|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **高雄市莊敬國民小學109學年度第2學期**  **（三）年級（健體）學習領域課程計畫** | | | | | |
|  | | | | | |
| 教材來源 | 南一(6) |  | 每週（3）節 學期共（56）節 | | |
| 設 計 者 | 三年級教學團隊 |  | 教 學 者 | 三年級教學團隊 | |
| 學期學習目標 | 1.知道螢火蟲為優良環境的指標性生物，了解生物在自然環境中的生存受環境的影響，進而知道要維護良好環境才能促進健康生活。 2.了解環保的目的，並在生活中身體力行。 3.能做出握住單槓並來回擺盪的動作。 4.能明瞭熱身運動的重要性，並用紙棒做出各種伸展動作。 5.能了解救溺五步驟。 6.能了解不同水域的危險因素。 7.能了解手腳協調的情況。 8.能體會不同投擲角度與投擲距離的關係。 9.能了解人或動物、植物的一生，都要經過生、老、病、死的歷程。 10.能了解武術的由來。 11.能於足球遊戲中，運用本單元教授的足球基本動作。 12.能做出體適能動作。 13.讓學童了解參與社區活動的重要性，並認識社區活動，再藉由分享參與的經驗引起興趣，並知道可以如何得到社區活動的訊息。 14.能認同團體的目標，建立對團體的歸屬感。 15.能學會正確的用餐禮儀。 | | | | |
| 融入重大議題之能力指標 | 【性別平等教育】 2-2-1了解不同性別者在團體中均扮演重要的角色。 2-2-2尊重不同性別者做決定的自主權。 【環境教育】 1-2-1覺知環境對個人身心健康的關係。 1-2-4覺知自己的生活方式對環境的影響。 2-2-1瞭解生活周遭的環境問題及其對個人、學校與社區的影響。 2-2-2認識生活周遭的環境問題形成的原因，並探究可能的改善方法。 【家政教育】 1-2-1認識飲食對個人健康與生長發育的影響。 1-2-2察覺自己的飲食習慣與喜好。 1-2-3選用有益自己身體健康的食物。 1-2-6瞭解均衡的飲食並應用於生活中。 【人權教育】 1-2-4舉例說明生活中違反人權的事件，並討論發生的原因。 2-2-2認識休閒權與日常生活的關係。 【生涯發展教育】 1-2-1培養自己的興趣、能力。 2-2-1培養良好的人際互動能力。 2-2-4瞭解工作對個人的意義及社會的重要性。 | | | | |
| 週次/日期 | 能 力 指 標 | 單元名稱 | 節數 | 評量方式 | 備註（融入） |
| 一  0214-0220  02/17(三)開學日 | 7-1-5體認人類是自然環境中的一部分，並主動關心環境，以維護、促進人類的健康。 | 1. 休閒生活趣 一、大自然怎麼了(1)   **防災教育(1)** | 2 | 口試 實作 學生自評 | 【環境教育】 1-2-1 2-2-1 2-2-2 【生涯發展教育】 2-2-4 |
| 二  0221-0227 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 3-1-2表現使用運動設備的能力。 | 壹、休閒生活趣 二、有趣的單槓遊戲(2) 登革熱防治教育(1) | 3 | 口試 實作 學生自評 |  |
| 三  0228-0306  2/28(日)228放假、3/1(一)調整放假1日 | 3-1-3表現操作運動器材的能力。 3-1-4表現聯合性的基本運動能力。 -1-5說明並演練預防及處理運動傷害的方法。 | 壹、休閒生活趣 三、強棒出擊(2) 安全急救教育(1) | 3 | 口試 實作 學生自評 |  |
| 四  0307-0313 | 3-1-3表現操作運動器材的能力。 3-1-4表現聯合性的基本運動能力。 | 壹、休閒生活趣 三、強棒出擊(2) 飲食教育課程(1) | 3 | 口試 實作 學生自評 |  |
| 五  0314-0320 | 5-1-2說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。 5-1-5說明並演練預防及處理運動傷害的方法。 | 壹、休閒生活趣 四、戲水安全(2) 飲食教育課程(1) | 3 | 口試 實作 學生自評 | 【人權教育】 1-2-4 |
| 六  0321-0327 | 5-1-1能分辨日常生活情境的安全性。 5-1-2說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。 | 壹、休閒生活趣 四、戲水安全(2) 飲食教育課程(1) | 3 | 口試 實作 學生自評 | 【人權教育】 1-2-4 |
| 七  0328-0403  4/2(五)兒童節補放假1日、4/4(日)-兒童節放假1日 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 3-1-4表現聯合性的基本運動能力。 | 貳、舞動生命 五、舞動彩巾(2) | 2 | 口試 實作 學生自評 |  |
| 八  0404-0410  4/4(日)清明節放假1日、4/5(一)清明節補放假1日 | 3-1-2表現使用運動設備的能力。 3-1-4表現聯合性的基本運動能力。 | 貳、舞動生命 六、投擲高手(3) | 3 | 口試 實作 學生自評 |  |
| 九  0411-0417 | 1-1-1知道並描述對於出生、成長、老化及死亡的概念與感覺。 | 貳、舞動生命 七、生命的旅程(2) 飲食教育課程(1) | 3 | 口試 實作 學生自評 |  |
| 十  0418-0424  4/22(四)~4/23(五) 第一次定期評量 | 1-1-1知道並描述對於出生、成長、老化及死亡的概念與感覺。 | 貳、舞動生命 七、生命的旅程(3) | 3 | 口試 實作 學生自評 |  |
| 十一  0425-0501  5/1(六)多元展能日 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 | 參、運動好手 八、快樂學武術(2) 健康體位與體適能健議處方(1) | 3 | 口試 實作 學生自評 | 【生涯發展教育】 1-2-1 |
| 十二  0502-0508  5/3(一)補假一日 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 3-1-3表現操作運動器材的能力。 | 參、運動好手 九、你來我往(2) 健康體位與體適能健議處方(1) | 3 | 口試 實作 學生自評 |  |
| 十三  0509-0515 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 3-1-2表現使用運動設備的能力。 | 參、運動好手 十、翻滾的遊戲(3) | 3 | 口試 實作 學生自評 |  |
| 十四  0516-0522 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 3-1-2表現使用運動設備的能力。 | 參、運動好手 十、翻滾的遊戲(3) | 3 | 口試 實作 學生自評 |  |
| 十五  0523-0529 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 3-1-3表現操作運動器材的能力。 | 肆、生活樂趣多 十一、樂活排球(3) | 3 | 口試 實作 學生自評 |  |
| 十六  0530-0605 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 3-1-3表現操作運動器材的能力。 | 肆、生活樂趣多 十一、樂活排球(2) 易發生傳染病防治(1) | 3 | 口試 實作 學生自評 |  |
| 十七  0606-0612 | 6-1-3展示能增進人際關係、團隊表現及社區意識的行為。 6-1-5了解並認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。 | 肆、生活樂趣多 十二、社區嘉年華(3) | 3 | 口試 實作 學生自評 | 【性別平等教育】 2-2-1 2-2-2 【人權教育】 2-2-2 【生涯發展教育】 2-2-1 |
| 十八  0613-0619  6/14(一)端午節放假1日 | 6-1-3展示能增進人際關係、團隊表現及社區意識的行為。 6-1-5了解並認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。 | 肆、生活樂趣多 十二、社區嘉年華(3) | 3 | 口試 實作 學生自評 | 【性別平等教育】 2-2-1 2-2-2 【人權教育】 2-2-2 【生涯發展教育】 2-2-1 |
| 十九  0620-0626  6/24(四)-6/25(五)第二次定期評量 | 2-1-2了解環境因素如何影響食物的質與量，並探討影響飲食習慣的因素。 2-1-3培養良好的飲食習慣。 2-1-4辨識食物的安全性，並選擇健康營養的餐點。 | 肆、生活樂趣多 十三、飲食大觀園(2) 水上活動安全教育宣導(1) | 3 | 口試 實作 學生自評 | 【環境教育】 1-2-4 【家政教育】 1-2-1 1-2-2 1-2-3 1-2-6 |
| 二十  0627-0630  6/30休業式 |  | 總複習(1) | 1 |  |  |
| 上課總節數 | | | 56 |  |  |

備註：

1.「教材來源」請註明教科書版本或自編教材。

2.「備註欄」請配合各單元名稱，列出可融入教學之重大議題「能力指標序號」，暨是否為「自編」單元。