

## 臺南市公立東區大同國民小學 114 學年度第一學期 六 年級 健康與體育 領域學習課程(調整)計畫(□普通班/☑特教班/□藝才班)

教材版本	參考臺南市教育局認知功能嚴重缺損學生之功能性課程/生態課程取向/教學活動設計彙編、南一/翰林/康軒		實施年級 (班級/組別)	六年級 (六年四班)	教學節數	每週( 5 )節，本學期共( 105 )節	
課程目標	1. 瞭解水果所含的營養及對身體的效益。 2. 認識牙齒的分類及功能，確實做好潔牙工作。 3. 建立正確的用電概念及觸電後的緊急處理措施。 4. 增進肢體控制能力，從事各項身體活動。						
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-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 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		評量方式 (表現任務)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第 1 週	第一單元 營養的水果 健康-水果補給站 體育-暖身運動	5	1. 認識春季水果的品項。 2. 認識夏季水果的品項。	1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。	Aa-III-1 生長發育的影響因素與促進方法。	口頭發表 指認及選擇 實作	
第 2 週		5	3. 認識秋季水果的品項。	1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。	Ea-III-1 個人的營養與熱量之需求。		
第 3 週		5	4. 認識冬季水果的品項。	1c-III-1 認識動作	Ea-III-3 每日飲食指南與多元飲食文		

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

第 4 週		5	5. 了解當季水果營養素帶來的好處。	技能要素和基本運動規範。 1d-III-1 認識運動技能的基本要素。	化。 1a-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉動作。		
第 5 週		5	6. 覺知每餐水果拳頭大的概念				
第 6 週		5	7. 能做頭部伸展運動。				
第 7 週		5	8. 能做上身前彎運動。 9. 能做肩部運動。 10. 能做坐姿開腿前彎運動。				
第 8 週	第二單元 牙齒保健 健康-護齒大作戰 體育-玩球高手	5	1. 說明各牙齒的名稱。	1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。 1c-III-1 認識動作技能要素和基本運動規範。 1d-III-1 認識運動技能的基本要素。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。	Da-III-3 視力與口腔衛生促進的保健行動。 Ga-III-1-1 跑的基本動作。 Ga-III-1-3 投擲的基本動作。 Hb-III-1 陣地攻守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。	口頭發表 指認及選擇 實作	
第 9 週		5	2. 了解各牙齒的功能。				
第 10 週		5	3. 描述正確使用牙刷的方法。				
第 11 週		5	4. 列舉正確牙齒保健的習慣。				
第 12 週		5	5. 描述牙線的使用步驟。 6. 能拍打靜置於地上的球。 7. 能以慣用手投擲樂樂棒球。				

第 13 週		5	8.能以雙手進行足球擲遠。				
第 14 週		5	9.盤坐，能以手掌控球，將球沿著雙腳周圍繞圈。 10.能雙手推動大龍球直線前進。				
第 15 週	第三單元 我會用電磁爐煮水餃 健康-安全用電 體育-跑壘得分王	5	1.了解正確使用電器用品的方法。	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。 1c-III-1 認識動作技能要素和基本運動規範。 1d-III-1 認識運動技能的基本要素。	Ba-III-2 校園及休閒活動事故傷害預防與安全須知。 Ba-III-4 緊急救護系統資訊與突發事故的處理方法。 Ga-III-1-1 跑的基本動作。 Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作。	口頭發表 指認及選擇 實作	安 E4 探討日常生活應該注意的安全。
第 16 週		5	2.描述正確使用插座及插頭的方法。				
第 17 週		5	3.說明正確使用電線與延長線的方法。				
第 18 週		5	4.認識觸電後可能引發的危險。				
第 19 週		5	5.列舉觸電後緊急處理的步驟。				
第 20 週		5	6.認識各壘包的相對位置。				
第 21 週		5	7.能進行繞壘跑。				

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

◎若實施課中差異化教學之班級，其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同，本表僅是呈現進度規劃，各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。

## 臺南市公立東區大同國民小學 114 學年度第二學期 六 年級 健康與體育 領域學習課程(調整)計畫(□普通班/☑特教班/□藝才班)

教材版本	參考臺南市教育局認知功能嚴重缺損學生之功能性課程/生態課程取向/教學活動設計彙編、南一/翰林/康軒		實施年級 (班級/組別)	六年級 (六年四班)	教學節數	每週( 5 )節，本學期共( 85 )節	
課程目標	1. 瞭解道路環境中的各項情境，適時做出正確因應。 2. 認識看診程序及藥袋資訊，並依醫囑進行服藥。 3. 區辨各類食品標章，選擇高營養價值乳品。 4. 增進肢體控制能力，從事各項身體活動。						
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-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 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		評量方式 (表現任務)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第 1 週 調整 2/11.2/12.2/13 至 1/21.1/22.1/23 上課	第一單元 我會到麵店吃麵 健康-行的安全 體育-卯「足」 全力	5	1. 覺知道路環境中安全的情境。 2. 覺知道路環境中不安全的情境。	1c-III-1 認識動作技能要素和基本運動規範。 1d-III-1 認識運動技能的基本要素。	Ba-III-2 校園及休閒活動事故傷害預防與安全須知。 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作。	口頭發表 指認及選擇 實作	
第 2 週 2/15-2/21 春 節假期節數 0		0	3. 描述穿越道路時應注意的事項。 4. 依據內輪差，說明安全的區域。	2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康			

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

第 3 週		5	5.能單腳輪流踩在球上保持平衡。 6.能以腳尖、腳跟將球進行前後滾動。 7.能踢球至指定目標區。	的行動。			
第 4 週		5					
第 5 週		5					
第 6 週		5					
第 7 週	第二單元 到診所看病 健康-就醫基本 功 體育-跑步趣	5	1.說明到醫院看診時須攜帶健保卡。 2.了解生病時先到住家附近的診所或找家庭醫生診治，	1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 1c-III-1 認識動作技能要素和基本運動規範。 1d-III-1 認識運動	Fb-III-4 珍惜健保與醫療的方法。 Ga-III-1-1 跑的基本動作。	口頭發表 指認及選擇 實作	家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。
第 8 週		5					
第 9 週		5					

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

第 10 週		5	3. 說明正確的就醫步驟。	技能的基本要素。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。			
第 11 週		5	4. 辨別藥袋上的資訊。				
第 12 週		5	5. 認識正確使用藥物的方法。 6. 進行八百公尺跑走。				
第 13 週	第三單元 我會用果汁機打果汁 健康-食品安全 密碼 體育-蹦蹦跳跳	5	1. 認識台灣優良農產品證明標章。	1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。	Ea-III-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。 Ga-III-1-2 跳的基本動作。	口頭發表 指認及選擇 實作	
第 14 週		5	2. 認識指認健康食品標章。	1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。			
第 15 週		5	3. 認識鮮乳標章。	1c-III-1 認識動作技能要素和基本運動規範。			
第 16 週		5	4. 了解一天要喝多少杯牛奶才足夠。	1d-III-1 認識運動技能的基本要素。			
第 17 週		5	5. 辨別市面上的牛奶分成哪幾類。	3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。			
第 18 週		5	6. 比較不同種類牛奶的營養價值。 7. 能雙腿併腿連續跳躍。 8. 能乘坐 Rudy 馬				

C5-1 領域學習課程(調整)計畫

第 19 週 (6/14(日)畢業)		0	進行跳躍。				
-----------------------	--	---	-------	--	--	--	--

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

◎若實施課中差異化教學之班級，其「學習目標」、「學習重點」、「評量方式」應有不同，本表僅是呈現進度規劃，各校可視學生學習起點與需求適時調整規劃。