

臺北市信義區信義國民小學 106 學年度第 2 學期 課程計畫

能力指標(學習領域)

課程目標(彈性學習)

- 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。
 2-1-2 瞭解環境因素如何影響到食物的質與量，並探討影響飲食習慣的因素。
 2-1-3 培養良好的飲食習慣。
 5-1-1 分辨日常生活情境的安全性。
 5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。
 5-1-3 思考並演練處理危險和緊急情況的方法。
 5-1-4 認識藥物及其對身體的影響，並能正確使用。
 6-1-4 認識情緒的表達及正確的處理方式。
 7-1-1 瞭解健康的定義，並指出人們為促進健康所採取的活動。

課程名稱	健康	年級	一年級	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【 20 】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 checked="" type="checkbox"/> 4.家政 <input checked="" type="checkbox"/> 5.人權 <input 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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> I.人口販賣 <input checked="" type="checkbox"/> J.多元文化 <input checked="" type="checkbox"/> K.族群 <input checked="" 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.了解體重與進食的關係。
- 2.能說出上下學的安全注意事項。
- 3.能分辨合理或不合理的碰觸。
- 4.知道面臨危險時的處理方法。
- 5.能舉例說出自我保護守則。
- 6.說出生病的可能原因。
- 7.了解疾病的傳染方式。
- 8.能說出預防疾病傳染的方法。
- 9.能說出生病時的處理方式。
- 10.知道正確的用藥方法。
- 11.了解用藥資訊及其服務來源。
- 12.了解每個人都有各種不同的情緒。
- 13.能比較適當和不適當的情緒表達。

☺情意：

- 1.了解朋友、社交場合對個人飲食習慣的影響。
- 2.能明白體重過重或過輕對健康的影響。
- 3.能覺察自己身體的安全界限。
- 4.明瞭面對同一事件可能有不同的情緒表現。

☺技能：

- 1.討論廣告對食物選擇的因素。
- 2.分析自己選擇食物的因素，並做明智的決定。
- 3.能預防自己陷入危險的情況。
- 4.上下學途中不靠近危險的場所。
- 5.能拒絕他人不合理的要求。
- 6.對危險情境提高警覺。
- 7.能熟悉緊急求助方法。
- 8.願意採取正確的方法增強身體抵抗力。
- 9.辨別愉快與不愉快的情緒。
- 10.學習表達自己的情緒。
- 11.能適度的宣洩情緒。

◎預期達成學生學習能力：(本校設計之學生學習評量要點)

- 1.了解不同的飲食型態，指出環境因素對人選擇食物的影響，並探討健康飲食原則。
- 2.強調安全地圖、預防性騷擾及自我保護、緊急求救等概念，期許學生具備更多的能力。
- 3.探討預防的方法和正確用藥的原則，並強調加強身體抵抗力的重要性。

◎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)% 期末評量(50)%

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)

(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
一.健康加油站	2/12~3/23	24	BL	6	1.康軒版第二冊(一下)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.我有妙招	3/26~5/11	125	BCIJKL	7		
四.健康好心情	5/14~6/29	1245	ABCJKL	7		
定期評量		開始日期	結束日期	範圍		學生評量方式
期末定期評量		6/21	6/22	第1、3、4單元		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。				