

臺北市信義區博愛國民小學 113 學年度第一學期領域學習課程計畫

領域別	健康	節數	共 21 節	師資	(二)年級教學團隊
課程架構圖	<pre> graph LR A[壹、健康有一套] --- B[一、健康做得到] A --- C[二、愛護牙齒有一套] A --- D[三、我愛家人] A --- E[四、空氣汙染大作戰] A --- F[五、正確使用藥物] B --- B1[1. 通知單來了] B --- B2[2. 健康小妙招] C --- C1[1. 歡歡蛀牙了] C --- C2[2. 認識牙齒] C --- C3[3. 適合的牙刷] C --- C4[4. 我會刷牙] C --- C5[5. 護牙好方法] D --- D1[1. 我會反省] D --- D2[2. 我會這樣做] D --- D3[3. 我會慢慢說] D --- D4[4. 愛要表達] E --- E1[1. 今天不一樣] E --- E2[2. 空品旗的提醒] E --- E3[3. 空氣汙染有礙健康] E --- E4[4. 抗汙有妙招] F --- F1[1. 生病找醫師] F --- F2[2. 領藥停看聽] F --- F3[3. 用藥小叮嚀] F --- F4[4. 幫藥物找適合的家] </pre> <p>壹、健康有一套</p> <p>一、健康做得到</p> <p>二、愛護牙齒有一套</p> <p>三、我愛家人</p> <p>四、空氣汙染大作戰</p> <p>五、正確使用藥物</p> <p>1. 通知單來了 2. 健康小妙招</p> <p>1. 歡歡蛀牙了 2. 認識牙齒 3. 適合的牙刷 4. 我會刷牙 5. 護牙好方法</p> <p>1. 我會反省 2. 我會這樣做 3. 我會慢慢說 4. 愛要表達</p> <p>1. 今天不一樣 2. 空品旗的提醒 3. 空氣汙染有礙健康 4. 抗汙有妙招</p> <p>1. 生病找醫師 2. 領藥停看聽 3. 用藥小叮嚀 4. 幫藥物找適合的家</p>				

	總綱核心 素養面向	總綱／國小階段核心素養具體內涵	領綱核心素養具體內涵
核 心 素 養	A 自主行動	A1身心素質與自我精進 A2系統思考與解決問題 A3規劃執行與創新應變	健體-E-A1 健體-E-A2 健體-E-A3
	B 溝通互動	B1符號運用與溝通表達 B2科技資訊與媒體素養 B3藝術涵養與美感素養	健體-E-B1 健體-E-B3
	C 社會參與	C1道德實踐與公民意識 C2人際關係與團隊合作 C3多元文化與國際理解	健體-E-C1 健體-E-C2 健體-E-C3
課程目標		(1) 培養具備健康生活與體育運動的知識、態度與技能，增進健康與體育的素養。 (2) 養成規律運動與健康生活的習慣。 (3) 培養健康與體育問題解決及規劃執行的能力。 (4) 培養獨立生活的自我照護能力。 (5) 培養思辨與善用健康生活與體育運動的相關資訊、產品和服務的素養。 (6) 建構運動與健康的美學欣賞能力及職涯準備所需之素養，豐富休閒生活品質與全人健康。 (7) 培養關懷生活、社會與環境的道德意識和公民責任感，營造健康與運動社區。 (8) 培養良好人際關係與團隊合作精神。 (9) 發展健康與體育相關之文化素養與國際觀。	

學習重點	● 學習表現	1a-I-1 認識基本的健康常識。 1a-I-2 認識健康的生活習慣。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 2a-I-2 感受健康問題對自己造成的威脅性。 2b-I-2 願意養成個人健康習慣。 3a-I-2 能於引導下，於生活中操作簡易的健康技能。 3b-I-1 能於引導下，表現簡易的自我調適技能。 3b-I-2 能於引導下，表現簡易的人際溝通互動技能。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4a-I-1 能於引導下，使用適切的健康資訊、產品與服務。 4a-I-2 養成健康的生活習慣。
	● 學習內容	Bb-I-1 常見的藥物使用方法與影響。 Ca-I-1 生活中與健康相關的環境。 Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Da-I-2 身體的部位與衛生保健的重要性。 Ea-I-2 基本的飲食習慣。 Fa-I-2 與家人及朋友和諧相處的方式。 Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。
	評量方式	紙筆測驗及表單、實作評量