

高雄市新興區七賢國民小學三年級第一學期校訂課程

【健康活力七賢(其他類課程)】教學計畫

主題：健康活力七賢

一、教學設計理念說明

依據學校的重要宣導及配合節慶活動，編寫符合學校願景之課程設計，讓學生學習在團體中分工合作的「共學」、克服困難「共好」、「共享」學習的歷程，落實「創新」、「多元」、「合群」、「感恩」的核心價值。

二、教學活動設計

領域/科目	彈性課程	設計者	三年級教學團隊
實施年級	三年級	總節數	22節(依實際授課週次調整)
單元名稱	健康活力七賢		
設計依據			
核心素養			
總綱核心素養		領綱核心素養	
A1 身心素質與自我精進		綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展	
A2 系統思考與解決問題		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。	
C1 道德實踐與公民意識		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。	
C2 人際關係與團隊合作		綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。	
學習重點	學習表現	<p>【綜合活動領域】</p> <p>2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧</p> <p>2b-II-2 參加團體活動，遵守紀律、重視榮譽感，並展現負責的態度。</p> <p>3a-II-1 覺察生活中潛藏危機的情境，提出並演練減低或避免危險的方法。</p> <p>【健康與體育領域】</p> <p>2c-II-1 遵守上課規範和運動比賽規則。</p> <p>2c-II-2 表現增進團隊合作、友善的互動行為。</p> <p>3b-II-3 運用基本的生活技</p>	學習內容
		<p>【綜合活動領域】</p> <p>Bb-II-2 與家人、同儕及師長的互動。</p> <p>Ca-II-3 生活周遭潛藏危機的處理與演練。</p> <p>Bb-II-3 團體活動的參與態度。</p> <p>【健康與體育領域】</p> <p>Bc-II-2 運動與身體活動的保健知識。</p> <p>Cb-II-2 學校運動賽會</p> <p>Cc-II-1 水域休閒運動基本技能。</p> <p>Da-II-1 良好的衛生習慣。</p>	

		能，因應不同的生活情境。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	
	學習目標	<p>1. 能於學校特色活動與宣導演練課程，增進各項議題的認識，具有正確的知能與態度，於真實生活情境中採取合宜的判斷與行動。</p> <p>2. 能於多元型態的閱讀與雙語推動活動，積極參與，廣泛學習，提升學習動機與效益。</p> <p>3. 能於節慶教學活動中，透過實際行動，並以多元形式，表情達意，培養學生知足惜福，常懷感恩之。</p> <p>4. 結合學校榮譽制度，培養學生能養成具榮譽感、團隊心，守法紀，自信負責，力求卓越表現。</p>	
	表現任務	<p>1. 在學校各項特色活動、議題宣導、節慶教學及例行演練中，參與活動，專注聆聽與積極參與活動，習得正確合宜的相關知能。</p> <p>2. 在參與團體活動或競賽時，能有合宜的舉止行為與談吐，健康正向的生活態度與技能，盡力在競賽中和同學合作完成任務。</p>	
	議題名稱	性別平等教育、人權教育、環境教育、海洋教育、家庭教育、品德教育、生命教育、法治教育、安全教育、防災教育、生涯規劃教育、多元文化教育、閱讀素養教育、戶外教育、國際教育	
議題融入	實質內涵	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。</p> <p>性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。</p> <p>【人權教育】</p> <p>人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p> <p>人 E11 了解兒童權利宣言的內涵及兒童權利公約對兒童基本需求的維護與支持。</p> <p>【環境教育】</p> <p>環 E1 參與戶外學習與自然體驗，覺知自然環境的美、平衡、與完整性。</p> <p>環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。</p> <p>【海洋教育】</p> <p>海 E2 學會游泳技巧，熟悉自救知能。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。</p> <p>家 E6 覺察與實踐兒童在家庭中的角色責任。</p> <p>家 E11 養成良好家庭生活習慣，熟悉家務技巧，並參與家務工作。</p> <p>【品德教育】</p> <p>品 E1 良好生活習慣與德行。</p> <p>品 E2 自尊尊人與自愛愛人。</p> <p>品 E3 溝通合作與和諧人際關係。</p> <p>品 E6 同理分享。</p> <p>品 E7 知行合一。</p> <p>【生命教育】</p> <p>生 E1 探討生活議題，培養思考的適當情意與態度。</p> <p>生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。</p> <p>生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。</p> <p>【法治教育】</p>	

		<p>法 E1 認識公平。 法 E7 認識責任。 法 E8 認識兒少保護。</p> <p>【安全教育】</p> <p>安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E5 了解日常生活危害安全的事件。 安 E9 學習相互尊重的精神。 安 E14 知道通報緊急事件的方式。</p> <p>【防災教育】</p> <p>防 E4 防災學校、防災社區、防災地圖、災害潛勢、及災害預警的內涵。 防 E7 認識校園的防災地圖。 防 E8 參與學校的防災疏散演練。</p> <p>【生涯規劃教育】</p> <p>涯 E4 認識自己的特質與興趣。 涯 E6 覺察個人的優勢能力。 涯 E7 培養良好的人際互動能力。 涯 E9 認識不同類型工作/教育環境。 涯 E12 學習解決問題與做決定的能力。</p> <p>【多元文化教育】</p> <p>多 E1 了解自己的文化特質。 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。</p> <p>【閱讀素養教育】</p> <p>閱 E12 培養喜愛閱讀的態度。 閱 E13 願意廣泛接觸不同類型及不同學科主題的文本。 閱 E14 喜歡與他人討論、分享自己閱讀的文本。</p> <p>【戶外教育】</p> <p>戶 E6 學生參與校園的環境服務、處室的服務。 戶 E7 參加學校校外教學活動，認識地方環境，如生態、環保、地質、文化等的戶外學習。</p> <p>【國際教育】</p> <p>國 E1 了解我國與世界其他國家的文化特質。 國 E9 運用多元方式參與學校的國際文化活動。</p>
教材來源	自編	
教學資源	繪本、影片、學習單、感恩卡	
教學活動設計		
教學活動內容及實施方式 (請配合進度表自行繕打，請勿調整其他格式)	評量 時間 備註	
單元一 期初環境清潔【學】 <p style="text-align: center;">—第一節 開始—</p> <p>壹、準備活動 教師分配分配打掃工作，認識掃區。</p> <p>貳、發展活動 全班擦拭桌椅消毒，齊心打掃，教師教導孩童如何正確打</p>	<p style="text-align: center;">學生能落</p> <p style="text-align: center;">30'</p>	

<p>掃。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>進行掃除正確衛教，透過實作演練，建立良好衛生習慣。</p> <p style="text-align: center;">—第一節 結束—</p>	<p>實環境清潔分配工作，進行環境整理</p>	<p>10'</p>	
<p>單元二 身高體重視力牙齒檢查【學】</p> <p style="text-align: center;">—第二節 開始—</p> <p>壹、準備活動</p> <p>保健室準備學童資料。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>校護指導孩童進行身高體重視力牙齒正確量測方式，由教師從旁安靜排隊行進至保健室再記錄測量結果。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>宣講視力與口腔衛生保健</p> <p style="text-align: center;">—第二節 結束—</p>	<p>學生能配合量測工作；並針對檢查結果進行反思與習慣調整。</p>	<p>30'</p> <p>10'</p>	
<p>單元三 防災教育_地震避難掩護演練【安全教育】【學】</p> <p style="text-align: center;">—第三節 開始—</p> <p>壹、準備活動</p> <p>由學務處規劃地震避難掩護演練計畫，並公告演練流程與注意事項。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>各班依照規畫之流程進行演練活動：</p> <p>(1)地震發生前：說明演練程序及避難掩護動作要領。</p> <p>(2)地震發生：執行「趴下、掩護、穩住」抗震保命三步驟。</p> <p>(3)地震稍歇：聽從師長指示依規劃路線進行避難疏散至安全疏散地點。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>由校長針對演練進行講評，再次強調與說明注意事項。</p>	<p>學生能正確執行抗震保命三步驟。</p>	<p>30'</p> <p>10'</p>	

—第三節 結束—

單元四 教師節敬師活動【輔】

—第四、五節 開始—

壹、準備活動

準備賀卡製作材料及敬師相關影片。

貳、發展活動

(1)美術老師指導學生如何設計賀卡的版面，如何安排插圖及文字的位置。

(2)提供教師節由來及敬師等相關影片讓學生觀看。

(3)利用學生朝會時間進行敬師宣導，以落實本校之「感恩」願景。

參、綜合活動

學生分享卡片及贈送卡片給師長，以表達對師長的感謝。

—第四、五節 結束—

單元五 午餐教育宣導

—第六節 開始—

壹、準備活動

教師點選選 <https://www.youtube.com/watch?v=Q-TY6QzE4tg> 播放影片，全班討論影片中良好的飲食行為。

貳、發展活動

(1)師生一起討論六大類食物與細嚼慢嚥的飲食習慣。

(2)引導學生思考，進行學校營養午餐食，細嚼慢嚥最健康。

參、綜合活動

學生能建立良好的飲食習慣，並了解飲食均衡對於身體發展的影響。

—第六節 結束—

單元六 【交通安全教育宣導】【學】

學生能專
心聆聽及
積極參與
活動並完
成活動任
務。

10'

40'

30'

能專心觀
看影片

10'

能說出六
大類食物
與實踐細
嚼慢嚥

25'

5'

—第七節 開始—

壹、準備活動

教師點選選 <https://tinyurl.com/26v2yn5m>，播放有聲故事，全班論故事內容與自身經驗。

貳、發展活動

- (1)師生一起討論示社區、學校附近步行區域的是否安全。
- (2)引導學生思考，哪些因素會影響步行區域的安全，歸納班級對於安全與不安全行走的的定義。

參、綜合活動

- (1)教師列舉不同情境，讓學生選擇與說明。
- (2)師生歸納安全行走與通過馬路的方式。

—第七節 結束—

單元七 健康促進宣導

—第八節 開始—

壹、準備活動

教師點選選

<https://www.youtube.com/watch?v=BXZrW1aGd0Q> 播放影片，全班討論影片中良好的衛生行為。

貳、發展活動

- (1)師生一起討論示正確的洗手步驟、咳嗽禮節、如何預防傳染病措施。
- (2)引導學生思考，避免因感染而引發可能的校園群聚，或因此敢然而引發重症。

參、綜合活動

- (1)教師列舉不同情境，讓學生發表會採取的衛生行為。
- (2)進行洗手正確衛教，透過實作演練，建立良好衛生習慣。

—第八節 結束—

單元八 【圖書館科普閱讀活動】【教】

10'

20'

10'

能說出在各區域行走的經驗，以及影響道路是否安全的因素。

5'

學生能專心觀看

25'

學生能踴躍發表

10'

學生實作操練正確洗手步驟

<p style="text-align: center;">—第九節 開始—</p> <p>壹、準備活動 由教務處規劃圖書館閱讀推廣活動。</p> <p>貳、發展活動 配合圖書館活動流程，教師從旁協助，給予指導。</p> <p>參、綜合活動 寫學習單及心得發表。</p> <p style="text-align: center;">—第九節 結束—</p>	<p>學生能專 心聆聽及 配合團體 實作</p>	<p>20’ 20’</p>	
<p>單元九 校慶運動會【學】</p> <p style="text-align: center;">—第十、十一節 開始—</p> <p>壹、準備活動 1. 導師準備各組所需之紙張、海報。 2. 學生準備製作海報所需之美術用具或裝飾品。</p> <p>貳、發展活動 1. 導師介紹校慶主題，協助學生製作海報</p> <p>參、綜合活動 學生分享心得感想。</p> <p style="text-align: center;">—第十、十一節 結束—</p>	<p>學生能專 心聆聽及 配合團體 實作</p>	<p>70’ 10’</p>	
<p>單元十 校慶運動會【學】</p> <p style="text-align: center;">—第十二、十三、十四、十五節 開始—</p> <p>壹、準備活動 1. 導師依據校慶活動準備活動器材。 2. 導師按照校慶參與項目將班級做隊伍編排與人員訓練。</p> <p>貳、發展活動 120’ 1. 導師介紹校慶流程與意義，討論確認班級參與活動項目和活動配件，並對活動注意事項進行宣導與教導活動配件製作技巧。 2. 配合校慶對活動進行預演和排練參與團體活動。</p>	<p>學生能專 心聆聽配 合分工 學生能積 極參與活 動並完成 活動任 務。</p>	<p>30’ 30’</p>	

<p>參、綜合活動 40'</p> <p>1. 進行校慶活動配件製作，透過實作演練，理解並參與全校暨團體活動。</p> <p>2. 透過實作演練，加強安全教育與活動規範，養成自我保護和活動探索能力。</p> <p style="text-align: center;">—第十二、十三、十四、十五節 結束—</p>		60'	
<p>單元十一 全校英語日 【教】</p> <p style="text-align: center;">—第十六節 開始—</p> <p>壹、準備活動</p> <p>由教務處規劃全校英語日活動。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>配合全校英語日活動流程，教師從旁協助，給予指導。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>檢核學生是否達成任務。</p> <p style="text-align: center;">—第十六節 結束—</p>	<p>學生能專心聆聽及積極參與活動並完成活動任務。</p>	25'	15'
<p>單元十二 反毒(防詐)宣導</p> <p style="text-align: center;">—第十七節 開始—</p> <p>壹、準備活動</p> <p>學務處宣導資料準備</p> <p>貳、發展活動</p> <p>配合友善宣導，請社區派出所或婦幼隊至校進行宣導。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>透過有獎徵答與事例分享，了解毒品對自己造成的威脅性，提醒學生不要將個資提供給他人使用，以免淪為詐欺車手或人頭帳戶，進行反毒、反詐騙之宣誓。</p> <p style="text-align: center;">—第十七節 結束—</p>	<p>學生能專心聆聽積極參與活動</p>	30'	10'

<p>單元十三 【我要出名暨聖誕節慶祝活動】【輔】</p> <p style="text-align: center;">—第十八節 開始—</p> <p>壹、準備活動</p> <p>由輔導處規劃我要出名暨聖誕節活動計畫。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>(1)小朋友依個人才藝專長組隊報名或個人報名，並利用課餘時間練習。</p> <p>(2)配合我要出名暨聖誕節活動流程，教師從旁協助，給予指導。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>於聖誕節前一週之第二大節30分鐘下課時間，進行成果發表，讓學生能有展現才藝的機會，並鼓勵學生開發自己的潛能。</p> <p style="text-align: center;">—第十八節 結束—</p>	<p>學生能專心聆聽及積極參與活動。</p>	<p>20'</p> <p>20'</p>	
<p>單元十四 兒童及少年性剝削防制教育【輔】</p> <p style="text-align: center;">—第十九節 開始—</p> <p>壹、準備活動</p> <p>提供教師「教育部性別平等教育網」、「輔導議題媒材庫」等相關網站或 youtube 性剝削防制等相關影片，讓老師自行選取適合年級的教材。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>依學生不同年級的認知層次，截取網路上相關教學資料或影片進行宣導。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>請學生分享性剝削防制教育的心得及感想，並懂得如何預防。</p> <p style="text-align: center;">—第十九節 結束—</p>	<p>學生能專心聆聽及積極參與活動。</p>	<p>20'</p> <p>20'</p>	
<p>單元十五 水域安全宣導</p> <p style="text-align: center;">—第二十節 開始—</p> <p>壹、準備活動</p>			

<p>教師點選選教育部體育署錄製 https://www.youtube.com/watch?v=iNUvwY1AgmE 播放影片，全班討論影片中安全的水域安全相關知識。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>(1)師生一起討論如何水中自救—決定命運的四招：拍打水面、運用漂浮物、水母漂、仰漂(十字漂)</p> <p>(2)英雄決定自己的命運：引導學生思考，如遇不同的水流情況，例如翻滾流、覆蓋流、微笑流、離岸流，該如何應變。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>學生能建立水域安全的相關知識，期許能提升學生下學期游泳教學的學習成效。</p> <p style="text-align: center;">—第二十節 結束—</p>	<p>學生能專心觀看</p> <p>學生能踴躍發表</p>	<p>10'</p> <p>30</p>	
<p>單元十六 拍攝榮譽榜【輔】</p> <p style="text-align: center;">—第二十一節 開始—</p> <p>壹、準備活動</p> <p>由輔導處規劃榮譽榜拍照計畫。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>學生總結本學期的小白鴿張數，達100張者可與校長拍照，並由輔導處安排各班拍照時間。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>拍照同學分享心得，以激發學生爭取榮譽之心。</p> <p style="text-align: center;">—第二十一節 結束—</p>	<p>學生能專心聆聽及積極參與活動。</p>	<p>20'</p> <p>20'</p>	
<p>單元十七 期末環境整理【學】</p> <p style="text-align: center;">—第二十二節 開始—</p> <p>壹、準備活動</p> <p>導師按照衛生分配區域與班級人力分派衛生用具。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>導師按照衛生用具與負責區域教導學生用具使用技巧與分工掃除內容。</p>	<p>學生能落實環境清潔分配工</p>	<p>30'</p>	

<p>參、綜合活動</p> <p>進行掃除正確衛教，透過實作演練，建立良好衛生習慣。</p> <p>—第二十二節 結束—</p>	<p>作，進行 環境整理</p>	<p>10'</p>	
--	----------------------	------------	--

國民小學及國民中學學生成績評量準則第五條

國民中小學學生成績評量，應依第三條規定，並視學生身心發展、個別差異、文化差異及核心素養內涵，採取下列適當之多元評量方式：

一、紙筆測驗及表單：依重要知識與概念性目標，及學習興趣、動機與態度等情意目標，採用學習單、習作作業、紙筆測驗、問卷、檢核表、評定量表或其他方式。

二、實作評量：依問題解決、技能、參與實踐及言行表現目標，採書面報告、口頭報告、聽力與口語溝通、實際操作、作品製作、展演、鑑賞、行為觀察或其他方式。

三、檔案評量：依學習目標，指導學生本於目的導向系統性彙整之表單、測驗、表現評量與其他資料及相關紀錄，製成檔案，展現其學習歷程及成果。

特殊教育學生之成績評量方式，由學校依特殊教育法及其相關規定，衡酌學生學習需求及優勢管道，彈性調整之。

評量標準與評分指引

表現任務		1. 在學校各項特色活動、議題宣導、節慶教學及例行演練中，參與活動，專注聆聽與積極參與活動，習得正確合宜的相關知能。				
評量標準						
主題		A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足	E 落後
表現合宜的行為與態度	表現描述	總能因應不同情境與場合調整行為，展現合宜的禮儀、行為與態度。	經常能因應不同情境與場合，展現合宜的行為與態度。	有時能因應不同情境與場合，展現合宜的行為與態度。	在他人的協助下，能因應不同情境與場合，展現合宜的行為與態度。	未達D級
	評分指引	透過實際操作與上課表現，能正確回答老師的提問。	透過實際操作與上課表現，能大部分回答老師的提問。	透過實際操作與上課表現，能少部分或片段回答老師的提問。	透過實際操作與上課表現，需旁人協助才能回答老師的提問。	未達D級
	評量工具	活動學習單、課堂表現				
	分數轉換	95-100	90-94	85-89	80-84	79以下

評量標準與評分指引

表現任務		2. 在參與團體活動或競賽時，能有合宜的舉止行為與談吐，健康正向的生活態度與技能，盡力在競賽中和同學合作完成任務。				
評量標準						
主題		A 優秀	B 良好	C 基礎	D 不足	E 落後
生活經營與創新-團體合作與領導	表現描述	能在團體活動中主動做好自己份內的工作，重視榮譽感，展現負責的態度。	能在團體活動中覺察可能的問題，並學習尊重與守紀律的行為。	能探索在團體活動中尊重與守紀律的重要性。	能分享自己參與團體活動時，遵守規範的經驗。	未達 D級
	評分指引	在執行班級任務時，主動做好份內的工作，重視榮譽感，展現負責的態度。	在進行班級活動時，提出遇到的問題，並學習尊重與守紀律的重要。	分享體驗活動中遇到的各種問題與解決策略，並表達合作與守紀律的意義。	分享參與團體活動與遵守規範的經驗。	未達 D級
	評量工具	活動學習單、課堂表現				
	分數轉換	95-100	90-94	85-89	80-84	79以下

(可視課程內容自行決定是否增加【其他表現任務】的【評量標準與評分指引】)

