**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。