

臺北市信義區信義國民小學 106 學年度第 1 學期 健康與體育 課程計畫

能力指標(學習領域)

課程目標(彈性學習)

- 1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活。
 1-1-5 討論對於身體的感覺與態度，學習尊重身體的自主權與隱私權。
 2-1-1 體會食物在生理及心理需求上的重要性。
 2-1-3 培養良好的飲食習慣。
 2-1-4 辨識食物的安全性並選擇健康的營養餐點。
 5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。
 6-1-2 學習如何與家人和睦相處。
 6-1-5 瞭解並認同團體規範，從中體會並學習快樂的生活態度。
 7-1-2 描述人們獲得健康資訊、選擇健康服務及產品之過程，並能辨認其正確性與有效性。

課程名稱	健康	年級	一	設計者	沈麗玲	教學者	沈麗玲
每週授課節數	1	學期授課節數	合計【 21 】節				
學校願景融入情形	1.多元學習：能透過多元方式學習健康知識。 2.快樂和諧：能建立正向健康的心理，培養健康的行為及習慣，建立快樂和諧人生。 3.服務人群：能將學習到的正確健康知識，落實在生活中，進而務人群，影響身邊的家人朋友。						
教育議題融入情形標記(多選)	<input checked="" type="checkbox"/> 1.性別平等 <input checked="" type="checkbox"/> 2.環境 <input type="checkbox"/> 3.資訊 <input type="checkbox"/> 4.家政 <input checked="" type="checkbox"/> 5.人權 <input checked="" type="checkbox"/> 6.生涯 <input type="checkbox"/> 7.海洋 8.國防)						
新興議題融入情形標記(多選)	<input type="checkbox"/> A.法治 <input checked="" type="checkbox"/> B.生命 <input checked="" type="checkbox"/> C.品德 <input type="checkbox"/> D.媒體 <input type="checkbox"/> E.智慧財產 <input type="checkbox"/> F.資訊倫理與安全上網 <input type="checkbox"/> G.理財 <input type="checkbox"/> H.動物福利 <input type="checkbox"/> I.人口販賣 <input type="checkbox"/> J.多元文化 <input type="checkbox"/> K.族群 <input type="checkbox"/> L.圖資利用與閱讀教育						

◎學期教學課程目標：(與學生學期評量要點相對應)

☺認知：

1. 知道健康中心的功能。
2. 了解五官的功能和重要性。
3. 能了健康習慣的重要性。

☺情意：

1. 能遵守遊戲規範及團體紀律。
2. 能養成良好健康態度習慣。
3. 能養成正確的飲食習慣。

☺技能：

1. 會分辨戲設備的安全性。
2. 會保護身體各部位避免受傷。
3. 會表現良好的清潔身體、飲食習慣及排便如廁習慣。

◎預期達成學生學習能力：(本校設計之學生學習評量要點)

1. 能瞭解健康中心的功能及遊戲之安全。
2. 能瞭解五官功能及其保護方法。
3. 能表現良好的清潔身體、飲食習慣及排便如廁習慣。

◎教學評量方式說明：(請依據教育局評量相關規定)

1. 量化：

平時(70)% 期末評量(30)%

2. 質性：(評量方式說明)

提問回答、實作、角色扮演、小組合作學習

◎教學進度安排(教育議題：1.性別平等 2.環境 3.資訊 4.家政 5.人權 6.生涯 7.海洋 8.國防)

(新興議題：A.法治 B.生命 C.品德 D.媒體 E.智慧財產 F.資訊倫理與安全
上網G.理財 H.動物福利 I.人口販賣 J.多元文化 K.族群

L.圖資利用與閱讀教育

單元名稱	起訖日期	教育議題	新興議題	節數	使用教材(含輔助學習教材)	學生評量方式
一.健康又快樂	8/30-9/29	25	CL	5	1.康軒版第一冊(一上)健 康與體育課本 2.學習單 3.補充資料	提問回答、實 作、角色扮演、小 組合作學習
三.身體會說話	10/2-11/3	6	BL	5		
四.健康每一天	11/6-1/12	125	CL	10		
總複習	1/15-1/19	1256	BCL	1		

	開始日期	結束日期	範圍	學生評量方式
期末評量	1/11	1/12	1、3、4	紙筆評量

【家長配合事項】	主動關心注意孩子的身心狀態。提醒孩子良好生活習慣，並以身作則，當孩子的好榜樣。
-----------------	---