

嘉義縣景山國小 111 學年度校訂課程教學內容規劃表(表 12-4)

年級	四年級	年級課程 主題名稱	喜悅采風	課程 設計者	黃泗妹	總節數 /學期 (上/下)	20 節/下學期
符合 彈性課 程類型	<p>■第一類 統整性探究課程 ■主題 <input type="checkbox"/>專題 <input type="checkbox"/>議題  <i>需跨領域，以主題/專題/議題的類型，進行統整性探究設計；且不得僅為部定課程單一領域或同一領域下科目之間的重複學習。</i></p> <p><input type="checkbox"/>第二類 <input type="checkbox"/>社團課程 <input type="checkbox"/>技藝課程</p> <p><input type="checkbox"/>第四類 其他 <input type="checkbox"/>本土語文/臺灣手語/新住民語文 <input type="checkbox"/>服務學習 <input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>班際或校際交流  <input type="checkbox"/>自治活動 <input type="checkbox"/>班級輔導 <input type="checkbox"/>學生自主學習 <input type="checkbox"/>領域補救教學</p>						
學校 願景	喜閱采風“景” 童心樂活“山”	與學校願景呼 應之說明	<p>一、將閱讀融入生活各領域中，培養孩子終身閱讀的習慣與興趣。</p> <p>二、拓展孩子的視野，培養其邏輯推理、探索發現、思考創造的能力，成為具備多元智能的學童。</p> <p>三、認識個人特質，發展生命潛能；樂於與人良善互動，並發揮團隊合作之精神。</p>				
總綱 核心素 養	<p>E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。</p> <p>E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。</p> <p>E-B3 具備藝術創作與欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，培養生活環境中的美感體驗。</p> <p>E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。</p>	課程 目標	<p>一、體認健康行為的重要性，並運用作決定的技巧來促進健康。</p> <p>二、嘗試各種藝術創作，表達豐富的想像力與創造力。</p> <p>三、欣賞與表現自己的長處，並接納自己；參與各式各類的活動，探索自己的興趣與專長。</p> <p>四、了解科技在生活中的重要性，並能運用科學探究的精神和方法。</p> <p>五、能培養閱讀習慣，並能將書中學到的知識技能，普遍用於日常生活中與人互動，成為有文化素養的好公民。</p>				

教學進度	單元名稱	連結領域(議題)/學習表現	自訂學習內容	學習目標	表現任務 (評量內容)	學習活動 (教學活動)	教學資源	節數
第(1)週 - 第(4)週	天天五蔬果拼圖大富翁	語文 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 健體 1b-II -1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 健體 4a-II -2 展現促進健康的行為。	1. 多纖多健康 2. 蔬果拼圖大富翁製作 3. 我是『健康大富翁』	1. 能辨識具有膳食纖維的食物。 2. 能瞭解蔬果對身體的好處。 3. 能瞭解自己的飲食習慣對環境的影響。	1. 小組能合作完成蔬菜拼圖 2. 能清楚說出宣導短語 3. 能分組完成『創意健康卡』設計 4. 學習單分享	活動一:多『纖』多健康 1. 將全班分成5組(5*5=25人) 2. 小組內進行討論,且每個成員均需提供一項『天天五蔬果』相關資料,全組合力完成該組之『蔬果拼圖』草稿。  活動二:蔬果拼圖大富翁製作 一、85210 宣導短語(自編) 二、『蔬果拼圖大富翁』製作說明  活動三:我是健康大富翁 一、環保短劇 二、『我是健康大富翁』分組挑戰	衛生福利部國民健康署/健康五蔬果網站	4
第(5)週 - 第(8)週	健康Happy Go-健美	語文 1-II-2 具備聆聽不同媒材的基本能力。 語文 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。	1. 健康密碼 2. 時控高手 3. 食在有健康 4. 健康應援團	1. 能養成每天睡足八小時的睡眠習慣。 2. 能養成天天吃五蔬果的飲食習慣。 3. 能養成每天看電視、玩電動、打電腦、用電話時間少於2小時的生活習慣。 4. 能養成每天運動三十分鐘的運動習慣。 5. 能養成每天喝白開水1500cc的飲水習慣。	1. 能完成學習單 2. 能完成「健康密碼」學習單 3. 能完成「我的健康日誌」實作 4. 能完成「慌張先生」學習單 5. 能擬定生活作息計畫 6. 能完成成「食食樂」學習單 7. 能觀摩別人的檔案與心得分享	活動一:【健康密碼】 一、準備活動 (一)老師設計學習單:我的健康密碼。 (二)跳繩。 二、發展活動 (一)引起動機 <b>我的健康密碼~了解自己的健康指數</b> (二)活動過程 1. 動一動-跑跳踴 2. 活出健康力~我的運動日 活動二:【時控高手】~睡飽、少電 一、準備活動 (一)老師準備「慌張先生」一書 (二)短片:電玩玩家沉迷暴斃	1. 影片:電玩玩家沉迷暴斃新聞短片 <a href="http://www.youtube.com/watch?v=tf-0B-0LR2w">http://www.youtube.com/watch?v=tf-0B-0LR2w</a> 2. 影片:放下手機,找回最真實的感動 <a href="http://www.youtube.com/watch?v=05EP1VzkZSM">http://www.youtube.com/watch?v=05EP1VzkZSM</a>	4

					<p>新聞短片</p> <p>(三) 影片：放下手機，找回最真實的感動</p> <p>(四) 「我是時控高手」學習單</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 引起動機</p> <p><b>閱讀「慌張先生」一書</b></p> <p>(二) 活動過程</p> <p><b>1. 慌張先生不要來</b></p> <p><b>2-1 四電 out</b></p> <p><b>2-2 睡眠 come</b></p> <p><b>3. 我是時控高手～時間規劃動手做</b></p> <p>活動三：【食在有健康】～天天五蔬果、喝足白開水</p> <p>一、準備活動</p> <p>(一) 老師準備繪本—「阿平的菜單」。</p> <p>(二) 老師準備六大營養類圖卡、蔬菜圖卡。</p> <p>(三) 午餐菜色表。</p> <p>(四) 飲水紀錄表。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 引起動機</p> <p>老師提問：</p> <p>1. 小朋友，這是這星期的午餐菜色表，你最喜歡裡面的哪一道？</p> <p>2. 為什麼？</p> <p>3. 老師帶大家看本有趣的繪本，是一位小朋友幫自己設計菜單的故事喔！</p> <p>(二) 活動過程</p> <p><b>1. 阿平的菜單</b></p> <p><b>2. [食在有健康]～天天</b></p>	
--	--	--	--	--	---	--

						<p>五蔬果、飲水 1500cc</p> <p>3. [食食樂] ~ 天天五蔬果、飲水 1500cc</p> <p>活動四：【健康應援團】</p> <p>一、準備活動</p> <p>(一) 老師準備「給你一個讚」圖卡。</p> <p>(二) 師生事先將學生「健康 Happy Go」學習檔案擺放陳列。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 引起動機</p> <p>讓我們一起來看看自己、也觀摩別人的成果吧!</p> <p>(二) 活動過程</p> <p>1. [給你一個讚]</p> <p>2. [健康 go go go]</p>	
<p>第 (9) 週 - 第 (13) 週</p>	<p>健康體位 easy go</p>	<p>語文 1-II-2 具備聆聽不同媒材的基本能力。</p> <p>語文 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見</p> <p>數學 n-II-4 解決四則估算之日常應用問題。</p> <p>健體 1a-II -2 了解促進健康生活的方法。</p> <p>健體 1b-II -1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>健體 2a-II -2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p>	<p>1. BMI 知多少</p> <p>2. 好康道相報</p> <p>3. 吃對得健康，吃錯害健康</p> <p>4. 做伙來運動</p>	<p>1. 能計算出自己的 BMI 值。</p> <p>2. 能養成天天吃五蔬果的飲食習慣。</p> <p>3. 能養成每天運動三十分鐘的運動習慣。</p> <p>4. 能養成每天喝白開水 1500cc 的飲水習慣。</p> <p>5. 養成每天睡足八小時的睡眠習慣。</p> <p>6. 能養成每天看電視、玩電動、打電腦、用電話時間少於 2 小時的生活習慣。</p>	<p>1. 能專心聆聽、發表</p> <p>2. 能正確計算出自己體位完成學習單</p> <p>3. 能與他人共同討論</p> <p>4. 能了解 85210 的核心能力</p> <p>5. 能下定決心做到 85210</p> <p>6. 能習寫健康日記</p> <p>7. 能說出健康飲食的重要性</p> <p>8. 能明白運動對身體健康的重要</p> <p>9. 能和同學共同討論</p>	<p>一、引起動機：</p> <p>老師自編「阿肥阿瘦的故事」，以 PPT 檔與小朋友說故事。</p> <p>二、發展活動</p> <p>活動一：BMI 知多少</p> <p>指導學生計算 BMI (身體質量指數)</p> $\text{BMI} = \frac{\text{體重(公斤)}}{\text{身高}^2(\text{公尺}^2)}$ <p>活動二：好康道相報</p> <p>1. 老師收回學習單，檢視學生的 BMI 值，並了解學生體位情形。</p> <p>2. 老師引導學生進行分組討論。</p> <p>活動三：吃對得健康，吃錯害健康</p> <p>1. 討論主題：</p> <p>(1) 主題一：認識食物的六大類營養</p> <p>(2) 主題二：認識食物紅綠燈</p>	<p>1. 衛生福利部國民健康署/健康五蔬果網站</p> <p>2. 自編「阿肥阿瘦的故事」</p>

						<p>(甚麼食物是綠燈，可以多吃，甚麼食物是紅燈，不要常吃)</p> <p>2. 請各組設計一天的菜單。</p> <p><b>活動四：做伙來運動</b></p> <p>1. 老師再次複習已學過的知識，提問：要維持良好的健康體位要做到甚麼？</p> <p>2. 介紹的運動有三角跳躍、側身跳躍、旋轉跳躍及跳躍河溝。</p> <p>3. 實際演練，引導學生嘗試，多多練習，超越自我。</p> <p><b>活動五：健康還要三點靈</b></p> <p>1. 老師提問：每個人每天都有 24 小時，這 24 小時，除了在學校 8 小時外，你們都做些甚麼事？每一組討論將結果寫在小白板，等一下派一位同學上台報告。</p> <p>2. 學生報告討論內容。(看電視、玩電腦、玩手機、睡覺、玩遊戲等等)</p>		
<p>第 (14) 週 - 第 (17) 週</p>	<p>健康我最行</p>	<p>語文 1-II-2 具備聆聽不同媒材的基本能力。</p> <p>語文 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。</p> <p>綜合 1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。</p> <p>綜合 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>健體 1a-II -2 了解促進健康生活的辦法。</p> <p>健體 1b-II -1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>健體 2a-II -2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。</p>	<p>1. 85210 健康我最行~85210 內涵+體型意識建立</p> <p>2. 健康小記者</p> <p>3 抓掉壞毛病</p>	<p>1. 能分辨健康體位，且知道自身屬於何種體位。</p> <p>2. 能了解健康的意義與重要性。</p> <p>3. 清楚知道「85210」的含義及好處。</p> <p>4. 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的態度。</p> <p>5. 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。</p> <p>6. 能養成團隊合作的精神。</p>	<p>1. 能分辨健康體位。</p> <p>2. 能清楚知道「健康體位」的好處</p> <p>3. 能執行魔法集點卡紀錄</p> <p>4. 能認真觀賞動畫。</p> <p>5. 能認真參與訪談與分析活動。</p> <p>6. 能每日記錄聯絡簿上的健康資訊。</p> <p>7. 能踴躍發表自己的健康紀錄狀況。</p> <p>8. 能說出 8、5、2、1、0 所代表的意義。</p> <p>9. 能完成學習單。</p>	<p><b>【85210 健康我最行~85210 內涵+體型意識建立】</b></p> <p>一、準備活動</p> <p>字卡與【與身體做朋友】簡報</p> <p>二、引起動機</p> <p>活動一：健康排行榜</p> <p>三、發展活動</p> <p>活動二：送自己一個健康大禮</p> <p><b>【健康小記者】</b></p> <p>一、教學準備</p> <p>先聯繫訪問對象，並告知大概的訪問時間及內容。</p> <p>二、引起動機</p> <p>影片觀賞：</p>	<p>1. 繪本「小猴與小兔的壞毛病」</p> <p>2. 動畫「唐朝小栗子—均衡飲食」</p>	4

				7. 檢討並改進自己不良的生活習慣。		公視晚間新聞(研究:幼兒吃垃圾食物 恐影響智商) 三、發展活動- 我是小記者實地訪問 四、統整活動- 健康播報員 【抓掉壞毛病】 一、教學準備 領讀繪本「小猴與小兔的壞毛病」。 二、引起動機 動畫欣賞：〔唐朝小栗子—均衡飲食〕 三、發展活動 活動一：反思自己 活動二：抓掉壞毛病		
第(18)週-第(20)週	智者樂水	語文 1-II-2 具備聆聽不同媒材的基本能力。 語文 2-II-4 樂於參加討論，提供個人的觀點和意見。 社會 3d-II-1 探究問題發生的原因與影響，並尋求解決問題的可能做法。 綜合 1a-II-1 展現自己能力、興趣與長處，並表達自己的想法和感受。 綜合 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。	1. 眼觀四方，查水觀色。 2. 遵守規則，游出快樂。 天助自助，泳保安康。	1. 能分辨日常生活情境的安全與不安全。 2. 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。 3. 能思考並演練處理危險和緊急情況的方法。 4. 覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。 5. 能分析形成地方或區域特性的因素，並思考維護或改善的方法。 6. 能分析自然環境、人文環境及其互動如何影響人類的生活型態。 7. 觀察住家和學校週遭環境，並知道保護自己的方法。 8. 能辨識各種人為的危險情境，並演練自我保護的方法。	1. 能正確說出及判斷安全水域 2. 能正確說出旗幟顏色、形狀所代表的意義 3. 說溺水脫困技巧 4. 能正確說出防溺水十招與救溺五步	活動一【眼觀四方，查水觀色。】 一、引起動機 透過投影片 PPT 圖片簡單說明各類水域。 二、發展活動 1. 水域的判斷 2. 水域種類 3. 如何選擇安全的戲水場所？ 三、綜合活動 加強旗幟判斷與標誌判斷能力，透過投影片 PPT 再次測驗學生記憶的成效。 活動二【遵守規則，游出快樂。】 一、引起動機 介紹數則溺水時事進行說明。 二、發展活動 1. 從數則溺水時事進行分析。 2. 進行海流與溪流介紹。 3. 水域戲水安全要點說明 三、綜合活動	教育部水域安全宣導專區網站	

				<p>9. 能妥善運用空間，減低危險的發生。</p> <p>10. 能認識各種災害及危險情境，並實際演練如何應對。</p>		<p>加強水域戲水安全要點說明及水域活動安全資訊網址緊急聯繫電話</p> <p>活動三【天助自助，泳保安康。】</p> <p>一、引起動機</p> <p>. 學生觀看影片，並從影片中辨認救溺、防溺行為，並討論有哪些防溺行為、救溺行為。</p> <p>二、發展活動</p> <p>1. 教育部防溺十招說明。 細讀防溺十招守則，並觀看四篇水域安全影片，加深印象。</p> <p>2. 教育部救溺五步說明。 細讀救溺五步守則，並觀看救溺五步影片，加深印象。</p> <p>3. CPR 急救技能說明。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1. 加強防溺十招與救溺五步。</p> <p>2. 如何成為水上安全守護員。</p>			
教材來源	<input type="checkbox"/> 選用教材 ( ) <input type="checkbox"/> 自編教材(請按單元條列敘明於教學資源中)								
本主題是否融入資訊科技教學內容	<input type="checkbox"/> 無 融入資訊科技教學內容 <input checked="" type="checkbox"/> 有 融入資訊科技教學內容 共( )節 (以連結資訊科技議題為主)								
特教需求學生課程調整	<p>※身心障礙類學生：<input type="checkbox"/>無<input checked="" type="checkbox"/>有-情緒障礙(1)人</p> <p>※資賦優異學生：<input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有</p> <p style="text-align: right;">特教老師簽名： 普教老師簽名：黃泗妹</p>								