**高雄市田寮區新興國小四年級第一學期部定課程【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 | 壹、健康元氣站 一.戶外教學安全行貳、揪團來運動 五.跳躍精靈 | 健體-E-A1 健體-E-C2  | Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 1a-II-2了解促進健康生活的方法。1c-II-1 認識身體活動的動作技能。2a-II-2注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。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。 | .口試.實作 | 課綱：健體-安全-(安E2)課綱：健體-戶外-(戶E1)課綱：健體-品德-(品E3) |  |  |
| 2 | 壹、健康元氣站 一.戶外教學安全行貳、揪團來運動 五.跳躍精靈 | 健體-E-A1 健體-E-C2  | Ab-II-2 體適能自我檢測方法。Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。1c-II-1 認識身體活動的動作技能。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。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。 | .口試.實作.作業 | 課綱：健體-安全-(安E2)課綱：健體-戶外-(戶E1)課綱：健體-品德-(品E3) |  |  |
| 3 | 壹、健康元氣站 一.戶外教學安全行貳、揪團來運動 五.跳躍精靈 六.健康體適能 | 健體-E-A1 健體-E-C2  | Ab-II-1 體適能活動。Ab-II-2 體適能自我檢測方法。Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。 | 1a-II-2 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。1c-II-1 認識身體活動的動作技能。2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。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。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。 | .筆試.口試.實作 | 課綱：健體-安全-(安E2)課綱：健體-戶外-(戶E1)課綱：健體-品德-(品E3) |  |  |
| 4 | 壹、健康元氣站 一.戶外教學安全行貳、揪團來運動 六.健康體適能 | 健體-E-A1  | Ab-II-1 體適能活動。Ab-II-2 體適能自我檢測方法。Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。 | 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。1c-II-1 認識身體活動的動作技能。1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。2b-II-1 遵守健康的生活規範。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。 | .口試.實作 | 課綱：健體-安全-(安E2)課綱：健體-戶外-(戶E1) |  |  |
| 5 | 壹、健康元氣站 一.戶外教學安全行貳、揪團來運動 六.健康體適能 | 健體-E-A1  | Ab-II-1 體適能活動。Ab-II-2 體適能自我檢測方法。Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理方法。 | 1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。1c-II-1 認識身體活動的動作技能。1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。3a-II-1 演練基本的健康技能。3c-II-1 表現聯合性動作技能。4a-II-2 展現促進健康的行為。 | .實作.作業 | 課綱：健體-安全-(安E2)課綱：健體-戶外-(戶E1) |  |  |
| 6 | 壹、健康元氣站 二.遠離菸酒檳貳、揪團來運動 六.健康體適能 七.舞力四射 | 健體-E-A1健體-E-A2 健體-E-B3健體-E-C1 健體-E-C2  | Ab-II-2 體適能自我檢測方法。Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。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。 | .口試.實作 | 課綱：健體-人權-(人E7)課綱：健體-品德-(品E2)課綱：健體-安全-(安E4) |  |  |
| 7 | 壹、健康元氣站 二.遠離菸酒檳貳、揪團來運動 七.舞力四射 | 健體-E-A2 健體-E-B3 健體-E-C1 健體-E-C2 | Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。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。 | .口試.實作 | 課綱：健體-人權-(人E7)課綱：健體-品德-(品E2) |  |  |
| 8 | 壹、健康元氣站 二.遠離菸酒檳貳、揪團來運動 七.舞力四射 | 健體-E-A2 健體-E-B3健體-E-C1健體-E-C2  | 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。Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。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。 | .筆試.口試.實作.作業 | 課綱：健體-人權-(人E7)課綱：健體-品德-(品E2) |  |  |
| 9 | 壹、健康元氣站 二.遠離菸酒檳貳、揪團來運動 八.我是小勇士 | 健體-E-A2 健體-E-C1 | Bb-II-2 吸菸、喝酒、嚼檳榔對健康的危害與拒絕技巧。Bd-II-2 技擊基本動作。 | 1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。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。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。 | .口試.實作.作業 | 課綱：健體-人權-(人E7)課綱：健體-品德-(品E2) |  |  |
| 10 | 壹、健康元氣站 二.遠離菸酒檳貳、揪團來運動 八.我是小勇士 | 健體-E-A2 健體-E-C1  | 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。Bd-II-2 技擊基本動作。 | 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。2b-II-1 遵守健康的生活規範。2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。3b-II-2 能於引導下，表現基本的人際溝通互動技能。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。4a-II-2 展現促進健康的行為。4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。 | .口試.實作.作業 | 課綱：健體-人權-(人E7)課綱：健體-品德-(品E2) |  |  |
| 11 | 壹、健康元氣站 三.嗶嗶！別越界貳、揪團來運動 八.我是小勇士 九.排球小子 | 健體-E-A2 健體-E-C2  | Bd-II-2 技擊基本動作。Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。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。 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。1c-II-2 認識身體活動的傷害和防護概念1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。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。 | .口試.實作 | 課綱：健體-性別-(性E4)課綱：健體-生命-(生E2)課綱：健體-品德-(品E3) |  |  |
| 12 | 壹、健康元氣站 三.嗶嗶！別越界貳、揪團來運動 九.排球小子 | 健體-E-A2健體-E-C2  | Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。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。 | 1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。3a-II-1 演練基本的健康技能。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。 | .口試.實作 | 課綱：健體-性別-(性E4)課綱：健體-生命-(生E2)課綱：健體-品德-(品E3) |  |  |
| 13 | 壹、健康元氣站 三.嗶嗶！別越界貳、揪團來運動 九.排球小子 | 健體-E-A2 健體-E-C2  | Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。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。 | 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。3a-II-1 演練基本的健康技能。3c-II-1 表現聯合性動作技能。3d-II-1 運用動作技能的練習策略。 | .口試.實作.作業 | 課綱：健體-性別-(性E4)課綱：健體-生命-(生E2)課綱：健體-品德-(品E3) |  |  |
| 14 | 壹、健康元氣站 三.嗶嗶！別越界貳、揪團來運動 十.歡樂棒球 | 健體-E-A2 健體-E-C2  | Db-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。Hd-II-1 守備/ 跑分性球類運動相關的拋接球、傳接球、擊球、踢球、跑動踩壘之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 | .口試.實作.作業 | 課綱：健體-性別-(性E4)課綱：健體-生命-(生E2) | □線上教學 | 師生使用Google Classroom/Meet進行線上教學。 |
| 15 | 壹、健康元氣站 三.嗶嗶！別越界貳、揪團來運動 十.歡樂棒球 | 健體-E-A2 健體-E-C2  | Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。Hd-II-1 守備/ 跑分性球類運動相關的拋接球、傳接球、擊球、踢球、跑動踩壘之時間、空間及人與人、人與球關係攻防概念。 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。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。4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。 | .口試.實作.作業 | 課綱：健體-性別-(性E4)課綱：健體-生命-(生E2) |  |  |
| 16 | 壹、健康元氣站 四.我愛地球貳、揪團來運動 十.歡樂棒球 十一.功夫小子養成班 | 健體-E-A1健體-E-A2 健體-E-C1 健體-E-C2 | Bd-II-1 武術基本動作。Cb-II-4 社區運動活動空間與場域。Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 | 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。1c-II-1 認識身體活動的動作技能。2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。2d-II-2 表現觀賞者的角色和責任。2d-II-3 參與並欣賞多元性身體活動。4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 | .口試.實作 | 課綱：健體-環境-(環E5)課綱：健體-環境-(環E15) | □線上教學 | 師生使用Google Classroom/Meet進行線上教學。 |
| 17 | 壹、健康元氣站 四.我愛地球貳、揪團來運動 十一.功夫小子養成班 | 健體-E-A1健體-E-A2 健體-E-C1 | Bd-II-1 武術基本動作。Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 | 1c-II-1 認識身體活動的動作技能。2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。3d-II-1 運用動作技能的練習策略。4a-II-2 展現促進健康的行為。 | .口試.實作.作業 | 課綱：健體-環境-(環E5)課綱：健體-環境-(環E15) |  |  |
| 18 | 壹、健康元氣站 四.我愛地球貳、揪團來運動 十一.功夫小子養成班 | 健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-C1  | Bd-II-1 武術基本動作。Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。 | 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。3c-II-1 表現聯合性動作技能。4d-II-1 培養規律運動的習慣並分享身體活動的益處。 | .口試.實作.作業 | 課綱：健體-環境-(環E5)課綱：健體-環境-(環E15) | □線上教學 | 師生使用Google Classroom/Meet進行線上教學。 |
| 19 | 壹、健康元氣站 四.我愛地球貳、揪團來運動 十二.旋轉之美 | 健體-E-A1 健體-E-C1健體-E-C3  | Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。Ic-II-1 民俗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。2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。2c-II-3 表現主動參與、樂於嘗試的學習態度。3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。3c-II-1 表現聯合性動作技能。 | .口試.實作.作業 | 課綱：健體-環境-(環E5)課綱：健體-環境-(環E15) |  |  |
| 20 | 壹、健康元氣站 四.我愛地球貳、揪團來運動 十二.旋轉之美 | 健體-E-A1 健體-E-C1 健體-E-C3  | Ca-II-2 環境汙染對健康的影響。Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。Ic-II-1 民俗運動基本動作與串接。 | 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。3c-II-1 表現聯合性動作技能。3d-II-1 運用動作技能的練習策略。4a-II-2 展現促進健康的行為。4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。4c-II-2 了解個人體適能與基本運動能力表現。 | .筆試.口試.實作 | 課綱：健體-環境-(環E5)課綱：健體-環境-(環E15) |  |  |
| 21 | 總複習 |  |  |  |  |  |  |  |