

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)

- 1-2-4 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。  
 1-2-5 檢視兩性固有的印象及其對兩性發展的影響。  
 2-2-4 運用食品及營養標示的訊息，選擇符合營養、安全、經濟的食物。  
 2-2-5 明瞭食物的保存及處理方式會影響食物的營養價值、安全性、外觀及口味。  
 5-2-3 評估危險情境的可能處理方法及其結果。  
 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。  
 6-2-3 參與團體活動，體察人我互動的因素及增進方法。  
 6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。  
 7-2-2 討論社會文化因素對健康與運動的服務及產品選擇之影響。  
 7-2-3 確認消費者在健康相關事務上的權利與義務。  
 7-2-4 確認消費者在運動相關事物上的權利、義務及其與健康的關係。

課程名稱	健康	年級	六	設計者	謝宜穎	教學者	
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：能主動積極參加校內各項健康相關活動。 2.快樂和諧：能建立正向健康的心理，並在學習過程中願意與人分享。 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 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 <input type="checkbox"/> 8.國防						
新興議題融入情形標記(多選)	<input type="checkbox"/> A.法治 <input 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 checked="" type="checkbox"/> J.多元文化 <input checked="" type="checkbox"/> K.族群 <input type="checkbox"/> L.圖資利用與閱讀教育 <input type="checkbox"/> M.(其他: 請自述)						

◎學期教學課程目標：(與學生學期評量要點相對應)

- ◎認知：1、了解家庭對於人際發展的重要性。  
 2、能養成查看食品標示的習慣。  
 3、能覺察對於不同性別的刻板印象。  
 4、能知道公共場所逃生方向及其設施。
- ◎情意：1、能表達對家人和同學的稱讚、感謝及關懷。  
 2、培養理性、負責任的消費態度。  
 3、能尊重不同性別者在團體中均扮演重要的角色。
- ◎技能：1、能學會化解衝突的原則。  
 2、能說出發生消費糾紛時的處理發方法。  
 3、能發展自己的興趣，不受性別刻板印象做侷限。

◎預期達成學生學習能力：(本校設計之學生學習評量要點)

- 1、能自我檢視影響人際關係的因素。
- 2、能學會正確的消費步驟。
- 3、能肯定自己的價值並尊重不同性別者。

◎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(50)% 期中評量(25)% 期末評量(25)%
- 2.質性：口頭發表、課程中實作練習、學習態度。

◎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□M.(其他:請自述))

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
U2 人際加油站	08/30-10/6	4、6	D、J	6	1.康軒六上健康與體育課本 2.學習單 3.補充資料	1.上課學習狀況 2.口頭發表 2.學習單 3.紙筆測驗
U4 聰明消費學問多	10/9-11/24	4、5	D、G	7		
U6 非常男女大不同	11/27-1/12	1、4	C、J、K	7		
總複習	1/15~1/19			1		

定期評量	開始日期	結束日期	範圍	學生評量方式
期中評量	10/30	11/03	第二、四單元	期中評量
期末評量	1/02	1/13	第四、六單元	紙筆測驗

**【家長配合事項】**  
 1、關心孩子的成長與發育，適時與孩子討論與異性相處該注意的禮節與分寸。  
 2、能養成天天五蔬果、少喝含糖飲料的飲食習慣。