

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

核心 素養	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
	<b>A 自主行動</b>	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>B 溝通互動</b>	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
	<b>C 社會參與</b>	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	<ul style="list-style-type: none"> <li>(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。</li> <li>(2) 養成規律運動與健康生活的習慣。</li> <li>(3) 培養健康與體育問題解決及規劃執行的能力。</li> <li>(4) 培養獨立生活的自我照護能力。</li> <li>(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。</li> <li>(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。</li> <li>(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。</li> <li>(8) 培養良好人際關係與團隊合作精神。</li> <li>(9) 發展健康與體育相關之文化素養與國際觀。</li> </ul>		

<b>學習重點</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>學習表現</b></li> </ul> <p>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。</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>學習內容</b></li> </ul> <p>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。</p>
<b>評量方式</b>	紙筆測驗及表單、實作評量