

臺南市公立北區大港國民小學 112 學年度第 1 學期三年級健康與體育領域學習課程(調整)計畫(□普通班/■特教班)

教材版本	自編教材	實施年級 (班級/組別)	三年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(63)節		
課程目標	增加學生進行休閒活動的動作能力並認識食物的營養、身體的功能與構造等						
該學習階段 領域核心素養	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週~第四週 8/30~9/23	一、愛上體育課 暖身操、身體部位	12	<ol style="list-style-type: none"> 知道暖身操的重要性。 能正確進行暖身操活動。 能利用身體部位不同的動作。 	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-2 表現增進團隊合作、友善互動行為。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。	1a-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	實作評量 問答評量 觀察評量	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。
第五週~第八週 9/24 ~10/21	二、走走跑跑 奔跑吧	12	<ol style="list-style-type: none"> 透過遊戲認識跑步運動。 培養快速改變方向及閃躲的能力。 	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。	Ab-II-1 體適能活動。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	實作評量 問答評量 觀察評量	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。

<p>第九週~第十二週 10/22~11/18</p>	<p>三、大球小球真好玩 滾球高手</p>	<p>12</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能做出大、小球的滾球動作。 2. 能做出原地滾地傳接球的動作。 3. 能學會滾地移動接球的動作。 	<p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。</p>	<p>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。</p>	<p>實作評量 問答評量 觀察評量</p>	<p>【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p>
<p>第十三週~第十六週 11/19~12/16</p>	<p>四、大球小球真好玩 傳球遊戲</p>	<p>12</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能控制身體力量，做出拋接球、拍掌接球等動作。 2. 能正確完成傳、接球動作。 	<p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。 2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。 3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	<p>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。</p>	<p>實作評量 問答評量 觀察評量</p>	<p>【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p>
<p>第十七週~第二十一週 12/17~1/19</p>	<p>五、我的身體真神奇 唱跳樂趣多</p>	<p>15</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 願意參與跳舞的活動。 2. 能跟著做舞蹈動作。 3. 能在協助下，跟隨節奏做出正確的唱跳活動。 	<p>1c-II-2 認識身體活動的動作技能。 2d-II-1 描述參與身體活動的感覺。 3c-II-1 表現聯</p>	<p>Ib-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。</p>	<p>實作評量 問答評量 觀察評量</p>	<p>【安全教育】 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p>

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

				合性動作技能。			
--	--	--	--	---------	--	--	--

臺南市公立北區大港國民小學 112 學年度第 2 學期三年級健康與體育領域學習課程(調整)計畫(□普通班/■特教班)

教材版本	自編教材	實施年級 (班級/組別)	三年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(60)節		
課程目標	增加學生進行休閒活動的動作能力並認識食物的營養、身體的功能與構造等						
該學習階段 領域核心素養	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。						
課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
第一週~第四週	一、跳一跳、動一動	12	1. 能正確進行伸展運動。 2. 能知道伸展運動的功能。 3. 了解蹬的基本動作技巧。 4. 能做出單、雙腳蹬跑聯合性動作。	1c-II-1 認識身體活動的動作技能。 3d-II-1 運動技能的練習策略。	Ab-II-1 體適能活動。 Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	實作評量 問答評量 觀察評量	【安全教育】 安 E7 探究運動基本的保健。
第五週~第八週	二、童玩世界	12	1. 能認識童玩的多元與樂趣。 2. 能學會拍毽子的技巧。 3. 能運用沙包進行各式遊戲。 4. 能利用課餘時間與同學進行童玩遊戲。	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。	Ce-II-1 其他休閒運動基本技能。 1c-II-1 民俗運動基本動作與串接。	實作評量 問答評量 觀察評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。
第九週~第十二週	三、滾出活力	12	1. 認識縮體、直體側滾翻的動作要訣。	1c-II-1 認識身體活動的動作技	1a-II-1 滾翻支撐、平衡與	實作評量 問答評量	【品德教育】 品 E3 溝通合

			<ol style="list-style-type: none"> 能正確做出縮體、直體側滾翻的動作。 願意與他人認真合作完成雙人直體側滾翻的動作。 	<p>能。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p> <p>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。</p>	擺盪動作。	觀察評量	作與和諧人際關係。
第十三週~第十六週	四、有趣的平衡遊戲	12	<ol style="list-style-type: none"> 認識上、下平衡木以及在平衡木上行走的動作。 能正確做出上、下平衡木以及在平衡木上行走。 	<p>1c-II-1 認識身體活動的動作技能。</p> <p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善互動行為。</p> <p>3c-II-1 表現聯合性動作技能。</p>	Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	實作評量 問答評量 觀察評量	【安全教育】 安 E6 了解自己的身體。
第十七週~第二十週	五、你丟我閃	12	<ol style="list-style-type: none"> 能運用雙、單手做出大球拋球動作。 能單手做出拋小球動作。 能運用雙、單手做出大球拋球動作。 能理解並遵守運動規範。 	<p>1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。</p> <p>3d-II-1 運用動作技能的練習策略。</p> <p>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的活動。</p>	Hb-II-1 陣地攻守性球類運動相關的拍球、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。	實作評量 問答評量 觀察評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

- ◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。
- ◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。
- ◎「學習表現」與「學習內容」應為學校(可結合學年會議)應以學習階段為單位，清楚安排兩年內「學習表現」與「學習內容」如何規劃在各個單元讓學生習得。
- ◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。
- ◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。