高雄市屏山國民小學103學年度第2學期

四年級健康與體育領域課程計畫

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 教材來源 | 南一版第八冊 | 教學節數：每週3節 學期共56+1節 |
| 設 計 者 | 四年級教學團隊 | 教學者 | 四年級教學團隊 |
| 學期學習目標 | 1.學習及重視兒童期的生長發育。2.了解牙齒保健的重要性及培養良好的衛生習慣。3.能運用自己的肢體做身體活動。4.能運用同心圓練習傳接球，練習移位控制能力。5.學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達。6.能完成原地跳起及跨步轉身90度以及180度的動作。7.能正確做出原地跳轉入跳高墊，並用側滾翻離開跳高墊的動作，並說明動作要領。8.能了解扯鈴並運用扯鈴器材進行簡單遊戲。9.能描述穿越馬路的行為如何影響個人和他人安全。10.能依受傷情況採取應變措施。11.能明瞭並熟練火災發生時的應變措施及逃生方式。12.能認識社區運動場所，並參與其中。13.能認識CAS、安全玩具、純鮮乳、健康食品等政府認可的優良食品標誌。14.能認識食品標示的內容。15.和異性一起活動時，能表現出尊重、有禮貌的行為。 |
| 融入重大議題之能力指標 | 【性別平等教育】1-2-7了解家庭成員的角色分工，不受性別的限制。2-2-2尊重兩性在溝通的過程中平等的表達機會。2-2-4學習在團體中兩性共同合作以解決問題。2-2-5學習溝通協調的能力，促進兩性和諧的互動。【家政教育】1-2-4察覺食物在烹調、貯存、加工等情況下的變化。3-2-3養成良好的生活習慣。3-2-5認識基本的消費者權利與義務。4-2-1了解個人具有不同的特質。【人權教育】1-2-1欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。【資訊教育】4-2-1能進行網路基本功能的操作。【環境教育】1-2-1覺知環境與個人身心健康的關係。2-2-1能了解生活周遭的環境問題及其對個人、學校與社區的影響。3-2-2培養對自然環境的熱愛與對戶外活動的興趣，建立個人對自然環境的責任感。 |
| 週次 | 能力指標 | 單元名稱 | 節數 | 評量方式 | 備註 |
| 一0211-0217 | 1-2-1辨識影響個人成長與行為的因素。1-2-2應用肢體發展之能力，從事適當的身體活動。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。 | <健康>一、身體的成長<體育>八、武術真好玩 | 健康（1）體育（2） | 口試實作作業報告 | 本週課程已調整至1/21~1/27實施【家政教育】3-2-3【環境教育】2-2-1【資訊教育】4-2-1 |
| 二0224-0227 | 1-2-1辨識影響個人成長與行為的因素。1-2-2應用肢體發展之能力，從事適當的身體活動。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。 | <健康>一、身體的成長<體育>八、武術真好玩性侵害防治教育 | 健康（1）體育（2） | 口試實作作業報告 | 【家政教育】3-2-3【環境教育】2-2-1【資訊教育】4-2-1 |
| 三0302-0306 | 2-2-3瞭解、接納並尊重不同族群或國家的飲食型態與特色。2-2-4運用食品及營養標示的訊息，選擇符合營養、安全、經濟的食物。2-2-6分享並討論運動與飲食的經驗，並建立個人的健康行為。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>二、健康飲食有一套飲食教育課程<體育>九、跳躍遊戲 | 健康（1）體育（2） | 表演實作口試 | 【家政教育】4-2-1【性別平等教育】2-2-4 |
| 四0309-0313 | 2-2-3瞭解、接納並尊重不同族群或國家的飲食型態與特色。2-2-4運用食品及營養標示的訊息，選擇符合營養、安全、經濟的食物。2-2-6分享並討論運動與飲食的經驗，並建立個人的健康行為。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>二、健康飲食有一套飲食教育課程<體育>九、跳躍遊戲 | 健康（1）體育（2） | 表演實作口試 | 【家政教育】4-2-1【性別平等教育】2-2-4 |
| 五0316-0320 | 2-2-3瞭解、接納並尊重不同族群或國家的飲食型態與特色。2-2-4運用食品及營養標示的訊息，選擇符合營養、安全、經濟的食物。2-2-6分享並討論運動與飲食的經驗，並建立個人的健康行為。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>二、健康飲食有一套飲食教育課程<體育>十、神奇魔棒 | 健康（1）體育（2） | 表演實作口試 | 【家政教育】4-2-1 |
| 六0323-0327 | 2-2-3瞭解、接納並尊重不同族群或國家的飲食型態與特色。2-2-4運用食品及營養標示的訊息，選擇符合營養、安全、經濟的食物。2-2-6分享並討論運動與飲食的經驗，並建立個人的健康行為。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>二、健康飲食有一套飲食教育課程<體育>十、神奇魔棒 | 健康（1）體育（2） | 表演實作口試 | 【家政教育】4-2-1 |
| 七0330-0403 | 7-2-2討論社會文化因素對健康與運動的服務及產品選擇之影響。7-2-3確認消費者在健康相關事物上的權利與義務。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。 | <健康>三、為健康把關飲食教育課程<體育>十一、跨越高手 | 健康（1）體育（2） | 作業報告口試實作 | 【性別平等教育】1-2-72-2-2【家政教育】1-2-4 |
| 八0406-0410 | 5-2-1覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。5-2-2判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。5-2-3評估危險情境的可能處理方法及其結果。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。 | <健康>四、生活安全網登革熱防治<體育>十一、跨越高手 | 健康（1）體育（1） | 口試實作 | 【家政教育】1-2-4 |
| 九0413-0417 | 5-2-1覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。5-2-2判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。5-2-3評估危險情境的可能處理方法及其結果。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>四、生活安全網登革熱防治<體育>六、水中蛟龍游泳教學水域安全宣導 | 健康（1）體育（2） | 口試表演 | 【環境教育】1-2-1 |
| 十0420-0424 | 5-2-1覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。5-2-2判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。5-2-3評估危險情境的可能處理方法及其結果。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>四、生活安全網<體育>六、水中蛟龍游泳教學水域安全宣導 | 健康（1）體育（2） | 口試表演 | 【環境教育】1-2-1 |
| 十一0427-0501 | 5-2-1覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。5-2-2判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。5-2-3評估危險情境的可能處理方法及其結果。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>四、生活安全網春暉專案<體育>六、水中蛟龍游泳教學水域安全宣導 | 健康（1）體育（2） | 口試表演 | 【環境教育】1-2-1 |
| 十二0504-0508 | 5-2-1覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。5-2-2判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。5-2-3評估危險情境的可能處理方法及其結果。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>四、生活安全網家庭暴力防治教育<體育>六、水中蛟龍游泳教學水域安全宣導 | 健康（1）體育（2） | 口試表演 | 【環境教育】1-2-1 |
| 十三0511-0515 | 5-2-1覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。5-2-2判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。5-2-3評估危險情境的可能處理方法及其結果。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>四、生活安全網家庭暴力防治教育<體育>十二、籃球好小子 | 健康（1）體育（2） | 口試表演實作同儕互評 | 【性別平等教育】2-2-4 |
| 十四0518-0522 | 5-2-1覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。5-2-2判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。5-2-3評估危險情境的可能處理方法及其結果。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>四、生活安全網家庭暴力防治教育<體育>十二、籃球好小子班際體育競賽(1) | 健康（1）體育（2）+(1) | 口試表演實作同儕互評 | 【性別平等教育】2-2-4 |
| 十五0525-0529 | 6-2-1分析自我與他人的差異，從中學會關心自己，並建立個人價值感。6-2-3參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。6-2-5瞭解並培養健全的生活態度與運動精神。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>五、我們這一班<體育>十二、籃球好小子 | 健康（1）體育（2） | 表演實作同儕互評作業報告 | 【性別平等教育】2-2-42-2-5 |
| 十六0601-0605 | 6-2-1分析自我與他人的差異，從中學會關心自己，並建立個人價值感。6-2-3參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。6-2-5瞭解並培養健全的生活態度與運動精神。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>五、我們這一班<體育>十三、長羽毛的球 | 健康（1）體育（2） | 作業報告表演實作同儕互評 | 【性別平等教育】2-2-5【資訊教育】4-2-1 |
| 十七0608-0612 | 3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。4-2-2評估社區休閒運動環境並選擇參與。4-2-5透過運動瞭解本土與世界文化。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>七、歡樂一起來環境教育<體育>十三、長羽毛的球 | 健康（1）體育（2） | 表演實作同儕互評 | 5【環境教育】1-2-13-2-2 |
| 十八0615-0619 | 3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。4-2-2評估社區休閒運動環境並選擇參與。4-2-5透過運動瞭解本土與世界文化。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>七、歡樂一起來環境教育<體育>十三、長羽毛的球 | 健康（1）體育（2） | 作業報告表演實作同儕互評 | 【環境教育】1-2-13-2-2 |
| 十九0622-0626 | 3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。4-2-2評估社區休閒運動環境並選擇參與。4-2-5透過運動瞭解本土與世界文化。3-2-1表現全身性身體活動的控制能力。3-2-2在活動中表現身體的協調性。3-2-4在遊戲或簡單比賽中，表現各類運動的基本動作或技術。 | <健康>七、歡樂一起來環境教育<體育>十三、長羽毛的球 | 健康（1）體育（2） | 作業報告表演實作同儕互評 | 【環境教育】1-2-13-2-2 |
| 二十0629-0630 |  |  | 0 |  |  |