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。