**高雄市左營區福山國小 三 年級第 一 學期部定課程【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 | | 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 | 單元一對抗惡視力  活動1眼睛視茫茫  健康促進-疾病防治1節 | 健體-E-A1 | Da-II-1 良好的衛生習慣。  Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。 | 1a-II-2 了解促進健康的生活方法。  2b-II-1 遵守健康的生活規範。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 法定:家庭-3  課綱:健體-安全-(安E2)-1 |  |  |
| 2 | 單元一對抗惡視力  活動2護眼小專家 | 健體-E-A1 | Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。 | 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。  2a-II-2 遵守健康的生活規範。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 法定:家庭-3 |  |  |
| 3 | 單元二安全小達人  活動1居家安全面面觀  健康檢查-口腔檢查1節 | 健體-E-A3 | Ba-II-1 居家、交通及戶外環境潛在危機的警覺與安全須知。 | 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。  4a-II-2 展現促進健康的行為。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 課綱:安全-3  課綱:健體-安全-(安E6)-1 |  |  |
| 4 | 單元二安全小達人  活動2交通安全我最行  健康檢查-身高、體重、視力1節 | 健體-E-A2 | Ba-II-1 居家、交通及戶外環境潛在危機的警覺與安全須知。 | 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。  4a-II-2 展現促進健康的行為。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 課綱:安全-3  課綱:健體-安全-(安E6)-1 | 線上教學 |  |
| 5 | 單元二安全小達人  活動3戶外安全有妙招 | 健體-E-A2 | Ba-II-1 居家、交通及戶外環境潛在危機的警覺與安全須知。 | 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 課綱:安全-3 |  |  |
| 6 | 單元三急救小尖兵  活動1傷口處理DIY  傳染病防治教育疫苗接種1節 | 健體-E-C1 | Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理。  Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局的認識。 | 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。  4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 法定:家庭-3  課綱:安全-3  課綱:健體-安全-(安E13)-1 |  |  |
| 7 | 單元三急救小尖兵  活動1傷口處理DIY | 健體-E-A2 | Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局的認識。  Fb-II-3 正確的就醫習慣。 | 3a-II-1 演練基本的健康技能。  3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 法定:家庭-3  課綱:安全-3 |  |  |
| 8 | 單元三急救小尖兵  活動2英勇救援隊 | 健體-E-C1 | Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理。  Fb-II-3 正確的就醫習慣。 | 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。  4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 法定:家庭-3  課綱:安全-3 |  |  |
| 9 | 單元四戰勝病魔王  活動1腸胃拉警報  健康促進─視力保健與健康體位1節  融入登革熱防治教育1節  融入健康飲食教育1節 | 健體-E-A1 | Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。 | 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 法定:家庭-3  課綱:健體-安全-(安E6)-1  法定：健體-安全-(安E2)-1  法定：健康-安全-(安E4)-1 |  |  |
| 10 | 單元四戰勝病魔王  活動2眼睛生病了 | 健體-E-A1 | Fb-II-1 自我健康狀態檢視方法與健康行為的維持原則。 | 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 法定:家庭-3 |  |  |
| 11 | 單元四戰勝病魔王  活動3流感不要來 | 健體-E-A1 | Da-II-1 良好的衛生習慣。  Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。 | 1a-II-2 認了解促進健康生活的方法。  1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 法定:家庭-3 |  |  |
| 12 | 單元五健康好體能  活動1樂跑健康行  戶外教學1節 | 健體-E-A3 | Ab-II-1 體適能活動。  Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。  4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 課綱:安全-3  課綱︰健康-戶外-(戶E7)-1 |  |  |
| 13 | 單元五健康好體能  活動2身體真奇妙、活動3安全活動停看聽 | 健體-E-A2 | Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。  Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。  2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 課綱:安全-3 | 線上教學 |  |
| 14 | 單元六躍動活力秀  活動1支撐躍動  校慶運動會預演3節 | 健體-E-B1 | Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。 | 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善互動行為。  3c-II-1 表現聯合性動作技能。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 課綱:安全-3  課綱:健體-生涯規劃-(涯E6)  -3 |  |  |
| 15 | 單元六躍動活力秀  活動2你踢我防  校慶運動會2節 | 健體-E-C2 | Bd-II-2 技擊基本動作。 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。  4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 課綱:安全-3  課綱:健體-生涯規劃-(涯E6)  -2 |  |  |
| 16 | 單元六躍動活力秀  活動3舞動活力 | 健體-E-A2 | Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 | 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。  3c-II-1 表現聯合性動作技能。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 課綱:安全-3 |  |  |
| 17 | 單元七運動合作樂  活動1拋準動動腦 | 健體-E-A2 | Hc-II-1 標的性相關的拋球、擲球、滾球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。  4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 課綱:安全-3 |  |  |
| 18 | 單元七運動合作樂  活動2趣味排球 | 健體-E-A2 | Ha-II-1 網／牆性球類運動相關的拋接球、持拍控球、擊球及拍擊球、傳接球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。  3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 課綱:安全-3 |  |  |
| 19 | 單元八一起來打球  活動1傳球達陣 | 健體-E-A2 | Hb-II-1 攻守入侵性運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。  3c-II-1 表現聯合性動作技能。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 課綱:安全-3 | 線上教學 |  |
| 20 | 單元八一起來打球  活動2傳球搬運工 | 健體-E-A2 | Hb-II-1 攻守入侵性運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。  3c-II-1 表現聯合性動作技能。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 課綱:安全-3 |  |  |
| 21 | 單元八一起來打球  活動3傳球高射砲、活動4打擊高手 | 健體-E-A2 | Hb-II-1 攻守入侵性運動相關的拍球、拋接球、傳接球、擲球及踢球、帶球、追逐球、停球之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。  1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 | 聽力與口語溝通  實際操作  行為觀察 | 課綱:安全-3 |  |  |

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**20**日(星期二)第1學期課程結束，共21週，實際上課日數為99天