附件伍-2

**高雄市三民區莊敬國小六年級第二學期【健體領域】課程計畫(九年一貫)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 |
| 第一週  第一週 | 單元六、健康飲食生活  活動1守護家人的健康  單元一、聰明選購，開心運動  活動1誰「羽」爭鋒 | 1-2-1辨識影響個人成長與行為的因素。  2-2-2了解營養的需要量是由年齡、性別及身體活動所決定。  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。 | 活動1守護家人的健康  1.了解健康檢查的重要性。  2.能關心家人的健康問題。  3.知道不同人生階段的健康需求。  4.了解適合不同人生階段的運動量。  活動1誰「羽」爭鋒  1.能學會羽球反手發球的基本動作。  2.能了解發球規則。  3.能學會羽球正、反手挑球的基本動作。 | 課堂問答  自我評量  實踐  發表  實際演練  課堂問答  觀察評量 |  |  |  |
| 第三週  第四週  第五週 | 單元一、聰明選購，開心運動  活動1誰「羽」爭鋒  單元六、健康飲食生活  活動2飲食安全與衛生  活動3營養標示看仔細 | 1-2-2應用肢體發展之能力，從事適當的身體活動。  3-2-2在活動中表現身體的協調性。  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。 | 活動2龍爭虎鬥  1.將學習過的羽球技巧應用於比賽中，以精進羽球技能，提升從事羽球運動的意願。  2.了解羽球規則，並樂於參與團體競賽。  活動2飲食安全與衛生  1.知道保存不當的食物可能引起腸胃炎或食物中毒。  2.知道食物中毒的可能原因。  活動3認真挑、聰明購  能蒐集資訊，建立選購運動產品的正確消費行為。 | 實際演練  課堂問答  觀察評量  課堂問答  自我評量  實踐  發表 | **健康飲食教育**  環E7覺知人類社會有糧食分配不均與貧富差異太大的問題 |  |  |
| 第六週  第七週 | 單元二、 桌球運動我最愛  活動1正面迎擊、活動2一決勝負  單元六、健康飲食生活  活動3營養標示看仔細  活動4爺爺過生日 | 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。  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。  6-2-5了解並培養健全的生活態度與運動精神。  2-2-4運用食品及營養標示的訊，選擇符合營養、安全、經濟的食物。 | 活動1正面迎擊  學習正手擊球動作。  活動2一決勝負  1.能將學習過的桌球技巧應用於比賽中，以精進桌球技能。  2.了解桌球規則，並樂於參與團體競賽。  3.能進行運動欣賞。  活動3營養標示看仔細  1.認識食品及營養標示。  2.選購食品時會讀取營養標示。  3.能參考營養標示並選擇營養價值較高的食品。  活動4爺爺過生日  1.了解我國傳統宴客的習俗和禮儀。  2.學習以健康飲食原則設計宴客菜單。 | 實際演練  課堂問答  觀察評量  課堂問答  自我評量  實踐  發表 |  |  |  |
| 第八週  第九週 | 單元三、FUTSAL樂無窮  活動1 最佳門將、  活動2射門得分  單元六、健康飲食生活  活動4爺爺過生日活動5食物梗塞急救 | 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。  2-2-3了解、接納並尊重不同族群或國家的飲食型態與特色。  5-2-3評估危險情境的可能處理方法及其結果。 | 活動1最佳門將  1.了解守門員需具備良好的判斷力，以及敏捷的身手。  2.學會守門員的基本動作。  活動2射門得分  1.學會足球運動中的射門技巧。  2.能夠將運球及控球動作與射門技巧結合。  活動4爺爺過生日  1.了解我國傳統宴客的習俗和禮儀。  2.學習以健康飲食原則設計宴客菜單活動  5食物梗塞急救。  1.知道發生食物梗塞時的症狀。  2.學習食物梗塞時的急救處理方法。 | 發表  實際演練 實踐 |  |  |  |
| 第十週  第十一週 | 單元三、FUTSAL樂無窮  活動1 最佳門將、活動2射門得分  活動3合作無間  單元七、就醫基本功  活動1 認識中醫 | 1-2-2應用肢體發展之能力，從事適當的身體活動。  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。  7-2-2討論社會文化因素對健康與運動的服務及產品選擇之影響。  7-2-3確認消費者在健康相關事物上的權利與義務。 | 活動1最佳門將  1.了解守門員需具備良好的判斷力，以及敏捷的身手。  2.學會守門員的基本動作。  活動2射門得分  1.學會足球運動中的射門技巧。  2.能夠將運球及控球動作與射門技巧結合。  活動3合作無間  學習移動傳接球結合射門的動作技能。  活動1 認識中醫  1.認識中醫及中醫常用療法。  2.能謹慎選擇合格的醫療院所。 | 課堂問答  實際演練  自我評量  課堂問答  發表  自我評量  觀察評量  實際演練 |  |  |  |
| 第十二週  第十三週 | 單元三、FUTSAL樂無窮  活動4五人制足球賽、活動5運動飲料知多少  單元七、就醫基本功  活動2健保─健康有保活動3珍惜健保資源 | 2-2-6分享並討論運動與飲食的經驗，並建立個人的健康行為。  3-2-3了解運動規則，參與比賽，表現運動技能。  7-2-2討論社會文化因素對健康與運動的服務及產品選擇之影響。  7-2-3確認消費者在健康相關事物上的權利與義務。 | 活動4五人制足球賽  1.了解五人制足球運動發展現況及簡易比賽規則。  2.運用所學技能，進行五人制足球比賽。  活動5運動飲料知多少  了解運動飲料的成分及飲用時機。  活動2健保─健康有保  1.能說出全民健保的好處。  2.認同健保自助互助、照顧弱勢的精神。  3.知道正確就醫的步驟。  活動3珍惜健保資源  1.知道全民健保資源有限，要珍惜使用。  2.能勸導家人或朋友珍惜健保資源。 | 觀察評量  發表  課堂問答 |  | 🗹線上教學  因才網  學習吧 |  |
| 第十四週 | 單元四、舞動精采  活動1翻轉自如  活動2肢體力與美單元七、就醫基本功  活動2健保─健康有保  活動3珍惜健保資源 | 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。  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。7-2-2討論社會文化因素對健康與運動的服務及產品選擇之影響。  7-2-3確認消費者在健康相關事物上的權利與義務。 | 活動1翻轉自如  學會180度的單足及雙足旋轉動作。  活動2肢體力與美  學會側手翻動作，並結合過去所學的平衡動作，進行創意組合。活動2健保—健康有保  1.能說出全民健保的好處。  2.認同健保自助互助、照顧弱勢的精神。  3.知道正確就醫的步驟。  活動3珍惜健保資源  1.知道全民健保資源有限，要珍惜使用。  2.能勸導家人或朋友珍惜健保資源。 | 課堂問答  觀察評量  實際演練  自我評量 | **革熱防治教育**  環E5覺知人類的生活型態對其他生物與生態系的衝擊 | 🗹線上教學  因才網  學習吧 |  |
| 第十五週  第十六週 | 單元四、舞動精采  活動3運動欣賞  單元八、防治疾病一起來活動1認識傳染病 | 3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。  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。 4-2-5透過運動了解本土與世界文化。  7-2-1表現預防疾病的正向行為與活動，以增進身體的安適。 | 活動3運動欣賞  培養運動欣賞能力，充實運動參與體驗。  1認識傳染病  1.知道傳染病的傳染途徑及預防方法。  2.認識香港腳、結核病、A型肝炎、日本腦炎。 | 實際演練  表演評量  發表  課堂問答  紙筆測驗  課堂問答  自我評量 |  |  |  |
| 第十七週第十八週 | 單元五、水中樂悠「游」  活動1捷泳  活動2 水中求生知多少  單元八、防治疾  一起來  活動2認識心血管 | 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。  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  。5-2-5探討不同運動情境中的傷害預防及其處理。7-2-1表現預防疾病的正向行為與活動，以增進身體的安適。 | 活動1捷泳  活動2 水中求生知多少  1.明瞭水中自救的原則與基本技巧。  2.認識全國中、小學游泳與自救能力基本指標表。  活動2認識心血管  1.了解心血管疾病與生活型態的關係。  2.能檢視自己的生活習慣並設法改善。 | 實際演練  表演評量  發表  課堂問答  紙筆測驗  課堂問答  自我評量 |  |  |  |

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 附件参-2(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。