

教材版本	自編教材	實施年級 (班級/組別)	三、四年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(66)節		
課程目標	1.能與教師、同學互動，積極適應新環境與新生活。 2.能認識病毒性腸胃炎的症狀、引發原因與預防原則、自我照護方法及照顧者的注意事項。 3.能知道不同營養素的功能。 4.能做出墊上滾翻的動作。 5.理解跑步的基本動作要領，並順暢的完成短跑練習。 6.能理解動作內容，並順暢的完成相關拋擲接動作。 7.能運用遊戲的合作和競爭策略 8.將動作與音樂節奏結合，完成活動。 9.能主動參與運動活動，增進身體基本運動能力，培養運動習慣。						
該學習階段 領域核心素養	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 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-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方師，因應日常生活情境。 健體-E-B3 具備運動與健康有關的創作和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動 與健康有關的美感體驗。						
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	第一單元-大家來唱跳	12	1.能隨著音樂，完成舞蹈基本動作。 2.熟練跳法，並正確的配合音樂跳。 3.能在遊戲中靈活操作身體，做出各種肢體動作技能。 4.能專注觀賞他人的動作表現。 5.認真參與，並與他人合作完成遊戲活動。	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。	1a-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	觀察評量 口頭評核 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E1 了解安全教育。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。
第五週 - 第八週	第二單元-跑跳遊戲	12	1.認識並遵守遊戲規則。 2.專注觀察他人動作表現。 3.能在「紅綠燈遊戲」中，表現出適合自己的追逐跑方式。	1d-II-1 認識動作技能概念與動作練習的策略。 1d-II-2 描述自己或他人動作技能的正確性。	Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。	觀察評量 口頭評核 行為檢核 態度評量	安 E6 了解自己的身體。 【科技教育】 科 E1 了解平日常

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

				確性。 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。 3d-II-2 運用遊戲的合作和競爭策略。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的活動。			見科技產品的用途與運作方式。
第九週 - 第十二週	第三單元-平衡高手	12	1. 能在移動過程中做出方向的改變，以及單、雙腳跳的連續動作。 2. 能跟隨同學做出追逐跑、跳組合。 3. 能認識校園需要平衡能力的遊戲設備。 4. 認識平衡木上的動作要領及安全注意事項。 5. 學會上下平衡木。	1c-II-1 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 表現聯合性動作技能。	Ia-II-1 滾翻、支撐、平衡與擺盪動作。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第十三週 - 第十六週	第四單元-玩球樂趣多	12	1. 能知道並做到你傳我接活動的動作內容。 2. 能願意並盡力做到和他人合作完成你傳我接的動作。 3. 知道並做到配合拍球的節奏，穩定的拍球。 4. 了解拍球說 Hello 活動的進行方式，並和同學合作努力完成。 5. 會利用課餘時間練習以求進步。	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。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的活動。	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。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	
第十七週 - 第二十二週	第五單元-正確使用藥物 總複習	18	1. 能了解藥袋上服藥的時間、用法與用量。 2. 能在大人引導下，於生活中正確服藥。 3. 能了解眼藥水和外用藥膏的使用時間、用法與用量。	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。	Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。 Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

			4. 能在大人引導下，於生活中正確使用眼藥水和外用藥膏。 複習第一單元到第五單元				
--	--	--	---	--	--	--	--

臺南市公立北區大港國民小學 113 學年度第二學期中年級 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、四年級	教學節數	每週(3)節，本學期共(66)節		
課程目標	1.能知道不同營養素的功能。 2.能做出墊上滾翻的動作。 3.理解跑步的基本動作要領，並順暢的完成短跑練習。 4.能理解動作內容，並順暢的完成相關拋擲接動作。 5.能運用遊戲的合作和競爭策略。 6.將動作與音樂節奏結合，完成活動。 7.能主動參與運動活動，增進身體基本運動能力，培養運動習慣。						
該學習階段 領域核心素養	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 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-B1 具備應用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 健體-E-B3 具備運動與健康有關的創作和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動 與健康有關的美感體驗。						
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		
(2/5 開學) 第一週 - 第五週	第一單元-足球趣	15	1.能於活動中展現出身體平衡。 3.能於活動中努力練習嘗試。 4.展現出努力體驗踢球活動。 5.可以和他人合作完成活動。 6.能做到用足內側踢球。 7.可以和他人合作練習踢球。 8.可以用腳底做出停球動作。	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。 4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的活動。	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。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【品德教育】 品 E3 溝通合作與和諧人際關係。 【安全教育】 安 E1 了解安全教育。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E6 了解自己的身體。
第六週 - 第十週	第二單元-跟著音樂搖擺	15	1.能隨著音樂拍打節奏。 2.能靈活操作身體，做出各種肢體動作。 3.能隨著音樂節奏，完成唱歌跳學習活動。	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。	Bc-II-1 暖身、伸展動作原則。 1b-II-1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。	觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量	【科技教育】 科 E1 了解平日常見科技產品的用途與運作方式。

C5-1 領域學習課程(調整)計畫(新課綱版)

			<p>4.能靈活操作身體，做出各種身體動作。</p> <p>5.能專注觀摩與學習他人動作表現。</p>	<p>4d-II-2 參與提高體適能與基本運動能力的活動。</p>			
<p>第十一週 - 第十五週</p>	<p>第三單元-跑跑遊戲</p>	<p>15</p>	<p>1.能遵守比賽規則。</p> <p>2.能和同學合作完成比賽。</p> <p>3.能認識並表現運動家精神。</p> <p>4.能在曲線快跑中做出身體重心傾斜動作。</p> <p>5.能在繞物快跑中做出身體重心傾斜變換動作。</p>	<p>2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。</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>	<p>Ga-II-1 跑、跳與行進間投擲的遊戲。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	
<p>第十六週 - 第二十二週</p>	<p>第四單元-食品安全 總複習</p>	<p>21</p>	<p>1.能知道食品包裝完整性的重要性。</p> <p>2.能知道不建議購買散裝食品的原因。</p> <p>3.能認識安全購買罐頭與玻璃罐食品的原則。</p> <p>4.能了解製造日期及保存期限的意涵</p> <p>複習第一單元到第四單元</p>	<p>4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。</p> <p>4a-II-2 展現促進健康的行為。</p>	<p>Ea-II-3 飲食選擇的影響因素。</p> <p>Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。</p>	<p>觀察評量 口頭評量 行為檢核 態度評量</p>	