

南投縣魚池鄉五城國小 111 學年度第 1 學期健康與體育領域課程計畫(四年級)

一、設計理念：

1. 讓學生了解食物當中的各種營養素，及其對人體和成長的重要性。
2. 透過課程，使學生知道生活當中有哪一些潛在的危機及面對危機時的危機處理。
3. 認識生活中常見的交通號誌，學習如何遵守。
4. 學會在球類運動中的閃躲、移位跟傳接。
5. 認識牙齒與熟悉牙齒進而做好保健牙齒的工作。

二、進度：

週次	單元活動主題	節數	教材來源	議題 /學校願景
一	1-1 安檢我的家〈1〉 1-2 克服障礙〈2〉	3	康軒	家政教育/智慧 人權教育/關懷
二	1-1 安檢我的家〈1〉 1-2 克服障礙〈2〉	3	康軒	家政教育/智慧 人權教育/關懷
三	1-1 安檢我的家〈1〉 1-4 接力小先鋒〈1〉 1-5 搬運救護員〈1〉	3	康軒	家政教育/智慧 人權教育/關懷 資訊教育/關懷
四	&認識交通號誌	3	國小交通安全教育教材	資訊教育/智慧
五	1-3 救護小先鋒〈1〉 2-4 空間造型派對〈2〉	3	康軒	家政教育/關懷 海洋教育/和諧
六	1-3 救護小先鋒〈1〉 2-4 空間造型派對〈1〉 3-1 閃躲高手〈1〉	3	康軒	家政教育/關懷 海洋教育/和諧 人權教育/和諧
七	1-5 搬運救護員〈1〉 3-1 閃躲高手〈1〉 3-2 百發百中〈1〉	3	康軒	家政教育/關懷 人權教育/和諧 人權教育/和諧
八	2-2 適當的選擇〈1〉 3-3 傳接樂無窮〈2〉	3	康軒	資訊教育/健康 性別平等/和諧
九	1-6 消防員選拔〈1〉 3-4 新式躲避球〈1〉 5-2 跑步健康多〈1〉	3	康軒	資訊教育/智慧 人權教育/和諧 性別平等/健康
十	1-6 消防員選拔〈1〉 5-3 舞動一身〈2〉	3	康軒	資訊教育/智慧 人權教育/和諧
十一	2-1 神奇的營養素〈1〉 ※“羽”中豪傑〈2〉	3	康軒 自編	資訊教育/健康 人權教育/和諧
十二	2-1 神奇的營養素〈1〉 ※“羽”中豪傑〈2〉	3	康軒 自編	資訊教育/健康 人權教育/和諧
十三	2-2 適當的選擇〈1〉 ※“羽”中豪傑〈2〉	3	康軒 自編	資訊教育/健康 人權教育/和諧
十四	2-3 均衡一下〈1〉 ※“羽”中豪傑〈2〉	3	康軒 自編	資訊教育/健康 人權教育/和諧
十五	4-1 我的牙齒〈1〉 ※“羽”中豪傑〈2〉	3	康軒 自編	資訊教育/健康 人權教育/和諧
十六	1-7 迎向陽光〈1〉 ※“羽”中豪傑〈2〉	3	康軒 自編	人權教育/關懷 人權教育/和諧
十七	4-2 與牙醫師有約〈1〉 5-3 舞動一身〈1〉 5-4 強棒出擊〈1〉	3	康軒	資訊教育/健康 性別平等/和諧 人權教育/和諧
十八	4-3 口腔疾病知多少〈1〉 5-4 強棒出擊〈2〉	3	康軒	資訊教育/健康 人權教育/和諧
十九	4-4 潔牙小幫手〈1〉 5-5 接球新體驗〈2〉	3	康軒	資訊教育/健康 性別平等/和諧

廿	5-1 體適能優等生〈1〉 5-6 人球一體〈2〉	3	康軒	資訊教育/健康 性別平等/和諧
廿一	5-1 體適能優等生〈1〉 5-6 人球一體〈2〉	3	康軒	資訊教育/健康 性別平等/和諧

※自編 & 改編、選編 () 延伸 ◎資融 *本位課程融入 #家庭教育融入

三、自編課程：略

四、延伸交通安全教材之課程計畫

(一) 實施期間：第四週

(二) 課程單元：認識交通號誌

(三) 設計理念：日常生活中一定常常使用道路，但小朋友遇到了多而複雜的交通號誌常常也是一頭霧水，藉由課堂上的活動使學生能清楚知道各種交通號誌代表的意義。

(四) 課程計畫：

實施期間	學習目標	主要學習活動	節數	評量	備註
第四週	1. 辨識號誌不同形狀、顏色的意義。 2. 說出不同形狀與顏色的交通號誌的意義和用途。 3. 能將圖卡與文字做結合。	活動一 形狀與顏色的分類 1. T 請 S 將黑板上所有的圖卡看過一次。 2. T 請 S 將所有的圖卡依照顏色、形狀做分類。 3. 圖卡說明。 活動二 狀況劇 1. 請 S 分成小組。 2. T 依序拿出不同的圖卡，請 S 小組討論後依照圖卡上的意義演出。 3. 請各組的 S 討論與說明演出的正確性。 活動三 記憶大賽 1. 將圖卡及文字卡翻至背面貼於黑板上。 2. S 分組競賽，每次只能翻一次，若是圖與文卡沒有配對，需將卡片在翻面，換另一組 S。 3. 最後統計，看那一組配對的圖文卡最多，那一組就獲勝。 4. 教師總評。 ~~結束~~	3	1. 能正確分類出標誌的形狀與顏色。 2. 能說出不同形狀、顏色標誌的意義。 3. 能正確將交通號誌與文字做結合。	

南投縣魚池鄉五城國小 111 學年度第 2 學期健康與體育領域課程計畫(四年級)

一、設計理念：

1. 讓學生了解大自然力量的可怕並進而訓練學生做好防災工作。
2. 透過課程的介紹，使學生能知道生活當中有哪一些潛在的危機及面對危機時的危機處理。
3. 學會在球類運動中的閃躲、移位跟傳接。
4. 讓學生了解生長發育的原因，認識青春期間的心理及生理特徵。

二、進度：

週次	單元活動主題	節數	教材來源	議題／學校願景
一	1-1 大地與我〈1〉 1-1 大地與我〈1〉	2	康 軒	環境教育/智慧 資訊教育/關懷
二	1-1 大地與我〈1〉 1-4 感恩啦啦隊〈2〉	3	康 軒	環境教育/智慧 家政教育/和諧
三	1-2 防颱計畫〈1〉 1-4 感恩啦啦隊〈2〉	3	康 軒	環教教育/智慧 家政教育/和諧
四	&路權與道路禮儀	3	國小交通安全 教育教材	資訊教育/智慧
五	2-2 安全停看聽〈1〉 2-1 一起來跳繩〈2〉	3	康 軒	環教教育/智慧 人權教育/和諧
六	1-2 防颱計畫〈1〉 2-1 一起來跳繩〈1〉 2-3 拍擊百分百〈1〉	3	康 軒	環境教育/智慧 人權教育/和諧
七	1-3 同心協力〈1〉 2-3 拍擊百分百〈1〉 2-4 樂樂排球〈1〉	3	康 軒	性別平等/關懷 人權教育/和諧 人權教育/和諧
八	1-3 同心協力〈1〉 2-4 樂樂排球〈2〉	3	康 軒	性別平等/關懷 人權教育/和諧
九	1-5 擁抱大自然〈1〉 2-5 遊戲見真情〈1〉 3-2 跳躍新活力〈1〉	3	康 軒	環境教育/智慧 人權教育/關懷 人權教育/健康
十	1-5 擁抱大自然〈1〉 3-2 跳躍新活力〈1〉 3-3 跑步向前行〈1〉	3	康 軒	環境教育/智慧 人權教育/健康 性別平等/健康
十一	2-6 消費主人翁〈1〉 ※槍林彈羽 〈2〉	3	康 軒 自 編	資訊教育/智慧 人權教育/和諧
十二	3-1 青春你我他〈1〉 ※槍林彈羽 〈2〉	3	康 軒 自 編	性別平等/健康 人權教育/和諧
十三	3-1 青春你我他〈1〉 ※槍林彈羽 〈2〉	3	康 軒 自 編	性別平等/健康 人權教育/和諧
十四	3-1 青春你我他〈1〉 ※槍林彈羽 〈2〉	3	康 軒 自 編	性別平等/健康 人權教育/和諧
十五	3-1 青春你我他〈1〉 ※槍林彈羽 〈2〉	3	康 軒 自 編	性別平等/健康 人權教育/和諧
十六	3-4 迎接青春〈1〉 ※槍林彈羽 〈2〉	3	康 軒 自 編	性別平等/健康 人權教育/和諧
十七	3-4 迎接青春〈1〉 3-3 跑步向前行〈1〉 4-1 河邊巧遇〈1〉	3	康 軒	性別平等/健康 人權教育/和諧 海洋教育/健康
十八	3-4 迎接青春〈1〉 4-2 相約同遊〈2〉	3	康 軒	性別平等/健康 性別平等/和諧

十九	4-3 做好眼睛的主人〈1〉 4-4 走向戶外〈2〉	3	康軒	資訊教育/健康 人權教育/和諧
廿	4-3 做好眼睛的主人〈1〉 & 傳與接〈2〉	3	康軒 改編	資訊教育/健康 人權教育/和諧

※自編 &改編、選編 () 延伸 ◎資融 *本位課程融入 #家庭教育融入

三、自編課程：略

四、延伸交通安全教材之課程計畫

- (一) 實施期間：第四週
- (二) 單元名稱：路權與道路禮儀
- (三) 設計理念：藉由本堂課讓學生了解使用道路的權利〈行人的權利、汽機車的權利〉及使用道路時所要具備的禮儀：才不至於讓自己暴露在危險的環境之中。
- (四) 能力指標：6-2-1 從周遭生活中舉例指出不同權力關係所產生的不同效果。
3-2-2 在活動中展現身體的協調性。
1-2-3 說出權力與個人的關係。
- (五) 課程計畫：

實施期間	學習目標	主要學習活動	節數	評量	備註
第四週	1. 認識路權的意義和種類。 2. 辨認交通手勢的能力。 3. 辨別交通手勢與車輛、行人間的關係。	活動一 停與讓 1. 播放影片。 2. 請 S 分組針對以上的影片內容做下面問題的討論： 〈1〉影片中差點發生什麼意外？ 〈2〉什麼方法可以避免意外發生？ 〈3〉影片中機車騎士差點發生什麼事？ 〈4〉機車騎士應該要怎麼做？為什麼？ 3. T 歸納各組學生意見並且說明路權的意義。	3	1. 能說出影片中所出現的問題及發表自己的想 2. 能正確做出交通手勢的動作。	

		<p>間的意義。</p> <p>活動三 到底行不行</p> <ol style="list-style-type: none">1. T 說明路權的意義與專用權及法律的相關。2. 學生分組。3. 填寫活動學習單，並且小組討論其中不符合交通規則的狀況。4. 說明學習單中不符合交通規則的狀況，說出為什麼是不符合？5. 教師總結。 <p>~~結束~~</p>		<p>3. 能正確說出路權的真正意義。</p>	
--	--	---	--	-------------------------	--