**高雄市左營區福山國小 一 年級114學年度第 二 學期部定課程【健康與體育領域】課程計畫(新課綱)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 週次 | 單元/主題名稱 | 對應領域  核心素養指標 | 學習重點 | | 評量方式 | 議題融入 | 線上教學 | 跨領域統整或  協同教學規劃及線上教學規劃  (無則免填) |
| 學習內容 | 學習表現 |
| 1 | 健康  第一單元保護身體好健康  第一課身體好貼心  健康促進-疾病防治1節  體育  第四單元玩球樂  第一課拍球動一動 | 健體-E-A1 | Da-Ⅰ-2 身體的部位與衛生保健的重要性。  Hb-Ⅰ-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。 | 1a-Ⅰ-1 認識基本的健康常識。  3c-Ⅰ-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 口頭報告  實際操作 | 課綱：健體-安全-(安E6)  課綱：健體-人權-(人E3) |  |  |
| 2 | 健康  第一單元保護身體好健康  第二課五個好幫手  健康檢查-口腔檢查1節  體育  第四單元玩球樂  第一課拍球動一動 | 健體-E-A1 | Da-Ⅰ-2 身體的部位與衛生保健的重要性。  Hb-Ⅰ-1 陣地攻守性球類運動相關的簡易拍、拋、接、擲、傳、滾及踢、控、停之手眼、手腳動作協調、力量及準確性控球動作。 | 1a-Ⅰ-2 認識健康的生活習慣。  3d-Ⅰ-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | 口頭報告  實際操作 | 課綱：健體-人權-(人E3) |  |  |
| 3 | 健康  第一單元保護身體好健康  第二課五個好幫手  性侵害防治教育1節  體育  第四單元玩球樂  第二課拋擲我最行 | 健體-E-A1 | Da-Ⅰ-2 身體的部位與衛生保健的重要性。  Hc-Ⅰ-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 | 2a-Ⅰ-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  1c-Ⅰ-1 認識身體活動的基本動作。 | 口頭報告  實際操作 | 法定：健體-性侵害防治教育-(性E4)-1  課綱：健體-人權-(人E3) |  |  |
| 4 | 健康  第一單元保護身體好健康  第二課五個好幫手  健康檢查-身高、體重、視力1節  體育  第四單元玩球樂  第二課拋擲我最行 | 健體-E-A1 | Da-Ⅰ-2 身體的部位與衛生保健的重要性。  Hc-Ⅰ-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 | 4a-Ⅰ-2 養成健康的生活習慣。  3d-Ⅰ-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | 口頭報告  實際操作 | 課綱：健體-人權-(人E3) |  |  |
| 5 | 健康  第一單元保護身體好健康  第二課五個好幫手  性侵害防治教育1節  體育  第四單元玩球樂  第三課滾動新樂園 | 健體-E-A1 | Da-Ⅰ-2 身體的部位與衛生保健的重要性。  Hc-Ⅰ-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 | 4a-Ⅰ-2 養成健康的生活習慣。  3c-Ⅰ-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 口頭報告  實際操作 | 法定：健體-性侵害防治教育-(性E4)-1  課綱：健體-人權-(人E3) |  |  |
| 6 | 健康  第二單元健康飲食聰明吃  第一課飲食紅綠燈  體育  第四單元玩球樂  第三課滾動新樂園  戶外教育1節 | 健體-E-A1 | Ea-Ⅰ-2 基本的飲食習慣。  Hc-Ⅰ-1 標的性球類運動相關的簡易拋、擲、滾之手眼動作協調、力量及準確性控球動作。 | 2b-Ⅰ-2 願意養成個人健康習慣。  3d-Ⅰ-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | 口頭報告  實際操作 | 課綱：健體-人權-(人E3) |  |  |
| 7 | 健康  第二單元健康飲食聰明吃  第一課飲食紅綠燈  體育  第五單元伸展跑跳樂  第一課運動安全又健康 | 健體-E-A1 | Ea-Ⅰ-2 基本的飲食習慣。  Cb-Ⅰ-1 運動安全常識的認識、運動對身體健康的益處。 | 1a-Ⅰ-1 認識基本的健康常識。  4c-Ⅰ-2 選擇適合個人的身體活動。 | 口頭報告  實際操作 | 課綱：健體-安全-(安E4)  課綱：健體-安全-(安E7) | 線上教學 | 觀看影片：  因材網/教育雲數位學習入口網/健康與體育領域/10分鐘兒童有氧運動 |
| 8 | 健康  第二單元健康飲食聰明吃  第二課健康飲食我決定  健康飲食教育1節  體育  第五單元伸展跑跳樂  第二課毛巾伸展操 | 健體-E-A1 | Ea-Ⅰ-1 生活中常見的食物與珍惜食物。  Bc-Ⅰ-1 各項暖身伸展動作。 | 3b-Ⅰ-3 能於生活中嘗試運用生活技能。  3c-Ⅰ-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 口頭報告  實際操作 | 法定：健體-健康飲食教育-(健體-E-A1)-1 |  |  |
| 9 | 健康  第二單元健康飲食聰明吃  第二課健康飲食我決定  健康飲食教育1節  體育  第五單元伸展跑跳樂  第三課一起來跳繩 | 健體-E-A1  健體-E-C2 | Ea-Ⅰ-1 生活中常見的食物與珍惜食物。  Ic-Ⅰ-1 民俗運動基本動作與遊戲。 | 3b-Ⅰ-3 能於生活中嘗試運用生活技能。  4d-Ⅰ-1 願意從事規律身體活動。 | 口頭報告  實際操作 | 法定：健體-健康飲食教育-(健體-E-A1)-1 |  |  |
| 10 | 健康  第二單元健康飲食聰明吃  第二課健康飲食我決定  健康飲食教育1節  體育  第五單元伸展跑跳樂  第三課一起來跳繩 | 健體-E-A1  健體-E-C2 | Ea-Ⅰ-1 生活中常見的食物與珍惜食物。  Ic-Ⅰ-1 民俗運動基本動作與遊戲。 | 3b-Ⅰ-3 能於生活中嘗試運用生活技能。  3c-Ⅰ-2 表現安全的身體活動行為。 | 口頭報告  實際操作 | 法定：健體-健康飲食教育-(健體-E-A1)-1 |  |  |
| 11 | 健康  第二單元健康飲食聰明吃  第三課健康食物感恩吃  體育  第五單元伸展跑跳樂  第四課用報紙玩遊戲 | 健體-E-A1  健體-E-A2 | Ea-Ⅰ-2 基本的飲食習慣。  Ga-Ⅰ-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 3b-Ⅰ-3 能於生活中嘗試運用生活技能。  3c-Ⅰ-2 表現安全的身體活動行為。 | 口頭報告  實際操作 | 課綱：健體-品德-(品E7) |  |  |
| 12 | 健康  第二單元健康飲食聰明吃  第三課健康食物感恩吃  體育  第五單元伸展跑跳樂  第四課用報紙玩遊戲 | 健體-E-A1  健體-E-A2 | Ea-Ⅰ-2 基本的飲食習慣。  Ga-Ⅰ-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 3b-Ⅰ-3 能於生活中嘗試運用生活技能。  3c-Ⅰ-2 表現安全的身體活動行為。 | 口頭報告  實際操作 | 課綱：健體-品德-(品E7) | 線上教學 | 完成飲食行為量表：  因材網/教育雲數位學習入口網/健康與體育領域/健康九九:飲食行為量表 |
| 13 | 健康  第三單元健康防護罩  第一課健身體不舒服  登革熱防治教育1節  體育  第五單元伸展跑跳樂  第四課用報紙玩遊戲 | 健體-E-A2 | Fb-Ⅰ-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。  Ga-Ⅰ-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 2a-Ⅰ-1 發覺影響健康的生活態度與行為。  3c-Ⅰ-2 表現安全的身體活動行為。 | 口頭報告  實際操作 | 法定：健體-登革熱防治教育-(健體-E-A2)-1 |  |  |
| 14 | 健康  第三單元健康防護罩  第一課健身體不舒服  體育  第六單元模仿趣味多  第一課模仿真有趣 | 健體-E-A2  健體-E-C2 | Bb-Ⅰ-1 常見的藥物使用方法與影響。  Bd-Ⅰ-1 武術模仿遊戲。 | 1a-Ⅰ-1 認識基本的健康常識。  1d-Ⅰ-1 描述動作技能基本常識。 | 口頭報告  實際操作 | 課綱：健體-人權-(人E5) |  |  |
| 15 | 健康  第三單元健康防護罩  第一課健身體不舒服  體育  第六單元模仿趣味多  第二課模仿滾翻秀 | 健體-E-A2  健體-E-C2 | Bb-Ⅰ-1 常見的藥物使用方法與影響。  Ia-Ⅰ-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 1a-Ⅰ-1 認識基本的健康常識。  3d-Ⅰ-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | 口頭報告  實際操作 | 課綱：健體-人權-(人E5) |  |  |
| 16 | 健康  第三單元健康防護罩  第二課健遠離疾病有法寶  體育  第六單元模仿趣味多  第二課模仿滾翻秀 | 健體-E-A1  健體-E-C2 | Fb-Ⅰ-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。  Ia-Ⅰ-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 3a-Ⅰ-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。  3d-Ⅰ-1 應用基本動作常識，處理練習或遊戲問題。 | 口頭報告  實際操作 |  |  |  |
| 17 | 健康  第三單元健康防護罩  第二課健遠離疾病有法寶  體育  第六單元模仿趣味多  第三課走向綠地 | 健體-E-A1  健體-E-C2 | Fb-Ⅰ-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。  Ib-Ⅰ-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 3a-Ⅰ-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。  1c-Ⅰ-1 認識身體活動的基本動作。 | 口頭報告  實際操作 | 課綱：健體-人權-(人E3) |  |  |
| 18 | 健康  第三單元健康防護罩  第二課健遠離疾病有法寶  體育  第六單元模仿趣味多  第三課走向綠地 | 健體-E-A1  健體-E-C2 | Fb-Ⅰ-2 兒童常見疾病的預防與照顧方法。  Ib-Ⅰ-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 4b-Ⅰ-1 發表個人對促進健康的立場。  1c-Ⅰ-1 認識身體活動的基本動作。 | 口頭報告  實際操作 | 課綱：健體-人權-(人E3) | 線上教學 | 學習吧:  錄下學習動物、植物的影片，並上傳至學習吧 |
| 19 | 健康  第三單元健康防護罩  第三課健康好心情  家庭暴力防治教育1節  體育  第六單元模仿趣味多  第三課走向綠地 | 健體-E-A2  健體-E-C2 | Fa-Ⅰ-3 情緒體驗與分辨的方法。  Ib-Ⅰ-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 3b-Ⅰ-3 能於生活中嘗試運用生活技能。  3c-Ⅰ-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 口頭報告  實際操作 | 法定:健體-家庭暴力防治教育-(生E3)-1  課綱：健體-生命-(生E3)  課綱：健體-人權-(人E3) |  |  |
| 20 | 健康  第三單元健康防護罩  第三課健康好心情  體育  第六單元模仿趣味多  第三課走向綠地 | 健體-E-A2  健體-E-C2 | Fa-Ⅰ-3 情緒體驗與分辨的方法。  Ib-Ⅰ-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 3b-Ⅰ-3 能於生活中嘗試運用生活技能。  3c-Ⅰ-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 實作評量  口頭報告  學習單 | 課綱：健體-安全-(安E3)  課綱：健體-人權-(人E3) |  |  |
| 21 | 健康  第三單元健康防護罩  第三課健康好心情  健康促進-疾病防治1節  體育  第六單元模仿趣味多  第三課走向綠地 | 健體-E-A2  健體-E-C2 | Fa-Ⅰ-3 情緒體驗與分辨的方法。  Ib-Ⅰ-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 3b-Ⅰ-3 能於生活中嘗試運用生活技能。  3c-Ⅰ-1 表現基本動作與模仿的能力。 | 口頭報告 | 課綱：健體-安全-(安E3)  課綱：健體-人權-(人E3) |  |  |

備註：下學期自114年2月11日(三)開學正式上課（第1週）至113年6月30日(二)第2學期課程結束，下學期共21週，實際上課日數91天。