**高雄市左營區福山國小 三 年級第 二 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 | 單元一成長時光機活動1我從哪裡來、活動2成長的奧妙健康促進─疾病防治1節融入性侵害防治教育3節 | 健體-E-A2 | Aa-II-1 生長發育的意義與成長個別差異。 | 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。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 | 課綱:生命-3課綱:健體-安全-(安E2)-1法定：健體-性平-(性E5)-3 |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | 單元一成長時光機活動3一生的變化融入家庭暴力防治教育3節 | 健體-E-B1 | Aa-II-2 人生各階段發展的順序與感受。 | 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 | 聽力與口語溝通實際操作行為觀察 | 課綱:生命-3法定:家庭-3法定：健體-家庭-(家E4)-3 |  |  |
| 4 | 單元二健康滿點活動1腸胃舒服沒煩惱融入健康飲食教育3節健康檢查─口腔檢查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。Fb-II-3 正確就醫習慣。 | 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感和嚴重性。2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 | 聽力與口語溝通實際操作行為觀察 | 法定:家庭-3法定：健康-安全-(安E4)-3課綱:健體-安全-(安E6)-1 | 線上教學 |  |
| 5 | 單元二健康滿點活動2健康好厝邊健康檢查-身高、體重、視力1節 | 健體-E-A1 | Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。 | 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 | 課綱:資訊-3 |  |  |
| 6 | 單元三驚險一瞬間活動1火災真可怕 | 健體-E-A2 | Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。 | 1a-II-2 了解促進健康的生活方法。3a-II-1 演練基本的健康技能。 | 聽力與口語溝通實際操作行為觀察 | 課綱:防災-3 |  |  |
| 7 | 單元三驚險一瞬間活動2防火大作戰 | 健體-E-A2 | Ba-II-3 防火、防震、防颱措施及逃生避難基本技巧。 | 1a-II-2 了解促進健康的生活方法。4b-II-2 使用事實證據來支持促進健康的立場。 | 聽力與口語溝通實際操作行為觀察 | 課綱:防災-3 |  |  |
| 8 | 單元四垃圾變少了活動1垃圾大麻煩、活動2垃圾分類小達人融入登革熱防治教育 1 節 | 健體-E-C1 | Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 | 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。3a-II-1 演練基本的健康技能。 | 聽力與口語溝通實際操作行為觀察 | 法定:環境-3法定：健康-安全-(安E2)-1 |  |  |
| 9 | 單元四垃圾變少了活動2垃圾分類小達人融入低碳環境教育1節 | 健體-E-C1 | Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。4b-II-2 使用事實證據來支持自己促進健康的立場。 | 聽力與口語溝通實際操作行為觀察 | 法定:環境-3法定：健體-能源-(能E8)-1 |  |  |
| 10 | 單元五運動補給站活動1我是飛毛腿 | 健體-E-C2 | 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。3d-II-1 運動技能的練習策略。 | 聽力與口語溝通實際操作行為觀察 | 課綱:安全-3 |  |  |
| 11 | 單元五運動補給站活動2同心協力 | 健體-E-C2 | Cb-II-2 學校運動賽會。Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 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 |  |
| 12 | 單元五運動補給站活動3繩的力量、活動4社區運動資源 | 健體-E-A2 | Cb-II-4 社區運動活動空間與場域。Ic-II-1 民俗運動基本動作與串接。 | 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。4c-II-1 了解影響運動參與的因素，選擇提高體適能的運動計畫與資源。 | 聽力與口語溝通實際操作行為觀察 | 課綱:安全-3 |  |  |
| 13 | 單元六歡樂運動會活動1迎接運動會 | 健體-E-A1 | Cb-II-2 學校性運動賽會。 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 | 聽力與口語溝通實際操作行為觀察 | 課綱:法治-3課綱:閱讀-3 |  |  |
| 14 | 單元六歡樂運動會活動2前滾翻 | 健體-E-B3 | Ia-II-1 滾翻支撐、平衡與擺盪動作。 | 3c-II-1 表現聯合性動作技能。3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。 | 聽力與口語溝通實際操作行為觀察 | 課綱:品德-3 |  |  |
| 15 | 單元六歡樂運動會活動3海洋之舞融入海洋教育1節 | 健體-E-C2 | Ib-II-2 土風舞遊戲。Cb-II-2 學校性運動賽會。 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。 | 聽力與口語溝通實際操作行為觀察 | 課綱:安全-3法定：社會-海洋-(海E3) |  |  |
| 16 | 單元六歡樂運動會活動3海洋之舞 | 健體-E-A1 | Ib-II-2 土風舞遊戲。Cb-II-2 學校性運動賽會。 | 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 |  |  |
| 17 | 單元七一起來PLAY活動1足下傳球真功夫、活動2射門大進擊 | 健體-E-A2 | Hb-II-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、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-2 描述自己或他人動作技能的正確性。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:品德-3 |  |  |
| 18 | 單元七一起來PLAY活動3桌球乒乓碰 | 健體-E-C1 | 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-1 遵守上課規範和運動比賽規則。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:品德-3 |  |  |
| 19 | 單元七一起來PLAY活動4你丟我閃 | 健體-E-C1 | Hb-II-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、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。3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 | 聽力與口語溝通實際操作行為觀察 | 課綱:品德-3 | 線上教學 |  |
| 20 | 單元八水中悠游活動1海中浮潛真有趣、活動2泳池安全擺第一 | 健體-E-A2 | Cc-II-1 水域休閒運動基本技能。Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。 | 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念。2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 | 聽力與口語溝通實際操作行為觀察 | 法定:海洋-3 |  |  |
| 21 | 單元八水中悠游活動3雙腳打水我最行健康促進─疾病防治1節 | 健體-E-A1 | Gb-II-1 戶外戲水安全知識、離地蹬牆漂浮。Gb-II-2 打水前進、簡易性游泳遊戲。 | 3c-II-2 透過身體活動，探索運動潛能與表現正確的身體活動。4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 | 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E2)-1 |  |  |

備註：自115年**2月11日(星期三)開學日**（第1週）至115年6月**30**日(星期二)第2學期課程結束，共21週，實際上課日數為**92**天