

國立屏東大學附設實驗國民小學 114 學年度普通班六年級健康領域教學計畫表

第一學期							
教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
第 1 週	壹、健康 一.環境體檢大行動	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Ca-III-2 環境污染的來源與形式。	◆能認識生活中常見的污染形式及來源。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【環境教育】 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境污染與資源耗竭的問題。	
第 2 週	壹、健康 一.環境體檢大行動	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Ca-III-2 環境污染的來源與形式。	1.能認識生活中常見的污染形式及來源。 2.能覺察環境污染對健康的影響。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【環境教育】 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境污染與資源耗竭的問題。	
第 3 週	壹、健康 一.環境體檢大行動	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 3b-III-4 能於不同的生活情境中運用生活技能。	Ca-III-1 健康環境的交互影響因素。	◆能針對不同污染形式，發想解決方法，並實行適當的保健行為。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【環境教育】 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境污染與資源耗竭的問題。	
第 4 週	壹、健康 一.環境體檢大行動	4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。 4b-III-2 使用適切的事證來支持自己健康促進的立場。	Ca-III-3 環保行動的參與及綠色消費概念。	◆能公開參與生活中的環保行動，並堅持自己的健康立場。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【環境教育】 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境污染與資源耗竭的問題。	
第 5 週	壹、健康 一.環境體檢大行動	4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。 4b-III-2 使用適切的事證來支持自己健康促進的立場。	Ca-III-3 環保行動的參與及綠色消費概念。	1.能了解綠色消費 3R3E 原則的概念，並於生活中實踐。 2.能完成綠色消費改善計畫，培養符合綠色消費的習慣。 3.能完成環境污染改善計畫，建立健康的生活環境。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【環境教育】 環 E15 覺知能資源過度利用會導致環境污染與資源耗竭的問題。	
第 6 週	壹、健康 二.人生製造公司	1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-III-2 描述生活	Aa-III-1 生長發育的影響因素與促進方法。 Aa-III-2 人生各階段	1.能對人生各階段充滿好奇且願意從健康的角度去探索。 2.能了解影響生長發育的因素及促進健康的原則。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-III-1 獨立演練大部分的自我調適技能。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。	的成長、轉變與自我悅納。	3.能認識人生各階段生長發育的轉變。 4.能了解不同人生階段的身心需求及社會互動。 5.能分析不同人生階段的差異性。		生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象，思考生命的價值。	
第 7 週	壹、健康 二.人生製造公司	1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-III-1 獨立演練大部分的自我調適技能。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。	Aa-III-1 生長發育的影響因素與促進方法。 Aa-III-2 人生各階段的成長、轉變與自我悅納。	1.能認識人生各階段生長發育的轉變。 2.能了解不同人生階段的身心需求及社會互動。 3.能分析不同人生階段的差異性。 4.能分析家庭環境是否做到長者友善規畫。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象，思考生命的價值。	
第 8 週	壹、健康 二.人生製造公司	1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-III-2 描述生活	Aa-III-1 生長發育的影響因素與促進方法。 Aa-III-2 人生各階段	1.能接納自己的成長變化，並關心家人的身心健康狀況。 2.能覺察影響人生各階段情緒的因素及困擾。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。	

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-III-1 獨立演練大部分的自我調適技能。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。	的成長、轉變與自我悅納。	3.能覺察影響人生各階段情緒的因素及困擾。 4.能運用正向思考模式解決人生各階段的成長困擾。		生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象，思考生命的價值。	
第 9 週	壹、健康 二.人生製造公司	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。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。	Aa-III-3 面對老化現象與死亡的健康態度。	1.能了解死亡對情緒及生活造成的影響。 2.能正向面對死亡，接受生命的無常。 3.能學會因應死亡的影響及排解憂慮的方法。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象，思考生命的價值。	
第 10 週	壹、健康 二.人生製造公司	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。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4a-III-3 主動地表	Aa-III-3 面對老化現象與死亡的健康態度。	1.能接納自己的成長變化。 2.能選擇有益身心健康的具體行動。 3.能體悟老化現象對生活的不便。 4.能提倡促進身心健康及生命價值的方法。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【生命教育】 生 E2 理解人的身體與心理面向。 生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象，思考生命的價值。	

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		現促進健康的行動。					
第 11 週	壹、健康 三.勇闖飲食島	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。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Ea-III-2 兒童及青少年飲食問題與健康影響。	1.能理解生活習慣之選擇與青少年飲食不均的態樣相關性 2.能察知青少年飲食不均的態樣對健康的影響。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【多元文化教育】 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。	
第 12 週	壹、健康 三.勇闖飲食島	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。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Ea-III-2 兒童及青少年飲食問題與健康影響。	◆能理解生活習慣之選擇與青少年飲食不均的態樣相關性。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【多元文化教育】 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。	
第 13 週	壹、健康 三.勇闖飲食島	1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 1b-III-2 認識健康技能和生活技能的基本步驟。 3a-III-1 流暢地操作基礎健康技能。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。	Ea-III-1 個人的營養與熱量之需求。 Ea-III-3 每日飲食指南與多元飲食文化。	1.能理解兒童期需要的營養與熱量。 2.能理解六大類食物的代換分量。 3.能自我反省並修正飲食習慣，持續促進健康。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【多元文化教育】 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。	

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
第 14 週	壹、健康 三.勇闖飲食島	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。 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。	Ea-III-3 每日飲食指南與多元飲食文化。	1.能主動了解多元飲食文化的由來與特色。 2.能知道選擇正確飲食的方法，有助於發育和成長。 3.能表現對多元飲食的尊重與接納。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【多元文化教育】 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。	
第 15 週	壹、健康 三.勇闖飲食島	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。 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。	Ea-III-3 每日飲食指南與多元飲食文化。	1.能表現對多元飲食文化的尊重與接納。 2.能運用營養知識對多元飲食文化進行分析和批判，並做出調整飲食均衡的決策。 3.能檢視自己飲食習慣的成因，反思後改進。 4.能在多元飲食文化中兼顧均衡飲食。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【多元文化教育】 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。	
第 16 週	壹、健康 四.守護青春	1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 3a-III-2 能於不同的生活情境中，主動表現基礎健康技能。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。	Db-III-3 性騷擾與性侵害的自我防護。	1.能認識性剝削、性騷擾的定義。 2.能覺察個資外洩的嚴重性。 3.能分辨性剝削及性騷擾的樣態。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【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。 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	

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
						的、普遍的、不容剝奪的。 <b>【品德教育】</b> 品 E2 自尊 尊人與自愛愛人 品 E6 同理 分享。 <b>【生命教育】</b> 生 E1 探討 生活議題，培養思考的適當情意與態度。 生 E2 理解 人的身體與心理面向。	
第 17 週	壹、健康 四.守護青春	1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 3a-III-2 能於不同的生活情境中，主動表現基礎健康技能。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。	Db-III-3 性騷擾與性侵害的自我防護。	1.能認識性侵害的定義。 2.能澄清性侵害及性騷擾的迷思。 3.能學會因應性騷擾、性侵害及性剝削的方法。 4.能於不同生活情境表現自我保護的技能。 5.能認識身體自主權的概念。 6.能表達對身體自主權的重視。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	<b>【性別平等教育】</b> 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。 <b>【人權教育】</b> 人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 <b>【品德教育】</b> 品 E2 自尊 尊人與自愛愛人	

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
						品 E6 同理分享。 【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。 生 E2 理解人的身體與心理面向。	
第 18 週	壹、健康 四.守護青春	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 3a-III-2 能於不同的生活情境中，主動表現基礎健康技能。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。	Db-III-5 友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。	1.能認識維繫友誼與合宜表達情感的正确方式。 2.能學習預防及因應網路霸凌的方法。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【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。 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。 【品德教育】 品 E2 自尊、尊人與自愛 人 品 E6 同理分享。 【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當	

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
						情意與態度。 生 E2 理解 人的身體與心 理面向。	
第 19 週	壹、健康 四.守護青春	1a-III-2 描述生活 行為對個人與群體 健康的影響。 2a-III-2 覺知健康 問題所造成的威脅 感與嚴重性。 4b-III-3 公開提倡 促進健康的信念或 行為。	Db-III-4 愛滋病傳染 途徑與愛滋關懷。	1.能認識愛滋病及其傳染途徑。 2.能覺察愛滋病對身體健康的威脅及 嚴重性。 3.能認識愛滋病的症狀及預防愛滋病 的方法。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【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。 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。 【品德教育】 品 E2 自尊 尊人與自愛愛 人 品 E6 同理 分享。 【生命教育】 生 E1 探討 生活議題，培 養思考的適當 情意與態度。 生 E2 理解 人的身體與心 理面向。	
第 20 週	壹、健康 四.守護青春	1a-III-2 描述生活 行為對個人與群體	Db-III-4 愛滋病傳染 途徑與愛滋關懷。	1.能展現對愛滋病患者的同理及關 懷。	1.觀察評量 2.口頭評量	【性別平等教育】	

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		健康的影響。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。		2.能自我檢核網路使用習慣。 3.能分辨性騷擾的樣態。 4.能認識愛滋病及其傳染途徑。	3.行為檢核 4.態度評量	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。 【人權教育】 人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。 【品德教育】 品 E2 自尊 尊人與自愛愛人 品 E6 同理 分享。 【生命教育】 生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。 生 E2 理解人的身體與心理面向。	
第 21 週	總複習	2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。	Db-III-4 愛滋病傳染途徑與愛滋關懷。	1.能展現對愛滋病患者的同理及關懷。 2.能自我檢核網路使用習慣。 3.能分辨性騷擾的樣態。 4.能認識愛滋病及其傳染途徑。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【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。	

國立屏東大學附設實驗國民小學 114 學年度普通班六年級健康領域教學計畫表

第二學期							
教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
第 1 週	壹、健康 一.天生我才必有用	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。	Fa-III-1 自我悅納與潛能探索的方法。	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.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E5 探索自己的價值觀。 涯 E6 覺察個人的優勢能力。	
第 2 週	壹、健康 一.天生我才必有用	3b-III-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。	Fa-III-1 自我悅納與潛能探索的方法。	1.能理解自我悅納的定義。 2.能自我覺察並省思自己的弱點，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。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E5 探索自己的價值觀。 涯 E6 覺察個人的優勢能力。	
第 3 週	壹、健康 一.天生我才必有用	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-1 獨立演練大部份的自我調適技能。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。	Fa-III-1 自我悅納與潛能探索的方法。	1.能理解自我悅納的定義。 2.能自我覺察並省思自己的弱點，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。 4.能理解潛能的定義。 5.能藉由「特質」、「興趣」、「職業」進行潛能探索。 6.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。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E5 探索自己的價值觀。 涯 E6 覺察個人的優勢能力。	

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。					
第 4 週	壹、健康 一.天生我才必有用	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。	Fa-III-1 自我悅納與潛能探索的方法。	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.能正確回答職業探索和潛能的問題。 5.能省思並回答關於自我悅納的問題。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【生涯規劃教育】 涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E5 探索自己的價值觀。 涯 E6 覺察個人的優勢能力。	
第 5 週	壹、健康 二.解癮密碼	1a-III-3 理解促進健康生活的的方法、資源與規範。 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。	Bb-III-3 媒體訊息對青少年吸菸、喝酒行為的影響。	1.能覺察媒體隱含的菸酒訊息及影響。 2.能進行媒體識讀及判斷。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【人權教育】 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 6 週	壹、健康 二.解癮密碼	1a-III-3 理解促進健康生活的的方法、資源與規範。 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。 3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。 4a-III-3 主動地表	Bb-III-3 媒體訊息對青少年吸菸、喝酒行為的影響。	1.能了解電子煙對身體的影響。 2.能進行媒體識讀及判斷。 3.能具備破除健康迷思的技能。 4.能覺察媒體隱含的菸酒訊息及影響 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。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【人權教育】 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。	

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		現促進健康的行動。					
第 7 週	壹、健康 二.解癮密碼	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。 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。	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。	1.能覺察接觸成癮性物質的因素以及帶來的嚴重性。 2.能了解成癮性物質的特性、危害及引發的多重問題。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【人權教育】 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 8 週	壹、健康 二.解癮密碼	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。 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。	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。	1.能了解成癮性物質的治療方式。 2.能覺察面對成癮性物質時，自我省思的歷程。 3.能對成癮行為提出具體改善建議。 4.能演練拒絕成癮性物質的健康行動策略，展現拒絕成癮性物質的決心及技能。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【人權教育】 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 9 週	壹、健康 二.解癮密碼	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	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。	1.能了解拒癮行動受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。 2.能公開提倡拒癮的信念或行為。 3.能覺察媒體隱含的菸酒訊息及影響 4.能對成癮行為提出具體改善建議。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【人權教育】 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	

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		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。 4b-III-3 公開提倡促進健康的信念或行為。		5.能公開提倡拒癮的信念或行為。		驗，並知道如何尋求救助的管道。	
第 10 週	壹、健康 三.健康新攻略	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。	Fb-III-2 臺灣地區常見傳染病預防與自我照顧方法。 Fb-III-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。	1.能了解「病原體」透過不同的「傳染途徑」傳播給「容易被感染的人」，就可能導致傳染病盛行。 2.能認識傳染病的常見病原體。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
第 11 週	壹、健康 三.健康新攻略	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。	Fb-III-2 臺灣地區常見傳染病預防與自我照顧方法。 Fb-III-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。	1.能認識傳染病的傳染途徑及容易被感染的人。 2.能了解對應傳染病傳播因素的預防方法。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
第 12 週	壹、健康 三.健康新攻略	1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Fb-III-2 臺灣地區常見傳染病預防與自我照顧方法。 Fb-III-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。	1.能認識臺灣常見的傳染病「水痘」及其感染症狀、傳染途徑、治療方法及預防方式。 2.能了解傳染病對自身健康及生活環境的影響。 3.能認識臺灣常見的傳染病「病毒性肝炎」及其感染症狀、傳染途徑、治療方法及預防方式。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
第 13 週	壹、健康 三.健康新攻略	1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。 2a-III-2 覺知健康問題所造成的威脅感與嚴重性。	Fb-III-2 臺灣地區常見傳染病預防與自我照顧方法。 Fb-III-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。	1.能認識臺灣常見的傳染病「結核病」及其感染症狀、傳染途徑、治療方法及預防方式。 2.能了解傳染病對自身健康及生活環境的影響。 3.能認識臺灣常見的傳染病「新冠併發重症 (COVID-19)」及其感染症狀、傳染途徑、治療方法及預防方	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	

第二學期

教學進度/重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
				式。			
第 14 週	壹、健康 三.健康新攻略	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。	Fb-III-3 預防性健康自我照護的意義與重要性。	1.能了解實行預防性健康自我照護的原則及好處。 2.能養成良好生活習慣，預防不同疾病。 3.能在生活中實踐健康照護並增進自我健康管理。 4.能了解傳染病對自身健康及生活環境的影響。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【品德教育】 品 E1 良好生活習慣與德行。	
第 15 週	壹、健康 四.迎向未來	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-III-3 擁有執行健康生活行動的信心與效能感。 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的技能。 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。	Db-III-5 友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。	1.能了解人際關係及畢業焦慮帶來的影響。 2.能察覺消極解決方式所引發的障礙及問題。 3.能針對生活困擾進行正確批判及決定。 4.能察覺消極解決方式所引發的問題。 5.能具備因應人際互動及畢業焦慮的正確判斷。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【人權教育】 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。	
第 16 週	壹、健康 四.迎向未來	1a-III-2 描述生活行為對個人與群體健康的影響。 2b-III-1 認同健康的生活規範、態度與價值觀。 2b-III-3 擁有執行	Db-III-5 友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。	1.能具備改善人際關係及健康行動的信心。 2.能因應生活情境運用人際溝通技巧。 3.能運用改善人際關係及轉換畢業焦慮的生活技能。 4.能公開表達有效解決人際互動及生	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【人權教育】 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 【生涯規劃教育】	

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		<p>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>		活困擾的做法。		<p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>	
第 17 週	壹、健康 四.迎向未來	<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>3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。</p>	Db-III-5 友誼關係的維繫與情感的合宜表達方式。	<p>1.能認同維繫友誼及面對畢業分離的正確態度。</p> <p>2.能因應生活情境運用人際溝通技巧。</p>	<p>1.觀察評量</p> <p>2.口頭評量</p> <p>3.行為檢核</p> <p>4.態度評量</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E7 培養良好的人際互動能力。</p>	
第 18 週	壹、健康 四.迎向未來	<p>2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。</p>	Fa-III-4 正向態度與情緒、壓力的管理技巧。	<p>1.能運用改善人際關係及轉換畢業焦慮的生活技能。</p> <p>2.能察覺分離焦慮的影響及轉換情緒的重要性。</p> <p>3.能學習轉換畢業分離焦慮的壓力管理技巧。</p> <p>4.能公開表達對未來的信心及健康行</p>	<p>1.觀察評量</p> <p>2.口頭評量</p> <p>3.行為檢核</p> <p>4.態度評量</p>	<p>【人權教育】</p> <p>人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。</p> <p>【生涯規劃教育】</p>	

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
				動。 5.能公開表達有效解決人際互動及生活困擾的做法。 6.能表達促進友誼及自我認同的觀點。		涯 E7 培養良好的人際互動能力。	
第 19 週	總複習	2a-III-3 體察健康行動的自覺利益與障礙。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。	Fa-III-4 正向態度與情緒、壓力的管理技巧。	1.能運用改善人際關係及轉換畢業焦慮的生活技能。 2.能察覺分離焦慮的影響及轉換情緒的重要性。 3.能學習轉換畢業分離焦慮的壓力管理技巧。 4.能公開表達對未來的信心及健康行動。 5.能公開表達有效解決人際互動及生活困擾的做法。 6.能表達促進友誼及自我認同的觀點。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量	【人權教育】 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 【生涯規劃教育】 涯 E7 培養良好的人際互動能力。	

國立屏東大學附設實驗國民小學 114 學年度普通班六年級體育領域教學計畫表

第一學期							
教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
第 1 週	貳、體育 五.海陸任遨遊	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。 1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。 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。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 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。	Ab-III-1 身體組成與體適能之基本概念。 Ab-III-2 體適能自我評估原則。 Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。 Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。	1.認識三項全能的比賽內容、器材與安全事項。 2.完成簡易三項全能接力活動。 3.了解三項全能運動所需的體適能。 4.了解自身體適能的狀態。 5.學會評估運動強度、認識身體活動金字塔。 6.選擇適合自己的運動項目，並依所需的體適能安排運動計畫。 7.完成 TABATA、循環訓練等運動模式。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。 4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。					
第 2 週	貳、體育 五.海陸任遨遊	1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。 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。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 3c-III-2 在身體活動中表現各項運動技能，	Ab-III-1 身體組成與體適能之基本概念。 Ab-III-2 體適能自我評估原則。 Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。	1.了解三項全能運動所需的體適能。 2.了解自身體適能的狀態。 3.學會評估運動強度、認識身體活動金字塔。 4.選擇適合自己的運動項目，並依所需的體適能安排運動計畫。 5.完成 TABATA、循環訓練等運動模式。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		<p>發展個人運動潛能。</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>4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動技能的運動計畫。</p> <p>4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。</p>					
第 3 週	<p>貳、體育</p> <p>五.海陸任遨遊</p> <p>六.飛越極限</p>	<p>1c-III-3 了解身體活動對身體發展的關係。</p> <p>2c-III-3 表現積極參與、接受挑戰的學習態度。</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>1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。</p>	<p>Cb-III-1 運動安全教育、運動精神與運動營養知識。</p> <p>Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。</p> <p>Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。</p>	<p>1.進行修改式三項全能活動。</p> <p>2.介紹運動對健康的好處。</p> <p>3.分享挑戰三項全能活動的感想。</p> <p>4.選擇適合自己的運動項目，並依所須的體適能安排運動計畫。</p> <p>5.了解瞬發力與跳躍高度及遠度的關係。</p> <p>6.了解剪式跳高及跳遠技術的動作要素與要領。</p> <p>7.表現良好的跳高動作。</p>	<p>1.觀察評量</p> <p>2.口頭評量</p> <p>3.行為檢核</p> <p>4.態度評量</p>		

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		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-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 4c-III-2 比較與檢視個人的體適能與運動技能表現。					
第 4 週	貳、體育 六.飛越極限	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。 2d-III-3 分析並解釋多元性身體活動的特色。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 4c-III-2 比較與	Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。	1.了解瞬發力與跳躍高度及遠度的關係。 2.了解剪式跳高及跳遠技術的動作要素與要領。 3.表現良好的跳高動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第一學期							
教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		檢視個人的體適能與運動技能表現。					
第 5 週	貳、體育 六.飛越極限	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。	Ga-III-1 跑、跳與投擲的基本動作。	1.了解跳遠技術的動作要素與要領。 2.表現良好的跳遠動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 6 週	貳、體育 六.飛越極限 七.力拔山河	1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。 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。 1c-III-2 應用身體活動的防護知識，維護運動安全。	Bc-III-1 基礎運動傷害預防與處理方法。 Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。	1.了解傷口處理、簡易貼紮、固定的方式。 2.了解運動傷害對運動員的影響、同理受傷運動員的感受。 3.了解跳遠技術的動作要素與要領。 4.表現良好的跳遠動作。 5.能了解拔河的历史由來、裝備。 6.能做出平躺抱膝、弓箭步、站立體側彎、上臂伸展的伸展運動。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
第 7 週	貳、體育 七.力拔山河	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。 4d-III-2 養成規律運動習慣，維持動態生活。	Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。	1.能做出雙手互推、深蹲、手推車、拉輪胎、兩人背對背，以增強肌耐力。 2.能做出單手互拉、雙手拔河、握力器、壓寶特瓶，以增強握力。 3.能在家中持續練習，增強肌耐力及握力。 4.能了解握繩、預備姿勢及正確的拔河姿勢。 5.透過固定拉拔、四人對拉，來熟練拔河的動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 8 週	貳、體育 七.力拔山河	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 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。	Cd-III-1 戶外休閒運動進階技能。	1.能了解裁判手勢舉繩、拉緊、調整中心線、預備、開始、結束的意義。 2.能安全的進行拔河比賽。 3.能透過比賽討論戰術、培養團隊默契，相互加油打氣。 4.能在家中持續練習，增強肌耐力及握力。 5.能搜尋拔河相關影片、資料，學習拔河的技巧。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 9 週	貳、體育 八.腿上乾坤	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，	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	1.能了解如何利用腳停球及內側、外側等方式傳球。 2.能運用足球做出指定動作。 3.能透過觀摩他人或自己察覺，學習到正確傳球及射門動作。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		發展個人運動 潛能。					
第 10 週	貳、體育 八.腿上乾坤	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。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	1.能透過觀摩他人或自己察覺，學習到正確傳球及射門動作。 2.能認真、積極參與活動，並與同學討論戰術。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 11 週	貳、體育 八.腿上乾坤	3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。	Ab-III-1 身體組成與體適能之基本概念。 Cb-III-1 運動安全教育運動精神與運動營養知識。 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	1.能利用比賽結果反思自己不足的技能並討論出解決方案。 2.能規畫一個週期的運動方案並積極落實。 3.世界盃球員、介紹球員身體組成（Power、speed、肌耐力）。 4.透過比賽，演練進攻防守策略。 5.能在比賽中表現穩定身體控制與協調力。 6.能在比賽中表現合作與團隊精神。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 12 週	貳、體育 九.勇闖籃球殿堂	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。	Cb-III-2 區域性運動賽會與現代奧林匹克運動會。 Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	1.能依個人能力，了解並積極正確做出不同的運球方式。 2.能知道 3 對 3 籃球賽起源與發展現況，並對規則有基本的認識。 3.能依個人能力了解並積極正確做出不同的運球方式。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		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-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。	術。				
第 13 週	貳、體育 九.勇闖籃球殿堂	1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 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。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	1.能知道並做出正確的傳球及行進運球動作。 2.能正向的與隊友討論，發展傳球比賽中的進攻和防守策略，並運用在比賽中。 3.能使用 3C 用品，透過網路比較自己投籃與上籃動作的正確性。 4.能在投籃大賽，透過小組合作與分配，提高運動技能學習效能。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
第 14 週	貳、體育 九.勇闖籃球殿堂	1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 3d-III-1 應用學習策略，提高運動技能學習效能。 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。 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。	Hb-III-1 陣地攻守性球類運動基本動作及基礎戰術。	1.能使用 3C 用品，透過網路比較自己投籃與上籃動作的正確性。 2.能在投籃大賽，透過小組合作與分配，提高運動技能學習效能。 3.能在 3 對 3 比賽中，演練討論的進攻及防守策略。 4.透過循環比賽，找出比賽策略的問題並解決。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 15 週	貳、體育 十.平衡木上的不倒翁	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。	Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。	1.能認識訓練平衡的設施、場域。 2.能做出教師指導的靜態平衡動作，運用肢體展現，從中觀察、欣賞、分享。 3.能嘗試練習不同方法，讓個人或與同伴運用身體做出動態平衡。 4.能從練習當中意識到身體在空間中的變化。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。		5.學童有能力解決練習時所面臨的問題。			
第 16 週	貳、體育 十.平衡木上的不倒翁	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。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。	Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。	1.能嘗試練習不同方法，讓個人或與同伴運用身體做出動態平衡。 2.能從練習當中意識到身體在空間中的變化。 3.學童有能力解決練習時所面臨的問題。 4.能完成教師給予在平衡木上的任務動態平衡。 5.能表現出勇於挑戰、積極投入的態度。 6.能展現肢體動作的穩定度、控制協調能力。 7.學童有能力解決練習時所面臨的問題。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
第 17 週	貳、體育 十.平衡木上的不倒翁	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-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3c-III-3 表現動作創作和展演的能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-III-3 宣導身體活動促進身心健康的效益。	Ia-III-1 滾翻、支撐、跳躍、旋轉與騰躍動作。	1.能完成教師給予在平衡木上的任務動態平衡。 2.能表現出勇於挑戰、積極投入的態度。 3.能展現肢體動作的穩定度、控制協調能力。 4.學童有能力解決練習時所面臨的問題。 5.能在比賽中表現出運動家精神，並遵守比賽規範。 6.競賽中能展現穩定的平衡動作及協調能力。 7.在練習的過程中，能解決在平衡木上所遇到的動作挑戰。 8.能給予伙伴鼓勵與陪伴。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 18 週	貳、體育 十一.好球強強滾	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。	Cb-III-2 區域性運動賽會與現代奧林匹克運動會。 Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 Hc-III-1 標的性球類運動基本動	1.認識法式滾球的由來與賽事。 2.學習法式滾球運動的精神與規範。 3.認識法式滾球的場地。 4.透過遊戲體驗，解決練習與比賽的問題。 5.能表現出穩定的身體控制與協調能力。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。	作及基礎戰術。	6.能在遊戲中表現合作與團隊精神。			
第 19 週	貳、體育 十一.好球強強滾	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。	Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。	1.透過遊戲體驗，解決練習與比賽的問題。 2.能表現出穩定的身體控制與協調能力。 3.能在遊戲中表現合作與團隊精神。 4.了解法式滾球進攻、防守的比賽規則。 5.學習法式滾球的運動技能，表現穩定的身體控制與協調能力。 6.在賽事中體驗、思考並解決問題。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 20 週	貳、體育 十一.好球強強滾	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。	Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。 Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。	1.了解法式滾球進攻、防守的比賽規則。 2.學習法式滾球的運動技能，表現穩定的身體控制與協調能力。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第一學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 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。 4d-III-3 宣導身體活動促進身心健康的效益。		3.在賽事中體驗、思考並解決問題。 4.透過比賽，演練進攻、防守策略。 5.能在比賽中表現穩定身體控制與協調力。 6.能在比賽中表現合作與團隊精神。 7.向家人宣導法式滾球運動，共同參與體驗促進健康。			
第 21 週	總複習	2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。	Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。	總複習本學期所學重點	口語評量		

國立屏東大學附設實驗國民小學 114 學年度普通班六年級體育領域教學計畫表

第二學期							
教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
第 1 週	貳、體育 五.身體書法家	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。	Ib-III-1 模仿性與主題式創作舞。	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.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.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 2 週	貳、體育 五.身體書法家	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。	Ib-III-1 模仿性與主題式創作舞。	1.各組能發想隊形、「字」說自話、摩斯密碼挑戰、合作無間的設計，啟動各組創作表演，並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.分組練習後，學童能說明與解釋小組的身體活動特色與書法展現。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 3 週	貳、體育 五.身體書法家 六.鈴上雲霄	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	Ib-III-1 模仿性與主題式創作舞。 Ic-III-1 民俗運動組合動作與遊戲。	1.各組能發想隊形、「字」說自話、摩斯密碼挑戰、合作無間的設計，啟動各組創作表演，並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.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		挑戰的學習態度。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 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。 4d-III-3 宣導身體活動促進身心健康的效益。 1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。		2.分組練習後，學童能說明與解釋小組的身體活動特色與書法展現。 3.能從展演歷程中，分享舞蹈欣賞與創作的美感體驗。 4.能與小組成員完成展演，表現小組的創作成果。 5.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。 6.利用身體書法家活動，與家人互動並宣導身體活動促進身心健康的效益。 7.能了解扯鈴的歷史由來。 8.能說出並做出正確的扯鈴動作及名稱。			
第4週	貳、體育 六.鈴上雲霄	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。	Ic-III-1 民俗運動組合動作與遊戲。	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.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。					
第 5 週	貳、體育 六.鈴上雲霄	1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 2d-III-1 分享運動欣賞與創作的美感體驗。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 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。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。 4d-III-2 執行運動計畫，解決運動參與的阻礙。	Ic-III-1 民俗運動組合動作與遊戲。 Ic-III-2 民俗運動簡易性表演。	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。 3.欣賞扯鈴比賽中的優美動作。 4.能效仿扯鈴比賽中的優美動作與隊形。 5.能利用基本扯鈴動作編排一場表演。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
第 6 週	貳、體育 七.排球高手	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。	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。	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.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 7 週	貳、體育 七.排球高手	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。	Ha-III-1 網/ 牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	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。 3.能知道並做出輪轉方向及位置。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 8 週	貳、體育 七.排球高手 八.桌球精靈	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Ha-III-1 網/ 牆性球類運動基本動作及基礎戰	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，透過返回比賽驗證。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核		

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		2d-III-2 分辨運動賽事中選手和觀眾的角色和責任。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 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。	術。	2.能判斷位置並做出高手傳接球動作。 3.能知道正式比賽，球場上各角色所擔任的工作。 4.能使用數位手持裝置拍攝比賽影片供討論參考。 5.能了解如何利用桌球拍做出正手擊球、發球。 6.能運用桌球拍做出指定動作。	4.態度評量		
第 9 週	貳、體育 八.桌球精靈	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。 1d-III-2 比較自己或他人運動技能的正確性。 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，	Ha-III-1 網/ 牆性球類運動基本動作及基礎戰術。	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。 4.能認真並積極參與活動並與同學討論戰術。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		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。					
第 10 週	貳、體育 八.桌球精靈	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。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4d-III-1 養成規律運動習慣，維持動態生活。	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。	1.能利用比賽結果反思自己不足的技能，並討論出解決方案。 2.能規畫一個週期的運動方案並積極落實。 3.能了解終身運動的重要性。 4.能利用反覆練習正、反手擊球，並精進自己的技能。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 11 週	貳、體育 八.桌球精靈 九.角力主角我來當	3d-III-3 透過體驗或實踐，解	Bc-III-2 運動與疾病保健、終身運動相關知識。	1.能利用比賽結果反思自己不足的技能，並討論出解決方案。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核		

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		決練習或比賽的問題。 4d-III-1 養成規律運動習慣，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。	Ha-III-1 網/ 牆性球類運動基本動作及基礎戰術。 Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。	2.能規畫一個週期的運動方案並積極落實。 3.能認識角力運動、設施及場域。	4.態度評量		
第 12 週	貳、體育 九.角力主角我來當	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。	Bd-III-2 技擊組合動作與應用。	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。 4.能完成自由式角力基本動作練習。 5.能在練習時表現出勇於挑戰、積極投入的態度。 6.學童能展現角力基本動作技能的純熟度。 7.學童能解決練習時所面臨的問題。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
第 13 週	貳、體育 九.角力主角我來當	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-3 透過體驗或實踐，解決練習或比賽的問題。 4c-III-3 擬定簡易的體適能與運動計畫。	Bd-III-2 技擊組合動作與應用。	1.能完成自由式角力基本動作的練習。 2.能在練習時表現出勇於挑戰、積極投入的態度。 3.學童能展現角力基本動作技能的純熟度。 4.學童能解決練習時所面臨的問題。 5.能從優秀運動員的故事中學習到運動家精神。 6.透過國際賽影片賞析了解選手的責任及觀眾的角色。 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。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 14 週	貳、體育 十.百發百中	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。	Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。	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.能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.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		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。					
第 15 週	貳、體育 十.百發百中	1c-III-1 了解運動技能要素和基本運動規範。 1d-III-3 了解比賽的進攻和防守策略。 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。 3d-III-3 透過體驗或實踐，解	Hc-III-1 標的性球類運動基本動作及基礎戰術。	1.能了解穩定性對於標的性球類運動的重要性。 2.能藉由溝通、討論擬定比賽策略並在比賽中實踐及修正。 3.能了解木球的揮桿及比賽方式。 4.能解決在木球活動中遇到的問題。 5.能表現良好的木球擊球動作。 6.能檢視自己揮桿動作的技能表現。 7.能了解終身運動的意義及選擇終身運動的原則。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		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。					
第 16 週	貳、體育 十.百發百中 十一.水中樂逍遙	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。	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。	1.能了解木球的揮桿及比賽方式。 2.能解決在木球活動中遇到的問題。 3.能表現良好的木球擊球動作。 4.能檢視自己揮桿動作的技能表現。 5.能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、水中行進划手換氣。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		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。					
第 17 週	貳、體育 十一.水中樂逍遙	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	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。	1.能學會水中轉頭換氣 2.能學會持浮板打水划手換氣。 3.能學會捷泳聯合動作。 4.能擬定運動計畫，持續增強游泳技能。 5.能透過游泳接力賽，表現個人運動技能。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		

第二學期

教學進度 /重要行事	單元/主題名稱	學習重點		學習目標	評量方式	議題融入	備註
		學習表現	學習內容				
		動計畫。					
第 18 週	貳、體育 十一.水中樂逍遙	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。	Cc-III-1 水域休閒運動進階技能。	1.能認識水球運動的歷史、玩法及比賽規則。 2.能進行水球基礎動作：水中傳接球、水中運球、水中射門。 3.能進行水球比賽，並相互討論戰術，相互鼓勵、安慰與提醒。 4.能透過影片欣賞，了解水球比賽。 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。	1.觀察評量 2.口頭評量 3.行為檢核 4.態度評量		
第 19 週	總複習	2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。	Cb-III-3 各項運動裝備、設施、場域。	總複習本學期所學重點	口語評量		