

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)

- 1-2-3體認健康行為的重要性，並運用做決定的技巧來促進健康。
 1-2-4探討各年齡層的生理變化，並有能力處理個體成長過程中的重要轉變。
 5-2-1 覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。
 5-2-2判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。
 5-2-4認識菸、酒、檳榔、藥物與成癮藥物對個人及他人的影響，並能拒絕其危害。
 6-2-1分析自我與他人的差異，從中學會關心自己，並建立個人價值感。
 6-2-2瞭解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性。
 7-2-1表現預防疾病的正向行為與活動，以增進身體的安適。
 7-2-2討論社會文化因素對健康服務及產品選擇之影響。
 7-2-3確認消費者在健康相關事物上的權利與義務。

課程名稱	健康	年級	五	設計者	蘇鈴琴	教學者	蘇鈴琴
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：情緒智商、自我內省、人際關係 2.快樂和諧：環境保護、多元文化理解 3.服務人群：資訊、科技						
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 checked="" type="checkbox"/> 3.資訊 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> A.法治 <input checked="" type="checkbox"/> B.生命 <input checked="" type="checkbox"/> C.品德 <input checked="" 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.能覺察校園中和上下學途中潛藏的危機。
- 2.能分析遊覽車的事故發生原因和了解遊覽車安全的重要性。
- 3.能了解哪些是危險的騎乘腳踏車行為。
- 4.能了解成長階段的生理變化。
- 5.能認識成癮物質及菸的危害。
- 6.能了解酒後駕車的嚴重性。
- 7.能了解嚼檳榔、毒品的危害。
- 8.能辨識日常生活中接觸毒品的危險情境。
- 9.能舉例說出傳染病的形成原因及傳染方式。
- 10.能認識肺結核、新型流感、狂犬病、愛滋病的傳染途徑。
- 11.能區分西醫醫療、中醫醫療及民俗調理行為。
- 12.能辨識醫療訊息並選擇合格的醫療機構。
- 13.能了解並認同全民健保的好處。
- 14.能認識醫療消費者的權利與義務並了解醫療消費時的注意事項。
- 15.能知道公共場所逃生方向及其設施。

◎情意：

- 1.能尊重生命，不隨便拿別人的安全開玩笑。
- 2.能規畫適合全家的休閒活動。
- 3.能體會成長的變化及其代表的意義。
- 4.能給家人支持的力量，拒絕酒的危害。
- 5.能培養接納愛滋病患的態度。
- 6.能培養珍惜健保資源的態度。

◎技能：

- 1.能了解校園事故傷害的後果，並知道如何處理與預防。
- 2.能認識遊覽車的安全相關措施。
- 3.能知道如何正確且安全的騎乘腳踏車。
- 4.能以正向、積極的想法與行為，面對自己的缺點。
- 5.能運用做決定技巧遠離菸害、遠離毒品。
- 6.能以具體行動表達對家人的關心。
- 7.能以具體行動協助家人戒檳榔。
- 8.能運用拒絕技巧遠離毒品。
- 9.能學習自我保護的方法。
- 10.能了解預防傳染病的方法。
- 11.能在日常生活中確實做到預防傳染病的行為。
- 12.能檢視自己的醫療消費行為。

◎預期達成學生學習能力：(本校設計之學生學習評量要點)

- 1.了解安全與事故傷害的基本概念及預防方法。
- 2.認識自我價值，並能做出明智的決定，拒絕成癮物質的危害。
- 3.認識傳染病的預防方法、傳染途徑及其定義。
- 4.認識特殊醫療現象與傳統民俗醫療，辨識並選擇合適的醫療院所及醫療專業人員。
- 5.選擇就醫管道和健康產品中能表現理性、負責任的消費行為。

◎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(60)% 其他(10%) 期中評量(15)% 期末評量(15%)
- 2.質性：平時評量：發表、互動式問答、自評、實作、觀察。
其他：學習態度。
期中評量：學習單。
期末評量：學習測驗。

◎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
安全新生活	8/30-9/22	2、4、6	B	4	康軒版第九冊(五上) 健康與體育課本與教材教具。	學習態度 操作練習 測驗成績
做自己愛自己	9/25-11/17	1、4、5、 6	B、D	8	同上	
健康防護罩	11/20-01/12	3、4	D	8	同上	
總複習	1/15~1/19			1		
		開始日期	結束日期	範圍		學生評量方式
期中評量		10/30	11/3	安全新生活 做自己、愛自己		學習單
期末評量		1/11	1/12	做自己、愛自己 健康防護罩		學習測驗
【家長配合事項】		1. 注重孩子日常的衛生習慣與實踐健康知識於日常生活之中。 2. 與孩子一起培養適當的運動習慣，促進身體健康。				

