

高雄市杉林區杉林國小三年級第二學期部定課程【健體領域】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				
一	第一單元 流感我不怕 第一課 認識流感	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。 Fb- II -2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	1a- II -2 了解促進健康生活的方法。 2a- II -2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。	口頭報告 實際操作	課綱:家庭教育-3 性侵害防治教育	<input type="checkbox"/> 線上教學	
二	第一單元 流感我不怕 第二課 遠離流感	健體-E-A2	Eb- II -1 健康安全消費的訊息與方法。 Fb- II -2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	3b- II -3 運用基本的生活技能,因應不同的生活情境。 4a- II -1 能於日常生活中,運用健康資訊、產品與服務。	實際操作	課綱:家庭教育-3 性侵害防治教育	<input type="checkbox"/> 線上教學	
三	第一單元 流感我不怕 第三課 預防傳染病大作戰	健體-E-A2	Fb- II -2 常見傳染病預防原則與自我照護方法。	2b- II -1 遵守健康的生活規範。 4a- II -2 展現促進健康的行為。	實際操作 檢核表	課綱:家庭教育-3 性別平等教育	<input type="checkbox"/> 線上教學	
四	第二單元 愛護眼耳口 第一課 近視不要來	健體-E-A1	Da- II -2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	1a- II -2 了解促進健康生活的方法。 4a- II -2 展現促進健康的行為。	口頭報告 實際操作	課綱:家庭教育-3	<input type="checkbox"/> 線上教學	

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				
五	第二單元愛護眼耳口 第二課健康好聽力	健體-E-A1	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	口頭報告 實際操作	課綱:家庭教育-3 性侵害防治教育 性別平等教育	■線上教學	回家觀看教育平台相關影片,並於課堂進行發表
六	第二單元愛護眼耳口 第三課牙齒要保護	健體-E-A1	Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。	3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	口頭報告 實際操作	課綱:家庭教育-3 登革熱防治教育	□線上教學	
七	第三單元安心又安全 第一課安心校園	健體-E-A2	Fa-II-3 情緒的類型與調適方法。	2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 3b-II-1 透過模仿學習,表現基本的自我調適技能。	口頭報告 實際操作	課綱:人權-3	□線上教學	
八	第三單元安心又安全 第二課安全向前行	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。	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	檢核表 實際操作	課綱:安全-3 性別平等教育	□線上教學	
九	第三單元安心又安全 第三課戶外安	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。	2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 2b-II-1 遵守健	實際操作 檢核表	課綱:安全-3	□線上教學	

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				
	全、第四 課居家 安全			康的生活規範。				
十	第四單 元球力 全開 第一課 地板桌 球	健體-E-C2	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。	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。	實際操作 口頭報告	課綱:安全-3	■線上教學	回家觀看教育平台 相關影片,並於課 堂進行發表
十一	第四單 元球力 全開 第二課 躲避球 攻防	健體-E-C2	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。	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。	實際操作 口頭報告	課綱:品德-3	□線上教學	
十二	第四單 元球力 全開 第三課 跑擲大 作戰	健體-E-C2	Hd- II -1 守備／ 跑分性球類運 動相關的拋接 球、傳接球、擊 球、踢球、跑動 踩壘之時間、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。 3d- II -2 運用遊 戲的合作和競 爭策略。	實際操作 檢核表	課綱:人權-3	□線上教學	
十三	第五單	健體-E-A2	Ab- II -1 體適能	3c- II -2 透過身	實際操作	課綱:安全-3	□線上教學	

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				
	元蹦跳 好體能 第一課 活力體 適能		活動。	體活動, 探索運動 潛能與表現 正確的身體活 動。 4d- II -2 參與提 高體適能與基 本運動能力的 身體活動。	口頭報告	性別平等教育 游泳自救能力教學-2		
十四	第五單 元蹦跳 好體能 第二課 金銀島 探險	健體-E-A2	Ga- II -1 跑、跳 與行進間投擲 的遊戲。	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。	實際操作 口頭報告	課綱:安全-3 游泳自救能力教學-2	□線上教學	
十五	第五單 元蹦跳 好體能 第二課 金銀島 探險	健體-E-A2	Ga- II -1 跑、跳 與行進間投擲 的遊戲。	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。	實際操作 檢核表	課綱:安全-3 游泳自救能力教學-2	■線上教學	回家觀看教育平台 相關影片, 並於課 堂進行發表
十六	第五單 元蹦跳 好體能 第三課 看我好 身手	健體-E-C2	Ia- II -1 滾翻、 支撐、平衡與擺 盪動作。	1c- II -1 認識身 體活動的動作 技能。 3c- II -1 表現聯 合性動作技能。	實際操作 口頭報告	課綱:安全-3 游泳自救能力教學-2	□線上教學	
十七	第六單 元武現 韻律風 第一課 學校運	健體-E-A2	Cb- II -2 學校運 動賽會。 Ib- II -2 土風舞 遊戲。	2d- II -2 表現觀 賞者的角色和 責任。 3c- II -1 表現聯 合性動作技能。	實際操作 檢核表	課綱:安全-3 交通安全教育	□線上教學	

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				
	動會							
十八	第六單元武現韻律風第二課大展武威	健體-E-C2	Bd- II -1 武術基本動作。	3c- II -1 表現聯合性動作技能。 3d- II -1 運用動作技能的練習策略。	實際操作 口頭報告	課綱:安全-3 交通安全教育	□線上教學	
十九	第六單元武現韻律風第三課與毬子同樂	健體-E-B1	Ic- II -1 民俗運動基本動作與串接。	1c- II -1 認識身體活動的動作技能。 3c- II -1 表現聯合性動作技能。	實際操作	課綱:安全-3	■線上教學	回家觀看教育平台相關影片,並於課堂進行發表
廿	第六單元武現韻律風第四課水舞	健體-E-B3	Ib- II -1 音樂律動與模仿性創作舞蹈。 Ib- II -2 土風舞遊戲。	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。	實際操作 口頭報告	課綱:安全-3	□線上教學	