**高雄市左營區福山國小 一 年級114學年度第 一 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 | 健康第一單元健康又安全第一課校園好健康登革熱防治教育1節體育第四單元跑跳動起來第一課安全運動王 | 健體-E-A2健體-E-B1 | Ca-Ⅰ-1 生活中與健康相關的環境。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。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課綱：健體-性別平等-(性E3) |  |  |
| 2 | 健康第一單元健康又安全第二課危險！不能那樣玩體育第四單元跑跳動起來第二課伸展好舒適 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Ba-Ⅰ-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。Bc-Ⅰ-1 各項暖身伸展動作。 | 2a-Ⅰ-1 發覺影響健康的生活態度與行為。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E4)課綱：健體-人權-(人E8) |  |  |
| 3 | 健康第一單元健康又安全第二課危險！不能那樣玩體育第四單元跑跳動起來第三課健康起步走 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Ba-Ⅰ-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。Ga-Ⅰ-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 2b-Ⅰ-1 接受健康的生活規範。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-安全-(安E4)課綱：健體-人權-(人E8) |  |  |
| 4 | 健康第一單元健康又安全第三課就要這樣玩體育第四單元跑跳動起來第三課健康起步走 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Ba-Ⅰ-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。Ga-Ⅰ-1 走、跑、跳與投擲遊戲。 | 2b-Ⅰ-1 接受健康的生活規範。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-安全-(安E4)課綱：健體-人權-(人E8) |  |  |
| 5 | 健康第一單元健康又安全第三課就要這樣玩家庭暴力防治教育1節體育第四單元跑跳動起來第三課健康起步走 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Ba-Ⅰ-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。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-家庭暴力防治教育-(性E4)-1課綱：健體-人權-(人E7)課綱：健體-安全-(安E2)課綱：健體-安全-(安E4) |  |  |
| 6 | 健康第二單元小心！危險第一課上下學安全行體育第四單元跑跳動起來第四課和繩做朋友 | 健體-E-A2健體-E-A1 | Ba-Ⅰ-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。Ic-Ⅰ-1 民俗運動基本動作與遊戲。 | 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E4) | 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/跟交通安全Say Hi |
| 7 | 健康第二單元小心！危險第一課上下學安全行體育第五單元玩球趣味多第一課球兒滾呀滾 | 健體-E-A2 | Ba-Ⅰ-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。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。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E4) |  |  |
| 8 | 健康第二單元小心！危險第一課上下學安全行體育第五單元玩球趣味多第二課傳接跑跑跑 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Ba-Ⅰ-1 遊戲場所與上下學情境的安全須知。Hd-Ⅰ-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 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 | 課綱：健體-人權-(人E7)課綱：健體-安全-(安E2)課綱：健體-安全-(安E4) |  |  |
| 9 | 健康第二單元小心！危險第二課保護自己家庭暴力防治教育1節體育第五單元玩球趣味多第二課傳接跑跑跑 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Db-Ⅰ-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。Hd-Ⅰ-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 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-家庭暴力防治教育-(性E4)-1課綱：健體-人權-(人E7)課綱：健體-安全-(安E2)課綱：健體-安全-(安E4) |  |  |
| 10 | 健康第二單元小心！危險第二課保護自己家庭暴力防治教育1節體育第五單元玩球趣味多第二課傳接跑跑跑 | 健體-E-A2健體-E-C2 | Db-Ⅰ-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。Hd-Ⅰ-1 守備／跑分性球類運動相關的簡易拋、接、擲、傳之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 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-家庭暴力防治教育-(性E4)-1課綱：健體-性別平等-(性E11)課綱：健體-人權-(人E7)課綱：健體-安全-(安E2)課綱：健體-安全-(安E4) |  |  |
| 11 | 健康第三單元健康超能力第一課乾淨的我動物保護生命教育講座活動1節體育第五單元玩球趣味多第三課一線之隔 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Da-Ⅰ-1 日常生活中的基本衛生習慣。Ha-Ⅰ-1 網／牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 3a-Ⅰ-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。1c-Ⅰ-1 認識身體活動的基本動作。 | 口頭報告實際操作 | 課綱：品德-1課綱：性別平等-2 |  |  |
| 12 | 健康第三單元健康超能力第一課乾淨的我體育第五單元玩球趣味多第三課一線之隔 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Da-Ⅰ-1 日常生活中的基本衛生習慣。Ha-Ⅰ-1 網／牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 3a-Ⅰ-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。1c-Ⅰ-1 認識身體活動的基本動作。 | 口頭報告實際操作 | 課綱：品德-1課綱：性別平等-2 |  |  |
| 13 | 健康第三單元健康超能力第一課乾淨的我體育第五單元玩球趣味多第三課一線之隔 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Da-Ⅰ-1 日常生活中的基本衛生習慣。Ha-Ⅰ-1 網／牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 3a-Ⅰ-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。1c-Ⅰ-1 認識身體活動的基本動作。 | 口頭報告實際操作 | 課綱：品德-1課綱：性別平等-2 | 線上教學 | 學習吧:錄下連續拍球30下,並將影片上傳至學學吧 |
| 14 | 健康第三單元健康超能力第一課乾淨的我體育第五單元玩球趣味多第三課一線之隔校慶運動會預演2節 | 健體-E-A1健體-E-A2 | Da-Ⅰ-1 日常生活中的基本衛生習慣。Ha-Ⅰ-1 網／牆性球類運動相關的簡易拋、接、控、擊、持拍及拍、擲、傳、滾之手眼動作協調、力量及準確性控制動作。 | 3a-Ⅰ-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。2c-Ⅰ-1 表現尊重的團體互動行為。 | 口頭報告實際操作 | 課綱：品德-1課綱：安全-2 |  |  |
| 15 | 健康第三單元健康超能力第二課飲食好習慣健康飲食教育1節體育第六單元全身動一動第一課拳掌好朋友 | 健體-E-A1健體-E-C2 | Da-Ⅰ-1 日常生活中的基本衛生習慣。Ea-Ⅰ-2 基本的飲食習慣。Bd-Ⅰ-1 武術模仿遊戲。 | 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-健康飲食教育-(健體-E-A1)-1課綱：健體-家庭-(家E11)課綱：健體-人權-(人E5) |  |  |
| 16 | 健康第三單元健康超能力第二課飲食好習慣健康飲食教育1節體育第六單元全身動一動第二課大樹愛遊戲 | 健體-E-A1健體-E-C2 | Ea-Ⅰ-2 基本的飲食習慣。Ia-Ⅰ-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 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-健康飲食教育-(健體-E-A1)-1課綱：健體-家庭-(家E11)課綱：健體-人權-(人E5) |  |  |
| 17 | 健康第三單元健康超能力第二課飲食好習慣健康飲食教育1節體育第六單元全身動一動第二課大樹愛遊戲 | 健體-E-A1健體-E-C2 | Ea-Ⅰ-2 基本的飲食習慣。Ia-Ⅰ-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 4a-Ⅰ-2 養成健康的生活習慣。2c-Ⅰ-2 表現認真參與的學習態度。 | 口頭報告實際操作 | 法定：健體-健康飲食教育-(健體-E-A1)-1課綱：健體-家庭-(家E11)課綱：健體-人權-(人E5) |  |  |
| 18 | 健康第三單元健康超能力第三課好好愛身體性侵害防治教育1節體育第六單元全身動一動第二課大樹愛遊戲 | 健體-E-A1健體-E-C2 | Db-Ⅰ-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。Ia-Ⅰ-1 滾翻、支撐、平衡、懸垂遊戲。 | 3a-Ⅰ-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。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-性侵害防治教育-(性E4)-1課綱：健體-性別平等-(性E1)課綱：健體-性別平等-(性E6)課綱：健體-人權-(人E5) |  |  |
| 19 | 健康第三單元健康超能力第三課好好愛身體性侵害防治教育1節體育第六單元全身動一動第三課和風一起玩 | 健體-E-A1健體-E-C2 | Db-Ⅰ-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。Ib-Ⅰ-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 3a-Ⅰ-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。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-性別平等-(性E6)課綱：健體-人權-(人E3) | 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/臺灣健康促進學校/潔牙 |
| 20 | 健康第三單元健康超能力第三課好好愛身體性侵害防治教育1節體育第六單元全身動一動第三課和風一起玩 | 健體-E-A1健體-E-C2 | Da-Ⅰ-1 日常生活中的基本衛生習慣。Ib-Ⅰ-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 3a-Ⅰ-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。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-性別平等-(性E6)課綱：健體-人權-(人E3) |  |  |
| 21 | 健康第三單元健康超能力第三課好好愛身體兒童及少年性剥削防治教育1節體育第六單元全身動一動第三課和風一起玩 | 健體-E-A1健體-E-C2 | Da-Ⅰ-1 日常生活中的基本衛生習慣。Ib-Ⅰ-1 唱、跳與模仿性律動遊戲。 | 3a-Ⅰ-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。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-兒童及少年性剝削防治教育-(性E4)-1健體-性別平等-(性E6)課綱：健體-人權-(人E3) |  |  |

備註：自114年9月1日(星期一)開學正式上課（第1週）至115年1月**21**日(星期三)第1學期課程結束，共21週，實際上課日數為96天。