

高雄市楠梓區莒光國小 六 年級第 二 學期【健康與體育領域】課程計畫(九年一貫-康軒版)

週次	單元/主題名稱	能力指標	學習目標	評量方式	議題融入	線上教學	線上教學規劃 (無則免填)
一 0212 0218	第一單元 好球開打 第1課 攻守兼備	3-2-2 在活動中表現身體的協調性。 3-2-3 瞭解運動規則，參與比賽，表現運動技能。	1. 掌握籃球比賽時防守的動作要領。 2. 以側滑步移動並做出正確防守動作技巧。	1. 實作 2. 口試 3. 作業			
二 0219 0225	第一單元 好球開打 第1課 攻守兼備	3-2-2 在活動中表現身體的協調性。 3-2-3 了解運動規則，參與比賽，表現運動技能。	1. 運用學習過之運球前進、運球過人及上籃的動作技巧完成進攻。 2. 運用側滑步進行籃球防守。	1. 實作 2. 作業			
三 0226 0304	第一單元 好球開打 第2課 誰「羽」爭鋒	3-2-2 在活動中表現身體的協調性。 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. 做出羽球前進墊步、前進交叉步的動作。 2. 做出羽球後退墊步、後退交叉步的動作。	1. 學生互評 2. 口試 3. 實作	課綱：健體-生涯發展教育- (生涯1-2-1)-3		
四 0305 0311	第一單元 好球開打 第2課 誰「羽」爭鋒 第3課 攻其不備	3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。	1. 運用羽球正拍、反拍、發球與移位步法，完成連續擊球。 2. 了解影響運動參與的因素。	1. 實作 2. 口試		■ 線上教學 (1)	在家裡上classroom欣賞羽球比賽影片，並將觀看收穫上傳至討論區。
五 0312 0318	第一單元 好球開打 第3課 攻其不備 第4課 運動安全知多少	3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。	1. 配合排球扣球動作，以高手、低手傳接球回擊。 2. 與隊友共同練習排球的團隊合作技巧。	1. 實作 2. 口試 3. 同儕互評	課綱：健體-生涯發展教育-(生涯1-2-1)-3		
六 0319 0325	第二單元 健康點通 第1課 守護醫療資源	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。	1. 了解分級醫療和轉診制度的用意。 2. 學會避免醫療資源的浪費。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作			

	第2課 就醫即時通	7-2-3 確認消費者在健康相關事物上的權力與義務。					
七 0326 0401	第二單元 健康醫點通 第3課 用藥保安康	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。 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。	1. 了解藥品的分類。 2. 學會藥品的儲存及廢棄藥品的處理。	1. 筆試 2. 口試 3. 報告			
八 0402 0408	第三單元 鍛鍊好體能 第1課 鐵人三項和耐力跑	4-2-3 瞭解有助體適能要素促進的活動，並積極參與。 6-2-5 瞭解並培養健全的生活態度與運動精神。	1. 知道「鐵人三項運動」的起源、比賽項目。 2. 了解「鐵人三項運動」的賽程及比賽概況。	1. 實作 2. 口試			
九 0409 0415	第三單元 鍛鍊好體能 第2課 異程接力 第3課 練武好身手	3-2-2 在活動中表現身體的協調性。 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. 了解異程接力運動的特性。 2. 學會並熟悉異程接力的設計與安排，進而完成賽程。	1. 表演 2. 同儕互評			
十 0416 0422	第三單元 鍛鍊好體能 第3課 練武好身手	3-2-2 在活動中表現身體的協調性。 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. 將國術操組合成動作流暢的小套拳。 2. 培養同儕間對練的合作默契。	1. 同儕互評 2. 口試			
十一 0423 0429	第四單元 青春進行曲 第1課 友誼的橋樑 第2課 網路停看聽	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。 1-2-6 解釋個人與群體對性方面之行為，表現出不同的信念與價值觀。	1. 了解社會文化對性觀念認知的影響。 2. 了解在團體中與異性相處的合宜做法。	1. 實作 2. 口試			
十二 0430 0506	第四單元 青春進行曲 第3課 網路沉迷知多少	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。 1-2-6 解釋個人與群體對性方面之行為，表現出不同的信念與價值觀	1. 了解網路沉迷對健康的影響。 2. 配合網路沉迷量表評估個人上網行為。	1. 筆試 2. 口試		■ 線上教學 (1)	上網搜尋王祿沉迷案例，並於課堂中分享。

十三 0507 0513	第五單元 舞動青春 第1課 斯洛伐克拍手舞	3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。	1. 了解斯洛伐克拍手舞的特色。 2. 正確做出拍手、踏跳步等舞步。	1. 筆試 2. 口試			
十四 0514 0520	第五單元 舞動青春 第2課 拍手舞	3-2-1 表現全身性身體活動的控制能力。 3-2-2 在活動中表現身體的協調性。	1. 了解方塊舞的含義。 2. 了解方塊舞的舞序。	1. 筆試 2. 作業			
十五 0521 0527	第六單元 食在健康 第1課 餐飲衛生	2-2-4 運用食品及營養標示的訊息,選擇符合營養、安全、經濟的食物。 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. 了解外出用餐須考量食品安全、餐飲衛生。 2. 依照餐飲衛生注意事項,做出正確外出用餐的選擇。	1. 筆試 2. 資料蒐集整理 3. 實作	法定:健體-登革熱防治教育-1		
十六 0529 0603	第六單元 食在健康 第2課 食安守門員	2-2-4 運用食品及營養標示的訊息,選擇符合營養、安全、經濟的食物。 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. 了解食品安全問題的重要性。 2. 學會食品安全問題的處理方法與預防之道。	1. 學生自評 2. 口試	法定:健體-健康飲食教育-(環境-2-3-1)-2	■線上教學(1)	上 classroom 完成複習表單。
十七 0604 0610	第六單元 食在健康 第3課 食品中毒解密	2-2-4 運用食品及營養標示的訊息,選擇符合營養、安全、經濟的食物。 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. 了解食品安全問題的重要性。 2. 學會食品安全問題的處理方法與預防之道。	1. 筆試 2. 資料蒐集整理 3. 實作	法定:健體-健康飲食教育-(環境-2-3-1)-1		

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: 依每學年度核定函辦理。

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,擇適合評量方式呈現。

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。