨遊 | | | | | | | |
| 8 | 貳、體育 五. 海陸 任遨遊 | 健體-E- A1 | Ab-III-1 身體組成與體適能之基本概念。 Ab-III-2 體適能自我評估原則。 | 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 | 1. 了解三項全能運動所需的體適能。 2. 了解自身體適能的狀態。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定：性別平等教育-3 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |
| 9 | 貳、體育 五. 海陸 任遨遊 六. 飛越 極限 | 健體-E- A1 | Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。 Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。 | 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。 | 1. 進行修改式三項全能活動。 2. 介紹運動對健康的好處。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定：兒童權利公約-1 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |
| 10 | 貳、體育 六. 飛越 極限 | 健體-E- A1 | 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-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 | 1. 了解瞬發力與跳躍高度及遠度的關係。 2. 了解剪式跳高及跳遠技術的動作要素與要領。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | | <input type="checkbox"/> 線上教學 |
| 11 | 貳、體育 六. 飛越 極限 七. 力拔 山河 | 健體-E- A1 | Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。 Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 | 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 | 1. 了解傷口處理、簡易貼紮、固定的方式。 2. 了解運動傷害對運動員的影響、同理受傷運動員的感受。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | | <input type="checkbox"/> 線上教學 |

| | | | | | | | | |
|----|------------------|---------|---|--|--|--|----------------|---|
| 12 | 貳、體育 七.力拔山河 | 健體-E-A1 | Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。 | 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。 | 1. 能了解握繩、預備姿勢及正確的拔河姿勢。 2. 透過固定拉拔、四人對拉，來熟練拔河的動作。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | | <input type="checkbox"/> 線上教學 |
| 13 | 貳、體育 八.腿上乾坤 | 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。 | 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。 | 1. 能了解如何利用腳停球及內側、外側等方式傳球。 2. 能運用足球做出指定動作。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | | <input type="checkbox"/> 線上教學 |
| 14 | 貳、體育 八.腿上乾坤 | 健體-E-C2 | Ab-III-1 身體組成與體適能之基本概念。 Cb-III-1 運動安全教育運動精神與運動營養知識。 | 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 | 1. 能透過觀摩他人或自己察覺，學習到正確傳球及射門動作。 2. 能認真、積極參與活動，並與同學討論戰術。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | | <input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 使用南一派測驗&南一派筆記 |
| 15 | 貳、體育 九.勇闖籃球殿堂 | 健體-E-A3 | Cb-III-2 區域性運動賽會與現代奧林匹克運動會。 Hb-III-1 陣地攻守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。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 | 1. 能依個人能力，了解並積極正確做出不同的運球方式。 2. 能知道3對3籃球賽起源與發展現況，並對規則有基本的認識。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | | <input type="checkbox"/> 線上教學 |
| 16 | 貳、體育 | 健體-E-A3 | Hb-III-1 陣地攻守性球類 | 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 | 1. 能使用3C用品，透過網路比較自己 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定：游泳與自救能力教學-2 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |

| | | | | | | | | |
|----|-----------------|---------|---|--|---|--|----------------|---|
| | 九. 勇闖籃球殿堂 | | 運動基本動作及基礎戰術。 | 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 | 投籃與上籃動作的正確性。 2. 能在投籃大賽，透過小組合作與分配，提高運動技能學習效能。 | | | |
| 17 | 貳、體育十. 平衡木上的不倒翁 | 健體-E-B3 | Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 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。 | 1. 能認識訓練平衡的設施、場域。 2. 能做出教師指導的靜態平衡動作，運用肢體展現，從中觀察、欣賞、分享。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定：游泳與自救能力教學-2 | <input checked="" type="checkbox"/> 線上教學 使用南一派測驗&南一派筆記 |
| 18 | 貳、體育十. 平衡木上的不倒翁 | 健體-E-B3 | Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。 | 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。 | 1. 能完成教師給予在平衡木上的任務動態平衡。 2. 能表現出勇於挑戰、積極投入的態度。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定：游泳與自救能力教學-2 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |
| 19 | 貳、體育十一. 好球強強滾 | 健體-E-A1 | Cb-III-2 區域性運動賽會與現代奧林匹克運動會。 Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 | 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、正向溝通的團隊精神。 | 1. 認識法式滾球的由來與賽事。 2. 學習法式滾球運動的精神與規範。 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | 法定：游泳與自救能力教學-2 | <input type="checkbox"/> 線上教學 |
| 20 | 貳、體育十一. 好球強強滾 | 健體-E-A1 | Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 Hc-III-1 標的性球類運動 | 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 | 1. 了解法式滾球進攻、防守的比賽規則。 2. 學習法式滾球的運動技能，表現穩 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙筆測驗及表單 <input checked="" type="checkbox"/> 實作評量 <input type="checkbox"/> 檔案評量 | | <input type="checkbox"/> 線上教學 |

| | | | | | | | | |
|----|-----|--|------------|------------------------|--------------|--|--|-------------------------------|
| | | | 基本動作及基礎戰術。 | 1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。 | 定的身體控制與協調能力。 | | | |
| 21 | 總複習 | | | | | | | <input type="checkbox"/> 線上教學 |

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：議題-節數)。

(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) 請與表件參-2(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。

PS. 線上教學(混成學習)是指師生結合應用不同的教學策略、教學方法、教學媒體、教學科技的一種教學模式，涵蓋同步(synchronous)與非同步(asynchronous)學習的一連串學習活動，為一種學習型態的改變，目的是以學習者為主體的學習並提升學生自主學習能力。