

教材版本	自編教材	實施年級 (班級/組別)	六年級	教學節數	每週(4)節，本學期共(88)節		
課程目標	1. 能了解生活中常見的冒險行為及可能會造成的危險。 2. 表現良好的起跑動作，維持耐力，完成運動。 3. 能完成穩定的拍球，並完成球類遊戲。 4. 能了解手腳支撐和踢的動作要領，並保持平衡。 5. 在身體活動中表現與學習各項有氧舞步。 6. 能了解藥袋上服藥的時間、用法與用量。						
該學習階段 領域核心素養	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-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 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。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週 - 第四週	第一單元-大家來唱跳	16	1. 能隨著音樂，完成舞蹈基本動作。 2. 熟練跳法，並正確的配合音樂跳。 3. 能在遊戲中靈活操作身體，做出各種肢體動作技能。 4. 能專注觀賞他人的動作表現。 5. 認真參與，並與他人合作完成遊戲活動。	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。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 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。	Ab-III-1 身體組成與體適能之基本概念。 1b-III-1 模仿性與主題式創作舞。	觀察評量 口頭評核 行為檢核 態度評量	【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。 【安全教育】 安 E11 了解急救的重要性。 安 E12 操作簡單的急救項目。 安 E13 了解學校內緊急救護設備的位置。 安 E14 知道通報緊急事件的方式。 【資訊教育】

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

第五週 - 第八週	第二單元-跑跳遊戲	16	1. 認識並遵守遊戲規則。 2. 專注觀察他人動作表現。 3. 能在「紅綠燈遊戲」中，表現出適合自己的追逐跑方式。	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。 4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。	Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。	觀察評量 口頭評核 行為檢核 態度評量	資 E2 使用資訊科技解決生活中簡單的問題。 【人權教育】 人 E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。
第九週 - 第十二週	第三單元-平衡高手	16	1. 能在移動過程中做出方向的改變，以及單、雙腳跳的連續動作。 2. 能跟隨同學做出追逐跑、跳組合。 3. 能認識校園需要平衡能力的遊戲設備。 4. 認識平衡木上的動作要領及安全注意事項。 5. 學會上下平衡木。	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。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 4d-III-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。	Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。	觀察評量 口頭評核 行為檢核 態度評量	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 - 第十六週	第四單元-玩球樂趣多	16	1. 能知道並做到你傳我接活動的動作內容。 2. 能願意並盡力做到和他人合作完成你傳我接的動作。 3. 知道並做到配合拍球的節奏，穩定的拍球。 4. 了解拍球說 Hello 活動的進行方式，並和同學合作努力完成。 5. 會利用課餘時間練習以求進步。	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。 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。	Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	觀察評量 口頭評核 行為檢核 態度評量	
第十七週 - 第二十二週	第五單元-正確使用藥物 總複習	24	1. 能了解藥袋上服藥的時間、用法與用量。 2. 能在大人引導下，於生活中正確服藥。 3. 能了解眼藥水和外用藥膏的使用時間、用法與用量。 4. 能在大人引導下，於生活	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。 4a-III-1 運用多元的健康資訊、產品與服務。	Ea-III-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。	觀察評量 口頭評核 行為檢核 態度評量	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

			中正確使用眼藥水和外用藥膏。 複習第一單元到第五單元				
--	--	--	-------------------------------	--	--	--	--

臺南市公立北區大港國民小學 113 學年度第二學期高年級 健康與體育 領域學習課程(調整)計畫(□普通班/■特教班)

教材版本	自編教材	實施年級 (班級/組別)	六年級	教學節數	每週(4)節，本學期共(80)節		
課程目標	1. 能了解正確用藥五大核心能力，達成健康自主管理。 2. 透過練習熟悉肢體動作和音樂做配合。 3. 了解足球運動的場地、用球。 4. 能在足球比賽與小組成員討論，並執行從不同位置出發的攻擊與防守策略。 5. 了解不同文化的土風舞身體活動的特色。						
該學習階段 領域核心素養	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-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 具備理解與關懷本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
(2/5 開學) 第一週 - 第五週	第一單元-足球趣	20	1. 能於活動中展現出身體平衡。 3. 能於活動中努力練習嘗試。 4. 展現出努力體驗踢球活動。 5. 可以和他人合作完成活動。 6. 能做到用足內側踢球。 7. 可以和他人合作練習踢球。 8. 可以用腳底做出停球動作。	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-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。 3d-III-3 透過體驗或實踐解決練習或比賽的問題。	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。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行 品 E7 知行合一。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。 安 E2 了解危機與安全。 【人權教育】 人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。 【家庭教育】 家 E12 規劃個人
第六週 - 第十週	第二單元-跟著音樂搖擺	20	1. 能隨著音樂拍打節奏。 2. 能靈活操作身體，做出各種肢體動作。 3. 能隨著音樂節奏，完成唱跳學習活動。 4. 能靈活操作身體，做出各	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。 3c-III-1 表現穩定的	Ib-III-2 各國土風舞。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

			種身體動作。 5.能專注觀摩與學習他人動作表現。	身體控制和協調能力。			與家庭的生活作息。
第十一週 - 第十五週	第三單元-跑跑遊戲	20	1.能遵守比賽規則。 2.能和同學合作完成比賽。 3.能認識並表現運動家精神。 4.能在曲線快跑中做出身體重心傾斜動作。 5.能在繞物快跑中做出身體重心傾斜變換動作。	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。 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。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。	Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第十六週 - 第二十週	第四單元-食品安全	20	1.能知道食品包裝完整性的重要性。 2.能知道不建議購買散裝食品的原因。 3.能認識安全購買罐頭與玻璃罐食品的原則。 4.能了解製造日期及保存期限的意涵	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。 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。	Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	