

高雄市鼓山區中華藝校附設雙語國小六年級第二學期部定課程【健體(分科版)領域】課程計畫

週次	單元/主題 名稱	對應領域 核心素養指標	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	線上教學
			學習內容	學習表現				
一	第一單元 食品安全解密 第一課食物的旅程	健體-E-A2	Ea-Ⅲ-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。	1a-Ⅲ-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。	1.認識鮮乳的製作流程。 2.認識產銷履歷標章, 以及產銷履歷相關資訊, 掌握食品的生產過程。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱: 品德-1	
一	第四單元 好球開打 第一課羽球同樂	健體-E-A1	Ha-Ⅲ-1 網／牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	1c-Ⅲ-1 了解運動技能要素和基本運動規範。	1.了解羽球單打發球規則與站位。 2.探索羽球比賽的進攻與防守策略。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱: 品德-2	
二	第一單元 食品安全解密 第一課食物的旅程	健體-E-A2	Ea-Ⅲ-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。	4b-Ⅲ-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。	1.運用「批判性思考」技能, 辨識加工食品。 2.運用「批判性思考」技能, 解析使用食品添加物的優缺點。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱: 品德-1	
二	第四單元 好球開打 第一課羽球同樂	健體-E-C2	Ha-Ⅲ-1 網／牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	3d-Ⅲ-2 演練比賽中的進攻和防守策略。	1.遵守上課規則, 與同學互相合作, 表現團隊精神。 2.在活動中表現羽球發球、平擊球、擊小球與擊	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱: 品德-2	

					高遠球的動作技能。			
三	第一單元 食品安全解密 第一課食物的旅程	健體-E-A2	Ea-Ⅲ-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。	4b-Ⅲ-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。	1.認識食品標示，理解選購食品的方法。 2.運用「做決定」技能，選購健康的食品。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:品德-1	
三	第四單元 好球開打 第一課羽球同樂	健體-E-C2	Ha-Ⅲ-1 網／牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	1.遵守上課規則，與同學互相合作，表現團隊精神。 2.探索羽球比賽的進攻與防守策略。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:品德-2	
四	第一單元 食品安全解密 第二課預防食品中毒	健體-E-A2	Ea-Ⅲ-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。	4a-Ⅲ-3 主動地表現促進健康的行動。	1.理解食品中毒的種類和原因。 2.覺知食品中毒對人體消化系統的影響。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:安全-1	☒ 線上教學 回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表
四	第四單元 好球開打 第二課快攻密守	健體-E-C2	Hb-Ⅲ-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	3d-Ⅲ-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。	1.了解籃球防守動作與腳步的動作要領。 2.在活動中表現籃球防守動作與腳步動作技能。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:品德-2	
五	第一單元 食品安全解密	健體-E-A2	Ea-Ⅲ-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。	4a-Ⅲ-3 主動地表現促進健康的行動。	1.理解食品中毒的處理與自我照護原則。 2.理解預防食品中毒的原則。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:安全-1	

	第二課預防食品中毒							
五	第四單元 好球開打 第二課快攻密守	健體-E-C2	Hb-Ⅲ-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	4d-Ⅲ-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。	1.了解籃球傳球快攻、傳球切入策略。 2.在活動中表現兩人傳球上籃、擺脫防守的動作技能。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱：品德-2	
六	第一單元 食品安全解密 第二課預防食品中毒	健體-E-A2	Ea-Ⅲ-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。	3a-Ⅲ-1 流暢地操作基礎健康技能。	1.理解餐飲衛生安全注意事項。 2.覺察餐飲衛生安全的重要性。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱：安全-1	
六	第四單元 好球開打 第二課快攻密守	健體-E-C2	Hb-Ⅲ-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	3d-Ⅲ-2 演練比賽中的進攻和防守策略。	1.遵守上課規則，與同學互相合作，表現團隊精神。 2.演練籃球比賽中的進攻與防守策略。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱：品德-2	
七	第二單元 健康醫點通 第一課守護醫療資源	健體-E-A2	Fb-Ⅲ-4 珍惜健保與醫療的方法。	4a-Ⅲ-2 自我反省與修正促進健康的行動。	1.運用「做決定」技能，選擇適當的醫療院所就醫。 2.理解分級醫療制度、家庭醫師、雙向轉診制度、部分負擔的功能與其精神。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱：資訊-1	

七	第五單元 鍛鍊好體能 第一課接力與障礙跑	健體-E-C2	Ga-Ⅲ-1 跑、跳與投擲的基本動作。	1c-Ⅲ-1 了解運動技能要素和基本運動規範。	1.了解4×100公尺接力的比賽規則。 2.了解並表現接力的要素和動作技巧。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:品德-2	
八	第二單元 健康醫點通 第一課守護醫療資源	健體-E-A2	Fb-Ⅲ-4 珍惜健保與醫療的方法。	4b-Ⅲ-2 使用適切的事證來支持自己健康促進的立場。	1.理解分級醫療制度、家庭醫師、雙向轉診制度、部分負擔的功能與其精神。 2.運用病徵描述原則,表達身體的不適。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:資訊-1	■線上教學 回家觀看教育平台相關影片,並於課堂進行發表
八	第五單元 鍛鍊好體能 第一課接力與障礙跑	健體-E-C2	Ga-Ⅲ-1 跑、跳與投擲的基本動作。	3d-Ⅲ-3 透過體驗或實踐,解決練習或比賽的問題。	1.與同學團隊合作,表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2.在活動中表現接力賽的起跑、助跑、傳接棒動作技能,發展個人潛能。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:品德-2	
九	第二單元 健康醫點通 第一課守護醫療資源	健體-E-A2	Fb-Ⅲ-4 珍惜健保與醫療的方法。	4b-Ⅲ-2 使用適切的事證來支持自己健康促進的立場。	1.認識並學會看處方箋上的資訊。 2.理解醫師與藥師專業分工的重要性與優點。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:資訊-1	
九	第五單元 鍛鍊好體能	健體-E-A2	Ga-Ⅲ-1 跑、跳與投擲的基本動作。	4c-Ⅲ-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。	1.了解異程接力的比賽規則與要素。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:品德-2	

	第一課接力與障礙跑				2.在活動中表現接力賽的起跑、助跑、傳接棒動作技能，發展個人潛能。			
十	第二單元 健康醫點通 第一課守護醫療資源	健體-E-A2	Fb-Ⅲ-4 珍惜健保與醫療的方法。	4b-Ⅲ-2 使用適切的事證來支持自己健康促進的立場。	1.覺知濫用急診資源的後果與嚴重性。 2.認同珍惜醫療資源的態度。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:資訊-1	
十	第五單元 鍛鍊好體能 第一課接力與障礙跑	健體-E-C2	Ga-Ⅲ-1 跑、跳與投擲的基本動作。	3d-Ⅲ-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。	1.與同學團隊合作，表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2.在活動中表現障礙跑的動作技能，發展個人潛能。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:品德-2	
十一	第二單元 健康醫點通 第二課用藥保安康	健體-E-A1	Bb-Ⅲ-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。	3b-Ⅲ-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。	1.運用「批判性思考」技能，分辨藥品廣告訊息的正確性。 2.了解用藥諮詢的方法，表現正確購買藥品的行為。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:安全-1	
十一	第五單元 鍛鍊好體能 第二課攀岩知多少	健體-E-A1	Cb-Ⅲ-3 各項運動裝備、設施、場域。	1c-Ⅲ-1 了解運動技能要素和基本運動規範。	1.認識攀岩活動場地、基本裝備與防護知識。 2.分享觀賞或體驗攀岩活動後的感受。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:資訊-2	

十二	第二單元 健康醫點通 第二課用藥保安康	健體-E-A1	Ba-Ⅲ-3 藥物中毒、一氧化碳中毒、異物梗塞急救處理方法。	1a-Ⅲ-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。	1.了解用藥的注意事項,表現正確的用藥方法。 2.認識合格藥師的條件,留意社區醫療資源。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:安全-1	
十二	第五單元 鍛鍊好體能 第三課武藝好功夫	健體-E-C2	Bd-Ⅲ-2 技擊組合動作與應用。	1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。	1.了解技擊出拳進攻與閃躲防守的動作要領。 2.與同學積極互動,表現接受挑戰的學習態度。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:安全-2	
十三	第三單元 健康特攻隊 第一課健康全方位	健體-E-A1	Da-Ⅲ-2 身體主要器官的構造與功能。	4b-Ⅲ-2 使用適切的事證來支持自己健康促進的立場。	1.認識生理、心理與社會適應三方面健康的概念。 2.認識身體主要器官的構造與功能。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:生命-1	☒ 線上教學 回家觀看教育平台相關影片,並於課堂進行發表
十三	第五單元 鍛鍊好體能 第三課武藝好功夫	健體-E-C2	Bd-Ⅲ-2 技擊組合動作與應用。	1d-Ⅲ-1 了解運動技能的要素和要領。	1.了解技擊出拳進攻與閃躲防守的動作要領。 2.熟練技擊進攻與防守動作,並表現出穩定的身體控制和協調能力。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:安全-2	
十四	第三單元 健康特攻隊 第二課健康達人出任務	健體-E-A2	Fb-Ⅲ-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。	1b-Ⅲ-4 了解健康自主管理的原則與方法。	1.了解健康檢查的意義和重要性。 2.了解可能導致代謝症候群的危險因子。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:家庭教育-1	

十四	第六單元 舞動世界 逍遙游 第一課水 中好手	健體-E-C2	Gb-Ⅲ-1 水中 自救方法、仰漂 15秒。	4c-Ⅲ-2 比較與 檢視個人的體 適能與運動技 能表現。	1.了解蛙泳划 手、換氣的動作 要領。 2.比較自己與他 人蛙腿、划手、 換氣動作的正 確性。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:海洋-2	
十五	第三單元 健康特攻 隊 第二課健 康達人出 任務	健體-E-A2	Fb-Ⅲ-3 預防性 健康自我照護 的意義與重要 性。	4b-Ⅲ-3 公開提 倡促進健康的 信念或行為。	1.了解預防代謝 症候群的方法。 2.公開提倡預防 代謝症候群的 方法。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:家庭教育-1	
十五	第六單元 舞動世界 逍遙游 第一課水 中好手	健體-E-C2	Gb-Ⅲ-2 手腳 聯合動作、藉物 游泳前進、游泳 前進15公尺(需 換氣三次以上) 與簡易性游泳 比賽。	4c-Ⅲ-2 比較與 檢視個人的體 適能與運動技 能表現。	1.比較自己與他 人划手、換氣、 漂浮、蛙腿動作 的正確性。 2.表現積極參 與、接受挑戰的 學習態度。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:海洋-2	
十六	第三單元 健康特攻 隊 第二課健 康達人出 任務	健體-E-A2	Fb-Ⅲ-3 預防性 健康自我照護 的意義與重要 性。	4b-Ⅲ-3 公開提 倡促進健康的 信念或行為。	1.評估個人的飲 食、身體活動和 心理狀態。 2.自我反省並修 正個人的生活 型態。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:家庭教育-1	
十六	第六單元 舞動世界 逍遙游 第一課水 中好手	健體-E-C2	Gb-Ⅲ-2 手腳 聯合動作、藉物 游泳前進、游泳 前進15公尺(需 換氣三次以上) 與簡易性游泳 比賽。	1c-Ⅲ-2 應用身 體活動的防護 知識,維護運動 安全。	1.比較自己與他 人划手、換氣、 漂浮、蛙腿與水 中自救動作的 正確性。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱:海洋-2	

					2.了解踩水、抬頭蛙的動作要領。			
十七	第三單元 健康特攻隊 第三課預防慢性病	健體-E-A1	Fb-Ⅲ-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。	1b-Ⅲ-4 了解健康自主管理的原則與方法。	1.覺察慢性病對健康造成的威脅與嚴重性。 2.了解罹患心血管疾病、糖尿病的成因、早期症狀與預防方法。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱：生命-1	
十七	第六單元 舞動世界 逍遙游 第二課舞出國際風	健體-E-B3	1b-Ⅲ-2 各國土風舞。	3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	1.了解《17世紀行列舞》的舞蹈背景。 2.表現《17世紀行列舞》的動作、隊形與舞序。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱：國際教育-2	
十八	第三單元 健康特攻隊 第三課預防慢性病	健體-E-A1	Fb-Ⅲ-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。	2b-Ⅲ-2 願意培養健康促進的生活型態。	1.覺察慢性病對健康造成的威脅與嚴重性。 2.了解罹患腎臟病、癌症的成因、早期症狀與預防方法。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱：生命-1	
十八	第六單元 舞動世界 逍遙游 第二課舞出國際風	健體-E-B3	1b-Ⅲ-2 各國土風舞。	3c-Ⅲ-1 表現穩定的身體控制和協調能力。	1.了解《綠谷紅衫舞》的舞蹈背景。 2.表現《綠谷紅衫舞》的動作、隊形與舞序。	☐ 紙筆測驗及表單 ☒ 實作評量 ☐ 檔案評量	課綱：國際教育-2	
十九	畢業週					☐ 紙筆測驗及表單 ☐ 實作評量 ☐ 檔案評量		

--	--	--	--	--	--	--	--	--

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, **課綱議題則為鼓勵填寫。**(例: 法定/課綱: 議題-節數)。

(一) 法定議題: 依每學年度核定函辦理。

(二) 課綱議題: 性別平等、環境、海洋、家庭教育、人權、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民族教育。

(三) 請與表件參-2(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: 國民中小學學生成績評量, 應依第三條規定, 並視學生身心發展、個別差異、文化差異及核心素養內涵, 採取下列適當之多元評量方式:

一、紙筆測驗及表單: 依重要知識與概念性目標, 及學習興趣、動機與態度等情意目標, 採用學習單、習作作業、紙筆測驗、問卷、檢核表、評定量表或其他方式。

二、實作評量: 依問題解決、技能、參與實踐及言行表現目標, 採書面報告、口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、作品製作、展演、鑑賞、行為觀察或其他方式。

三、檔案評量: 依學習目標, 指導學生本於目的導向系統性彙整之表單、測驗、表現評量與其他資料及相關紀錄, 製成檔案, 展現其學習歷程及成果。

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。