

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)

- 1-2-1 辨認影響個人成長與行為的因素。  
 1-2-3 體認健康行為的重要性，並運用做決定的技巧來刺進健康。  
 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。  
 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利用價值、安全性、外觀及口味。  
 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。  
 5-2-3 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。  
 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。  
 7-2-5 調查、分析生活周遭環境問題與人體健康的關係。  
 7-2-6 參與社區中環保活動或環保計畫，並分享其獲致的成果。

課程名稱	健康	年級	四	設計者	李怡憬	教學者	李怡憬
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：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 type="checkbox"/> 4. 家政 <input 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 checked="" type="checkbox"/> B. 生命、 <input 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 <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：知道生長發育的速度有個別差異。

能了解人的生長發育具有階段性，不同的階段有不同的特徵。

了解月經和夢遺的生理意義與個別差異。

知道如何做好月經期間的保健工作。

知道如何保護男性的生殖器官。

能建立正確的性別意識。

能知道如何做好居家防震措施。

能知道遇到地震時的緊急應變方法。

能認識居家安全角落，並能指出安全角落的位置。

知道如何做好防颱工作。

認識選購食物時應注意的事項。

了解遭遇颱風時的緊急應變措施。

能認識食品的正确保存方式。

能了解耳、鼻、喉的常見疾病與問題，包含中耳炎、過敏、鼻塞、喉嚨發炎及喉嚨卡異物

等。

了解耳、鼻、喉的功能。

知道促進耳、鼻、喉健康的正確方法。

◎情意：學習接納自己，肯定自我的價值。

願意參與社區環保及衛生活動。

能以正面積極的態度面對青春期。

能澄清觀念，破除性別刻板印象。

能隨時隨地察覺環境的變化，以保持對颱風災害的警覺心。

◎技能：能學習準備緊急避難物品。

能學會中耳炎、過敏、鼻塞、喉嚨發炎及喉嚨卡異物的處理方法。

能說出耳、鼻、喉的保健方法。

能學會評估颱風來臨時可能發生的危險。

能分辨可能產生的地震災害。

分析颱風過後所造成的環境及健康問題。

◎預期達成學生學習能力：(本校設計之學生學習評量要點)

1. 了解人的生長發育具有階段性，不同的階段有不同的特徵。
2. 建立正確的性別意識。
3. 學習接納自己，肯定自我的價值。
4. 知道遇到地震時的緊急應變方法。
5. 學習準備緊急避難物品。
6. 認識選購食物時應注意的事項。
7. 隨時隨地察覺環境的變化，以保持對颱風災害的警覺心。
8. 知道促進耳、鼻、喉健康的正確方法。
9. 學會中耳炎、過敏、鼻塞、喉嚨發炎及喉嚨卡異物的處理方法。
10. 體認耳、鼻、喉保健的重要性，並將保健方法落實於日常生活。

◎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 )% 其他( 10 )% 期末評量( 20 )%

2. 質性：平時評量：發表、問答、實作、觀察、學習單。

其他：學習態度。

期末評量：紙筆測驗。

◎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□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
二、迎向青春期	1/22-4/13	1、6	B	9	康軒版第八冊(四下) 健康與體育課本與教材教具。	平時評量：發 表、問答、實 作、觀察、學 習單。
四、天然災害知 多少	4/16-5/18	2、3、6	B	5	康軒版第八冊(四下) 健康與體育課本與教材教具。	學習單。
六、健康耳鼻喉	5/21-6/29	6	B	6	康軒版第八冊(四下)	其他：學習態

				健康與體育課本與教材教具。	度。
定期評量	開始日期	結束日期	範圍	學生評量方式	
期末評量	06.21	06.22	二、迎向青春期 四、天然災害知多少 六、健康耳鼻喉	紙筆測驗	
<b>【家長配合事項】</b>	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. 關心孩子的交友情形，培養增進人際關係與互動的能力。 3. 與孩子一起培養適當的運動習慣，促進身體健康。				