

彰化縣鹿港國民小學 110 學年度第一學期六年級健體領域課程（部定課程）

5、各年級領域學習課程計畫(5-1 5-2 5-3 以一個檔上傳同一區域)

5-1 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃符合課程綱要規定，且能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。

5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、興趣和動機，提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。

5-3 議題融入(七大或 19 項)且內涵適合單元/主題內容

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	六年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(63)節。
課程目標	1. 具備正確的健康認知、正向的健康態度。 2. 於不同生活情境中，運用基礎的健康技能和生活技能。 3. 於日常生活之中落實健康行為，建立健康生活型態。 4. 提供多樣化的身體學習經驗，發展多元化的身體運動能力。 5. 規畫動態生活的行動策略，養成規律運動的習慣。 6. 具備應用體育運動相關科技、資訊的基本能力。 7. 藉由體育活動的參與，培養運動道德規範與公民意識。 8. 發展樂於與人互動、溝通，培養良好人際關係與團隊合作精神。				
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-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-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 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。 健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。				
重大議題融入	【人權教育】 人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 人 E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法。 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。 【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。				

性 E8 了解不同性別者的成就與貢獻。 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 性 E13 了解不同社會中的性別文化差異。 【家庭教育】 家 E5 了解家庭中各種關係的互動（親子、手足、祖孫及其他親屬等）。 家 E6 覺察與實踐兒童在家庭中的角色責任。 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。 【海洋教育】 海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。						
課程架構						
教學進度	教學單元/主題名稱	節數	領域核心素養	學習重點		融入議題 內容重點
				學習表現	學習內容	

第一週	體育 一、球類全能王 第 1 課 來打羽球 健康 二、人際加油站 第 1 課 人際交流	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-A1 健康 健體-E-C2	體育 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-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 健康 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 3b-III-2 獨立演練大部份的人際溝通互動技能。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	體育 Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 健康 Fa-III-3 維持良好人際關係的溝通技巧與策略。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 健康 1. 實作學習 2. 具體實踐 3. 學生發表 4. 提問回答 5. 學生自評	體育 【性別平等教育】 性 E8 了解不同性別者的成就與貢獻。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 【家庭教育】 家 E5 了解家庭中各種關係的互動（親子、手足、祖孫及其他親屬等）。 家 E6 覺察與實踐兒童在家庭中的角色責任。 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。
-----	---	---------------------	---	---	--	---	--

第二週	體育 一、球類全能王 第 1 課 來打羽球 健康 二、人際加油站 第 1 課 人際交流	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-A1 健康 健體-E-C2	體育 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-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 健康 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 3b-III-2 獨立演練大部份的人際溝通互動技能。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	體育 Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 健康 Fa-III-3 維持良好人際關係的溝通技巧與策略。	體育 1. 操作學習 健康 1. 實作學習 2. 具體實踐 3. 學生發表 4. 提問回答 5. 學生自評	體育 【性別平等教育】 性 E8 了解不同性別者的成就與貢獻。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 【家庭教育】 家 E5 了解家庭中各種關係的互動（親子、手足、祖孫及其他親屬等）。 家 E6 覺察與實踐兒童在家庭中的角色責任。 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。
-----	---	---------------------	---	---	--	---	--

第三週	體育 一、球類全能王 第 1 課 來打羽球 健康 二、人際加油站 第 1 課 人際交流	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-A1 健康 健體-E-C2	體育 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-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 健康 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 3b-III-2 獨立演練大部份的人際溝通互動技能。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	體育 Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 健康 Fa-III-3 維持良好人際關係的溝通技巧與策略。	體育 1. 操作學習 健康 1. 實作學習 2. 具體實踐 3. 學生發表 4. 提問回答 5. 學生自評	體育 【性別平等教育】 性 E8 了解不同性別者的成就與貢獻。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 【家庭教育】 家 E5 了解家庭中各種關係的互動（親子、手足、祖孫及其他親屬等）。 家 E6 覺察與實踐兒童在家庭中的角色責任。 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。
-----	---	---------------------	---	---	--	---	--

第四週	體育 一、球類全能王 第 2 課 排球高手 健康 二、人際加油站 第 2 課 拒絕的藝術	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-A1 健康 健體-E-C2	體育 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-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 健康 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 3b-III-2 獨立演練大部份的人際溝通互動技能。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	體育 Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 健康 Fa-III-3 維持良好人際關係的溝通技巧與策略。	體育 1. 操作學習 2. 提問回答 3. 教師觀察 健康 1. 操作學習 2. 教師觀察 3. 學生發表 4. 提問回答 5. 具體實踐	體育 【性別平等教育】 性 E8 了解不同性別者的成就與貢獻。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。
-----	--	---------------------	---	---	--	---	--

第五週	體育 一、球類全能王 第 2 課 排球高手 健康 二、人際加油站 第 2 課 拒絕的藝術	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-A1 健康 健體-E-C2	體育 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-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 健康 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 3b-III-2 獨立演練大部份的人際溝通互動技能。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	體育 Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 健康 Fa-III-3 維持良好人際關係的溝通技巧與策略。	體育 1. 操作學習 2. 提問回答 3. 教師觀察 健康 1. 操作學習 2. 教師觀察 3. 學生發表 4. 提問回答 5. 具體實踐	體育 【性別平等教育】 性 E8 了解不同性別者的成就與貢獻。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。
-----	--	---------------------	---	---	--	---	--

第六週	體育 一、球類全能王 第 3 課 快打旋風 健康 二、人際加油站 第 3 課 化解衝突	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-A1 健康 健體-E-C2	體育 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-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 健康 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 3b-III-2 獨立演練大部份的人際溝通互動技能。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	體育 Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。 健康 Fa-III-3 維持良好人際關係的溝通技巧與策略。	體育 1. 操作學習 2. 教師觀察 健康 1. 操作學習 2. 教師觀察 3. 學生發表 4. 提問回答 5. 具體實踐	體育 【性別平等教育】 性 E8 了解不同性別者的成就與貢獻。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。
-----	---	---------------------	---	---	---	---	--

第七週	體育 一、球類全能王 第 3 課 快打旋風 健康 四、聰明消費學問多 第 1 課 消費停看聽	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-A1 健康 健體-E-B2	體育 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-2 在身體活動中表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 健康 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。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 4a-III-1 運用多元的健康資訊、產品與服務。	體育 Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。 健康 Eb-III-2 健康消費相關服務與產品的選擇方法。	體育 1. 操作學習 2. 教師觀察 健康 1. 提問回答 2. 學生發表	體育 【性別平等教育】 性 E8 了解不同性別者的成就與貢獻。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【人權教育】 人 E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法。 【家庭教育】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。
-----	--	---------------------	---	--	---	---	--

第八週	體育 三、舞躍大地 樂悠游 第 1 課 原住民舞蹈之美 健康 四、聰明消費學問多 第 1 課 消費停看聽	體育 2、健康 1	體育 健體-E-C3 健康 健體-E-B2	體育 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 健康 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。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 4a-III-1 運用多元的健康資訊、產品與服務。	體育 1b-III-2 各國土風舞。 健康 Eb-III-2 健康消費相關服務與產品的選擇方法。	體育 1. 操作學習 2. 學生發表 健康 1. 提問回答 2. 學生發表	體育 【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 性 E13 了解不同社會中的性別文化差異。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【人權教育】 人 E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法。 【家庭教育】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。
-----	--	-----------------	---	--	--	---	---

第九週	體育 三、舞躍大地 樂悠游 第 1 課 原住民舞蹈之美 健康 四、聰明消費學問多 第 1 課 消費停看聽	體育 2、健康 1	體育 健體-E-C3 健康 健體-E-B2	體育 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 健康 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。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 4a-III-1 運用多元的健康資訊、產品與服務。	體育 1b-III-2 各國土風舞。 健康 Eb-III-2 健康消費相關服務與產品的選擇方法。	體育 1. 操作學習 2. 教師觀察 健康 1. 提問回答 2. 學生發表	體育 【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 性 E13 了解不同社會中的性別文化差異。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【人權教育】 人 E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法。 【家庭教育】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。
-----	--	-----------------	---	--	--	---	---

第十週	體育 三、舞躍大地 樂悠游 第 1 課 原住民舞蹈之美 健康 四、聰明消費學問多 第 1 課 消費停看聽	體育 2、健康 1	體育 健體-E-C3 健康 健體-E-B2	體育 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 健康 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。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 4a-III-1 運用多元的健康資訊、產品與服務。	體育 1b-III-2 各國土風舞。 健康 Eb-III-2 健康消費相關服務與產品的選擇方法。	體育 1. 操作學習 2. 教師觀察 健康 1. 學生發表 2. 具體實踐	體育 【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 性 E13 了解不同社會中的性別文化差異。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【人權教育】 人 E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法。 【家庭教育】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。
-----	--	-----------------	---	--	--	---	---

第十一週	體育 三、舞躍大地 樂悠游 第 2 課 蛙泳 健康 四、聰明消費學問多 第 2 課 消費高手	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-A3 健康 健體-E-B2	體育 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 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。 健康 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。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 4a-III-1 運用多元的健康資訊、產品與服務。	體育 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。 健康 Eb-III-2 健康消費相關服務與產品的選擇方法。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 健康 1. 操作演練 2. 學生自評 3. 學生發表	體育 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 【海洋教育】 海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 健康 【人權教育】 人 E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法。 【家庭教育】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。
------	--	---------------------	---	---	--	---	---

第十二週	體育 三、舞躍大地 樂悠游 第 2 課 蛙泳 健康 四、聰明消費學問多 第 2 課 消費高手	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-A3 健康 健體-E-B2	體育 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 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。 健康 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。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 4a-III-1 運用多元的健康資訊、產品與服務。	體育 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。 健康 Eb-III-2 健康消費相關服務與產品的選擇方法。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 健康 1. 操作演練 2. 學生自評 3. 學生發表	體育 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 【海洋教育】 海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 健康 【人權教育】 人 E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法。 【家庭教育】 家 E10 了解影響家庭消費的傳播媒體等各種因素。
------	--	---------------------	---	---	--	---	---

第十三週	體育 三、舞躍大地 樂悠游 第 2 課 蛙泳 健康 六、非常男女大不同 第 1 課 哪裡不一樣？	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-A3 健康 健體-E-C1	體育 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 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。 健康 1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。	體育 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。 健康 Db-III-1 青春期的探討與常見保健問題之處理方法。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 健康 1. 提問回答 2. 學生自評	體育 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 【海洋教育】 海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 健康 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。
------	--	---------------------	---	--	--	---	--

第十四週	體育 三、舞躍大地 樂悠游 第 2 課 蛙泳 健康 六、非常男女大不同 第 1 課 哪裡不一樣？	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-A3 健康 健體-E-C1	體育 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 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。 健康 1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。	體育 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。 健康 Db-III-1 青春期的探討與常見保健問題之處理方法。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 健康 1. 提問回答 2. 學生自評	體育 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 【海洋教育】 海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。 健康 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。
第十五週	體育 五、跑接好功夫 第 1 課 短距離快跑 健康 六、非常男女大不同 第 1 課 哪裡不一樣？	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-B1 健康 健體-E-C1	體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 健康 1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。	體育 Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。 健康 Db-III-1 青春期的探討與常見保健問題之處理方法。	體育 1. 操作學習 2. 教師觀察 3. 提問回答 健康 1. 提問回答 2. 學生自評	健康 【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。

第十六週	體育 五、跑接好功夫 第 1 課 短距離快跑 健康 六、非常男女大不同 第 2 課 拒絕騷擾與侵害	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-B1 健康 健體-E-C1	體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 健康 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	體育 Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。 健康 Db-III-3 性騷擾與性侵害的自我防護。	體育 1. 操作學習 2. 教師觀察 3. 提問回答 健康 1. 學生發表 2. 學生自評 3. 實作演練	健康 【性別平等教育】 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。【人權教育】 人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 人 E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法。 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。
------	---	---------------------	---	---	--	---	---

第十七週	體育 五、跑接好功夫 第 2 課 大隊接力 健康 六、非常男女大不同 第 2 課 拒絕騷擾與侵害	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-B1 健康 健體-E-C1	體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 健康 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	體育 Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。 健康 Db-III-3 性騷擾與性侵害的自我防護。	體育 1. 操作學習 2. 教師觀察 3. 提問回答 健康 1. 學生發表 2. 學生自評 3. 實作演練	體育 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【性別平等教育】 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。【人權教育】 人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 人 E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法。 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。
------	--	---------------------	---	---	--	---	---

第十八週	體育 五、跑接好功夫 第 2 課 大隊接力 健康 六、非常男女大不同 第 2 課 拒絕騷擾與侵害	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-B1 健康 健體-E-C1	體育 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 健康 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	體育 Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。 健康 Db-III-3 性騷擾與性侵害的自我防護。	體育 1. 操作學習 2. 教師觀察 3. 提問回答 健康 1. 學生發表 2. 學生自評 3. 實作演練	體育 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【性別平等教育】 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。【人權教育】 人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 人 E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法。 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。
------	--	---------------------	---	---	--	---	---

第十九週	體育 五、跑接好功夫 第 3 課 練武強體魄 健康 六、非常男女大不同 第 3 課 性別平等與自我肯定	體育 2、健康 1	體育 健體-E-C3 健康 健體-E-C1	體育 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 健康 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 3b-III-2 獨立演練大部份的人際溝通互動技能。	體育 1c-III-2 民俗運動簡易性表演。 健康 Db-III-2 不同性傾向的基本概念與性別刻板印象的影響與因應方式。	體育 1. 操作學習 2. 學生發表 3. 提問回答 健康 1. 學生自評 2. 學生發表	體育 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【人權教育】 人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 人 E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法。 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。
------	---	-----------------	---	--	---	---	--

第廿週	體育 五、跑接好功夫 第 3 課 練武強體魄 健康 六、非常男女大不同 第 3 課 性別平等與自我肯定	體育 2、健康 1	體育 健體-E-C3 健康 健體-E-C1	體育 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 健康 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 3b-III-2 獨立演練大部份的人際溝通互動技能。	體育 1c-III-2 民俗運動簡易性表演。 健康 Db-III-2 不同性傾向的基本概念與性別刻板印象的影響與因應方式。	體育 1. 操作學習 2. 學生發表 3. 提問回答 健康 1. 學生自評 2. 學生發表	體育 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【人權教育】 人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 人 E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法。 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。
-----	---	-----------------	---	--	---	---	--

第廿一週	體育 五、跑接好功夫 第 3 課 練武強體魄 健康 六、非常男女大不同 第 3 課 性別平等與自我肯定	體育 2、健康 1	體育 健體-E-C3 健康 健體-E-C1	體育 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 健康 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 3b-III-2 獨立演練大部份的人際溝通互動技能。	體育 1c-III-2 民俗運動簡易性表演。 健康 Db-III-2 不同性傾向的基本概念與性別刻板印象的影響與因應方式。	體育 1. 操作學習 健康 1. 學生自評 2. 學生發表	體育 【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 健康 【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【人權教育】 人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 人 E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法。 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。
------	---	-----------------	---	--	---	---	--

備註：

1. 總綱規範議題融入：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】
2. 教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

彰化縣____國民小學 110 學年度第二學期六年級健體領域課程（部定課程）

5、各年級領域學習課程計畫(5-1 5-2 5-3 以一個檔上傳同一區域)

5-1 各年級各領域/科目課程目標或核心素養、教學單元/主題名稱、教學重點、教學進度、學習節數及評量方式之規劃符合課程綱要規定，且能有效促進該學習領域/科目核心素養之達成。

5-2 各年級各領域/科目課程計畫適合學生之能力、興趣和動機，提供學生練習、體驗思考探索整合之充分機會。

5-3 議題融入(七大或 19 項)且內涵適合單元/主題內容

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	六年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(54)節。		
課程目標	1. 具備正確的健康認知、正向的健康態度。 2. 於不同生活情境中，運用基礎的健康技能和生活技能。 3. 於日常生活之中落實健康行為，建立健康生活型態。 4. 提供多樣化的身體學習經驗，發展多元化的身體運動能力。 5. 規畫動態生活的行動策略，養成規律運動的習慣。 6. 具備應用體育運動相關科技、資訊的基本能力。 7. 藉由體育活動的參與，培養運動道德規範與公民意識。 8. 發展樂於與人互動、溝通，培養良好人際關係與團隊合作精神。						
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 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。						
重大議題融入	【性別平等教育】 性 E7 解讀各種媒體所傳遞的性別刻板印象。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。 【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。						
課 程 架 構							
教學進度	教學單元/主題名稱	節數	領域核心素養	學習重點		評量方式	融入議題 內容重點
				學習表現	學習內容		

第一週	體育 第一單元 好球開打 第1課攻守兼備 健康 第二單元 健康醫點通 第1課守護醫療資源	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-C2 健康 健體-E-A1	體育 3c-III-1 表現穩定的 身體控制和協調能力。 健康 1a-III-3 理解促進健 康生活的方法、資源與 規範。	體育 Hb-III-1 陣地攻守性 球類運動基本動作及 基礎戰術。 健康 Fb-III-4 珍惜健保與 醫療的方法。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 健康 1. 學生發表	
第二週	體育 第一單元 好球開打 第1課攻守兼備 健康 第二單元 健康醫點通 第1課守護醫療資源	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-C2 健康 健體-E-A1	體育 3c-III-1 表現穩定的 身體控制和協調能力。 健康 1a-III-3 理解促進健 康生活的方法、資源與 規範。	體育 Hb-III-1 陣地攻守性 球類運動基本動作及 基礎戰術。 健康 Fb-III-4 珍惜健保與 醫療的方法。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 健康 1. 學生發表 2. 提問回答	
第三週	體育 第一單元 好球開打 第1課攻守兼備 健康 第二單元 健康醫點通 第2課就醫即時通	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-C2 健康 健體-E-A1	體育 3c-III-1 表現穩定的 身體控制和協調能力。 健康 1a-III-3 理解促進健 康生活的方法、資源與 規範。	體育 Hb-III-1 陣地攻守性 球類運動基本動作及 基礎戰術。 健康 Fb-III-4 珍惜健保與 醫療的方法。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 健康 1. 學生發表 2. 提問回答	
第四週	體育 第一單元 好球開打 第2課誰「羽」爭鋒 健康 第二單元 健康醫點通 第3課用藥保安康	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-A1 健康 健體-E-A2	體育 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。 健康 1a-III-3 理解促進健 康生活的方法、資源與 規範。 2b-III-1 認同健康的生 活規範、態度與價值 觀。	體育 Ha-III-1 網/牆性球類 運動基本動作及基礎 戰術。 健康 Bb-III-1 藥物種類、正 確用藥核心能力與用 藥諮詢。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 健康 1. 實際操作 2. 自我評量 3. 具體實踐 4. 學生發表	

第五週	體育 第一單元 好球開打 第2課誰「羽」爭鋒 健康 第二單元 健康醫點通 第3課用藥保安康	體育2、健康1	體育 健體-E-A1 健康 健體-E-A2	體育 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。 健康 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。	體育 Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 健康 Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 健康 1. 實際操作 2. 自我評量 3. 具體實踐 4. 學生發表	
第六週	體育 第一單元 好球開打 第2課誰「羽」爭鋒 健康 第二單元 健康醫點通 第3課用藥保安康	體育2、健康1	體育 健體-E-A1 健康 健體-E-A2	體育 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。 健康 1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。	體育 Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 健康 Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。	體育 1. 操作學習 2. 學生發表 3. 具體實踐 健康 1. 實際操作 2. 自我評量 3. 具體實踐 4. 學生發表	
第七週	體育 第一單元 好球開打 第3課攻其不備 健康 第四單元 青春進行曲 第1課友誼的橋梁	體育2、健康1	體育 健體-E-A1 健康 健體-E-A2	體育 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。 健康 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。	體育 Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 健康 Db-III-1 青春期的探討與常見保健問題之處理方法。	體育 1. 操作學習 2. 學生發表 3. 具體實踐 健康 1. 學生發表 2. 自我評量 3. 提問回答 4. 實際操作	
第八週	體育 第一單元 好球開打	體育	體育 健體-E-A1	體育 3c-III-2 在身體活動中	體育 Ha-III-1 網/牆性球類	體育 1. 操作學習	健康 【性別平等

	第 3 課攻其不備 健康 第四單元 青春進行曲 第 1 課友誼的橋梁	2 、 健康 1	健康 健體-E-A2	表現各項運動技能，發展個人運動潛能。 健康 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。	運動基本動作及基礎戰術。 健康 Db-III-1 青春期的探討與常見保健問題之處理方法。	2. 提問回答 3. 學生發表 健康 1. 學生發表 2. 自我評量 3. 提問回答 4. 實際操作	【教育】 性E7解讀各種媒體所傳遞的性別刻板印象。 性E11培養性別間合宜表達情感的能力。
第九週	體育 第一單元 好球開打 第 3 課攻其不備 健康 第四單元 青春進行曲 第 2 課網路停看聽	體育 2 、 健康 1	體育 健體-E-A1 健康 健體-E-A2	體育 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。 健康 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。	體育 Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 健康 Db-III-1 青春期的探討與常見保健問題之處理方法。	體育 1. 操作學習 2. 提問回答 3. 學生發表 健康 1. 學生發表 2. 自我評量 3. 提問回答 4. 實際操作	健康 【性別平等教育】 性E7解讀各種媒體所傳遞的性別刻板印象。 性E11培養性別間合宜表達情感的能力。
第十週	體育 第一單元 好球開打 第 4 課運動安全知多少 健康 第四單元 青春進行曲 網路停看聽	體育 2 、 健康 1	體育 健體-E-A1 健康 健體-E-A2	體育 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 健康 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。	體育 Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。 健康 Db-III-1 青春期的探討與常見保健問題之處理方法。	體育 1. 操作學習 2. 提問回答 3. 學生發表 健康 1. 學生發表 2. 自我評量 3. 提問回答 4. 實際操作	健康 【性別平等教育】 性E7解讀各種媒體所傳遞的性別刻板印象。 性E11培養性別間合宜表達情感的能力。
第十一週	體育 第三單元 鍛鍊好體能 鐵人三項和耐力跑	體育 2 、	體育 健體-E-A1 健康	體育 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。	體育 Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 3. 教師觀察	體育 【安全教育】 安E7探究運動基本的保

	健康 第四單元 青春進行曲 第 3 課網路沉迷知多少	健康 1	健體-E-A2	健康 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。	健康 Fb-III-1 健康各面向平衡安適的促進方法與日常健康行為。	健康 1. 學生發表 2. 自我評量 3. 實際操作	健。 健康 【性別平等教育】 性E7解讀各種媒體所傳遞的性別刻板印象。 性E11培養性別間合宜表達情感的能力。
第十二週	體育 第三單元 鍛鍊好體能 第 2 課異程接力 健康 第四單元 青春進行曲 第 3 課網路沉迷知多少	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-C2 健康 健體-E-A2	體育 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 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。 健康 2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。	體育 Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。 健康 Fb-III-1 健康各面向平衡安適的促進方法與日常健康行為。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 健康 1. 學生發表 2. 自我評量 3. 實際操作	
第十三週	體育 第三單元 鍛鍊好體能 第 3 課練武好身手 健康 第六單元 食在安心 第 1 課 餐飲衛生	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-C2 健體-E-A1 健康 健體-E-A2	體育 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 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。	體育 Bd-III-1 武術組合動作與套路。 健康 Ea-III-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。	體育 健康 1. 提問回答 2. 具體實踐	

				健康 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。			
第十四週	體育 第三單元 鍛鍊好體能 第3課練武好身手 健康 第六單元 食在安心 第2課食安守門員	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-C2 健體-E-A1 健康 健體-E-A2	體育 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 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。 健康 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	體育 Bd-III-1 武術組合動作與套路。 健康 Ea-III-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 健康 1. 提問回答	
第十五週	體育 第五單元 舞動青春 第1課斯洛伐克拍手舞 健康 第六單元 食在安心 第2課食安守門員	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-C3 健康 健體-E-A2	體育 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 健康 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	體育 Ib-III-2 各國土風舞。 健康 Ea-III-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 3. 教師觀察 4. 學生發表 健康 1. 提問回答	
第十六週	體育 第五單元 舞動青春 第1課斯洛伐克拍手舞 健康 第六單元 食在安心 第3課食品中毒解密	體育 2、 健康 1	體育 健體-E-C3 健康 健體-E-A2	體育 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 健康 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。	體育 Ib-III-2 各國土風舞。 健康 Ea-III-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。	體育 1. 提問回答 2. 操作學習 3. 教師觀察 4. 學生發表 健康 1. 提問回答 2. 學生發表	體育 【性別平等教育】 性E11 培養性別間合宜表達情感的能力。

						3. 教師觀察	
第十七週	體育 第五單元 舞動青春 第 2 課 方塊舞 健康 第六單元 食在安心 第 3 課 食品中毒解密	體育 2 、 健康 1	體育 健體-E-C3 健康 健體-E-A2	體育 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 健康 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。	體育 Ib-III-2 各國土風舞。 健康 Ea-III-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。	體育 1. 學生發表 2. 操作學習 3. 教師觀察 健康 1. 提問回答 2. 學生發表 3. 教師觀察	體育 【性別平等教育】 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
第十八週	體育 第五單元 舞動青春 第 2 課 方塊舞 健康 第六單元 食在安心 第 4 課 食品安全之旅	體育 2 、 健康 1	體育 健體-E-C3 健康 健體-E-A2	體育 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 健康 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。	體育 Ib-III-2 各國土風舞。 健康 Ea-III-4 食品生產、加工、保存與衛生安全。	體育 1. 學生發表 2. 操作學習 3. 教師觀察 健康 1. 提問回答 2. 教師觀察	

備註：

- 總綱規範議題融入：【人權教育】、【海洋教育】、【品德教育】、【閱讀素養】、【民族教育】、【生命教育】、【法治教育】、【科技教育】、【資訊教育】、【能源教育】、【安全教育】、【防災教育】、【生涯規劃】、【多元文化】、【戶外教育】、【國際教育】
- 教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。