**高雄市左營區福山國小114年級第 上 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 |
| 一 | 單元一飲食智慧王  活動1飲食新概念  健康促進-疾病防治1節 | A2系統思考與解決問題 | Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。  Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。 | 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。  2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 | 學習單  口頭報告 |  |  |  |
| 二 | 單元一飲食智慧王  活動2飲食生活面面觀 | A2系統思考與解決問題 | Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。  Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。  2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 | 學習單 |  |  |  |
| 三 | 單元一飲食智慧王  活動2飲食生活面面觀  融入健康飲食教育3節  健康檢查-口腔檢查1節 | A2系統思考與解決問題 | Ea-II-1 食物與營養的種類和需求。  Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。 | 1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。  2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 | 口頭報告 | 法定:健體-家庭-(家E10)-2 |  |  |
| 四 | 單元二快樂每一天  活動1校慶運動會  健康檢查-身高、體重、視力1節  融入游泳與自救能力教學3節  游泳教學3節 | A1身心素質與自我精進 | Fb-II-3 情緒的類型與調適方法。 | 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。  3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。 | 行為觀察 | 法定:健體-海洋-(海E2)-3 |  |  |
| 五 | 單元二快樂每一天  活動2明日之星 | A1身心素質與自我精進 | Fa-II-1 自我價值提升的原則。 | 3b-II-1 透過模仿學習，表現基本的自我調適技能。 | 學習單  口頭報告 |  |  |  |
| 六 | 單元二快樂每一天  活動3我愛我的家  傳染病防治教育-疫苗接種1節  融入登革熱防治教育1節 | A1身心素質與自我精進 | Fb-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 | 3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。  3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境 | 學習單 | 法定:健體-安全-(安E5)-1 |  |  |
| 七 | 單元三克癮防衛隊  活動1消滅菸 蟲行動 | C1道德實踐與公民意識 | Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。  Bb-II-3 無菸家庭與校園的健康信念。 | 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。  4b-II-2 使用事實證據來支持自己促進健康的立場。 | 口頭報告 |  |  |  |
| 八 | 單元三克癮防衛隊  活動2癮力效應 | A3規劃執行與創新應變 | Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。  Ca-II-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 | 3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。  4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。 | 學習單 |  |  |  |
| 九 | 單元四體能我最棒  活動1體適能知多少  健康促進─視力保健與健康體位1節 | A3規劃執行與創新應變 | Ab-II-2 體適能自我檢測方法。 | 3c-II-1 表現聯合性動作技能。  4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 | 實際操作 |  |  |  |
| 十 | 單元四體能我最棒  活動2體適能大挑戰 | A2系統思考與解決問題 | Ab-II-1 體適能活動。 | 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。 | 實際操作 |  |  |  |
| 十一 | 單元四體能我最棒  活動3支撐擺盪 | A1身心素質與自我精進 | Ab-II-1 體適能活動。  Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。  3c-II-1 表現聯合性動作技能。 | 實際操作 |  |  |  |
| 十二 | 單元五運動力與美  活動1「鈴」聲響起 | C2人際關係與團隊合作 | Ic-II-1 民俗性運動基本動作與串接。 | 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。 | 行為觀察  實際操作 |  |  |  |
| 十三 | 單元五運動力與美  活動2飛天旋轉 | C2人際關係與團隊合作 | Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。 | 3d-II-1 運用動作技能的練習策略。  4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。 | 實際操作 |  |  |  |
| 十四 | 單元六跑跳擲我最行  活動1更快、更高、更強  校慶運動會3節 | C3多元文化與國際理解 | Cb-II-3 奧林匹克運動會的起源與訴求。 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。  2d-II-2 參與並欣賞多元性身體活動。 | 實際操作 | 課綱:健體-生涯規劃-(涯E6)  -3 |  |  |
| 十五 | 單元六跑跳擲我最行  活動2田徑跑跳擲 | A3規劃執行與創新應變 | Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 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。 | 實際操作 |  |  |  |
| 十六 | 單元六跑跳擲我最行  活動2田徑跑跳擲 | A3規劃執行與創新應變 | Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 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。 | 實際操作 |  |  |  |
| 十七 | 單元六跑跳擲我最行  活動3誰能擲得遠 | A1身心素質與自我精進 | Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。  3c-II-1 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。 | 實際操作  行為觀察 |  |  |  |
| 十八 | 單元七運動衝衝衝  活動1快接快傳、活動2運球好好玩 | B1符號運用與溝通表達 | 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。  3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 | 實際操作  行為觀察 |  |  |  |
| 十九 | 單元七運動衝衝衝  活動3運球追追追、活動4防守不漏接 | A2系統思考與解決問題 | 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。 | 3c-II-1 表現聯合性動作技能。  4c-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的身體活動。 | 實際操作 |  |  |  |
| 二十 | 單元七運動衝衝衝  活動5防守九人組 | B1符號運用與溝通表達 | 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-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。 | 實際操作  行為觀察 |  |  |  |
| 二十一 | 單元七運動衝衝衝  活動6隔網出擊 | C2系統思考與解決問題 | Ha-II-1 網/牆性相關的拋接球、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。 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。  3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 | 實際操作  行為觀察 |  |  |  |

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