

高雄市大寮區翁園國小 三 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				
第一週	單元一對抗惡視力活動1眼睛視茫茫	健體-E-A1	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	2b-II-1 遵守健康的生活規範。	實際操作、行為觀察	法定:家庭-3		
第二週	單元一對抗惡視力活動2護眼小專家	健體-E-A1	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 2a-II-2 遵守健康的生活規範。	實際操作、行為觀察、學習單	法定:家庭-3		
第三週	單元二安全小達人活動1居家安全面面觀	健體-E-A3	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境潛在危機的警覺與安全須知。	3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	實際操作、行為觀察	課綱:安全-3 法定:防災教育-1		
第四週	單元二安全小達人活動2交通安全我最行	健體-E-A2	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境潛在危機的警覺與安全須知。	3b-II-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。	實際操作、行為觀察	課綱:安全-3 法定:防災教育-1		
第五週	單元二安全小達人活動3戶外安全有妙招	健體-E-A2	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境潛在危機的警覺與安全須知。	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	實際操作、行為觀察	課綱:安全-3		
第六週	單元三急救小尖兵活動1傷口處理 DIY	健體-E-C1	Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理。	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。	實際操作、行為觀察	法定:家庭-3 課綱:安全-3	■線上教學	1. 運用線上共同編輯工具，小組共同完成作業

								2. 在 Google classroom 上共同討論課程主題，並於課堂發表各組成果
第七週	單元三急救 小尖兵 活動1傷口處理 DIY	健體-E-A2	Bb-II-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局的認識。	3a-II-1 演練基本的健康技能。	實際操作、行為 觀察	法定:家庭-3 課綱:安全-3		
第八週	單元三急救 小尖兵 活動2英勇救援隊	健體-E-C1	Ba-II-2 灼燙傷、出血、扭傷的急救處理。	1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。	實際操作、行為 觀察	法定:家庭-3 課綱:安全-3		
第九週	單元四戰勝病魔王 活動1腸胃拉警報	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。	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。	實際操作、行為 觀察	法定:家庭-3 法定:健康飲食教育-1		
第十週	單元四戰勝病魔王 活動2眼睛生病了	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。	1a-II-1 認識身心健康基本概念與意義。	實際操作、行為 觀察	法定:家庭-3 法定:健康飲食教育-1	■線上教學	1. 與小組同學討論指定議題，將分組討論結果上傳至 Google classroom 2. 觀看課程影片，並完成課堂作業
第十一週	單元四戰勝病魔王 活動3流感不要來	健體-E-A1	Fb-II-2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。	實際操作、行為 觀察	法定:家庭-3 法定:健康飲食教育-1		
第十二週	單元五健康好體能 活動1樂跑健康行	健體-E-A3	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。 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、行為 觀察	課綱:安全-3 法定:生命教育-1		

第十三週	單元五健康 好體能 活動2身體 真奇妙、活 動3安全活 動停看聽	健體-E-A2	Ba-II-1 居家、交 通及戶外環境的潛 在危機與安全須 知。	2c-II-3 表現主動 參與、樂於嘗試的 學習態度。	實際操作、行為 觀察	課綱:安全-3 法定:登革熱防治教育-1	■線上教學	1. 觀看課程影片並將心 得上傳至 Google classroom 2. 閱讀其他同學的心得 發表並給予回饋
第十四週	單元六躍動 活力秀 活動1支撐 躍動	健體-E-B1	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。	實際操作、行為 觀察	課綱:安全-3		
第十五週	單元六躍動 活力秀 活動2你踢 我防	健體-E-C2	Bd-II-2 技擊基本 動作。	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、行為 觀察	課綱:安全-3		
第十六週	單元六躍動 活力秀 活動3舞動 活力	健體-E-A2	Ib-II-1 音樂律動 與模仿性創作舞 蹈。	2d-II-1 描述參與 身體活動的感覺。	實際操作、行為 觀察	課綱:安全-3		
第十七週	單元七運動 合作樂 活動1拋準 動動腦	健體-E-A2	Hc-II-1 標的性相 關的拋球、擲球、 滾球之時間、空間 及人與人、人與球 關係攻防概念。	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、行為 觀察	課綱:安全-3		
第十八週	單元七運動 合作樂 活動2趣味 排球	健體-E-A2	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-2 表現增進 團隊合作、友善的 互動行為。	實際操作、行為 觀察	課綱:安全-3		

第十九週	單元八一起來打球 活動1傳球達陣	健體-E-A2	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。	實際操作、行為觀察	課綱:安全-3		
第二十週	單元八一起來打球 活動2傳球搬運工	健體-E-A2	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。	實際操作、行為觀察	課綱:安全-3		
第二十一週	單元八一起來打球 活動3傳球高射砲、活動4打擊高手	健體-E-A2	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。	3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。	實際操作、行為觀察	課綱:安全-3		