|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 高雄市新興區七賢國小104學年度下學期 | | | | | |
| 三年級健康與體育領域課程計畫 | | | | | |
| 教材來源 | 健康與體育 （翰林）(3) |  | 教學節數： | 每週3節/共 58 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 | （一）以運動會為主題，探討團體規範的重要，引導兒童了解除了發揮所長、表現自己之外，更要與他人分工合作、互相幫助。 （二）引導兒童了解人類是自然環境中的一分子，每個人都有責任保護生態環境，避免製造垃圾並做好資源回收，隨時隨地做環保以求世代永續利用。 （三）透過踢球、跑步等技巧的介紹和各種障礙跑活動，提升兒童相關技能，並應用在日後各項運動參與。 （四）透過討論與澄清，讓兒童描述對健康的想法，進而體會其重要性，並培養對自己健康負責任的態度。 （五）藉由範例的引導，讓兒童檢討自己的生活習慣；並進一步擬定改進對策，希望能及早建立良好的生活型態。 （六）強調早餐習慣的重要性，並針對不吃早餐的原因提出改善策略。 （七）介紹不同地區的早餐習慣，讓兒童了解，因為環境的不同，早餐內容也有差異。 （八）介紹與演練各種平時較少接觸的活動項目，例如：瑜伽、呼拉圈、扯鈴等，讓兒童有機會體驗更多元的身體活動練習，激發身體活動的潛能。 （九）透過瑜伽、平衡木和呼拉圈的活動，引導兒童發揮創意，自創各種比賽或呈現不同的展演內容，從中享受運動的樂趣。 （十）透過趣味遊戲及基本的水中活動安全教育，培養兒童入水、水中移動、閉氣和漂浮的基本動作能力，以做為日後學習水中動作技能之基礎。 | | | | |
| 融入重大議題之能力指標 | 【人權教育】 1-1-2了解、遵守團體的規則，並實踐民主法治的精神。 【生涯發展教育】 2-2-1培養良好的人際互動能力。 3-2-2學習如何解決問題及做決定。 【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。 【家政教育】 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。 3-1-2察覺自己的生活禮儀與習慣。 3-2-3養成良好的生活習慣。 【海洋教育】 1-2-2覺察親水活動中的危險情境，並能預防與處理。 1-2-3學會游泳基本技能(如韻律呼吸、水母漂、打水等)。 1-2-4描述臨海或溪流附近地區居民的生活方式。 【環境教育】 1-2-1覺知環境與個人身心健康的關係。 4-2-2能具體提出改善週遭環境問題的措施。 | | | | |
| 週次/日期 | 能 力 指 標 | 單元名稱 | 節數 | 評量方式 | 備註（融入） |
| 第一週  2016/2/12~2016/2/13 | 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。 | 【健康】1-1迎接運動會 【體育】2-1大腳高手 | 0 | 報告 學生自評 | 【人權教育】1-1-2 |
| 第二週  2016/2/14~2016/2/20 | 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。 | 【健康】1-1迎接運動會 【體育】2-1大腳高手 | 3 | 報告 學生自評 | 【人權教育】1-1-2 |
| 第三週  2016/2/21~2016/2/27 | 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。 | 【健康】1-1迎接運動會 【體育】2-1大腳高手 | 3 | 口試 學生自評 | 【人權教育】1-1-2 |
| 第四週  2016/2/28~2016/3/5 | 6-1-3展示能增進人際關係、團隊表現及社區意識的行為。 | 【健康】1-2團結力量大 【體育】2-2跑步遊戲 | 3 | 表演 報告 學生自評 | 【生涯發展教育】2-2-1 |
| 第五週  2016/3/6~2016/3/12 | 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。 | 【健康】1-2團結力量大 【體育】2-2跑步遊戲 | 3 | 表演 學生自評 | 【環境教育】4-2-2 |
| 第六週  2016/3/13~2016/3/19 | 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。 | 【健康】1-2團結力量大 【體育】2-2跑步遊戲 | 3 | 表演 實作 | 【生涯發展教育】2-2-1 【性別平等教育】2-2-1 |
| 第七週  2016/3/20~2016/3/26 | 1-1-4養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 | 【健康】1-3大家一起來 【體育】4-1身體的神奇體驗 | 3 | 表演 學生自評 | 【性別平等教育】2-2-1 【家政教育】3-1-2 |
| 第八週  2016/3/27~2016/4/2 | 1-1-4養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 | 【健康】1-3大家一起來 【體育】4-1身體的神奇體驗 | 3 | 表演 學生自評 | 【性別平等教育】2-2-1 【家政教育】3-1-2 |
| 第九週  2016/4/3~2016/4/9 | 7-1-1了解健康的定義，並指出人們為促進健康所採取的活動。 | 【健康】1-4攜手做環保 【體育】4-2動靜之間 | 1 | 報告 學生自評 | 【環境教育】1-2-1 |
| 第十週  2016/4/10~2016/4/16 | 1-1-4養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 | 【健康】1-4攜手做環保 【體育】4-2動靜之間 | 3 | 口試 學生自評 | 【生涯發展教育】3-2-2 【家政教育】3-2-3 |
| 第十一週  2016/4/17~2016/4/23 | 2-1-2了解環境因素如何影響到食物的質與量，並探討影響飲食習慣的因素。 2-1-3培養良好的飲食習慣。 | 【健康】1-4攜手做環保 【體育】4-2動靜之間 | 3 | 口試 實作 學生自評 | 【家政教育】1-2-2 【家政教育】1-2-3 【海洋教育】1-2-4 |
| 第十二週  2016/4/24~2016/4/30 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 | 【健康】3-1健康真好 【體育】4-3呼拉圈遊戲 | 3 | 口試 表演 | 【性別平等教育】2-2-1 |
| 第十三週  2016/5/1~2016/5/7 | 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。 | 【健康】3-1健康真好 【體育】4-4棍上精靈 | 3 | 表演 報告 | 【性別平等教育】2-2-1 |
| 第十四週  2016/5/8~2016/5/14 | 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。 | 【健康】3-2改進生活習慣 【體育】4-4棍上精靈 | 3 | 表演 報告 | 【性別平等教育】2-2-1 |
| 第十五週  2016/5/15~2016/5/21 | 3-1-3表現操作運動器材的能力。 | 【健康】3-2改進生活習慣 【體育】5-1水中安全 | 3 | 表演 報告 | 【生涯發展教育】2-2-1 【性別平等教育】2-2-1 |
| 第十六週  2016/5/22~2016/5/28 | 3-1-3表現操作運動器材的能力。 4-1-2認識休閒運動並樂於參與。 | 【健康】3-2改進生活習慣 【體育】5-1水中安全 | 3 | 表演 實作 | 【性別平等教育】2-2-1 |
| 第十七週  2016/5/29~2016/6/4 | 3-1-3表現操作運動器材的能力。 4-1-2認識休閒運動並樂於參與。 | 【健康】3-3天天吃早餐 【體育】5-2水中漫步 | 4 | 表演 實作 | 【性別平等教育】2-2-1 |
| 第十八週  2016/6/5~2016/6/11 | 5-1-2說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。 7-1-3描述人們在獲得運動資訊、選擇服務及產品之過程，並能辨認其正確性與有效性。 | 【健康】3-3天天吃早餐 【體育】5-3水中探險 | 2 | 口試 實作 報告 | 【海洋教育】1-2-2 |
| 第十九週  2016/6/12~2016/6/18 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 4-1-1藉語言或動作，來表達參與身體活動的感覺。 | 【健康】3-3天天吃早餐 【體育】5-3水中探險 | 3 | 表演 報告 | 【海洋教育】1-2-2 |
| 第二十週  2016/6/19~2016/6/25 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 | 【健康】5-4速食的誘惑 【體育】5-4漂浮及移動 | 3 | 表演 | 【海洋教育】1-2-3 |
| 第二十一週  2016/6/26~2016/7/2 | 3-1-1表現簡單的全身性身體活動。 | 【健康】5-4速食的誘惑 【體育】5-4漂浮及移動 | 3 | 口試 表演 | 【海洋教育】1-2-3 |
| 上課總節數 | | | 58 |  |  |
| 備註： | | | | | |
| 一、本學期上課總日數96天。 | | | | | |
| 二、105/ 2/28(一)和平紀念日補假一天、105/4/4(一)兒童節暨民族掃墓節放假一天、105/4/5(二)兒童節暨民族掃墓節補假一天、105/6/9(四)端午節放假一天，共4天放假。 | | | | | |