

高雄市大寮區大寮國民小學113學年度第2學期6年級部定課程【健康與體育領域】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 (可循原來格式)	議題融入	線上教學
			學習內容	學習表現				
第一週	壹、健康 一.天生我才必有用	健體-E-A1	Fa-III-1 自我悅納與潛能探索的方法。	1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 2b-III-3 擁有執行健康生活行動的信心與效能感。	1.從生理、心理、家庭、社會等面向認識自我概念。 2.能覺察自我概念是正向或負向，具備正向的自我效能感。	1.筆試 2.口試 3.實作 4.作業		<input type="checkbox"/> 線上教學
第一週	貳、體育 五.身體書法家	健體-E-B3 健體-E-C2	Ib-III-1 模仿性與主題式創作舞。	1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。	1.學習與欣賞舞蹈創作的美感，發現身體活動、發展與書法文化素養的連結性。 2.能分組嘗試練習用身體各部位書寫各種書法字體，認識身體活動對身體發展的關係。	1.筆試 2.口試 3.實作 4.作業		<input type="checkbox"/> 線上教學
第二週	壹、健康 一.天生我才必有用	健體-E-A1	Fa-III-1 自我悅納與潛能探索的方法。	3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。	1.能理解自我悅納的定義。 2.能自我覺察並省思自己的	1.筆試 2.口試 3.實作 4.作業		<input type="checkbox"/> 線上教學

				4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。	弱點，嘗試以正面態度接納限制，進行補償轉移達到自我悅納。 3. 能按照步驟練習自我調適達到自我悅納。			
第二週	貳、體育 五. 身體 書法家	健體-E-B3 健體-E-C2	Ib-III-1 模仿性與主題式創作舞。	2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特色。 3c-III-3 表現動作創作與展演的能力。	1. 各組學童能討論出場方式、表演位置，並練習各組創作表，在討論與參與練習中，表現積極參與與正向溝通的合作精神。 2. 能說明與解釋小組的身體活動特色與書法展現。 3. 在討論與參與練習中，表現積極參與與正向溝通的合作精神。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業		<input type="checkbox"/> 線上教學
第三週	壹、健康	健體-E-A1	Fa-III-1 自我悅納與潛能探索的方法。	1a-III-1 認識生理、心理與	1. 能理解潛能的定義。	1. 筆試 2. 口試		<input type="checkbox"/> 線上教學

	一. 天生我才必有用			<p>社會各層面健康的概念。</p> <p>3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。</p> <p>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。</p> <p>4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。</p>	<p>2. 能藉由「特質」、「興趣」、「職業」進行潛能探索。</p> <p>3. 能認識自己擅長的能力與不擅長的能力，進而評估適合的職業。</p>	<p>3. 實作</p> <p>4. 作業</p>		
第三週	<p>貳、體育</p> <p>五. 身體書法家</p> <p>六. 鈴上雲霄</p>	<p>健體-E-B3</p> <p>健體-E-C2</p>	<p>Ib-III-1 模仿性與主題式創作舞。</p> <p>Ic-III-1 民俗運動組合動作與遊戲。</p>	<p>2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。</p> <p>2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特色。</p> <p>3c-III-3 表現動作創作與展演的能力。</p> <p>4d-III-3 宣導身體活動促進身心健康的效益。</p> <p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p>	<p>1. 能從展演歷程中，分享舞蹈欣賞與創作的美感體驗。</p> <p>2. 能與小組成員完成展演，表現小組的創作成果。</p> <p>3. 欣賞者能回饋並以多元視角評析各組表演的身體活動特色。</p> <p>4. 利用身體書法家活動與家人互動，宣導身體活動促進健康的效益。</p>	<p>1. 筆試</p> <p>2. 口試</p> <p>3. 實作</p> <p>4. 作業</p>		<input type="checkbox"/> 線上教學

				1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。	5. 能了解扯鈴的歷史由來。 6. 能說出並做出正確的扯鈴動作及名稱。		
第四週	壹、健康 一. 天生我才必有用	健體-E-A1	Fa-III-1 自我悅納與潛能探索的方法。	1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。	1. 能藉由「特質」、「興趣」、「職業」進行潛能探索。 2. 能將「興趣」納入選擇「職業」的考量，並嘗試規劃未來職業藍圖。 3. 能了解從事合適工作對於提升自我悅納的重要性。 4. 能省思並回答關於自我悅納的問題。 5. 能規畫充實職業需具備技能的方法。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	<input type="checkbox"/> 線上教學
第四週	貳、體育 六. 鈴上雲霄	健體-E-C2	Ic-III-1 民俗運動組合動作與遊戲。	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運	1. 能做出指定的扯鈴動作。 2. 能了解扯鈴的招式動作，並分析與他人的差異。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	<input type="checkbox"/> 線上教學

				<p>動技能的正確性。</p> <p>2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p>				
第五週	<p>壹、健康</p> <p>二.解癮密碼</p>	<p>健體-E-A1</p> <p>健體-E-B2</p>	<p>Bb-III-3 媒體訊息對青少年吸菸、喝酒行為的影響。</p>	<p>1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。</p> <p>1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。</p> <p>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。</p> <p>4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。</p>	<p>1. 能覺察媒體隱含的菸酒訊息及影響。</p> <p>2. 能進行媒體識讀及判斷。</p>	<p>1. 筆試</p> <p>2. 口試</p> <p>3. 實作</p> <p>4. 作業</p>		<input type="checkbox"/> 線上教學
第五週	<p>貳、體育</p> <p>六.鈴上雲霄</p>	<p>健體-E-C2</p>	<p>Ic-III-1 民俗運動組合動作與遊戲。</p> <p>Ic-III-2 民俗運動簡易性表演。</p>	<p>1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。</p> <p>2d-III-1 分享運動欣賞與創</p>	<p>1. 能做出指定的扯鈴動作。</p> <p>2. 能了解扯鈴的招式動作，並分析與他人的差異。</p>	<p>1. 筆試</p> <p>2. 口試</p> <p>3. 實作</p> <p>4. 作業</p>		<input type="checkbox"/> 線上教學

				<p>作的美感體驗。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p> <p>4c-III-1 選擇及應用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。</p> <p>4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。</p> <p>4d-III-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。</p>	<p>3. 欣賞扯鈴比賽中的優美動作。</p> <p>4. 能效仿扯鈴比賽中的優美動作與隊形。</p> <p>5. 能利用基本扯鈴動作編排一場表演。</p>		
第六週	壹、健康 二、解癮 密碼	健體-E-A1 健體-E-B2	Bb-III-3 媒體訊息對青少年吸菸、喝酒行為的影響。	<p>1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。</p> <p>1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。</p> <p>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。</p>	<p>1. 能了解電子煙對身體的影響。</p> <p>2. 能進行媒體識讀及判斷。</p> <p>3. 能具備破除健康迷思的技能。</p> <p>4. 能覺察媒體隱含的菸酒訊息及影響</p>	<p>1. 筆試</p> <p>2. 口試</p> <p>3. 實作</p> <p>4. 作業</p>	<p>■線上教學 回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表</p>

				4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。	5. 能了解菸酒媒體廣告的規定。 6. 能為維護健康採取相對應的行動。		
第六週	貳、體育 七. 排球 高手	健體-E-B2 健體-E-C2	Cb-III-2 區域性運動賽會與現代奧林匹克運動會。 Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 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。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。	1. 能對室內夏季奧運會排球賽賽事有基本的認識。 2. 能積極正確做出低手與低手發球動作，並透過競爭和學習策略，改善個人技能表現。 3. 能透過小組比賽並討論，演練排球比賽中的進攻和防守策略。 4. 能利用同儕觀察意見修正自己的高手傳接球動作。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	<input type="checkbox"/> 線上教學
第七週	壹、健康 二. 解癮 密碼	健體-E-A1 健體-E-B2	Bb-III-2 成癮性物質的特性及其危害。	2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素影響。	1. 能覺察使用成癮性藥物受個人、家庭、學校與社區等因素影響。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	<input type="checkbox"/> 線上教學

			<p>Bb-III-4 拒絕成癮物質的健康行動策略。</p>	<p>因素的交互作用之影響。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-III-2 獨立演練大部分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。 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。</p>	<p>2. 能在引導下演練拒絕成癮性物質的技能。</p>			
第七週	貳、體育七. 排球高手	健體-E-B2 健體-E-C2	<p>Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。</p>	<p>1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。</p>	<p>1. 能與同學討論如何改善比賽高手傳接球的技巧，接納他人不同想法，並正向溝通有效策略，解決比賽的問題。 2. 能判斷來球時應該做高手或低手動作。</p>	<p>1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業</p>		<input type="checkbox"/> 線上教學

					3. 能知道並做出輪轉方向及位置。			
第八週	壹、健康 二. 解癮 密碼	健體-E-A1 健體-E-B2	Bb-III-2 成癮性物質的特性及其危害。 Bb-III-4 拒絕成癮物質的健康行動策略。	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。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-III-2 獨立演練大部分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。 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。	1. 能了解成癮性物質的特徵及危害。 2. 能覺察成癮性物質引發的多重問題。 3. 能了解成癮性物質的治療方式。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業		■線上教學 回家觀看教育平台相關影片，並於課堂進行發表
第八週	貳、體育 七. 排球 高手 八. 桌球 精靈	健體-E-B2 健體-E-C2	Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2d-III-2 分辨運動賽事中選	1. 能在排球比賽與隊友討論攻擊與防守策略，並在戰術板上畫出，透	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業		□線上教學

				<p>手和觀眾的角色和責任。</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>4c-III-1 選擇及應用與運動相關的科技、資訊、媒體、產品與服務。</p> <p>3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。</p>	<p>過返回比賽驗證。</p> <p>2. 能判斷位置並做出高手傳接球動作。</p> <p>3. 能知道正式比賽，球場上各角色所擔任的工作。</p> <p>4. 能使用數位手持裝置拍攝比賽影片供討論參考。</p> <p>5. 能在排球比賽與隊友討論攻擊與防守策略，使並在戰術板上畫出，透過返回比賽驗證。</p> <p>6. 能了解如何利用桌球拍做出正手擊球、發球。</p> <p>7. 能運用桌球拍做出指定動作。</p>			
第九週	壹、健康 二. 解癮 密碼	健體-E-A1 健體-E-B2	Bb-III-2 成癮性物質的特性及其危害。	2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等	1. 能在引導下演練拒絕成癮性物質的技能。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業		<input type="checkbox"/> 線上教學

			<p>Bb-III-4 拒絕成癮物質的健康行動策略。</p>	<p>因素的交互作用之影響。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3b-III-2 獨立演練大部分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。 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。</p>	<p>2. 能在生活中展現拒絕成癮性物質的具體行為，進行宣示行動。 3. 能分辨菸酒產品對自我形象的影響。 4. 能對成癮行為提出具體改善建議。</p>			
<p>第九週</p>	<p>貳、體育 八. 桌球精靈</p>	<p>健體-E-C2</p>	<p>Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。</p>	<p>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3c-III-2 在身體活動中表現</p>	<p>1. 能了解如何利用桌球拍做出正手擊球、發球。 2. 能運用桌球拍做出指定動作。 3. 能透過觀摩他人或自己察覺學習到正確的擊球、正手、反手擊球及發球動作。</p>	<p>1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業</p>	<p><input type="checkbox"/>線上教學</p>	

				各項運動技能，發展個人運動潛能。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。	4. 能認真並積極參與活動並與同學討論戰術。			
第十週	壹、健康 三. 健康新攻略	健體-E-A2	Fb-III-2 臺灣地區常見傳染病預防與自我照顧方法。	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 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。	1. 能認識臺灣常見的八種傳染病特性傳染途徑及好發季節。 2. 能了解傳染病會對自己及他人健康造成影響與危害。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	【飲食教育課程】 (1)	<input type="checkbox"/> 線上教學
第十週	貳、體育 八. 桌球精靈	健體-E-C2	Bc-III-2 運動與疾病保健、終身運動相關知識。 Ha-III-1 網/牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技	1. 能了解如何利用桌球拍做出正手擊球、發球。 2. 能運用桌球拍做出指定動作。 3. 能透過觀摩他人或自己察覺學習到正確的擊球、正手、反手擊球及發球動作。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業		<input type="checkbox"/> 線上教學

				<p>能，發展個人運動潛能。</p> <p>3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。</p>	<p>4. 能認真並積極參與活動並與同學討論戰術。</p> <p>5. 能利用比賽結果反思自己不足的技能，並討論出解決方案。</p> <p>6. 能規畫一個週期的運動方案並積極落實。</p>			
第十 一週	壹、健康 三. 健康 新攻略	健體-E-A2	Fb-III-2 臺灣地區常見傳染病預防與自我照顧方法。	<p>1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。</p> <p>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。</p>	<p>1. 能認識臺灣常見的八種傳染病特性傳染途徑及好發季節。</p> <p>2. 能了解傳染病會對自己及他人健康造成影響與危害。</p>	<p>1. 筆試</p> <p>2. 口試</p> <p>3. 實作</p> <p>4. 作業</p>	<p>【飲食教育課程】 (1)</p>	<input type="checkbox"/> 線上教學
第十 一週	貳、體育 八. 桌球 精靈 九. 角力 主角我來 當	健體-E-A2 健體-E-C2	Bc-III-2 運動與疾病保健、終身運動相關知識。 Ha-III-1 網/牆性球類運動	<p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>4d-III-1 養成規律運動習</p>	<p>1. 能了解終身運動的重要性。</p> <p>2. 能利用比賽結果反思自己不足的技能，</p>	<p>1. 筆試</p> <p>2. 口試</p> <p>3. 實作</p> <p>4. 作業</p>		<input type="checkbox"/> 線上教學

			基本動作及基礎戰術。 Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。	慣，維持動態生活。 1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。	並討論出解決方案。 3. 能規畫一個週期的運動方案並積極落實。 4. 認識角力運動項目的設施、場域。 5. 認識角力運動。			
第十二週	壹、健康 三. 健康新攻略	健體-E-A2	Fb-III-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 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。	1. 能認識臺灣常見的六種慢性病特性及引發因素。 2. 能知道慢性病會對身體健康造成影響。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	【飲食教育課程】 (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
第十二週	貳、體育 九. 角力主角我來當	健體-E-A2 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。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技	1. 能認識不同的角力運動招式。 2. 能從體驗、練習當中意識到運動技能的要素。 3. 學童能解決練習時所面臨的問題。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	【交通安全教育】 (2)	<input type="checkbox"/> 線上教學

				能，發展個人運動潛能。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。	4. 能完成自由式角力基本動作練習。 5. 練習時表現出勇於挑戰、積極投入的態度。 6. 能展現角力基本動作技能的純熟度。			
第十三週	壹、健康 三. 健康新攻略	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。 3a-III-2 能於不同的生活情境中，主動表現基礎健康技能。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。	1. 能了解預防性健康自我照護的原則。 2. 能認識實行預防性健康自我照護的方法及好處。 3. 能養成預防性健康自我照護的良好習慣應對不同傳染病。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業		<input type="checkbox"/> 線上教學
第十三週	貳、體育 九. 角力主角我來當	健體-E-A2 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。 2c-III-1 表現基本運動精神和道德規範。 2c-III-3 表現積極參與、接	1. 能完成自由式角力基本動作的練習。 2. 練習時表現出勇於挑戰、積極投入的態度。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	【交通安全教育】 (2)	<input type="checkbox"/> 線上教學

				<p>受挑戰的學習態度。</p> <p>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。</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動計畫。</p>	<p>3. 能展現角力基本動作技能的純熟度。</p> <p>4. 學童能解決練習時所面臨的問題。</p> <p>5. 能從優秀運動員的故事中學習到運動家精神。</p> <p>6. 透過國際賽影片賞析了解選手的責任及觀眾的角色。</p> <p>7. 能與家人一同關心角力運動延伸的協調技能將帶來健康效益。</p>		
第十四週	壹、健康 三. 健康新攻略	健體-E-A2	<p>Fb-III-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。</p>	<p>1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。</p> <p>3a-III-2 能於不同的生活情境中，主動表現基礎健康技能。</p> <p>4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。</p>	<p>1. 能養成預防性健康自我照護的良好習慣預防不同慢性病。</p> <p>2. 能在生活中實踐健康照護並增進自我健康管理。</p> <p>3. 能主動關心、督促親友</p>	<p>1. 筆試</p> <p>2. 口試</p> <p>3. 實作</p> <p>4. 作業</p>	<input type="checkbox"/> 線上教學

					改善生活習慣。			
第十四週	貳、體育 十.百發 百中	健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-C2	Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。	1. 能了解拋球、擲球及滾球的使用時機，並在比賽中表現出良好的動作技巧。 2. 與同學溝通討論擬定比賽策略，並加以實踐解決比賽遇到的問題。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業		<input type="checkbox"/> 線上教學
第十五週	壹、健康 四.迎向 未來	健體-E-C2	Db-III-5 友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2b-III-1 認同健康的生活規	1. 能了解人際關係及畢業焦慮帶來的影響。 2. 能具備因應人際互動及畢	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業		<input type="checkbox"/> 線上教學

				<p>範、態度與價值觀。</p> <p>2b-III-3 擁有執行健康生活行動的信心與效能感。</p> <p>3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通互動技能。</p> <p>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判的技能。</p> <p>3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。</p>	<p>業焦慮的正確判斷。</p> <p>3. 能察覺消極解決方式所引發的問題。</p>		
第十五週	貳、體育 十.百發 百中	健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-C2	Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。	<p>1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。</p> <p>1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。</p> <p>2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。</p>	<p>1. 了解穩定性對於標的性球類運動的重要性。</p> <p>2. 藉由溝通、討論擬定比賽策略並在比賽中實踐及修正。</p> <p>3. 了解木球的揮桿及比賽方式。</p>	<p>1. 筆試</p> <p>2. 口試</p> <p>3. 實作</p> <p>4. 作業</p>	<input type="checkbox"/> 線上教學

				<p>3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。</p> <p>3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。</p> <p>4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。</p>	<p>4. 解決在各項木球活動中遇到問題。</p> <p>5. 表現良好的木球擊球動作。</p> <p>6. 檢視自己揮桿動作的技能表現。</p> <p>7. 了解終身運動的意義及選擇終身運動的原則。</p>		
第十六週	壹、健康 四. 迎向未來	健體-E-C2	<p>Db-III-5 友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。</p>	<p>1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。</p> <p>2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>2b-III-3 擁有執行健康生活行動的信心與效能感。</p> <p>3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通互動技能。</p> <p>3b-III-3 能於引導下，表現</p>	<p>1. 能具備改善人際關係及負面情緒的信心。</p> <p>2. 能因應生活情境運用人際互動技巧。</p>	<p>1. 筆試</p> <p>2. 口試</p> <p>3. 實作</p> <p>4. 作業</p>	<input type="checkbox"/> 線上教學

				基本的決策與批判的技能。 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。			
第十六週	貳、體育 十.百發 百中 十一.水 中樂逍遙	健體-E-A2 健體-E-B1 健體-E-C2 健體-E-A1	Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。 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-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 3c-III-1 表現穩定的身體控	1. 了解木球的揮桿及比賽方式。 2. 解決在各項木球活動中遇到問題。 3. 表現良好的木球擊球動作。 4. 檢視自己揮桿動作的技能表現。 5. 了解終身運動的意義及選擇終身運動的原則。 6. 能完成活力存摺。 7. 能學會換氣節奏：韻律呼吸複習、水中轉頭換氣、岸邊划手換氣、行進間划手換氣。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	<input type="checkbox"/> 線上教學

				<p>制和協調能力。</p> <p>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。</p> <p>4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。</p>	<p>8. 能學會持浮板打水划手換氣。</p> <p>9. 能擬定運動計畫，持續增強游泳技能。</p> <p>10. 能透過游泳接力賽，表現個人運動技能。</p>		
第十七週	壹、健康 四. 迎向未來	健體-E-C2	<p>Db-III-5 友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。</p>	<p>1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。</p> <p>2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。</p> <p>2b-III-3 擁有執行健康生活行動的信心與效能感。</p> <p>3b-III-2 獨立演練大部分的人際溝通互動技能。</p> <p>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判的技能。</p>	<p>1. 能認同維繫友誼及面對畢業分離的正確態度。</p> <p>2. 能具備尊重及讚賞他人的表達技巧。</p>	<p>1. 筆試</p> <p>2. 口試</p> <p>3. 實作</p> <p>4. 作業</p>	<input type="checkbox"/> 線上教學

				3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。			
第十七週	貳、體育 十一.水中樂逍遙	健體-E-A1 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。	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。 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。 4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。	1. 能學會換氣節奏：韻律呼吸複習、水中轉頭換氣、岸邊划手換氣、行進間划手換氣。 2. 能學會持浮板打水划手換氣。 3. 能擬定運動計畫，持續增強游泳技能。 4. 能透過游泳接力賽，表現個人運動技能。	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	<input type="checkbox"/> 線上教學
第十八週	壹、健康 四.迎向未來	健體-E-C2	Fa-III-4 正向態度與情緒、壓力的管理技巧。	2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。 4b-III-1 公開表達個人對促	1. 能學習轉換畢業分離焦慮的方法。 2. 能察覺分離焦慮的影響及	1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業	<input type="checkbox"/> 線上教學

				<p>進健康的觀點與立場。</p>	<p>轉換情緒的重要性。</p> <p>3. 能表達轉換畢業焦慮的具體行動及信心。</p> <p>4. 能表達有效解決生活困擾的做法。</p> <p>5. 能表達促進友誼及自我認同的觀點。</p>		
<p>第十八週</p>	<p>貳、體育 十一. 水中樂逍遙</p>	<p>健體-E-A1 健體-E-C2</p>	<p>Cc-III-1 水域休閒運動進階技能。</p>	<p>2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。</p> <p>3d-III-2 演練比賽中的進攻和防守策略。</p>	<p>1. 能認識水球運動的歷史、玩法及比賽規則。</p> <p>2. 能進行水球基礎動作：水中傳接球、水中運球、水中射門。</p> <p>3. 能進行水球比賽，並相互討論戰術，相互鼓勵、安慰提醒。</p> <p>4. 能透過影片欣賞，了解水球比賽。</p>	<p>1. 筆試 2. 口試 3. 實作 4. 作業</p>	<p><input type="checkbox"/>線上教學</p>

					5. 能在課餘時間持續練習游泳。 6. 能運用資訊科技，欣賞學習水球比賽。			
--	--	--	--	--	--	--	--	--

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。